



T.E.I. of Crete

ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΚΟ ΕΚΠΑΙΔΕΥΤΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ ΚΡΗΤΗΣ

ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ

ΤΜΗΜΑ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ

ΔΙΠΛΩΜΑΤΙΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ 2010

«Η ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΟΙΚΟΤΟΥΡΙΣΜΟΥ ΣΤΗ ΚΡΗΤΗ»

Εισήγηση:

Καθηγητής Δρ. Δημήτρης Τερζάκης

Σπουδαστές:

Μαντάς Κωνσταντίνος - Μυλωνάκη Μαρία

Περίληψη

Το θέμα της πτυχιακής μας ασχολείται με τον οικοτουρισμό και συγκεκριμένα με την «**Ανάπτυξη του οικοτουρισμού στην Κρήτη**».

Ο οικοτουρισμός είναι μια εναλλακτική μορφή τουρισμού, που έχει ως σκοπό την ανάπτυξη του σε μία περιοχή, με την προϋπόθεση να μην διαταράσσετε η ισορροπία του οικοσυστήματος.

Η Κρήτη διαθέτοντας πλούσιο φυσικό πλούτο είναι εύκολο (και απαραίτητο για την διατήρηση του) να αναπτυχθεί αυτού του είδους ο τουρισμός. Πέρα όμως από τον φυσικό πλούτο, το νησί της Κρήτης δίνει και την δυνατότητα για ανάπτυξη πολλών δραστηριοτήτων για τον επισκέπτη όπως αναρρίχηση, καταδύσεις, ορειβασία, καγιάκ, canyoning κ.α. Παρακάτω εκτός από δραστηριότητες διαχωρισμένες ανά νομό, μαζί με τις ιδιαιτερότητες του κάθε νομού, παρουσιάζονται μερικές διαδρομές ως προτάσεις για αυτούς που θέλουν να γνωρίσουν καλύτερα την Κρήτη. Διαδρομές, που με την καθοδήγηση το Ευρωπαϊκού Μονοπατιού E4, περνάνε μέσα από φαράγγια, φυσικά μονοπάτια και χιλιόμετρα αμμουδιών. Στο τέλος παραθέτουμε τους χάρτες των νομών όπου και παραπέμπουμε τους αναγνώστες για τις διαδρομές αυτές.

Για την ανάπτυξη του οικοτουρισμού υπάρχουν πολλές επιχορηγήσεις μέσω προγραμμάτων από την Ευρωπαϊκή Ένωση σε συνεργασία με την Ελληνική Κυβέρνηση και τους τοπικούς φορείς ανά περιοχή δράσης. Στην συγκεκριμένη εργασία θα μελετήσουμε ένα από αυτά τα αναπτυξιακά προγράμματα, που εφαρμόστηκε την Κρήτη και θα μιλήσουμε για τα οφέλη του και θα κάνουμε τις παρατηρήσεις μας.

Σκοπός μας είναι να κεντρίσουμε το ενδιαφέρον και να ενημερώσουμε σχετικά με τον εναλλακτικό τουρισμό και τα οικοτουριστικά πρότυπα, έτσι ώστε να αντικαταστήσει τον μαζικό τουρισμό όπου είναι δυνατόν αυτό, με τέτοιο τρόπο που στο τέλος θα ωφεληθεί το νησί μας, με όλους του δυνατούς τρόπους.

Περιεχόμενα

Περίληψη.....	1
Περιεχόμενα.....	2
Κεφάλαιο 1 ^ο Οικοτουρισμός.....	3

1.Α. Εισαγωγή στον Οικοτουρισμό.....	3
1.Β. Μαζικός τουρισμός και ορθή οικοτουριστική ανάπτυξη.....	4
1.Γ. Τα οφέλη, τα όρια του οικοτουρισμού και η φέρουσα ικανότητα.....	6
1.Δ. Οικοτουρισμός στην Ελλάδα και παγκοσμίως.....	9
 Κεφάλαιο 2 ^ο	
Γνωρίζοντας την Κρήτη, Δραστηριότητες και Διαδρομές στην Κρήτη.....	10
2.Α. Γνωρίζοντας την Κρήτη.....	10
Πίνακας 1. Πολιτιστικές Εκδηλώσεις.....	16
Πίνακας 2. Ορειβατικά Καταφύγια στα Χανιά.....	19
Πίνακας 3. Ορειβατικά Καταφύγια στο Ηράκλειο.....	19
Πίνακας 4. Ορειβατικά Καταφύγια στο Λασιθί.....	20
2.Β. Δραστηριότητες στην Κρήτη.....	20
Πίνακας 5. Ανάβαση στον Ψηλορείτη.....	28
2.Γ. Διαδρομές στην Κρήτη.....	44
 Κεφάλαιο 3 ^ο	
Οικοτουρισμός και Αναπτυξιακά Προγράμματα.....	57
3.Α. Αναπτυξιακά προγράμματα προώθησης του Οικοτουρισμού στην Κρήτη.....	57
Πίνακας 6: Παρουσίαση του τοπικού προγράμματος.....	58
3.Β. Έργα τα οποία έγιναν με το πρόγραμμα Leader 2000-2006.....	59
3.Γ. Παρατηρήσεις.....	69
Επίλογος.....	70
Βιβλιογραφία.....	71
Ευχαριστίες.....	72

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1^ο

ΟΙΚΟΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

Α. Εισαγωγή στον Οικοτουρισμό

Ο οικοτουρισμός ορίζεται συνήθως ως η εναλλακτική εκείνη μορφή τουρισμού που αναφέρεται στο κίνητρο της πράσινης εμπειρίας. Σύμφωνα με έναν περισσότερο αυστηρό ορισμό, οικοτουρισμός είναι η αναζήτηση της πράσινης εμπειρίας που συνοδεύεται από την οικονομική στήριξη της περιβαλλοντικής διαχείρισης και την περιβαλλοντική εκπαίδευση.

"Πρωτοπόρος" του οικοτουρισμού θεωρείται ο Alexander von Humboldt, ο οποίος γεννήθηκε στο Βερολίνο, στις 14 Σεπτεμβρίου 1769 και πέθανε το 1859. Ο Δαρβίνος τον χαρακτήριζε ως "τον μεγαλύτερο ερευνητή - ταξιδευτή που έζησε ποτέ". Παρ' όλα αυτά επίσημα ο οικοτουρισμός εμφανίστηκε στα τέλη της δεκαετίας του 1970 και αφορούσε κυρίως τον τουρισμό στις χώρες του αναπτυσσόμενου κόσμου που διαθέτουν σπάνιας, βιοποικιλότητας οικοσυστήματα, όπως τροπικά δάση. Ο οικοτουρισμός προβάλλει τη φύση ως κύριο πόλο έλξης για τους επισκέπτες. Είτε πρόκειται για απλή επίσκεψη και περιήγηση, είτε για εξειδικευμένες δράσεις όπως παρατήρηση πουλιών ή δράσεις περιπέτειας (καγιάκ, ράφτιγκ, ορειβασία κ.α.) που διεξάγονται χωρίς να υποβαθμίζουν τα οικοσυστήματα, ο οικοτουρισμός αφορά κυρίως την απόλαυση της φύσης. Αποτελεί ελπίδα αναζωογόνησης της υπαίθρου και μάλιστα εκείνων των περιοχών της ενδοχώρας που βρίσκονται σε παρακμή, και βοηθάει στην διατήρηση της συνοχής του κοινωνικού ιστού. Ανταποκρίνεται στην ανάγκη του σύγχρονου τουρίστα για συμμετοχή, δράση, φυγή από το άστυ και επαφή με τη φύση και τον πολιτισμό μιας περιοχής. Ο οικοτουρισμός είναι μια μορφή οικονομίας που υπόκειται στους νόμους της ελεύθερης αγοράς.

Δεν είναι εύκολο να τεθούν προδιαγραφές ποιότητας. Η κρατική πολιτική και οι υψηλές απαιτήσεις ενός πληροφορημένου και ευαισθητοποιημένου καταναλωτικού κοινού μπορούν να επηρεάσουν την οικοτουριστική ανάπτυξη προς τη σωστή κατεύθυνση. Έχει παρατηρηθεί μία κόπωση των τουριστών από τον κλασικό τύπο τουρισμού με παράλληλη στροφή προς την αυθεντική επαφή με το φυσικό περιβάλλον και τους κατοίκους του τόπου προορισμού. Παράλληλα οι τοπικοί παράγοντες και οι επαγγελματίες του τουρισμού, συνειδητοποιούν αυτή τη νέα πραγματικότητα και προωθούν νέους τύπους αναψυχής, στηριγμένες στην ανάδειξη και τη διατήρηση των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών του φυσικού περιβάλλοντος μιας περιοχής. Στο πλαίσιο του προβληματισμού για την αειφόρο ανάπτυξη παρατηρείται στροφή από τις εντατικές μορφές τουρισμού (μαζικός τουρισμός, όπως αναφέρεται), σε πιο ήπιες μορφές τουρισμού. Αυτή η αειφόρος ανάπτυξη ονομάζεται βιώσιμος τουρισμός, αγροτουρισμός, οικοαγροτουρισμός, πράσινος τουρισμός, πολιτιστικός τουρισμός ή καλύτερα **οικοτουρισμός**.

B. Μαζικός τουρισμός και ορθή οικοτουριστική ανάπτυξη

Μαζικός Τουρισμός, επιπτώσεις και ανάγκη «οικοτουριστικής στροφής».

Οι σχέσεις του τουρισμού με την τοπική οικονομία είναι πολύ σημαντική παράμετρος. Ο τουρισμός λειτουργεί σε πολλές περιοχές ως η κύρια πηγή εισοδήματος και ενίσχυσης της οικονομίας μέσα από το δίκτυο αλληλεπιδράσεων με άλλους οικονομικούς κλάδους (π.χ. κλάδος κατασκευών, μεταφορών).

Σημαντική αλληλεξάρτηση υπάρχει μεταξύ πολιτιστικών και κοινωνικών χαρακτηριστικών του τόπου προορισμού των επισκεπτών. Περιοχές με έντονα πολιτιστικά στοιχεία αποτελούν πόλους τουριστικής ανάπτυξης. Παράλληλα, οι επισκέπτες φέρουν μαζί τους τη δική τους κουλτούρα και ιδεολογία, γεγονός που μπορεί να επηρεάσει τα τοπικά πολιτισμικά στοιχεία.

Ο τουρισμός έχει και τις επιπτώσεις του στο φυσικό περιβάλλον που παρουσιάζονται μετά από κάποιο χρονικό διάστημα. Επιφέρει αλλαγές και υποβάθμιση σε χερσαία και υδάτινα οικοσυστήματα, εξαντλεί τους φυσικούς πόρους κλπ.

Οι παράκτιες περιοχές, αποτελούν βασικούς τουριστικούς προορισμούς και κύριο μοχλό τουριστικής ανάπτυξης σε πολλές μεσογειακές χώρες, συμπεριλαμβανομένης και της Ελλάδας. Σε αυτές τις περιοχές

υπάρχουν πολλές αλληλεπιδράσεις μεταξύ περιβαλλοντικών, κοινωνικών, πολιτισμικών και οικονομικών παραμέτρων, όπου μια αλλαγή σε κάποιο σημείο είναι ικανή να προκαλέσει αλυσιδωτές αντιδράσεις και να διαταράξει την ισορροπία του συστήματος.

Οι επιπτώσεις της τουριστικής ανάπτυξης στις νησιωτικές περιοχές χαρακτηρίζονται από μεγάλη ένταση λόγω του μικρού τους μεγέθους.

Η απομόνωσή τους από τον ηπειρωτικό χώρο, είχε ως αποτέλεσμα τη δημιουργία οικοσυστημάτων με ιδιαιτερότητες, μεγάλη ποικιλότητα και ενδημισμούς. Έτσι, το φυσικό περιβάλλον των νησιών παρουσιάζει αυξημένη ευαισθησία στις διαταραχές.

Στα νησιά, τα προβλήματα σχεδιασμού και διαχείρισης των πόρων είναι πιο έντονα απ' ότι στη χέρσο. Το μικρό μέγεθος και η απομόνωση αποτελούν περιοριστικό παράγοντα στη διαδικασία ανάπτυξης. Έτσι, σε πολλά νησιά τα τελευταία χρόνια παρουσιάζονται έντονα προβλήματα λειψυδρίας, έλλειψης χώρου διάθεσης στερεών αποβλήτων κλπ.

Η απόρριψη υγρών αποβλήτων των παράκτιων κοινοτήτων και τουριστικών επιχειρήσεων στη θάλασσα (πολλές φορές χωρίς την προηγούμενη επεξεργασία τους από συστήματα καθαρισμού) επηρεάζει την ποιότητα του θαλασσινού νερού, με αποτέλεσμα την υποβάθμιση του υδάτινου περιβάλλοντος.

Ο μεγάλος όγκος αστικών υγρών αποβλήτων στη θάλασσα μπορεί να προκαλέσει προβλήματα ευτροφισμού, να επηρεάσει τις βιοκοινότητες

Η υπερσυγκέντρωση και ο συνωστισμός των τουριστών πολλές φορές ξεπερνά τα όρια ανοχής των υποδομών και προκαλούνται προβλήματα ηχορύπανσης, συγκέντρωσης μεγάλου όγκου στερεών αποβλήτων κλπ. Ειδικότερα, το πρόβλημα των απορριμμάτων είναι εντονότερο στην αμμουδιά, όπου είναι ο χώρος αναψυχής των τουριστών.

Μια από τις κυριότερες επιπτώσεις του τουρισμού στα χερσαία οικοσυστήματα προέρχεται από το πάτημα των φυτών και τη συμπίεση του εδάφους εξαιτίας της πεζοπορίας, την οδήγηση τροχοφόρων έξω από το δρόμο κλπ. Προκαλούνται βλάβες στα υπέργεια και υπόγεια τμήματα των φυτών, ενώ το έδαφος συμπιέζεται με αποτέλεσμα τη μείωση της υδατοϊκανότητας, του μεγέθους των πόρων κλπ.

Η διάνοιξη δρόμων και μονοπατιών έχει ως αποτέλεσμα την απομόνωση και τον κατακερματισμό της πανίδας (ιδιαίτερα της μικροπανίδας), ενώ ευαίσθητες οικολογικά περιοχές γίνονται προσιτές στους επισκέπτες, καταστρέφοντας ήσυχα τοπία αναψυχής και σπάνιους βιότοπους. Η επίσκεψη μέσα σε αυτές τις περιοχές ενοχλεί και επηρεάζει την άγρια πανίδα. Έτσι, για παράδειγμα, η προσέγγιση σε τόπους όπου φωλιάζουν πουλιά μπορεί να προξενήσει προβλήματα την περίοδο της αναπαραγωγής και επώασης και να απειλήσει ολόκληρους πληθυσμούς.

Οι αλυκές αποδεικνύονται σημαντικοί πόλοι έλξης τουριστών και στον ευρύτερο χώρο τους αναπτύσσονται διάφορες δραστηριότητες. Οι περιοχές αυτές, όμως, αποτελούν σημαντικούς βιότοπους για πολλά είδη φυτών, πτηνών και άλλων ειδών της πανίδας. Έτσι, αν οι δραστηριότητες αυτές διεξάγονται ακανόνιστα υπάρχει κίνδυνος αποσταθεροποίησης του οικοσυστήματος.

Σημαντικά είναι επίσης τα προβλήματα από τα απορρίμματα και τη διάθεση υγρών αποβλήτων από διάφορες τουριστικές εγκαταστάσεις.

Εκεί όμως που ο τουρισμός έχει κατηγορηθεί σφοδρά, είναι στην ανέγερση μεγάλων ξενοδοχειακών μονάδων που συνοδεύονται με χρήση υλικών και αρχιτεκτονικών τεχνοτροπιών ξένων προς την παραδοσιακή φυσιογνωμία. Ιδιαίτερα, η αυθαίρετη δόμηση και ανέγερση καταλυμάτων αποτελεί ένα από τα βασικότερα προβλήματα στην Ελλάδα.

Στα ιστορικά μνημεία και τους αρχαιολογικούς χώρους, εξαιτίας του όγκου των επισκεπτών που δέχονται, εμφανίζονται προβλήματα ηχορύπανσης, συνωστισμού και ρύπανσης από απορρίμματα. Επίσης, παρουσιάζονται πολλές φορές φθορές και καταστροφές στα μνημεία από τους τουρίστες.

Έχει παρατηρηθεί ότι σε περιοχές (ειδικότερα αγροτικές) που αναπτύχθηκε τουρισμός, τα αγροτικά επαγγέλματα εγκαταλείπονται - ή μετατρέπονται σε δεύτερες ασχολίες - και μεγάλο μέρος του πληθυσμού απασχολείται με καθαρά τουριστικά επαγγέλματα ή γενικότερα στον τομέα των υπηρεσιών, όπως για παράδειγμα στις μεταφορές.

Η τουριστική ανάπτυξη μπορεί να υποβαθμίσει τόσο το φυσικό, όσο και το οικονομικό, κοινωνικό και πολιτισμικό περιβάλλον ενός τουριστικού προορισμού. Έχει αποδειχθεί ότι η αλλοίωση των φυσικών

πόρων, που αποτέλεσαν σε συγκεκριμένη χρονική περίοδο το βασικό πόλο έλξης τουριστών, οδήγησε σε μείωση των επισκεπτών ή σε αλλαγή του τύπου επισκεπτών σε περισσότερο ανεπιθύμητες μορφές.

Η αλληλεξάρτηση της ποιότητας περιβάλλοντος και τουρισμού έχει αρχίσει να συνειδητοποιείται από όσους συμμετέχουν στην τουριστική διαδικασία. Οι ίδιοι οι τουρίστες επιδιώκουν διακοπές σε ένα περιβάλλον που δεν είναι υποβαθμισμένο, ενώ ενδιαφέρονται για την πολιτιστική ανθεκτικότητα του τόπου προορισμού. Από την άλλη, οι παράγοντες της τοπικής κοινότητας επιδιώκουν την ανάδειξη και διατήρηση των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών της περιοχής τους, με τη στήριξη των επαγγελματιών του χώρου, οι οποίοι με τη σειρά τους προωθούν τα φυσικά χαρακτηριστικά για την προσέλκυση πελατών.

Η αλλαγή της στάσης των τουριστών, των κατοίκων του τόπου προορισμού και των επαγγελματιών αντανακλά τη γενικότερη στροφή προς την προστασία του περιβάλλοντος και την στάση ως προς την έννοια της ανάπτυξης, η οποία σήμερα έχει ξεφύγει από την κλασσική «οικονομίστικη» αντίληψη.

Σε γενικές γραμμές ο οικοτουρισμός βασίζεται στο φυσικό περιβάλλον, είναι οικονομικά αποτελεσματικός, προωθεί την περιβαλλοντική εκπαίδευση και διαχειρίζεται το φυσικό περιβάλλον με βιώσιμο τρόπο. Συμβάλλει στην ολοκληρωμένη περιβαλλοντική διαχείριση μιας περιοχής παρεμβαίνοντας και διαμορφώνοντας τις τάσεις και τα χαρακτηριστικά των τοπικών φορέων, των επιχειρηματιών και των επισκεπτών.

Έτσι λοιπόν, η ορθή οικοτουριστική ανάπτυξη:

Προετοιμάζει τους επισκέπτες, πριν την αναχώρησή τους, ώστε να ελαχιστοποιήσουν ή ακόμα και να αποφύγουν την πρόκληση αρνητικών επιπτώσεων σε ευαίσθητες περιοχές, μέσω της ενημέρωσής τους σχετικά με τη στάση τους απέναντι στη χλωρίδα και πανίδα του τόπου προορισμού, ελαχιστοποιεί τις επιπτώσεις από την παρουσία επισκεπτών, επεμβαίνει διορθωτικά, εάν υπάρξει πρόβλημα, οι επισκέψεις των τουριστών πραγματοποιούνται σε μικρές ομάδες για να αποφευχθούν προβλήματα υπερσυγκέντρωσης, ενημερώνει, πληροφορεί και εκπαιδεύει τους επιχειρηματίες και το προσωπικό (τους επαγγελματίες του κλάδου δηλαδή) σχετικά με τις απαραίτητες ενέργειες, που πρέπει να ληφθούν με σκοπό τη διατήρηση υψηλής οικολογικής ποιότητας, πολλές φορές αποτελεί μέρος προγραμμάτων περιβαλλοντικής διαχείρισης, οι εγκαταστάσεις είναι από υλικά φιλικά προς το περιβάλλον και η αρχιτεκτονική τους σύμφωνη με την τοπική τεχνοτροπία, αποτελεί πηγή χρηματοδότησης προγραμμάτων προστασίας της φύσης, πολλές φορές οι επισκέπτες συμμετέχουν στην προστασία του περιβάλλοντος.

Είναι δυνατό με την κατάλληλη διαχείριση το οικοτουριστικό προϊόν να διατηρήσει μια σταθερή πορεία με παγιωμένα χαρακτηριστικά, που θα διασφαλίζουν την προστασία του περιβάλλοντος και την οικονομική βιωσιμότητα.

Η θέση ότι ο οικοτουρισμός είναι δραστηριότητα φιλική προς το περιβάλλον, βασίζεται στο γεγονός ότι οι οικοτουρίστες επισκέπτονται μια περιοχή σε μικρές ομάδες, οργανωμένα και επιπλέον είναι άτομα ευαισθητοποιημένα ως προς το περιβάλλον. Από την άλλη όμως, έστω και αυτή η πολύ μικρή πίεση που ασκείται στο φυσικό περιβάλλον ενδέχεται να έχει σημαντικές αρνητικές επιπτώσεις. Ο οικοτουρισμός εάν σχεδιαστεί με πολύ προσεκτικό τρόπο και υπάρξει έντονος παρεμβατισμός με κατάλληλη γνώση από τους τοπικούς φορείς διαχείρισης, μπορεί να συμβάλλει στην ανάδειξη και προστασία του φυσικού περιβάλλοντος.

Η οικοτουριστική ανάπτυξη μιας περιοχής μπορεί να συνδεθεί με την οργάνωση δραστηριοτήτων αναψυχής για τους επισκέπτες. Το σύνολο των παρεμβάσεων πρέπει να είναι φιλικές προς το περιβάλλον, με ελάχιστες έως καθόλου επιπτώσεις. Η ορθός σχεδιασμένη οργάνωση της αναψυχής θα συμβάλλει σημαντικά στην αύξηση των εσόδων και κερδών, που θα τροφοδοτήσει οικονομικά την όλη διαδικασία

Ο οικοτουρισμός μπορεί να συνδυαστεί με το πολιτιστικό περιβάλλον, την ανάδειξη των ιστορικών μνημείων και αρχαιολογικών χώρων, την οργάνωση προγραμμάτων διαδρομών και επισκέψεων ενός τόπου.

Γ. Τα οφέλη, τα όρια του οικοτουρισμού και η φέρουσα ικανότητα.

Τα οφέλη από τον οικοτουρισμό και την περιβαλλοντική εκπαίδευση:

Στις περιοχές όπου ο οικοτουρισμός έχει αναπτυχθεί σημαντικά, αποτελεί ένα πολύ σπουδαίο οικονομικό πόρο για τις τοπικές κοινωνίες.

Η ενότητα των βιοτόπων στην ευρύτερη περιοχή μελέτης έχει να επιδείξει πάρα πολύ αξιόλογα ενδιαφέροντα, τόσο γενικότερα οικολογικά (επιμέρους βιότοποι και φυσικές-γεωλογικές διαπλάσεις, γλωρίδα, πανίδα), όσο και ειδικότερα ενδιαφέροντα που αναφέρονται σε παραδοσιακές ασχολίες (γεωργία, κτηνοτροφία κ.ά.), αλλά και στις ιστορικές και πολιτιστικές ιδιαιτερότητές της.

Πέραν των άμεσων και έμμεσων οικονομικών οφελών που προκύπτουν από την οικοτουριστική δραστηριότητα, υπάρχουν ειδικότερα και γενικότερα οφέλη που προκύπτουν από τη διάσταση της περιβαλλοντικής εκπαίδευσης. Με τη συστηματική λειτουργία ενός προγράμματος περιβαλλοντικής εκπαίδευσης, επέρχεται κατ' αρχή σε τοπικό επίπεδο σημαντική βελτίωση του επίπεδου γνώσης και ευαισθητοποίησης των κατοίκων ως προς το περιβάλλον και δημιουργούνται θετικότερες προϋποθέσεις για ορθολογικότερη διαχείρισή του και για επιτυχέστερη εκμετάλλευσή του με μακροπρόθεσμη προοπτική. Κάτι τέτοιο αποτελεί ιδιαίτερα θετική συνθήκη για σταθερή και ισόρροπη ανάπτυξη σε περιοχές που περιλαμβάνουν φυσικούς πόρους αξιόλογης παραγωγικότητας και ταυτόχρονα σημαντικής ευαισθησίας. Όσο καλύτερα διατηρούνται τα περιβαλλοντικά στοιχεία της περιοχής, τόσο μεγαλύτερο είναι το κίνητρο για κάποιον να επισκεφθεί τη συγκεκριμένη περιοχή. Αντίθετα, όσο υποβαθμίζονται αυτά τα ενδιαφέροντα (δυσμενείς επεμβάσεις στον βιότοπο, εντατική λαθροϋλοτομία ή λαθροθηρία κλπ.), τόσο μειώνεται το κίνητρο για κάποιον να επισκεφθεί ως οικοτουρίστας την περιοχή.

Με βάση αυτό το σκεπτικό, θα πρέπει να τονιστεί ιδιαίτερα πως αν δεν υπάρχουν και δεν λειτουργούν ειδικές προδιαγραφές που να διασφαλίζουν την ακεραιότητα των αντικειμένων ενδιαφέροντος από τις επισκέψεις, μπορεί και η ίδια η οικοτουριστική δραστηριότητα να έχει ορισμένες δυσμενείς επιπτώσεις στα προηγούμενα περιβαλλοντικά στοιχεία. Μπορεί π.χ. κάποιιοι ανεξέλεγκτοι επισκέπτες να παρενοχλήσουν κάποια πουλιά στο χώρο του φωλιάσματός τους ή στον κύριο χώρο διατροφής τους.

Τα τελευταία χρόνια ενισχύεται η τάση για ηπιότερες μορφές τουρισμού, ως αποτέλεσμα της αυξημένης περιβαλλοντικής συνειδητοποίησης και ευαισθητοποίησης, αφού είναι γνωστές οι αρνητικές συνέπειες της τουριστικής ανάπτυξης στο φυσικό περιβάλλον και οι πολιτισμικές αλλοιώσεις που επιφέρει στις τοπικές κοινωνίες.

Τα όρια του οικοτουρισμού

Στην οικοτουριστική ανάπτυξη υπάρχουν όρια ώστε να διασφαλιστεί μια ομαλή οικοτουριστική δραστηριότητα και τα καθορίζει η **φέρουσα ικανότητα**.

Η έννοια αυτή αναφέρεται στην «αντοχή» του προορισμού στην τουριστική ανάπτυξη. Ειδικότερα αναφέρεται στο επίπεδο τουριστικής ανάπτυξης που μπορεί να αντέξει ο τόπος χωρίς να υποστεί σημαντική υποβάθμιση. Η φέρουσα ικανότητα διακρίνεται σε:

- Οικολογική φέρουσα ικανότητα (πόσο «αντέχει» το οικοσύστημα)
- Κοινωνική φέρουσα ικανότητα (πόσο «αντέχουν» οι κάτοικοι του τόπου ώστε να μην αλλοιωθεί η πολιτιστική τους ταυτότητα και να μην προκληθεί δυσαρέσκεια από τις αλλαγές που φέρνει στην καθημερινή τους ζωή ο τουρισμός τις περιόδους αιχμής)
- Οικονομική φέρουσα ικανότητα (πόσες υποδομές χρειάζονται ώστε αφενός να είναι η τουριστική ανάπτυξη οικονομικά βιώσιμη και αφετέρου να μη δημιουργηθεί μια «μονοκαλλιέργεια» του τουρισμού με την εγκατάλειψη των παραδοσιακών οικονομικών δραστηριοτήτων)
- Ψυχολογική φέρουσα ικανότητα (πόσο συνωστισμό μπορεί να ανεχτεί ο τουρίστας προτού θεωρήσει ότι έκανε διακοπές μαζικού τουρισμού)

Η φέρουσα ικανότητα δε μετριέται μόνο με απόλυτους αριθμούς επισκεπτών. Μετριέται με συνδυασμό δεικτών που λειτουργούν ως ενδείξεις για «σήματα κινδύνου». Π.χ. δείκτης οικολογικής φέρουσας ικανότητας στο δάσος της Δαδιάς μπορεί να είναι ο αριθμός αρπακτικών που φωλιάζουν κοντά στα περιπατητικά μονοπάτια. Τυχόν πτώση του αριθμού τους θα σήμαινε «σήμα κινδύνου» για υπερβολική επισκεψιμότητα των μονοπατιών. Ένας δείκτης της ψυχολογικής φέρουσας ικανότητας στον ίδιο προορισμό θα μπορούσε να είναι ο βαθμός ικανοποίησης των επισκεπτών από την επίσκεψη στο παρατηρητήριο. Ως τουρίστες, πρέπει να είμαστε όλοι απαιτητικοί ως προς την τήρηση της οικολογικής φέρουσας ικανότητας ιδίως όταν επισκεπτόμαστε προστατευμένες περιοχές (ένα από τα Εθνικά Πάρκα ή τις περιοχές του Δικτύου Natura).

Συνθήκες ήπιας οικοτουριστικής ανάπτυξης σε προστατευμένες περιοχές:

Η ανεξέλεγκτη ανάπτυξη του οικοτουρισμού σε μια προστατευόμενη περιοχή, όταν υπερβαίνει τα όρια της φέρουσας ικανότητας, μπορεί να έχει αρνητικές επιπτώσεις όπως:

- Ανεπάρκεια νερού, μείωση της στάθμης του υδροφόρου ορίζοντα
- Διάβρωση εδάφους
- Μείωση ειδών χλωρίδας και πανίδας
- Υποβάθμιση οικοσυστήματος γενικότερα
- Υποβάθμιση συνθηκών υγιεινής
- Αισθητική υποβάθμιση τοπίου και πολιτιστικού περιβάλλοντος
- Αλλοίωση ηθών και γενικά της ταυτότητας και της δομής της κοινωνίας

Ιδανικά, για κάθε προορισμό θα πρέπει να ισχύουν οι ακόλουθες συνθήκες:

1. **Προστασία Περιβάλλοντος.** Ο οικοτουρισμός προωθεί την προστασία του περιβάλλοντος με προϋπόθεση την ευαισθητοποίηση των επισκεπτών και της τοπικής κοινωνίας.
2. **Τοπική Κοινωνία - Πολιτιστικό Περιβάλλον.** Ο οικοτουρισμός συμβάλλει στη διατήρηση του κοινωνικού ιστού και του πολιτιστικού περιβάλλοντος.
3. **Ερμηνεία και ανάδειξη Περιβάλλοντος – Εκπαίδευση.** Η ερμηνεία και ανάδειξη του περιβάλλοντος αφορά: τον σχεδιασμό των προσβάσεων και των δραστηριοτήτων που προσφέρονται στον επισκέπτη στη φύση και το σύνολο των πληροφοριών και των επεξηγήσεων που βοηθούν τον επισκέπτη να αντιληφθεί τη σημασία της φύσης και του πολιτισμού.

Μια οικοτουριστική επιχείρηση σύμφωνα με το παγκόσμιο οργανισμό τουρισμού (WTO) και την διεθνή οικοτουριστική κοινότητα (TIES) πρέπει να τηρεί τα εξής κριτήρια:

- Να οργανώνει ταξίδια αναψυχής, ξεναγήσεις, ψυχαγωγίας, σε τόπους φυσικού κάλλους.
- Να παίρνει μέρος στην προστασία μη ανανεώσιμων πόρων και άλλων πηγών του περιβάλλοντος
- Να δημιουργεί περιβαλλοντική γνώση
- Να προσφέρει άμεσα χαρακτηριστικά προτερήματα για την συντήρηση παραδοσιακών τόπων και άλλων περιοχών.
- Να προφέρει χαρακτηριστικά πλεονεκτήματα για την ενδυνάμωση των γηγενών πολιτισμών.
- Να σέβεται την τοπική κουλτούρα.
- Να στηρίζει τα ανθρώπινα δικαιώματα και άλλες δημογραφικές κινήσεις.
- Να συνεισφέρει στην εκπαίδευση και γνωριμία του επισκέπτη με την τοπική κουλτούρα, ήθη, έθιμα και λοιπές τοπικές συνήθειες.
- Να προωθεί την φιλοσοφία για επιστροφή στην φύση και τα μοναδικά φυσικά χαρακτηριστικά της.

Δ. Οικοτουρισμός στην Ελλάδα και Παγκοσμίως.

Οικοτουρισμός σε Παγκόσμια Κλίμακα

Παγκοσμίως ο οικοτουρισμός εξελίσσεται σε μία από τις πιο δημοφιλής μορφές τουρισμού. Σε μια εποχή ενισχυμένης περιβαλλοντικής συνείδησης και εύκολης πρόσβασης σε εξωτικούς προορισμούς, πολλές χώρες προωθούν τους φυσικούς τους πόρους ως θέλγητρο για τους τουρίστες. Το «trick» με τον οικοτουρισμό είναι η προβολή των φυσικών πόρων μιας χώρας ενώ παράλληλα εξυπηρετούνται και μάζες τουριστών. Εταιρίες δημιουργούν οικοτουριστικούς καταυλισμούς και managers που ασχολούνται με τους φυσικούς πόρους και τον πλούτο τις κάθε περιοχής δημιουργούν διαδρομές και tours. Οι περισσότεροι προορισμοί του οικοτουρισμού έχουν πολλοί ευαίσθητα οικοσυστήματα, οπότε είναι πολύ σημαντικό να διατηρείται μια προσεκτική ισορροπία μεταξύ διατήρησης και προώθησης προκειμένου να εξασφαλιστεί μια μακρόχρονη υγιής κατάσταση και του οικοσυστήματος αλλά και της τουριστικής οικονομίας. Οι επιλογές είναι πολλές και ποικίλουν σε στυλ, κόστος και Ήπειρο! Από backpacking διακοπές, με αρκετή εθελοντική εργασία για τους νεότερους και διψασμένους για περιπέτεια, μέχρι διακοπές 5 αστέρων που προσφέρουν όμως πολύ περισσότερα από τις ανέσεις και την χλιδή που μέχρι τώρα έχουμε συνηθίσει να βλέπουμε.

Οικοτουρισμός στην Ελλάδα

Η Ελλάδα από πολύ παλιά υπήρξε τόπος περιηγητών εξαιτίας του μεγάλου πολιτιστικού, ιστορικού και φυσικού πλούτου της. Η τουριστική ανάπτυξη της χώρας ξεκίνησε τη δεκαετία του '50, για να εξελιχθεί σε μια από τις σημαντικότερες πηγές εσόδων, τόσο σε εθνικό επίπεδο, όσο και τοπικό, αφού πολλές περιοχές της έχουν ως κύρια πηγή εσόδων τον τουρισμό. Η χώρα, παρ' όλη την τεράστια τουριστική κίνηση και το μεγάλο οικονομικό όφελος από αυτή, δεν έχει πετύχει την επιθυμητή άνοδο του επιπέδου των προσφερόμενων υπηρεσιών και γενικά το επίπεδο των υποδομών δεν είναι το άριστο. Πολλές από τις ξενοδοχειακές μονάδες που κατασκευάστηκαν τις δεκαετίες του '60 και '70 δεν έχουν εκσυγχρονιστεί.

Τα τελευταία χρόνια εμφανίζεται μια κόπωση των τουριστών από την κλασική μορφή τουρισμού και στην χώρα μας. Κατ' αρχήν ο επισκέπτης γίνεται πιο απαιτητικός ως προς το επίπεδο των υπηρεσιών. Ενδέχεται, λοιπόν, οι περιοχές προσκολλημένες στο τουριστικό μοντέλο «Θάλασσα – Ήλιος – Αμμουδιά», χωρίς υψηλά επίπεδα υποδομών και παρεχόμενων υπηρεσιών να παρουσιάσουν πτώση της ζήτησης.

Οι απαιτήσεις όμως των τουριστών για νέες μορφές αναψυχής με περισσότερες και πιο αυθεντικές εμπειρίες, μακριά από εμπορευματοποιημένες περιοχές, με ένα πιο εκλεπτυσμένο τρόπο, συνεπικουρούν για την αυξανόμενη ευαισθητοποίηση σε θέματα περιβάλλοντος, ενώ παράλληλα παρουσιάζεται μετάβαση από το μοντέλο παθητικού τουρισμού σε ένα πιο ενεργητικό. Πιο συγκεκριμένα οι σπάνιοι βιότοποι, καθώς και είδη φυτών και ζώων που δεν είναι τόσο κοινά στην υπόλοιπη Ευρώπη, είναι μερικά από τα κύρια αντικείμενα ενδιαφέροντος για τον οικοτουρίστα την Ελλάδα.

Οικοτουρισμός στην Κρήτη

Υπάρχουν πολλοί και διαφορετικοί τρόποι για να γνωρίσει κανείς την Μεγαλόνησο. Στην Κρήτη προτείνονται ήδη διάφορες μορφές οικοτουρισμού. Από μονοήμερες επισκέψεις σε αρχαιολογικούς χώρους ή σε ελαιοτριβεία, παραδοσιακά χωριά και λαογραφικά μουσεία, μέχρι πολυήμερες εκδρομές στη φύση και εκδρομές «περιπέτειας», ενώ υπάρχουν και ξενοδοχεία που λειτουργούν σε οικολογική βάση με κήπους βιολογικής καλλιέργειας και καταφύγια πουλιών. Όλα αυτά σε συνδυασμό με τα εξαιρετικής ποιότητας αγαθά που προσφέρει το νησί μας, όπως είναι η φυσική ομορφιά με τη σπάνια βιοποικιλότητα, τα μοναδικά μνημεία, οι αρχαιολογικοί χώροι, κοιτίδες του παγκόσμιου πολιτισμού, ο λαμπρός ήλιος και οι ατέλειωτες αμμόδεις ακτές μας, μαζί με το δροσερό Αιγαίοπελαγίτικο άνεμό τους και τη λεβεντιά του λαού μας, έχουμε μια ξεχωριστή και μοναδική θέση στον Ευρωπαϊκό χώρο. Μεγάλο νησί, το πέμπτο σε μέγεθος στις Μεσογείους, δίνει στον επισκέπτη την δυνατότητα να βρεθεί εύκολα από τις χρυσαφένιες αμμουδιές στα άγρια όρη, από τα παραθαλάσσια θέρετρα στα περήφανα ορεινά χωριά, από τις εύφορες καλλιέργειες στα δύσβατα φαράγγια.

Η Κρήτη θέλει μια αρμαθιά κλειδιά για να την ανοίξει κανείς,
Τα κλειδιά τα κρατούν οι Κρητικοί στα χέρια τους και ξεκλειδώνουν ένα – ένα τα μυστικά του τόπου τους.
Μυστικά ομορφιάς, γνώσης, απόλαυσης, εμπειριών ζωής...

Ο εναλλακτικός ταξιδιώτης θα βρει στην Κρήτη τον παράδεισο του.

Κεφάλαιο 2^ο

Γνωρίζοντας την Κρήτη, Δραστηριότητες και Διαδρομές στην Κρήτη

A. Γνωρίζοντας την Κρήτη

Γεωλογία

Στην καρδιά της Μεσογείου, σταυροδρόμι πολιτισμών η Κρήτη, το πέμπτο μεγαλύτερο νησί της Μεσογείου δημιουργήθηκε από τη σύγκρουση της αφρικανικής πλάκας με την ευρω-ασιατική, η οποία υψωνόταν καθώς γλιστρούσε πάνω από τη αφρικανική. Αυτές οι κινήσεις συνεχίζονται μέχρι σήμερα, έτσι η Κρήτη μεταβάλλεται διαρκώς καθώς η βόρεια πλευρά βυθίζεται σταδιακά, ενώ αντίθετα η νότια πλευρά ανυψώνεται. Αυτός είναι ίσως ο λόγος που η βόρεια πλευρά του νησιού παρουσιάζει ομαλότερες κλίσεις και μεγαλύτερες πεδινές εκτάσεις από την κακοτράχαλη νότια, όπου τα βουνά κατηφορίζουν απότομα ως την θάλασσα.

Το νησί πήρε το σημερινό του σχήμα πριν από ένα με τρία εκατομμύρια χρόνια. Τα ασβεστολιθικά πετρώματα που διαβρώνονταν από τα νερά της βροχής και των χειμάρρων δημιούργησαν πολλά σπήλαια και φαράγγια τα οποία αργότερα θα αξιοποιούνταν στο έπακρο από τους κατοίκους του νησιού για προστασία από τους εισβολείς και σήμερα αποτελούν πόλο έλξης για ψαγμένους φυσιολάτρες ταξιδιώτες.

Οι γεωλογικές μεταβολές και οι εναλλαγές των κλιματολογικών συνθηκών επηρέασαν, φυσικά, τη ζωή στο νησί. Πολλά μεγάλα θηλαστικά όπως ο *elephas antiquus*, ο νάνος *elephas creticus*, ιπποπόταμοι, ρινόκεροι,

άγριες αγελάδες, ελάφια και βίσονες, που αρχικά κατοικούσαν εδώ, εξαφανίστηκαν. Μόνο τα αγρίμια διατηρήθηκαν από τα προϊστορικά χρόνια μέχρι σήμερα.

Στο νησί δεσπόζουν τρία μεγάλα ορεινά συγκροτήματα, τα Λευκά Όρη, ο Ψηλορείτης και η Δίκη που πλησιάζουν τα 2500 μ. ύψος. Η μορφολογία του νησιού χαρακτηρίζεται από μεγάλη ποικιλομορφία: ορεινές ζώνες με υψόμετρο από 400μ. και πάνω (πάνω από τα 1000μ έχουμε τις γυμνές Μαδάρες), τις ημι-ορεινές μεταξύ 400μ. και 200 μ. και τις χαμηλές πεδινές με υψόμετρο μικρότερο των 200μ. και μέχρι την θάλασσα. Στα ομηρικά χρόνια ο Ψηλορείτης καλύπτονταν από απέραντα δάση στα οποία οφείλει και την αρχαία ονομασία του Ίδη, από την δωρική λέξη «ίδα», που σημαίνει δέντρα για ξύλευση, δάσος, δασωμένο βουνό. Σήμερα από τα αρχαία δάση δεν έχει μείνει σχεδόν τίποτα. Εξάλλου, η έλλειψη νερών και ποταμών και η κτηνοτροφία συντελούν ώστε τα δάση να καλύπτουν λιγότερο από το 1/10 της επιφάνειας του εδάφους και κυριαρχούν οι φρυγανότοποι.

Η Κρήτη χαρακτηρίζεται από την ύπαρξη εκατοντάδων φαράγγιων, που σχίζουν τα πανύψηλα βουνά της και καταλήγουν σε πανέμορφες κοιλάδες. Τα φαράγγια είναι κομμάτι της προσωπικότητας του νησιού. Σε κάθε γωνιά της ορεινής Κρήτης ανοίγονται αυτά τα υπέροχα φαράγγια με τα πορτοκαλιά και γκριζοπράσινα χρώματα των τοιχωμάτων τους να λειτουργούν ως είσοδοι σε κόσμους εκπληκτικής ομορφιάς.

Η γεωλογική δομή των ορεινών όγκων της Κρήτης, οι οποίοι καλύπτονται εξ' ολοκλήρου από σχηματισμούς ασβεστολιθικών πετρωμάτων, ευνόησαν σημαντικά τη δημιουργία αυτού του μεγάλου αριθμού φαράγγιων που με την σειρά τους συμβάλουν στη διαμόρφωση ενός τόσο πλούσιου γεωμορφολογικά τοπίου όπως το Κρητικό.

Ο συνδυασμός των βουνών και των κοιλάδων με το στοιχείο της θάλασσας, ειδικά στη νότια Κρήτη δημιουργούν ένα τοπίο που εναλλάσσετε διαρκώς. Ειδικά στα Σφακιά τον «τόπο των φαράγγιων» όπως χαρακτηρίζεται η περιοχή, σε μια απόσταση 30 χιλιομέτρων βρίσκονται συγκεντρωμένα πάνω από 15 επιβλητικά φαράγγια ανάμεσα τους και το φημισμένο Φαράγγι της Σαμαριάς.

Τα σημαντικότερα φαράγγια τα συναντούμε στις νότιες πλευρές των ορεινών όγκων. Εκτός από το φαράγγι της Σαμαριάς στα Λευκά Όρη στο νομό Χανίων μπορούμε να θαυμάσουμε τα εξίσου εντυπωσιακά φαράγγια της Αγίας Ειρήνης, της Αράδαινας και της Ίμπρου. Στα νότια του νομού Ρεθύμνου θα συναντήσουμε τα γοητευτικά φαράγγια του Κουρταλιώτη και του Κοτσυφού. Στα βόρεια του Ψηλορείτη βρίσκεται το φαράγγι των Ζωνιανών ενώ στα νότια το φαράγγι του Αγίου Νικολάου καταλήγει στο δάσος του Ρούβα το μεγαλύτερο πρινοδάσος της Ελλάδας. Στο νομό Λασιθίου νότια της Δίκης βρίσκεται το υπέροχο φαράγγι της Σαρακήνας, ενώ στο όρος Θρύπη θα απολαύσουμε το επιβλητικό και δυσπρόσιτο φαράγγι του Χα. Στα ανατολικά του νομού η διάσχιση του φαράγγιού της Ζάκρου παραμένει μια μοναδική ανεπανάληπτη εμπειρία.

Η γνωριμία με τα φαράγγια της Κρήτης αποτελεί ταυτόχρονα ένα ταξίδι για την γνωριμία της φύσης, του πολιτισμού και τις ιστορίας του νησιού. Ακολουθώντας τα, ανακαλύπτεις τις πλούσιες συγκινήσεις που προσφέρει μια αιώνια φύση και ένας υπέροχος λαός.

Πανίδα

Παρότι ο κρητικός αίγαγρος, το αγρίμι ή κρι-κρι (*Capra aegagrus gretica*) είναι ο πιο γνωστός, υπάρχον ακόμη και άλλα είδη θηλαστικών, όπως ο αγριόγατος ή φουρόγατος (*Felis silvestris cretensis*), το γεωργαλίδικο άλογο, ο κρητικός ιχνηλάτης, ο ακανθοποντικός, η κρητική μυγαλή, η νυφίτσα, η ζουρίδα (κουνάβι), ο άρκαλος (ασβός), ο ποντικός με φουντωτή ουρά και η νυχτερίδα.

Από τα 350 είδη πουλιών που ζουν ή περνούν από την Κρήτη και καθιστούν το νησί ιδανικό τόπο για παρατήρηση πουλιών, εντυπωσιάζουν ο γυπαετός κοκκαλάς (*Gypaetus barbatus*), το όρνιο (*Gyps fluvus*), η βιτσιάλα (*Exraetus fluvus*), ο χρυσαετός (*Aquila chrysaetos*), ο πετρίτης (*Falco peregrinus*), το ταχύτερο πτηνό στον κόσμο, η γερακίνα (*Buteo buteo*), το ξεφτέρι (*Accipter nisus*), και το σαΐνι (*Accipter brevipes*), Ο μαυροπετρίτης (*Falco eleonora*), ο βασιλαετός (*Aquila heliaca*) και ο σταυραετός (*Hieraetus pennatus*) περνούν από το νησί το χειμώνα ή το καλοκαίρι για κυνήγι. Από τα μεταναστευτικά ξεχωρίζουν ο φίδαετός (*Girgaetus gallicus*), ο καλαμοκίρκος (*Circus aeruginosus*), ο βαλτόκίρκος (*Circus cyaneus*).

Στις παραλίες, τέλος, ζητούν καταφύγιο η φώκια *Monachus monachus* και η θαλάσσια χελώνα *Caretta caretta*. Επίσης, μεταξύ Σφακιών και Γαύδου (νότια των Χανίων), ζει η φάλαινα φυσητήρας (*sperm whale*) καθ' όλη την διάρκεια του έτους, γεγονός μοναδικό στον κόσμο.

Από αμφίβια, ξεχωρίζουν ο κρητικός δενδροβάτραχος (*Hyla arborea cretensis*), ο κρητικός βάτραχος (*Rana cretensis*) και ο πράσινος φρύνος (*Bufo viridis*). Τέλος φυσικά έχουμε τα σαλιγκάρια της Κρήτης. Πολλά είδη σαλιγκαριών είναι ενδημικά του νησιού.

Χλωρίδα

Απομονωμένο και αυτάρκες το νησί, δικαιολογημένα καυχάται για τον οικολογικό του πλούτο, ο οποίος έχει συμβάλει στην διαμόρφωση του μοναδικού τρόπου ζωής και διατροφής των Κρητικών. Ιδιαίτερα τα αρωματικά φυτά και βότανα, πολλά από τα οποία απαντώνται μόνο στο νησί, χρησιμεύουν σε δεκάδες συνταγές, μαγειρικές και θεραπευτικές.

Από τα 1750 είδη φυτών που συναντάμε στην Κρήτη, πάνω από το 10% είναι ενδημικά, δηλαδή δεν φυτρώνουν πουθενά αλλού στον κόσμο. Πρόκειται για αριθμό τεράστιο σε σχέση με την περιορισμένη, συγκριτικά, έκταση του νησιού, ο οποίος μπορεί να παραβληθεί με τον οικολογικό πλούτο των δασών του Αμαζονίου! Από αυτά τα είδη, ορισμένα φύονται σε ελάχιστες απομονωμένες περιοχές. Άλλα απαντώνται σε ολόκληρο το νησί και το άρωμα τους γίνεται συνώνυμο του κρητικού τόπου. Στα ξηρά, άνυδρα βουνά, αλλά και στα δάση και τα φαράγγια, αφθονούν ακόμη πολλά αρωματικά φυτά, όπως το μάραθο, ο αγκισαρός, η λεβάντα, η καυκαλήθρα και το μελισσόχορτο.

Τα αρωματικά βότανα χρωστούν τη μυρωδιά τους ακριβώς στο άνυδρο τοπίο, το οποίο επιβάλλει την υψηλή περιεκτικότητα σε αιθέρια έλαια και άλλες εύοσμες ουσίες. Στο οροπέδιο του Ομαλού, κυρίως φύεται το σταμναγκάθι (*Cichorium spinosum*), που μέχρι το τέλος της άνοιξης τρώγετε ωμό σε σαλάτες. Το δίκταμο (*Origanum dictamnus*) ενδημικό και αυτό, λέγεται και «έρωντας» γιατί λέγεται ότι το ρόφημα του γιάτρευε μέχρι και τις ερωτικές απογοητεύσεις, η «σταματόχορτο» γιατί σταματούσε τα συμπτώματα πολλών ασθενειών. Οι παλιοί έλεγαν πως τα αγρίμια όταν τραυματιζόνταν έτριβαν τις πληγές τους πάνω στο φυτό για να επουλωθούν γρηγορότερα.

Στα ημιορεινά και ορεινά πετρώδη εδάφη φύονται σε μεγάλες ποσότητες το φασκόμηλο (*Salvia fruticosa*), η μαλοτήρα (*Sideritis syriaca*), ποικιλία τσαγιού του βουνού, η ρίγανη (*Origanum vulgare*), και το θυμάρι (*Thymus capitatus*), τα οποία αν και συναντιούνται και στην υπόλοιπη Ελλάδα, οφείλουμε να τα μνημονεύσουμε, καθώς εδώ έχουν την τιμητική τους. Η θρύμπα (*Satureja thymbra*) είναι φαρμακευτικό φυτό, που χρησιμεύει και στην μελισσοκομία. Ανάμεσα στα φρύγανα, φυτρώνουν ο φλώμος (*Phlomis* sp.), ο ασπάλαθος (*Calicotone villosa*), η αφάνα (*Sarcopoterium spinosum*), η αγριολεβάντα (*Lavandula stoechas*), και τα διάφορα είδη λαδανιάς (*Citrus* sp.), το ρετσίνο το οποίο δίνει το λάδανο, το φάρμακο σε πολλές παραδοσιακές συνταγές. Στις αυλές και στους κήπους της Κρήτης θα βρείτε, η μάλλον θα μυρίσετε, δεκάδες ακόμη οικιακά αρωματικά φυτά, που δίνουν άλλο τόνο στη κρητική κουζίνα.

Αλλά δεν είναι μόνο τα αρωματικά, υπάρχουν και τα άνθη. Στις αμμώδεις παραλίες κυριαρχεί, με τα κατάλευκα άνθη του, το κρινάκι της θάλασσας (*Pancreatium maritimum*). Στις παραθαλάσσιες περιοχές θα βρείτε φυτά όπως τα *Euphorbia paralias*, *Medicago marina*, *Otanthus maritimus*, *Eryngium maritimum*, *Crithmum maritimum*. Στις πεδινές εκτάσεις την άνοιξη φυτρώνουν γλαδιόλες (*Gladiolus italicus*), ανεμώνες (*Anemone coronaria*), νάρκισσοι (*Narcissus tazetta*) και νεραγκούλες (*Ranunculus asiaticus*). Σε μεγαλύτερα υψόμετρα φυτρώνουν ο μυρωδάτος αστύρακας (*Styrax officinalis*), τα ρείκια (*Erica arborea*, *Erica manipuliflora*), ο σχίνος (*Pistacia lentiscus*), η τραμιθιά (*Pistacia terebinthus*), η δάφνη (*Laurus nobilis*), ο πρίνος (*Quercus coccifera*), οι κουμαριές (*Arbutus*), και η μυρτιά (*Myrtus communis*).

Στα φαράγγια, μακριά από τα βλέμματα, ενδημούν πιο σπάνια είδη: οι ενδημικές *Campanula tubulosa* και *Campanula saxatilis*, το όνοσμο το ελληνικό (*Onosma graecum*), η βραχόφιλη τουλίπα (*Tulipa saxatilis*), η ενδημική πανέμορφη κόκκινη *Tulipa doerfleri*, καθώς και η *Staehelina arboera* και *Staehelina fruticosa*.

Στα βουνά επίσης θα βρείτε μερικά ακόμη σπάνια φυτά όπως το αγριογαρύφαλλο *Dianthus pulviniformis*. Στον Ψηλορείτη ενδημούν η *horstrissea dolonikola* και η *petromarula pinnata*. Απαντώνται ακόμα ο φθινοπωρινός *crocus oreocreticus*, η χιονοδόξα (*Chionodoxa nana*), το άρο της Ίδης (*Arum idaeum*) και η βιόλα η εύοσμη (*Viola fragrans*). Σημαντικό κεφάλαιο αποτελούν οι ορχιδέες σε μεγάλη ποικιλία, καθώς

πολύ συχνά υβρίζονται. Ειδικά στο οροπέδιο Γιούς Κάμπος, το υβρίδιο μεταξύ της *Orchis Lactea* και της *Orchis tridentate* παρουσιάζει τέτοια πυκνότητα, ώστε μοιάζει σαν νέο είδος. Τέλος, ενδημικό είδος ορχιδέας είναι το κρητικό κεφαλάνθηρο.

Τα δασικά συστήματα περιλαμβάνουν εκείνα με τραχεία πεύκα και εκείνα με πουννάρια στα νότια του Ψηλορείτη, περιοχή Ζαρού ως Βορίζια, και στα νότια Αστερούσια, περιοχή Κουδουμά. Δάσος τραχείας πεύκης υπάρχει και στο Σελάκανο. Στο οροπέδιο Καθαρού υπάρχει το μοναδικό κυπαρισσόδασος. Επίσης, υπάρχουν δάση αζίλακα ή αριά (*Cuercus Ilex*) στις Ροδακινιές, περιοχή Κρασιού και στην Σελένα, και δάση φυλλοβόλου Δρυ (*Cuercus makrolepis*), στην περιοχή Καστελίου. Μικρές συστάδες φοίνικα *Phoenix theophrastis* εμφανίζονται στον Αχεντριά του Νομού Ηρακλείου. Στο Βάι υπάρχει το μοναδικό φοινικόδασος, ενώ σε βαθιές κοιλάδες και φαράγγια θα βρείτε τον σπάνιο αειθαλή πλάτανο, ενδημικό της Κρήτης.

Κλίμα

Οι χειμώνες της Κρήτης είναι ήπιοι, η άνοιξη και το φθινόπωρο γλυκά και ευχάριστα, τα καλοκαίρια της ηλιόλουστα και ζεστά. Η μορφολογία, η γεωγραφία και το κλίμα συνθέτουν έναν τόπο ειδυλλιακό, όπου βασιλεύει η ισορροπία της φύσης.

Η Κρήτη με τις 300 ημέρες ηλιοφάνειας διαθέτει ένα από τα πλέον υγιεινά κλίματα της Ευρώπης. Το εύκρατο μεσογειακό κλίμα επικρατεί στο μεγαλύτερο τμήμα του νησιού, αλλά τους χειμερινούς μήνες παρουσιάζονται χιονοπτώσεις στα ορεινά. Οι βροχοπτώσεις είναι υψηλές στο δυτικό τμήμα και μειώνονται προς τα ανατολικά. Επικρατέστεροι άνεμοι είναι οι βορειοδυτικοί, ενώ το καλοκαίρι το μελτέμι, ένας βόρειος άνεμος εξασφαλίζει ικανοποιητική δροσιά και ιδανικές συνθήκες για τους φίλους του surfing. Επίσης το καλοκαίρι συχνά φυσάει και ο Λίβας, ένας καυτός νότιος άνεμος.

Παραλίες

Η Κρήτη προσφέρει 350 χιλιόμετρα παραλιών όλων των ειδών: οργανωμένες, κοσμοπολίτικες πλαζ, ερημικές, γραφικές και παρθένες ακρογιαλιές. Οι οργανωμένες και κοσμοπολίτικες προσφέρουν μια ευρεία γκάμα υπηρεσιών στους επισκέπτες του νησιού όπως: ανέσεις, ασφάλεια, φαγητό, ποτό, θαλάσσια σπορ κ.τ.λ. και οι περισσότερες έχουν βραβευτεί με την γαλάζια σημαία της Ευρωπαϊκής Ένωσης για την καθαριότητα και την άρτια οργάνωσή τους.

Για όσους προτιμούν να βρίσκονται περισσότερο κοντά στην φύση υπάρχει ένας μεγάλος αριθμός παραλιών που διατηρούν ανέπαφη την φυσική ομορφιά και την γραφικότητά τους, όπως στα ανατολικά η Ίτανος, η Ζάκρος και το Βάι. Στα νότια του Ηρακλείου ο Λέντας, ο Κομμός και τα Μάταλλα με τις σπηλιές στους βράχους. Στο Ρέθυμνο το Μπαλί, ο Άγιος Παύλος, η μαγευτική Τριόπετρα και η Λίμνη Πρέβελη με το μοναδικό οικοσύστημα των εκβολών του Κουρταλιώτη ποταμού. Στα Χανιά το Φραγκοκάστελο, το Ελαφονήσι, η Φαλάσαρνα που το 2002 και 2003 ψηφίστηκε η καλύτερη παραλία της Ευρώπης. Τέλος ο Μπάλος με την εξωτική λιμνοθάλασσα, την ψιλή λευκή άμμο, τα αβαθή καταπράσινα νερά, είναι λίγες από τις υπέροχες παραλίες του νησιού.

Λαϊκός Πολιτισμός

Η Κρήτη στο πέρασμα των αιώνων και υπό την πίεση ξένων κατακτητών, κατάφερε να διατηρήσει μέχρι σήμερα αναλλοίωτα τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του τοπικού πολιτισμού και της λαϊκής της παράδοσης που οι ρίζες τους φτάνουν έως την μινωική εποχή. Εκφράσεις του τοπικού λαϊκού πολιτισμού αποτελούν τα ήθη και τα έθιμα των ντόπιων, οι παραδοσιακές γιορτές και τα πανηγύρια που παραμένουν ζωντανά ελκύουν πλήθος επισκεπτών, καθώς και οι παραδοσιακές τέχνες όπως η υφαντική, η αγγειοπλαστική, η υαλοργαλία, η ξυλογλυπτική κ.α. Ο λαϊκός πολιτισμός αποτελεί στοιχείο αναγνωσιμότητας και πόλο έλξης για την ευρύτερη περιοχή προσδιορίζοντας επί της ουσίας την ταυτότητα αυτού του μοναδικού τόπου.

Υφαντική. Η υφαντική τέχνη έχει μακραίωνη παράδοση στην Κρήτη. Σε κάθε σπίτι σε παλαιότερες εποχές υπήρχε παραδοσιακός αργαλειός για την ύφανση ξομπλιαστών και πλουμιστών υφαντών. Σήμερα η υφαντική τέχνη έχει περιοριστεί σημαντικά σε ορεινές περιοχές του Ψηλορείτη (Κρουσώνα, Γέργερης,

Ζαρού) και της Δίκτης (Βιάννος), όπου οι γυναίκες μεγαλύτερης συνήθως ηλικίας, εξακολουθούν να δημιουργούν μοναδικά Κρητικά υφαντά ακολουθώντας την παράδοση αιώνων.

Κεραμική. Όπως μαρτυρούν τα αρχαία ευρήματα, η κεραμική τέχνη έχει μακράιωνη ιστορία. Μοναδικής κομψότητας και τεχνικής κεραμικά πιθάρια κοσμούνται με αναπαραστάσεις από την φύση, αποδεικνύοντας την καλλιτεχνική ικανότητα των Μινωϊτών. Η αρχαία αυτή τέχνη διατηρήθηκε και αναπτύχθηκε στο πέρασμα του χρόνου και σήμερα σε διάφορα μέρη οι παραδοσιακοί τεχνίτες, ακολουθώντας την παράδοση των προγόνων τους, δημιουργούν χρηστικά και διακοσμητικά αντικείμενα ιδιαίτερης αξίας. Υπάρχουν τέσσερις κύριες περιοχές όπου αυτές οι τεχνικές ανθούν ακόμη και σήμερα στην Κρήτη. Στο Θραψανό (Ηράκλειο), στις Μαργαρίτες (Ρέθυμνο), στα Νοχιά (Χανιά) και στο Κεντρί (Λασιθί).

Μουσική παράδοση. Η μουσική και ο χορός είναι άμεσα συνδεδεμένοι με την κοινωνική ζωή των Κρητικών από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα. Παραδοσιακές μουσικές και τοπικοί χοροί που έχουν τις ρίζες τους στην αρχαιότητα, κατέχουν κυρίαρχη θέση όχι μόνο σε εορτές και κοινωνικές εκδηλώσεις, αλλά και στην καθημερινή ζωή των ντόπιων.

Πολιτιστικές Εκδηλώσεις

Η Κρήτη και σήμερα όπως υπήρξε σε ολόκληρη την ιστορική της διαδρομή, είναι ένα κοσμοπολίτικο νησί αλλά διατηρεί πάντα τα στοιχεία εκείνα που συνθέτουν την πολιτιστική φυσιογνωμία της λαϊκής της παράδοσης.

Οι γιορτές και τα πανηγύρια, οι καθημερινές μικρές ασχολίες και η πλούσια καλλιτεχνική παραγωγή σε παραδοσιακούς τομείς δημιουργίας είναι οι σύνδεσμοι του σύγχρονου Κρητικού με το παρελθόν και την παράδοση του.

Τα λαογραφικά μουσεία και οι κατά τόπους πολιτιστικοί σύλλογοι έχουν διασώσει έναν μεγάλο αριθμό παραδοσιακών αντικειμένων, ενώ σε κάθε ευκαιρία παραδοσιακών εορτών αναβιώνουν πατροπαράδοτα έθιμα. Κατά την διάρκεια του καλοκαιριού διοργανώνονται σε πολλά χωριά αξιόλογες πολιτιστικές εκδηλώσεις με αφορμή κυρίως θρησκευτικές εορτές ή ιστορικές επετείους.

Αρκετές πάλι τοπικές εκδηλώσεις είναι βασισμένες στα τοπικά προϊόντα, ορισμένες από τις οποίες αναφέρονται και παρακάτω.

Πίνακας 1. Πολιτιστικές Εκδηλώσεις

Τελευταίοι μήνες της άνοιξης	Ορεινές περιοχές της Κρήτης	«Κουρές». Από τις πιο ενδιαφέρουσες γιορτές. Οι κτηνοτρόφοι προσκαλούν φίλους και συγγενείς για να τους βοηθήσουν στην κουρά των προβάτων. Ακολουθεί γλέντι και φαγοπότι.
Τέλη Μάη, αρχές Ιούνη	Σάρχος & Καρανού Χανίων	Γιορτή Κερασιού.
		Γιορτή κρασιού με

Ιούλιος	Δαφνές	εκδηλώσεις που διαρκούν από 10 μέχρι 15 ημέρες.
Ιούλιος	Θραψανό	Γιορτή του αγγειοπλάστη
Αύγουστος	Ρέθυμνο	Γιορτή του κρητικού κρασιού
Αύγουστος	Αφράτα Κολυμβαρίου & Βορίζια δήμου Ζαρού	Γιορτή μελιού
Αύγουστος	Τζερμιάδο Λασιθίου	Τριήμερη γιορτή πατάτας
Αύγουστος	Χανιά, Ενετικό λιμάνι	Αγροτικός Αύγουστος
Αύγουστος	Χάρακας	Γιορτή καρπουζιού
Φθινόπωρο	Σε όλη την Κρήτη	«Καζανέματα» Ο παραδοσιακός τρόπος παρασκευής της περίφημης κρητικής τσικουδιάς
Τέλη Οκτώβρη, αρχές Νοέμβρη	Πρασές Κυδωνίας & Έλος Κισσάμου	Γιορτή κάστανου
Νοέμβριος	Λουτράκι Κυδωνίας, Κάντανος Πλατανιάς	Γιορτή τσικουδιάς

Μοναστήρια

Στα μοναστήρια της Κρήτης επιβιώνει μια πανάρχαια μοναστική παράδοση που γνώρισε το αποκορύφωμα της τη βενετσιάνικη περίοδο κατά την οποία ήκμασε η περίφημη Κρητική Σχολή Αγιογραφίας. Η αρχιτεκτονική, η διακόσμηση και η ζωγραφική εκκλησιών και μοναστηριών αντανakλούν το ορθόδοξο δόγμα, αλλά και τις ιδιαιτερότητες της κάθε περιόδου. Πολλά μοναστήρια συνεχίζουν ακόμη και σήμερα την μακραίωνη μοναστική παράδοση του νησιού, όπως του Τοπλού στο Λασιθί, της Κεράς, της Αγκαράθου, του Επανωσήφη, του Βροντησιού και της Παλιάμας στο Ηράκλειο, του Αρκαδίου και του Πρέβελι στο Ρέθυμνο, της Αγίας Τριάδας, του Γκουβερντέτου, της Χρυσοπηγής και της Γωνίας στα Χανιά.

Αρκετά μοναστήρια είναι επισκέψιμα και διαθέτουν συλλογές ιστορικών και θρησκευτικών κειμηλίων. Εκτός από τα μοναστήρια σε όλη την κρητική ύπαιθρο, αλλά και σε οικισμούς, συναντάμε ναούς με εξαιρετικό τοιχογραφικό διάκοσμο, έκφραση της εξέλιξης και των τάσεων της βυζαντινής κρητικής ζωγραφικής.

Κρητική Διατροφή

Η Κρητική παραδοσιακή κουζίνα θεωρείται σήμερα μια από τις πλέον υγιεινές του κόσμου. Ο πλούτος και η ποιότητα των προϊόντων του νησιού στο πέρασμα των αιώνων, έχει δημιουργήσει μια κουζίνα με μοναδική γεύση, φρεσκάδα και γνησιότητα. Η φύση της Κρήτης διαθέτει μεγάλη ποικιλία πρώτων υλών που η ανθρώπινη εμπειρία μεταμορφώνει σε μοναδικές γεύσεις οι οποίες συνδυάζονται με τις εποχές και το φυσικό περιβάλλον του νησιού σε μια εξαιρετική ενότητα.

Οικοτουρισμός και εναλλακτικές τουριστικές δραστηριότητες

Το πλούσιο φυσικό περιβάλλον της Κρήτης και ο τέλειος συνδυασμός βουνού και θάλασσας έχουν οδηγήσει στην ανάπτυξη εναλλακτικών μορφών τουρισμού και τουριστικών δραστηριοτήτων. **Ο οικοτουρισμός** και ο αγροτουρισμός, η ορειβασία και ο περιπατητικός τουρισμός καλύπτουν ένα ευρύ φάσμα εναλλακτικών τρόπων γνωριμίας με το νησί.

Το ευρωπαϊκό μονοπάτι μεγάλων διαδρομών E4 Alpine, διατρέχει σχεδόν όλο τον ορεινό όγκο του νησιού, με διαδρομές που προσφέρουν μοναδικές συγκινήσεις στους εραστές της φύσης και της πεζοπορίας. Για τους πιο τολμηρούς η αναρρίχηση σε πολλά μέρη του νησιού προσφέρει ανεπανάληπτες συγκινήσεις ενώ πρόκληση αποτελούν το ποδήλατο βουνού και ο ανεμοπτερισμός.

Προσφέρονται επίσης απεριόριστες δυνατότητες για θαλάσσιο αθλητικό τουρισμό. Στο σύνολο της η Κρήτη συνδυάζει επιμέρους στοιχεία (φύση, ιστορία, πολιτισμό) ικανοποιώντας τους λάτρεις των εναλλακτικών τουριστικών δραστηριοτήτων και των δραστηριοτήτων υπαίθρου.

Παραδοσιακοί ξενώνες – αγροκτήματα. Σε πολλούς οικισμούς του νησιού λειτουργούν αγροτικά καταλύματα και παραδοσιακοί ξενώνες που πληρούν υψηλά ποιοτικά κριτήρια. Οι ξενώνες στεγάζονται είτε σε παραδοσιακά κτίσματα και έχουν διαμορφωθεί κατάλληλα, είτε σε νεόδμητες κατασκευές **με σεβασμό στο περιβάλλον**, στην τοπική αρχιτεκτονική και στο χρώμα της κάθε περιοχής. Η ποιότητα των παρερχομένων υπηρεσιών είναι σε εξαιρετικά επίπεδα και στις περιπτώσεις που υπάρχει δυνατότητα εστίασης, χρησιμοποιούνται τοπικά προϊόντα και προσφέρονται εδέσματα της Κρητικής κουζίνας. Η διαμονή στους ξενώνες αυτούς είναι μια μοναδική ευκαιρία επαφής με τους ντόπιους και γνωριμίας ενός τρόπου ζωής εντελώς διαφορετικού από αυτούς τις πόλης και των αστικών κέντρων.

Ανεμοπτερισμός. Σε πολλά σημεία του νησιού υπάρχουν πίστες ανεμοπτερισμού με σημαντικότερη αυτή στο Αβδού, φορέας λειτουργίας της είναι το παράρτημα της αερολέσχης στο Ηράκλειο.

Ιππασία. Στα ιππικά κέντρα που υπάρχουν σε πολλούς οικισμούς του νησιού όπως στο Ντερέ στον Άγιο Θωμά, στο Ζαρό, στο Αβδού αλλά και σε πολλά άλλα μέρη προσφέρεται η δυνατότητα ιππασίας και παράλληλα η δυνατότητα διαμονής σε τουριστικά παραδοσιακά καταλύματα.

Canyoning. Οι λάτρεις των extreme δραστηριοτήτων και ιδίως του canyoning, θα λατρέψουν τα φαράγγια της νότιας Κρήτης, τα οποία διαθέτουν εξαιρετικά σημεία για rapel. Το canyoning την αρχή της άνοιξης, δεδομένης της παρουσίας του νερού συναρπάζει!

Σπηλαιολογία. Η Κρήτη αποτελεί τον παράδεισο των φίλων της σπηλαιολογίας, καθώς διαθέτει μοναδικού ενδιαφέροντος σπήλαια, συνέπεια των ασβεστολιθικών πετρωμάτων των ορεινών όγκων του νησιού. Οι φυσικοί αυτοί σχηματισμοί είναι άρρηκτα συνδεδεμένοι με τη ιστορία και την κουλτούρα του τόπου, δεδομένου ότι πολλά από αυτά κατά την αρχαιότητα χρησιμοποιήθηκαν ως θρησκευτικοί και λατρευτικοί χώροι. Σήμερα μόνο ένα μικρό μέρος του υπόγειου συστήματος σπηλαίων έχει εξερευνηθεί. Πρόκειται για σπήλαια που παρουσιάζουν αρχαιολογικό, ιστορικό και θρησκευτικό ενδιαφέρον.

Από τα αναρίθμητα σπήλαια του νησιού, ελάχιστα είναι επισκέψιμα με διαμορφωμένες πορείες όπως αυτά του Σφεντόνη στα Ζωνιανά και του Μελιδονίου Ρεθύμνου, καθώς επίσης και το Δικταίο Άντρο Λασιθίου.

Αναρρίχηση. Οι ορθοπλαγιές των Κρητικών βουνών και ειδικά τα τοιχώματα των φαραγγίων διαθέτουν ενδιαφέροντα αναρριχητικά πεδία διαφορετικών βαθμών δυσκολίας που ανταποκρίνονται στις διαφορετικές δυνατότητες του καθένα.

Ορειβατικά καταφύγια

Ένα μοναδικός τρόπος για να γνωρίσει κανείς την Κρήτη, είναι η πεζοπορία και η ορειβασία στις αναρίθμητες ορεινές διαδρομές του νησιού όπου υπάρχουν οκτώ ορειβατικά καταφύγια τα οποία συγκεντρώνονται κυρίως στην δυτική Κρήτη, στους ορεινούς όγκους των Λευκών Όρεων και του Ψηλορείτη. Στην ανατολική Κρήτη (Ν. Λασιθίου) υπάρχει μόνο το καταφύγιο Λιμνάκαρου. Η δυναμικότητα τους σε θέσεις φιλοξενίας ορειβατών κυμαίνεται από δεκαπέντε ορειβάτες στο καταφύγιο Λιμνάκαρου έως 50 ορειβάτες στο καταφύγιο Καλλέργη Ομαλού.

Παρακάτω παραθέτουμε αναλυτικά πληροφορίες των ορειβατικών καταφυγιων της Κρήτης:

Πίνακας 2: Ορειβατικά καταφύγια στα Χανιά

Χανιά
- Καταφύγιο "Χρήστος Χουλιόπουλος" Σβουριχτής
Τοποθεσία: Κατσιβέλι Μιτάτο, Κεντρικά Λευκά Όροι, στην κορυφή Σβουριχτή και ψηλότερη κορυφή των Λευκών Όρεων ΠΑΧΝΕΣ.
Υψόμετρο: 1970 μέτρα
Πεζοπορία: Από Ομαλό & Καταφύγιο Καλλέργη 7 ώρες. Από Ανώπολη Σφακίων 6 ώρες. Από Καταφύγιο Βόλικά 5 ώρες.
Θέσεις: 25 ορειβάτες σε κρεβάτια.
- Καταφύγιο "Βόλικά" Λευκών Όρεων.
Τοποθεσία: Θέση Βόλικας Κεραμειών (Κάμποι).
Υψόμετρο: 1400 μέτρα.
Πεζοπορία: Από Κάμπους 3 ώρες.
Θέσεις: 40 ορειβάτες σε κρεβάτια.
- Καταφύγιο "Καλλέργη" Ομαλού
Τοποθεσία: Πάνω από τον Ομαλό και δίπλα στον εθνικό δρυμό Σαμαριάς.
Υψόμετρο: 1680 μέτρα.
Πεζοπορία: Από Ομαλό 5 km δασικού δρόμου.
Θέσεις: 50 ορειβάτες σε κρεβάτια.
- Καταφύγιο "Ταύρης" Ασκύφου
Τοποθεσία: Οροπέδιο Ταύρης (ΝΙΑΤΟΣ) Ασκύφου Σφακίων.
Υψόμετρο: 1200 μέτρα.
Πεζοπορία: Από Ασκύφου 1 ώρα & 45 λεπτά.
Απόσταση: Από Ασκύφου 7,5 km αγροτικού δρόμου.
Θέσεις: 42 ορειβάτες σε κρεβάτια.

Πίνακας 3: Ορειβατικά καταφύγια στο Ηράκλειο

Ηράκλειο
- Καταφύγιο "Τουμπωτός Πρίνος" Ψηλορείτη
Τοποθεσία: Θέση Απλυτρα Δυτικής πλαγιάς Ψηλορείτη.
Υψόμετρο: 1500 μέτρα.
Πεζοπορία: 3 ώρες & 45 λεπτά από Φουρφουρά.
Θέσεις: 28 ορειβάτες σε κρεβάτια.
- Καταφύγιο "Πρίνος" Ψηλορείτη
Τοποθεσία: Θέση "Πρίνος", Άνω Ασίτες, ανατολική πλαγιά του Ψηλορείτη.
Υψόμετρο: 1100 μέτρα.
Πεζοπορία: Από Άνω Ασίτες 2 ώρες.
Θέσεις: 45 ορειβάτες σε κρεβάτια.
- Καταφύγιο "Σαμάρι" Ψηλορείτη
Τοποθεσία: Κορυφή "Σαμάρι" Δήμου Ζαρού στην Νότια Πλαγιά του Ψηλορείτη.
Υψόμετρο: 1417 μέτρα.
Πεζοπορία: Από Ζαρό 2 ώρες.
Θέσεις: 20 ορειβάτες

Πίνακας 4: Ορειβατικά καταφύγια στο Λασιθί

Λασιθί
- Καταφύγιο "Λιμνάκαρο"
Τοποθεσία: Θέση Ανεστάσι πάνω και δυτικά από το οροπέδιο Λιμνάκαρο.
Υψόμετρο: 1350 μέτρα.
Πεζοπορία: Από Άγιο Γεώργιο 1 ώρα & 45 λεπτά
Θέσεις: 15 ορειβάτες σε κρεβάτια.

B. Δραστηριότητες στην Κρήτη

Στην Κρήτη και στους τέσσερεις Νομούς της (Χανίων, Ρεθύμνης, Ηρακλείου, Λασιθίου) υπάρχουν πολυάριθμες δραστηριότητες για τον επισκέπτη **οικοτουρίστα**. Παρακάτω χωρίζουμε την Κρήτη:

*~Κρήτη των αιώνων~
~Τέσσερεις νομοί~
~Ταξιδεύουμε και ανακαλύπτουμε~
~Αναλύουμε και περιγράφουμε~
~Προτείνουμε και καταγράφουμε~*

-Με σεβασμό στο περιβάλλον και στην ισορροπία της εξέλιξης και της διατήρησης-

Νομός Χανίων

Τα λευκά Όροι με τον εθνικό δρυμό τους, και το πιο διάσημο φαράγγι στην Ελλάδα, πανέμορφα σηματοδοτημένα μονοπάτια, αναρριχητικές πίστες με όλους τους βαθμούς δυσκολίας, τοποθεσίες ιδανικές

για ανεμοπτερισμό, αλλά και θαλάσσιο βυθό για αρχάριους και έμπειρους δύτες, κατάφορτα αμέλεια, κρασί και ρακοκάζανα, ιδανικά για οινικό τουρισμό και θύλακες πολιτισμού 50 αιώνων. Ο δυτικότερος νομός της Μεγαλονήσου και οι άνθρωποι του κρατούν όλα τα κλειδιά για να κάνουν τον εναλλακτικό τουρίστα – οικοτουρίστα να επιστρέψει ξανά και ξανά!

Ο Νομός Χανίων περιβεβλημένος από την θάλασσα, ξαποσταίνει τη ράχη του στον επιβλητικό όγκο των Λευκών Όρεων, αναπολώντας τις δόξες του παρελθόντος, μακρινού ή πρόσφατου. Επαναστάσεις, μάχες πόλεμοι αιώνων έπλεξαν ένα πέπλο θρύλων, οι οποίοι ζωντανεύουν σε κάθε βήμα του επισκέπτη, ξεπηδώντας από το έδαφος, όπως το νερό από το κεφαλόβρυσο ή τα λουλούδια την άνοιξη.

Φυσικός πλούτος: Η κυριαρχία των Λευκών Όρεων στο νομό φαίνεται να καθορίζει την ζωή και την ιστορία του τόπου. Με 415 χιλιόμετρα ακτής από τα τρία σημεία του ορίζοντα, θα περίμενε κανείς ότι η ζωή και η οικονομία θα ήταν κυρίως ναυτικές. Κι όμως, η εκτεταμένη οροσειρά, μήκους 50 και πλάτος 25 χιλιομέτρων, καταλαμβάνει το μεγαλύτερο τμήμα του Νομού. Με ψηλότερη κορυφή στα 2454 μέτρα και δεκάδες κορυφές άνω των 2000 μέτρων, τα Λευκά Όροι αποτελούσαν όχι μόνο διαρκή πηγή νερού και ζωής για την περιοχή, αλλά και σίγουρο καταφύγιο σε περιπτώσεις κρίσης. Οι σφιακιανές Μαδάρες, μια έρημος πάνω στο βουνό, αποτελούν πρωτόγνωρο γεωλογικό φαινόμενο και μοναδικό τοπίο. Επίπεδες εκτάσεις υπάρχουν μόνο στο βόρειο και βορειοδυτικό τμήμα του νομού, όπου υπάρχουν και οι περισσότερες σημερινές κοινότητες. Η γεωγραφική απομόνωση των Σφακίων έχει συμβάλει κατά πολύ στην διαμόρφωση του ανυπότακτου χαρακτήρα της περιοχής.

Ο εθνικός δρυμός Λευκών Όρεων είναι ο μοναδικός της Κρήτης. Πυρήνας του είναι το φαράγγι της Σαμαριάς, που ξεκινά στην νότια πλευρά του οροπεδίου του Ομαλού, σε υψόμετρο 1200 μέτρα και κατεβαίνει στην Αγία Ρούμελη, στο Λυβικό Πέλαγος. Μαζί με τις γύρω πλαγιές και άλλα μικρότερα φαράγγια που βγαίνουν σε αυτό, αποτελεί το ενιαίο σύνολο του εθνικού δρυμού. Πάνω από 450 είδη του φυσικού βασιλείου βρίσκονται στην περιοχή, 70 από τα οποία είναι ενδημικά της Κρήτης. Ορισμένα, όπως η ονοβρυχίς, τα ελίχρυσο και το κεφαλάνθηρο, είναι πολύ σπάνια. Εδώ ζουν και οι μεγαλύτεροι πληθυσμοί κρι κρι. Στο δρυμό, τα ίχνη προϊστορικών οικισμών, αλλά και ίχνη από πολλές ιστορικές περιόδους, όπως και το παλιό χωριό της Σαμαριάς και τα βενετσιάνικα κάστρα, μαρτυρούν ότι σε κάποιες σκληρές εποχές αυτή η αφιλόξενη περιοχή αποτελούσε όαση γαλήνης και ασφάλειας. Το Ελαφονήσι είναι υπέροχο. Ιδανική εποχή να το επισκεφτείτε είναι ο Μάιος ή ο Σεπτέμβριος, ώστε να περιπλανηθείτε στα κεδροδάση του και να περάσετε με τα πόδια απέναντι στο νησάκι για να θαυμάσετε του αμμόλοφους, τους αρωματικούς θάμνους και τα απίστευτα γαλαζοπράσινα νερά του. Λίγο νοτιότερα το Κεδρόδασος αποτελεί ένα μοναδικό μνημείο φύσης, καθώς οι κορμοί των πανάρχαιων κέδρων μοιάζουν με φυσικά γλυπτά.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Διέλευση φαραγγιών

Το φαράγγι της Σαμαριάς είναι ένα από τα εντυπωσιακότερα όλης της Ελλάδος.

Η διαδρομή αρχίζει από την θέση Ξυλόσκαλο, σε υψόμετρο 1230 μέτρα. Κατηφορίζοντας, θα βρείτε το ναό του Αγίου Νικολάου, χτισμένο πάνω στα ερείπια αρχαίου ναού, δείγμα ότι το φαράγγι ήταν από παλιά κατοικημένο. Στη μέση της διαδρομής θα βρείτε το παλιό χωριό της Σαμαριάς, τα ελάχιστα σπίτια του οποίου χρησιμοποιούνται τώρα από την διεύθυνση του δρυμού. Σε τρία σημεία, τις Πόρτες, το φαράγγι στενεύει εξαιρετικά και οι πλευρές του φτάνουν τα 500 μέτρα ύψος. Ύστερα από πορεία 16 km, φτάνετε στην Αγία Ρούμελη, απ' όπου μπορείτε να πάρετε το караβάκι για την χώρα Σφακίων. Ή εάν έχετε δυνάμεις, να περπατήσετε άλλα 12 km δύσκολο μονοπάτι.

Το φαράγγι Ίμπρου είναι μικρό, μόνο 8 km, αλλά πολύ ωραίο, καθώς στις απότομες πλαγιές του φυτρώνουν πεύκα, κυπαρίσσια και πρίνοι. Η διάβαση του αρχίζει από το ορεινό χωριό των Σφακίων Ίμβρος, σε υψόμετρο 780 μέτρα, και απαιτεί δύο με τρεις ώρες. Έχει πολλά στενά σημεία, όπου βλέπεις μόνο μια φέτα του ουρανού. Το στενότερο σημείο έχει πλάτος μόνο δύο μέτρα. Καταλήγει στο Φραγκοκάστελο, στο χωριό Κομιτάδες.

Υπέροχο είναι και το φαράγγι της Αγίας Ειρήνης, κοντά στο Επανωχώρι, στην επαρχία Σελίνου. Έχει πλούσια βλάστηση και πολλές πόρτες, δηλαδή στενά περάσματα. Έχει μήκος περίπου 8 km και για την διάβαση του θα χρειαστείτε τρεις ώρες. Ξεκινάει από το ομώνυμο χωριό και στην έξοδο του θα βρείτε ένα τουριστικό περίπτερο, λίγα χιλιόμετρα από την Σούγια.

Ένα από τα πλέον εντυπωσιακά είναι το φαράγγι της Αράδαινας Σφακίων. Για να κατεβείτε το φαράγγι θα βρείτε το παλιό πέτρινο μονοπάτι, δίπλα την μεταλλική γέφυρα, από την οποία συχνά εκτελούνται άλματα bungee jumping. Μόλις φτάσετε στον πάτο του φαραγγιού, θα χρειαστείτε δυόμιση ώρες πεζοπορίας μέχρι την έξοδο του, στη βοτσαλωτή παραλία Μάρμαρα, η οποία προσφέρετε για ένα απολαυστικό κολύμπι. Από εκεί, η πεζοπορία μέχρι το Λουτρό διαρκεί περίπου μια ώρα. Κι από εκεί ως τη Χώρα Σφακίων, άλλες δύο ώρες. Από το Λουτρό το καλοκαίρι υπάρχει και караβάκι.

Το φαράγγι της Πολυρρήνιας είναι βατό. Το μονοπάτι αρχίζει 500 μέτρα πριν το χωριό Σηρικάρη, από μια μεγάλη εκκλησία. Μισή ώρα απότομο κατέβασμα σας φέρνει στην κοίτη του φαραγγιού, όπου η διαδρομή συχνά περνά κάτω από πλατάνια. Η διαδρομή είναι σηματοδοτημένη. Ύστερα από τρεις ώρες περπάτημα φτάνετε στην Πολυρρήνια.

Ένα πανέμορφο φαράγγι συνδέει τα Δελιανά του Δήμου Κολουμβαρίου με τα Μεσαύλια του Δήμου Βουκολίων. Ο δρόμος περνά σύρριζα στο ποτάμι, ενώ σε αρκετές περιπτώσεις θα χρειαστεί να διασχίσετε ρυάκια. Η διαδρομή είναι μικρή και προς το τέλος σκαρφαλώνει στην πλαγιά όπου υπάρχει και η ερειπωμένη Μονή της Θεοτόκου Γρά Κεράς, στο ομώνυμο χωριό.

Υπάρχουν πολλά ακόμη φαράγγια, όπως το Σφακιανό, της Ελυγίας, της Τρυπητής, του Κλάδου, του Δίκταμου, του Καλλικράτη, του Ασφένδου, της Κάπνης, του Χαλασέ, του Πρασσέ και άλλα, αρκετά από τα οποία είναι βατά και επισκέψιμα το μεγαλύτερο μέρος του χρόνου.

Παρατήρηση πουλιών

Μπορείτε να κάνετε σχεδόν σε όλο τον νομό παρατήρηση πουλιών. Για παρυδάτια πουλιά στις λίμνες Αγίας και Κουρνά, στους υγρότοπους Παλαιόχωρας και Φραγκοκάστελου και στις εκβολές των ποταμών Κερίτη, Ταυρωνίτη και Σκουτελώνα. Για αρπακτικά, θα ανεβείτε στα οροπέδια. Για γύπες και κοκκινοκαλιακούδες ειδικότερα, μπορείτε, εκτός από τα ορεινά, να ψάξετε και στα ακρωτήρια Σπάθας και Γραμβούσας.

Εξερεύνηση – Σπήλαια

Το σπήλαιο της Αρκούδας ή Αρκουδιώτισσα, κοντά στην Μονή Γκουβερντέτου, πήρε το όνομα του από έναν σταλακτίτη με σχήμα που θυμίζει αρκούδα. Στο σπήλαιο λατρεύονταν η θεά Άρτεμη και αργότερα χτίστηκε εκκλησιάκι αφιερωμένο στην Παναγία.

Πάνω από το Μελιδόνι, στην περιοχή Ατζινές, υπάρχει το μεγαλύτερο σπήλαιο-βάραθρο της Ελλάδας, ο Γουργούθακας. Η κατάβαση είναι περίπλοκη, καθώς απαιτεί γνώσεις σπηλαιολογίας και ορειβατικές τεχνικές.

Πεζοπορία

Το ευρωπαϊκό μονοπάτι E4 κάνει το κύκλο του νομού, για να στραφεί βόρεια προς την Πελοπόννησο. Μερικές ενδεικτικές διαδρομές είναι: Από την Χρυσοκαλίτισσα στο Ελαφονήσι και κατόπιν στην Παλαιόχωρα. Χωματόδρομοι και βατά μονοπάτια με πολύωρες πεζοπορίες κοντά σε ερημικές ακρογιαλιές (όλη η διαδρομή έχει διάρκεια 8 ώρες). Από Παλαιόχωρα στην Σούγια, με την αρχαία Λισσό να είναι το αξιοθέατο που δεν πρέπει να προσπεράσετε χωρίς να κάνετε στάση (6 ώρες πορεία αυτή η διαδρομή). Από τη Αγία Ρούμελη μέχρι την χώρα Σφακίων, μονοπάτι σχετικά κοντά στην παραλία την περισσότερη ώρα. Πολύ ενδιαφέρον αλλά και αρκετό χρόνο πρέπει να αφιερώσετε στις παραλίες Μάρμαρα – Λύκος – Φοίνικας, αλλά και στο γραφικό χωριό Λουτρό, Ώρες πορείας: 6.

Από τον Ομαλό, το δυτικότερο άκρο του οροπεδίου αμέσως μετά την εκκλησία των Αγίων Θεοδώρων, υπάρχει ωραίο μονοπάτι, εύκολο, κατηφορικό μέχρι την Αγία Ειρήνη. Ώρες πορείας: 2. Ακόμα βατές διαδρομές είναι από τον Άγιο Ιωάννη Σφακίων μέχρι τη σπηλιά Κορμοκόπος (1 ώρα & 30 λεπτά σηματοδεδεμένο μονοπάτι) και από την ίδια αφετηρία μέχρι την Αγία Ρούμελη (3 ώρες & 30 λεπτά βατό

κατηφορικό, σημαδεμένο μονοπάτι). Επίσης, υπάρχει καλό ανηφορικό μονοπάτι στην ιστορική τοποθεσία Τρομάρισα. Διαθέτει σήμανση και οι ώρες ανάβασης είναι δύομιση. Όταν μιλάμε για πεζοπορία δεν μπορούμε βέβαια δεν μπορούμε να μην αναφερθούμε στην Γαύδο, όπου βασικό μεταφορικό μέσο είναι τα ... πόδια. Αρκετά μονοπάτια διασχίζουν το νησάκι, οδηγώντας σε μικρούς οικισμούς ή εξωτικές παραλίες. Μην παραλείψετε να επισκεφτείτε τον αναπαλαιωμένο Φάρο του νησιού.

Ορειβασία

Τα Λευκά Όροι διαθέτουν τέσσερα καταφύγια: στη θέση Βόλικας Κεραμειών, Καλλέργης Ομαλού, Ταυρής Ασκύφου Σφακίων και Σβουριχτής. Στο καταφύγιο Καλλέργη μπορείτε να ανεβείτε από το οροπέδιο Ομαλού σε μια εύκολη διαδρομή, διάρκειας 1,5 με 2 ωρών ξεκινώντας από το χωριό Ομαλός και περπατώντας σε χωματόδρομο. Η πορεία είναι κομμάτι του μονοπατιού E4.

Μετά το καταφύγιο Καλλέργη, ακολουθούμε το χωματόδρομο για άλλα 4 km (1 ώρα περπάτημα). Κατόπιν, σε ανηφορικό μονοπάτι προς την κορυφή Μελιντάου (υψόμετρο 2134 μέτρα) και, πάντα με την βοήθεια σήμανσης του E4, φθάνουμε στο καταφύγιο Σφουρικτής σε 7 ώρες από το καταφύγιο Καλλέργη. Η κορυφή Πάχνες (υψόμετρο 2454 μέτρα) απέχει τρεις ώρες πορείας από εκεί.

Στην ίδια κορυφή μπορείτε να φτάσετε από δυσκολότερη διαδρομή 12 – 14 ωρών, ξεκινώντας από το χωριό Κάμποι. Οι ειδικοί λένε ότι είναι καλύτερο να την διανύσετε σε δύο ημέρες. Και επιμένουν, λόγω της σκληρότητας του βουνού, απαραίτητα είναι όχι μόνο τα κατάλληλα ορειβατικά παπούτσια και η προμήθεια νερού, που δεν θα βρείτε σε πηγές, αλλά κυρίως η καλή φυσική κατάσταση. Επιπλέον, επειδή το βουνό είναι περίπλοκο, χρειάζονται ειδικές γνώσεις προσανατολισμού. Τα μιτάτα, μικρές καλύβες με χοντρούς τοίχους από ξερολιθιά, λαμπρά παραδείγματα αρχιτεκτονικής λιτότητας που τα έχτιζαν οι κτηνοτρόφοι για να προστατεύονται και αν φτιάχνουν τα τυριά τους, δεν φαίνονται από μακριά, καθώς είναι ένα με το τοπίο. Ωστόσο, προσφέρουν πάντα λίγη σκιά το καλοκαίρι και λίγο απάγκιο όταν φυσάει.

Αναρρίχηση

Η πιο εντυπωσιακή ορθοπλαγιά στην Κρήτη είναι αυτή του Γκίγκιλου. Βρίσκεται ακριβώς πάνω από το φαράγγι της Σαμαριάς και η πρόσβαση απαιτεί πεζοπορία περίπου μιας ώρας, από το μονοπάτι ή από το Ξυλόσκαλο. Υπάρχουν γύρω στις 15 διαδρομές ανοιγμένες και πολλές παραλλαγές αυτών. Οι δύσκολες είναι V με VII βαθμού. Λόγω σαθρού του εδάφους, δεν είναι εξοπλισμένο με μόνιμες ασφάλειες. Οι υψομετρική διαφορά είναι από 400 μέτρα ως 800 μέτρα ανάπτυγμα. Για τους λάτρεις, μπορούν οι διαδρομές να γίνουν με μπιβουάκ.

14 χιλιόμετρα νοτιοδυτικά των Χανίων υπάρχει το φαράγγι του Θερίσσου, ο αναρριχητικός παράδεισος της Κρήτης. Στην διαδρομή προς το χωριό και δίπλα από το δρόμο υπάρχουν όλες οι διαδρομές V – VIII και οι περισσότερες είναι πολύ καλά ασφαλισμένες με γκολό.

Αναρριχητική πίστα υπάρχει, δίπλα στην θάλασσα, στην περιοχή Καλαθά στο Ακρωτήρι Χανίων. Τα βράχια δεν ξεπερνούν τα 15 μέτρα, υπάρχουν γύρω στις 30 διαδρομές και παραλλαγές αυτών. Σε όλες τις διαδρομές υπάρχουν top rope ασφάλειες. Στην παραλία του Σταυρού, 14 km, υπάρχει η ομώνυμη ορθοπλαγιά. Είναι ανοιγμένες έξι διαδρομές δυσκολίας από V ως VII με υψομετρικές διαφορές από 60 ως 80 μέτρα. Ενδιάμεσες ασφάλειες δεν υπάρχουν, παρά μόνο στα ρελέ.

Canyoning

Τρία φαράγγια στα νότια του Νομού Χανίων που έχουν χαρτογραφηθεί προσφέρουν μοναδικές εμπειρίες για τους λάτρεις του canyoning:

Το φαράγγι του Κλάδου, κοντά στο φαράγγι της Σαμαριάς, με πολλές εναλλαγές και δυσκολίες, που αξίζουν όμως τον κόπο. Το φαράγγι του Σαπουνά, φαράγγι του «χάους» όπως το χαρακτηρίζουν οι ειδικοί, ξερό με απότομες κλίσεις και κοφτερά βράχια, δίνει την δυνατότητα και εναλλακτικών διαδρομών, με φυσικές δεσιές, και καταλήγει στην όμορφη παραλία του Αγίου Παύλου. Τέλος το διπλανό φαράγγι του Σφακόχωνου, τελείως ξερό και σχετικά στενό με μεγάλα κομμάτια «χάους», κατάφυτο από κυπαρίσσια και πεύκα, οδηγεί στους αμμόλοφους του Αγίου Παύλου. Η επιστροφή, εξίσου εντυπωσιακή από το αρχαίο

μονοπάτι που οδηγεί στο χωριό Άγιος Ιωάννης, μια διαδρομή τριών ωρών μέσα από την κατάφυτη πλαγιά των Λευκών Όρεων.

Παραπάντε

Μια από τις ομορφότερες πτήσεις στην Κρήτη είναι αυτή στο οροπέδιο του Ομαλού, 45 km από την πόλη των Χανίων. Η απογείωση βρίσκεται στο τέρμα του δρόμου για το καταφύγιο Καλλέργη και ο προσανατολισμός της είναι βορειοδυτικός – δυτικός. Η απογείωση δεν είναι τόσο εύκολη, μιας και το έδαφος είναι πετρώδες, αλλά οι πτήσεις εδώ είναι μαγικές, αφού γίνονται δίπλα στο φαράγγι της Σαμαριάς και τον Γκίγκιλο. Η υψομετρική διαφορά είναι 640 μέτρα.

Στο δυτικότερο κομμάτι της Κρήτης, πάνω από την αρχαία Φαλάσαρνα, απογειώνονται οι σύγχρονοι αιωροπτεριστές. Ο προσανατολισμός της πτήσης είναι δυτικός και η υψομετρική διαφορά είναι 150 με 200 μέτρα. Οι δυνατοί αέρηδες όμως είναι ικανοί να σας ανεβάσουν πολύ ψηλά.

Αν ο αέρας είναι ανατολικός ή αν έχει άπνοια, αξίζει μια βόλτα πάνω από το οροπέδιο Ασκύφου. Ο μικρός αγροτικός δρόμος, που είναι 4 km από το χωριό Ασκύφου, θα σας οδηγήσει στο σημείο απογείωσης, στην κορυφή του βουνού. Το οροπέδιο ακόμη και με άπνοια βγάζει δυνατά θερμικά, ικανά να σας κρατήσουν στον αέρα ώρες ολόκληρες. Η υψομετρική διαφορά είναι 450 μέτρα.

Περίπου 50 km από τα Χανιά βρίσκεται η λίμνη του Κουρνά. Με βόρειο και βορειοανατολικό προσανατολισμό και υψομετρική διαφορά 550 μέτρα είναι σίγουρα μια πτήση μοναδική. Οι πλαγιές γύρω από την λίμνη βγάζουν δυνατά θερμικά, τέτοια που θα κάνουν την πτήση σας πολύωρη και ενδιαφέρουσα.

Μόλις 7 km έξω από τα Χανιά βρίσκεται το χωριό του Βαρύπετρου. Από εκεί ξεκινά μικρός αγροτικός δρόμος που οδηγεί στην απογείωση, η οποία έχει υψομετρική διαφορά 150 μέτρα. Έχει βόρειο προσανατολισμό και η θέα είναι καταπληκτική, μιας και πίσω βρίσκονται τα Λευκά Όρη και η λίμνη της Αγιάς.

Καταδύσεις

Οργανωμένα καταδυτικά κέντρα με πλοiάρια και εκπαιδευτές προτείνουν καταδύσεις για αρχάριους και προχωρημένους στο δυτικό τμήμα της Μεγαλονήσου. Ενδιαφέροντα σημεία είναι στον Άγιο Ονούφρη, όπου υπάρχουν αρκετά σπήλαια, στην Μαχαιρίδα, στο Ακρωτήρι, στο νησάκι Παλαιόσουδα, στην παραλία του χωριού Αφράτα, με συνθήκες ιδανικές για αρχάριους, στην περιοχή Γραμμένου Κουντούρας, με εντυπωσιακό βυθό, και στην περιοχή Κριού Κουντούρας, για προχωρημένους δύτες.

Καγιάκ

Διαδρομές με θαλάσσιο καγιάκ μπορείτε να κάνετε στα νότια του νομού, όπως από την Παλαιόχωρα μέχρι την Σούγια. Η διαδρομή είναι 12 ναυτικά μίλια αλλά υπάρχουν παραλίες για στάσεις.

Αρχαιολογικοί χώροι

Η Άπτερα, πάνω από τον κόλπο της Σούδας, υπήρξε στα μινωικά χρόνια η ισχυρότερη πόλη της Δυτικής Κρήτης.

Η Πολυρρήνια, με θέα τόσο προς το Κρητικό όσο και προς το Λυβικό πέλαγος, ήκμασε επί αιώνες. Ελάχιστα θεμέλια σώζονται, εντύπωση όμως προκαλεί το ρωμαϊκό υδραγωγείο της.

Στο Καστέλι δείτε τα ελληνορωμαϊκά λουτρά και τα ψηφιδωτά δάπεδα, την ενετική έπαυλη Τρεβιζάν. Στη Φαλάσαρνα, η αρχαία ομώνυμη πόλη ήταν αυτόνομο κέντρο της ελληνιστικής περιόδου.

Στην Κάτω Επισκοπή Κολυμπαρίου, επισκεφτείτε τη Ροτόντα, βυζαντινό ναό, ξεχωριστής αρχιτεκτονικής που χρονολογείται στο δεύτερο μισό του 6^{ου} αιώνα.

Στο νότο, από την Παλαιόχωρα μέχρι το Φραγκοκάστελο, οι αρχαιολογικοί χώροι, παρότι μικροί, είναι πολλοί. Στην Αγία Ρούμελη θα βρείτε την αρχαία Τάρα, στην Σούγια την αρχαία Λισσό και την Έλυρο.

Τέλος..

Το Αρχαιολογικό Μουσείο, το Ιστορικό Μουσείο, το Ναυτικό Μουσείο και το Μουσείο Σχολικής Ζωής είναι από τα σημαντικότερα κτήρια που αξίζει να επισκεφτείτε. Επίσης μια βόλτα στην παλιά πόλη των

Χανίων, στην δημοτική αγορά της πόλης των Χανίων, στον παραδοσιακό οικισμό Μηλιά και στην λίμνη του Κουρνά θα σας μαγέψουν.

Για τους λάτρεις του θρησκευτικού τουρισμού πολυάριθμες εκκλησίες και μοναστήρια όπως η μονή της Αγίας Τριάδας Τζαγκαρόλων στο Ακρωτήρι, η φρουριακή μονή Κυρίας των Αγγέλων του Γκουβερντέτου, η μονή Αγίου Ιωάννη του Ερημίτη στο Ακρωτήρι, η μονή Οδηγήτριας (μονή Γωνιάς) στο Κολυμπάρι με την πολυτάραχη ιστορία και πολλές άλλες σε όλο τον νομό.

Μη ξεχάσετε να πάρετε μια γεύση από τον τόπο! Δοκιμάστε τα καλιτσούνια, τη σφακιανή τούρτα με κατσικάκι και τυρί, τον διάσημο τάκο, την ονομαστή στάκα, τους γεμιστούς κολοκυθοανθούς, το τσιγαριαστό κρέας, το σύγκλινο, το απάκι καπνισμένο με φασκόμηλο, τους χοχλιούς με χοντρό πλιγούρι, το αρνάκι με σταμναγκάθι, τις σουπιές με μάραθο και ελιές αλλά και το γιαούρτι με ντόπιο μέλι. Και φυσικά παρακολουθείστε από κοντά τις δεκάδες θρησκευτικές γιορτές και τις εκδηλώσεις του νομού κυρίως τους καλοκαιρινούς μήνες όπως ο "Αγροτικός Αύγουστος" στα Χανιά κ.α.

Νομός Ρεθύμνης

Ψηλορείτης, μιτάτα, ήχοι από κρητική λύρα στα Ανώγεια, Ιδαίο Άντρο, αγριολούλουδα στο οροπέδιο της Νίδας. Τσικουδιά με οφτό, καταλύματα με πέτρα και ξύλο και δρόμοι των βοτάνων. Ορειβασία στον Ψηλορείτη, καταδύσεις στο Λυβικό Πέλαγος, θρυλικά σπήλαια. Εδώ θα αισθανθείτε καλύτερα την ανάσα της μυθικής Κρήτης του παρελθόντος.

Ορεινός και δύσβατος, ο Νομός Ρεθύμνης έχει διαμορφώσει ιστορικά ένα χαρακτήρα ολιγάρκειας και αυτάρκειας. Οι παραδοσιακές αγροκτηνοτροφικές οικονομίες των ορεινών χωριών επιβιώνουν ακόμα. Τα ονομαστά του μοναστήρια, κέντρα όχι μόνο λατρείας, αλλά και αντίστασης στον κατακτητή, αποτελούν μια από τις λαμπρότερες σελίδες της ιστορίας του.

Φυσικός πλούτος

Στον πιο ορεινό νομό του νησιού κυριαρχεί ο Ψηλορείτης (2456 μέτρα), καταλαμβάνοντας το ανατολικό τμήμα του. Η έκταση του Ρεθύμνου περιβάλλεται και ορίζεται από την οροσειρά Κέδρους, τον Κουλούκωνα, το Βρύσινα και τον Κρυονερίτη, την ανατολικότερη κορυφή των Λευκών Όρεων. Η οροσειρά του Κέντρου (1777 μέτρα) που αναπτύσσεται στα νοτιοδυτικά του Ψηλορείτη, οριοθετεί μαζί με αυτόν την πανέμορφη κοιλάδα του Αμαρίου. Οι ορεινοί όγκοι διακόπτονται από απόκρημνα φαράγγια, καταπράσινες κοιλάδες και μικρά ποτάμια. Πεδινές εκτάσεις απλώνονται μόνο στα βόρεια παράλια και ανάμεσα στους ορεινούς όγκους. Τα ποτάμια κατεβάζουν ελάχιστο νερό, που είναι ανεκτίμητο για τις αγροτικές κοινότητες. Ο Γεροπόταμος ξεκινά από την περιοχή Μυλοποτάμου για να εκβάλει δυτικά του Πανόρμου, ο Μεγάλος Ποταμός καταλήγει στην λίμνη Πρέβελη. Έξι οροπέδια, περίπου 40 φαράγγια και δεκάδες σπήλαια, συνθέτουν ένα ιδιαίτερα περίπλοκο τοπίο. Τα απρόσιτα βουνά και οι απομονωμένες κοιλάδες επέτρεπαν από παλιά έναν άνεμο ελευθερίας να φυσάει ανάμεσα τους, διαμορφώνοντας ανάλογα και την ψυχοσύνθεση των κατοίκων τους.

Από τα δάση με τα οποία καλυπτόταν κάποτε η Κρήτη, ελάχιστα έχουν μείνει. Ένα τέτοιο είναι το αρχέγονο δάσος Βρουλίδια, κοντά στα Ανώγεια με τεράστια πουρνάρια. Προστατευόμενες περιοχές έχουν κηρυχτεί τα καταφύγια άγριας ζωής: Προφήτης Ηλίας στην περιοχή Αγγελιανών – Πρίνου – Αλφά, τα Βρύσινα στην περιοχή Αρμένων – Καρέ – Σελίου – Πρασών, το οροπέδιο της Νίδας στην περιοχή Ανωγείων, η Βίγλα – Κρύο Νερό στην περιοχή Αντισκαρίου και του Πετρέ στην περιοχή Γερανίου – Κάτω Βαλσαμόνερου.

Η λίμνη Πρέβελη, στο Λυβικό Πέλαγος από τα πιο σημαντικά μνημεία φυσικού κάλλους στο Ρέθυμνο, και ο ποταμός που την τροφοδοτεί διαμορφώνουν ένα τοπίο εντυπωσιακής ομορφιάς.

Ο Γιούς Κάμπος είναι ένα όμορφο οροπέδιο σε υψόμετρο 700 μέτρα κοντά στο Σπήλι και τον Κισσό, που την άνοιξη γεμίζει ορχιδέες.

Οι παραλίες του νότου είναι εξαιρετικές. Η παραλία του Αγίου Παύλου με τους αμμόλοφους θυμίζει έρημο αλλά ... με την θάλασσα δίπλα της. Η Τριόπετρα, με τους τρεις χαρακτηριστικούς βράχους, έχει καταπληκτικά γαλαζοπράσινα νερά. Οι Λίγκρες, με την ψιλή μαύρη άμμο, είναι πολύ ήσυχη παραλία.

Η κοιλάδα του Αμαρίου είναι πολύ όμορφη και αποτελεί μια μικρογραφία της παραδοσιακής αγροτικής Κρήτης. Δεκάδες γραφικά χωριουδάκια, πυκνές καλλιέργειες, παλιά βυζαντινά και βενετσιάνικα κτίσματα, ρεύματα με πλατάνια και βαθιά φαράγγια, συνθέτουν ένα υπέροχο σκηνικό.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Διέλευση φαραγγιών

Το Κουρταλιώτικο φαράγγι, κοντά στο Φρατί με σπάνια είδη της κρητικής χλωρίδας και ιδανικό σημείο για παρατηρήσεις πουλιών, το διασχίζει ο δρόμος που πάει στον Πλακιά. Οι κατακόρυφες πλαγιές του είναι διάστικτες από απρόσιτες σπηλιές. Όταν φυσάει ισχυρός άνεμος, ακούγονται ήχοι σαν κρόταλα, από τους οποίους πήρε και το όνομα του. Στο τέλος του, καταλήγει στην Πρέβελη.

Το φαράγγι Κοτσουφού, στον Πλακιά, αρχίζει από το χωριό Κάνεβος και καταλήγει στο Μύθριο. Στη δεξιά του όχθη περνάει ο δρόμος Ρέθυμνο – Πλακιάς. Εάν επιλέξετε να το περπατήσετε στην κοίτη του, να ξέρετε πως σε κάποια σημεία τα νερά φτάνουν ως το γόνατο.

Το φαράγγι Πατσού ή του Αγίου Αντωνίου έχει εντυπωσιακή βλάστηση, πηγές και τρεχούμενα νερά. Εκεί βρίσκεται το Κραναίο Άντρο ή σπήλαιο του Ερμή Κραναίου, τόπος λατρευτικός από την μινωική εποχή. Στο σπήλαιο τώρα υπάρχει εκκλησία του Αγίου Αντωνίου.

Το κατάφυτο φαράγγι της Ελεύθερας, κοντά στον αρχαιολογικό χώρο, είναι γεμάτο από ίχνη της ανθρώπινης παρουσίας. Παλαιοί νερόμυλοι, πεζούλες, πηγάδια και γεφυράκια που κάποτε χρησίμευαν για την καθημερινή μετακίνηση των ντόπιων.

Το φαράγγι των Ζωνιανών, κοντά στο ομώνυμο χωριό, βατό με συνεχείς εναλλαγές τοπίων, είναι μοναδικής ομορφιάς.

Το φαράγγι των Μύλων, κοντά στο Ρέθυμνο, έχει ένα καταπράσινο τοπίο, αρκετούς ερειπωμένους νερόμυλους και παραδοσιακά σπίτια.

Εξερεύνηση – Σπήλαια

Το Ιδαίο Άντρο, στα Ανώγεια, υπήρξε χώρος λατρείας από τους προϊστορικούς μέχρι τους ρωμαϊκούς χρόνους. Κατά τη μυθολογία εδώ ανατράφηκε ο Δίας. Έχουν βρεθεί πολλά λατρευτικά αντικείμενα και αναθήματα. Το σπήλαιο χωρίζεται σε δύο θαλάμους και μπροστά από την είσοδο του υπάρχει λαξευμένος στο βράχο βωμός πάνω σε επίσης λαξευμένο βράχο.

Το σπήλαιο Σφενδόνη, στην είσοδο των Ζωνιανών, είναι ένα από τα εντυπωσιακότερα σπήλαια της Κρήτης. Πολύχρωμοι σταλακτίτες και σταλαγμίτες, λιθωματικές λεκάνες νερού, «μαργαριτάρια σπηλαίων», η «αίθουσα των ανακτόρων», η λάμψη από τους μικροσκοπικούς κρυστάλλους ανθρακικού ασβεστίου, συνθέτουν μια μοναδικά εμπειρία. Το σπήλαιο έχει έκταση 3500 τετραγωνικά μέτρα και είναι επισκέψιμη μια διαδρομή μήκους 270 μέτρων. Είναι προσβάσιμο και σε άτομα με ειδικές ανάγκες.

Το σπήλαιο του Μελιδονίου ή Γεροντόσπηλιος, 2 km βορειοδυτικά από το χωριό Μελιδόνι, είναι σημαντικό τόσο από σπηλαιολογική σκοπιά όσο και από αρχαιολογική, καθώς υπήρξε σπουδαίο λατρευτικό κέντρο από την νεολιθική εποχή ως και τους ρωμαϊκούς χρόνους.

Το σπήλαιο Γερανίου, 2 km βορειοδυτικά του Γερανίου, στη θέση Καμάρι, 300 μέτρα από την ακτή, κρύβει μια εντυπωσιακή οροφή με χιλιάδες μικρούς κατάλευκους σταλακτίτες, σαν παγωμένη βροχή. Στην αρχαία είσοδο διατηρείται κλίμακα που θυμίζει τις κλίμακες της Κνωσού, με οκτώ βαθμίδες, εκ των οποίων οι πέντε είναι λαξευμένες στο βράχο.

Ορειβασία

Λένε ότι, αν δεν περπατήσεις τον Ψηλορείτη δεν μπορείς να καταλάβεις την κρητική ψυχή. Ο ορειβατικός Σύλλογος Ρεθύμνου διαχειρίζεται το καταφύγιο στην θέση Τουμπωτός Πρίνος, στα 1500 μέτρα στον Ψηλορείτη και φυσικά παρέχει όλες τις απαραίτητες πληροφορίες. Οι διαδρομές που προσφέρονται καλύπτουν όλες τις απαιτήσεις, από απλές εκπαιδευτικές, ακόμη και για παιδιά, ως τις πιο μεγάλες και δύσκολες για τους φανατικούς του είδους. Δείτε τις διαδρομές αναλυτικότερα παρακάτω:

Ανάβαση στον Ψηλορείτη. Από τα Ανώγεια ανεβαίνετε με αυτοκίνητο μέχρι την Νίδα και παίρνετε το χωματόδρομο μέχρι το Ιδαίο Άντρο. Πέντε λεπτά πριν από το σπήλαιο, συναντάτε τα κίτρινα σημάδια σε στύλο του μονοπατιού Ε4. Τέτοια σημάδια θα σας οδηγήσουν μέχρι την κορυφή, ενώ συμπληρωματικά θα βρείτε και σημάδια με κόκκινη μπογιά σε βράχια. Η διαδρομή ανεβοκατεβαίνει, περνάτε από το οροπέδιο Ακόλλητα και ανηφορίζετε μέχρι την κορυφή, απ' όπου απολαμβάνετε καταπληκτική θεα όλου σχεδόν του νησιού. Στην κορυφή υπάρχει το μικρό πέτρινο εκκλησάκι του Τιμίου Σταυρού. Η συνολική διάρκεια της διαδρομής, μαζί με στάσεις, φτάνει τις 6 ώρες για την ανάβαση και 4 ώρες για την επιστροφή, ανάλογα βέβαια με την φυσική κατάσταση του καθενός, αλλά και την εποχή του έτους.

Πίνακας 5: Ανάβαση στον Ψηλορείτη.

Ανάβαση στο Ψηλορείτη
• Ο βόρειος κλάδος του Ε4 ακολουθεί την διαδρομή Καλλικράτης – Αργυρούπολη (5 ώρες)
• Αργυρούπολη – Κάτω Πόρος – Μούντρος – Αγκουσελιανά (7 – 8 ώρες ευχάριστης πορείας μέσα από νερά και πλατάνια)
• Ακουσελιανά – Κατσογρίδα – Κοξαρέ – Σπήλι (4 ώρες χωρίς δυσκολία με σχετικά επίπεδη διαδρομή, στολισμένη με παλιά εκκλησάκια)
• Σπήλι – Κεντροχώρι – Κισσός – Όρος Κέδρος – Γερακάρι (8 ώρες, όχι το χειμώνα, σχετικά δύσκολη διαδρομή, για την κορυφή του Κέδρους χρειάζονται ορειβατικές ικανότητες, αλλιώς μπορεί να παρακαμφτεί από τα νότια)
• Γερακάρι – Αμάρι – Πετροχώρι – Φουρφουράς – Τουμπωτός Πρίνος (8 ώρες, στο μεγαλύτερο της η διαδρομή διασχίζει κατάφυτο τοπίο και δάσος από πρίνους)
• Καταφύγιο Τουμπωτός Πρίνος – εκκλησάκι Τιμίου Σταυρού – Ιδαίο Άντρο – Οροπέδιο Νίδας – Πετραδολάκια (6 – 7 ώρες, όχι τον χειμώνα, δύσκολη διαδρομή λόγω υψομέτρου και ανέμων, αλλά θα σας ανταμείψουν τα πολλά φυτά και το θέαμα των αρπακτικών πτηνών)
• Ο νότιος κλάδος του Ε4 ακολουθεί τη διαδρομή Φραγκοκάστελο – Σκαλωτή – Άνω Ροδάκινο – Κάτω Ροδάκινο (3 – 4 ώρες σε ασφαλτόδρομο)
• Κάτω Ροδάκινο – Όρος Κρυονερίτης – Αλώνες – Βιλανδρέδο – Άγιος Κωνσταντίνος (7 – 8 ώρες, όχι το χειμώνα, με αρκετή ανάβαση προς τον Κρυονερίτη, αλλά εξαιρετική θέα). Και εδώ η διαδρομή σμίγει με τον βόρειο κλάδο.
• Άγιος Κωνσταντίνος – Ρούστικα – Άνω Βαλσαμόνερο – Μονοπάρι – Αρμένιοι (5 ώρες, εύκολη και όμορφη διαδρομή, το χειμώνα ίσως υπάρχει δυσκολία στο ρέμα Καλονύχτης)
• Αρμένιοι – Μύρθιος – Χάρκια – Καβούσι – Αρκάδι (9 – 10 ώρες, σχετικά δύσκολη διαδρομή, όχι τον χειμώνα, πανοραμική θέα από την κορυφή του Βρύσινα)
• Αρκάδι – Αρχαία Ελεύθερνα – Λαγκά – Μαργαρίτες – Καλαμάς – Χουμέρι – Άγιος Σύλλας – Αβδανίτες – Γαράζο (11 – 12 ώρες, ήπιες κλίσεις για έμπειρους με μεγάλες αντοχές)

- | |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Γαράζο – Άγιος Ιωάννης – Λιβάδια – Μονή Δισκουρίου – Ζωνιανά (Σπήλαιο Σφεντόνη) – Αξός – Ανώγεια (5 ώρες, όχι τον χειμώνα, η διαδρομή περνά από τη παραδοσιακή ορεινή κτηνοτροφική περιοχή) |
| <ul style="list-style-type: none"> • Ανώγεια – Ζώμινθος – Πετραδολάκια – Νίδα (8 ώρες, όχι τον χειμώνα, σχετικά εύκολη διαδρομή, κάνει ένα μεγάλο κύκλο σε ανεμοδαρμένα ύψη) |
| <ul style="list-style-type: none"> • Νίδα – Ρούβας (5 ώρες, όχι το χειμώνα, καταλήγει στο γνωστό πρινόδασος) |

Σε όλο το μήκος του, το μονοπάτι είναι σημαδεμένο με τους γνωστούς κίτρινους ρόμβους σε λευκό φόντο, που αναγράφουν το όνομα του.

Canyoning

Για του λάτρεις του νερού, των σχοινιών και του canyoning, στο νομό θα βρείτε το φαράγγι της Συκιάς, εύκολο και βατό όλο το χρόνο. Κοντά σ' αυτό είναι και το Ροδάκινο Β, φαράγγι με πυκνή βλάστηση και πανέμορφους σχηματισμούς στα συμπαγή πετρώματα.

Στην Κρύα Βρύση, στις νότιες πλευρές του όρους Κέντρος, θα βρείτε το ομώνυμο μεγάλο και ανοιχτό φαράγγι με έναν καταρράχτη ύψους 110 μέτρων και θαυμάσια θέα προς τις νότιες ακτές του νησιού.

Καταδύσεις

Οργανωμένα καταδυτικά κέντρα με τα αντίστοιχα πλοιάρια προσφέρουν καταδύσεις για αρχάριους και προχωρημένους στο συναρπαστικό βυθό της περιοχής. Στις παραλίες Κάραβος και Αμμούδι, στα νότια, 3 km από το χωριό Πλακιάς προς την Πρέβελη, καταδυτικά σημεία με ποικιλία στην τοποθεσία και την διαμόρφωση, ύφαλοι, σπηλιές, βαθιά σημεία, ικανοποιούν και τους πιο έμπειρους.

Στο Πάνορμο, στη βόρεια ακτή, είναι ιδανικά για αρχάριους και για παιδιά. Επίσκεψη σε υποβρύχιες σπηλιές, στις γέφυρες που έπεφταν από τα βενετσιάνικα καράβια και εκπλήξεις στην πλούσια και πολύχρωμη υποθαλάσσια πανίδα.

Στο Μπαλί θα βρείτε ένα ιδανικό για αρχάριους σημείο, προστατευμένο από ανέμους και κύματα. Το ανώτατο βάθος κατάδυσης είναι 20 μέτρα.

Λίγα λεπτά με το σκάφος από το λιμάνι του Μπαλί θα βρείτε το Περιστέρι, όπου βουτάτε ανάλογα με τον αέρα, απ' όποια μεριά είναι προστατευμένο. Η διαμόρφωση του βυθού είναι εντυπωσιακή με υποβρύχια φαράγγια και στοές, ενώ η ορατότητα είναι μεγάλη. Το μέγιστο βάθος κατάδυσης δεν ξεπερνάει τα 20 μέτρα.

Το Καραβοστάσι, βρίσκεται μέσα στον όρμο του Μπαλί. Προσφέρεται για αρχάριους και ο βυθός του είναι γεμάτος από ίχνη της παμπάλιας ανθρώπινης παρουσίας. Η θέση Άγκυρες είναι κατάλληλη για έμπειρους δύτες.

Ακόμα μπορείτε να βουτήξετε στις νησίδες Διαπόρι και Χάρακας, κοντά στο Μπαλί. Και στις βόρειες παραλίες Αγία Παρασκευή, Άγιος Νικόλαος, Αγρόκλημα, Άσπρη Λίμνη, Πλακούρες, Πρασονήσι, Πυροβολόπετρα και Φανάρι.

Διαδρομές με καϊκια

Όλο το νότιο τμήμα του νησιού προσφέρεται για εκδρομές με караβάκια. Από τον Πλακιά, στ δυτικά της νότιας παραλίας του νομού, με τοπικά καϊκια μπορείτε να περάσετε στην Πρέβελη, στην Τριόπετρα, στον Άγιο Παύλο και προχωρώντας όλο και πιο ανατολικά, να φτάσετε μέχρι την Άγια Γαλήνη, από παραλία σε παραλία. Αυτή η εκδρομή προσφέρει μια εντελώς διαφορετική εικόνα του νησιού, και ιδιαίτερα των απόκρημνων βουνών που κατηφορίζουν ως το Λυβικό πέλαγος.

Στο βορρά, από το Ρέθυμνο ξεκινούν καϊκια με προορισμό τις σπηλιές στις περιοχές Σκαλλέτα, Πάνορμο και Μπαλί.

Οικισμοί με ξεχωριστό ενδιαφέρον

Η περιήγηση στα παραδοσιακά χωριά και τους οικισμούς του νομού Ρεθύμνου είναι μια μοναδική εμπειρία που δεν πρέπει να παραλείψετε. Είναι ένα ταξίδι στο χρόνο, στον πολιτισμό της ολιγάρκειας, στην Κρητική λεβεντιά και στους αγώνες της.

Στο γραφικό Άδελε, ανάμεσα στους ελαιώνες και τις πορτοκαλιές, θα βρείτε παραδοσιακούς οικισμούς αλλά και πολλά μνημεία.

Τα Ανώγεια δεν έχουν παραδοσιακή αρχιτεκτονική, καθώς τα ξεθεμέλιωσαν οι ναζί στην Κατοχή, επειδή οι Ανωγιανοί συγκάλυψαν τα ίχνη των απαγωγέων του στρατηγού Κράιπε, Γερμανού διοικητή όλου του νησιού. Το ίδιο είχαν κάνει και οι Οθωμανοί το 19^ο αιώνα, και μάλιστα δύο φορές. Όμως το χωριό που δεν γνώρισε παράδοση στον εχθρό. Διαθέτει μεγάλη παράδοση στην φιλοξενία στις τέχνες και στο καλό φαγητό. Δέος προκαλούν οι δύο μαρμάρινες πλάκες, η μία με την εντολή καταστροφής του χωριού από τους ναζί και η άλλη με την βράβευση όλου του χωριού από την μεταπολεμική κυβέρνηση για την αυτοθυσία που επέδειξε.

Στο Γαράζο, το κέντρο του Μυλοποτάμου, θα βρείτε πολλά παραδοσιακά σπίτια και εκκλησιές. Ωραία είναι η διαδρομή μέσα από τους πευκώνες από το χωριό Δόξαρο στην περιοχή Γαράζου, μέχρι τη μονή Βωσάκου του 14^{ου} αιώνα.

Το Ροδάκινο, ο Φουρφουράς και το Χρομοναστήρι είναι παραδοσιακοί οικισμοί με λαϊκή αρχιτεκτονική. Στο Χρομοναστήρι δείτε την ενετική έπαυλη «Κλόντιο» που λέγεται και «Κονάκι», διότι επί Τουρκοκρατίας εκεί έμενε ο ντόπιος αγάς. Η παραλία Ροδάκινου είναι εντυπωσιακή, με λευκά βότσαλα και διάφανα νερά.

Στα Ρούστικα, ονομασία που προέρχεται από την λατινική λέξη «rusticus» δηλαδή αγροτικός οικισμός, σώζεται ένας μικρός βενετσιάνικος οικισμός με πολλά ενδιαφέροντα στοιχεία.

Το Μιζόρουμα στο νότο, εκτός του ότι είναι γραφικό, φημίζεται για την ρακί του.

Αρχαιολογικοί χώροι

Η Ελεύθερνα είναι ο σημαντικότερος αρχαιολογικός χώρος του Νομού Ρεθύμνου. Πρωτοκατοικήθηκε πριν από 6000 χρόνια και εγκαταλείφθηκε κατά τον 8^ο μ.Χ. αιώνα. Στον αρχαιολογικό χώρο θα δείτε κατάλοιπα από όλες τις ιστορικές περιόδους. Ενδιαφέρον έχει και η δυσυπόστατη βυζαντινή εκκλησία του Σωτήρα και της Αγίας Άννας, κοντά στον αρχαιολογικό χώρο. Σημαντικός αρχαιολογικός χώρος είναι επίσης το υστερομινωικό νεκροταφείο των Αρμένων με περισσότερους από 350 θαλαμωτούς υπόγειους τάφους, λαξευμένους στο βράχο, η πανέμορφη Αργυρούπολη που άκμασε κατά την ελληνιστική και ρωμαϊκή περίοδο.

Τέλος η Αξός, η Ζώμινθος, η Ρίθυμνα, η Λάππα και το Μοναστηράκι κρύβουν τα δικά τους αρχαιολογικά μυστικά.

Τέλος..

Το Αρχαιολογικό Μουσείο μπροστά στην κεντρική πύλη της Φορτέτσας, το Εκκλησιαστικό Μουσείο, το Ιστορικό – Λαογραφικό Μουσείο, το μουσείο Αρκαδίου και το μουσείο της Μονής Πρέβελη αξίζουν να τα επισκεφτείτε.

Εκκλησίες και μοναστήρια πολλά και πανέμορφα και εδώ: Η Μονή Αρκαδίου, Πρέβελη, Τιμίου Προδρόμου κοντά στο Μπαλί, Καλοείδαινας στο Άνω Μέρος, που είχε καταστραφεί επί Τουρκοκρατίας και πρόσφατα αναστηλώθηκε και η Παλαιοχριστιανική Βασιλική στη θέση Αγία Σοφία του Πανόρμου, είναι μερικές.

Επίσης αξίζει να δείτε την παλιά πόλη του Ρεθύμνου με το γραφικό λιμάνι, τη Φορτέτσα πάνω στο λόφο, το Νερατζέ Τζαμί, την βενετσιάνικη τοξωτή γέφυρα του Μεγάλου ποταμού στην Πρέβελη και την βρύση με τις 17 κεφαλές λιονταριών στο Σπήλι, από τις οποίες τρέχει νερό εδώ και αιώνες!

Οι γεύσεις μιλούν για τον τόπο. Γευόμαστε γεωγραφίες και συντρώγοντας καταλαβαίνουμε τους ανθρώπους. Για να πάρετε μια εικόνα του μυθικού αυτού τόπου της αυτάρκειας, γευτείτε τις συνταγές του και συνοδεύστε τες με ντόπια τσικουδιά.

Θα σας μείνουν αξέχαστε το πιλάφι με βραστό κρέας, το οφτό, η αίγα με ντομάτα, κουνέλι μαγειρεμένο με δεκάδες τρόπους, χυλοπίτες με ανθότυρο και σαλιγκάρια με χόνδρο, απάκι και παραδοσιακά ανωγειανά λουκάνικα και φυσικά εκλεκτά τυριά.

Το Αναγεννησιακό Φεστιβάλ, η Γιορτή του Κρασιού, ο Πολιτιστικός Αύγουστος και φυσικά το Ρεθεμνιώτικο Καρναβάλι είναι μερικές από της εκδηλώσεις και γιορτές που λαμβάνουν χώρα στο νομό κάθε χρόνο.

Νομός Ηρακλείου

Η Κρήτη είναι απέραντη, με γωνίες και θύλακες μοναδικούς και ανεξερεύνητους. Τόπους μαγικούς όπου μπορεί κανείς να διασχίσει «τις αλλαγές πενήντα αιώνων σε πέντε λεπτά» όπως έγραψε ο Χένρι Μίλερ. Ακριβώς τέτοιος τόπος είναι και η περιοχή του Νομού Ηρακλείου.

Λιόδεντρα που «ασημίζουν στους αιώνες», αμπέλια που η ιστορία τους φτάνει ως το μινωικό αμπελώνα και εκπληκτικές λάμπεις πολιτισμού, με κορυφαίες τα ερείπια της Κνωσού, τις αγιογραφίες της Κρητικής Σχολής και τα μέγαρα των Ενετών. Δρόμοι Κρασιού, φαράγγια άγριας ομορφιάς, μυθικά σπήλαια, σύγχρονα πολιτιστικά φεστιβάλ με διεθνή λάμψη, πρότυποι οικισμοί και πάνω απ' όλα οι άνθρωποι.

Φυσικός πλούτος

Από το τυπικό αστικό τοπίο της πόλης του Ηρακλείου μέσα σε λίγη ώρα, διασχίζοντας το περαστικό πράσινο, τους ελαιώνες, τους αμπελώνες και τους πορτοκαλεώνες, μπορείτε να βρεθείτε στο πιο άγριο ορεινό τοπίο, ενώ δίπλα παραμονεύει το βαθύ μπλε της θάλασσας και το ξανθό της αμμουδιάς.

Ο νομός κατά βάση πεδινός και ημιορεινός, χωρίζεται από τους γειτονικούς του από τα δύο βουνά, τον Ψηλορείτη και τη Δίκτη. Ανάμεσα τους, η ημιορεινή περιοχή δεν ξεπερνάει το υψόμετρο των 1000 μέτρων. Προς το νότο, τα Αστερούσια κλείνουν τον ορίζοντα, σχηματίζοντας ένα παραπέτασμα προς το Λυβικό πέλαγος. Μεταξύ των κεντρικών υψωμάτων του νομού και της κορυφής Κόφινα, η πεδιάδα της Μεσαράς αποτελεί τη μεγαλύτερη πεδινή έκταση της Μεγαλονήσου. Από υδάτινους όγκους, οι σημαντικότεροι είναι ο Γεροπόταμος και ο Αναποδάρης που χύνονται στο Λυβικό.

Στον Ψηλορείτη, στα δυτικά του νομού, σήμερα επικρατούν τα φρύγανα και η μακκιά βλάστηση, ενώ υπάρχουν και διάσπαρτες λόχμες πρίνων. Η μεγαλύτερη είναι αυτή του δάσους του Ρούβα, με τεράστια οικολογική και αισθητική αξία γιατί μας δίνει μια εικόνα της κατάφυτης Κρήτης των ιστορικών χρόνων. Κυρίαρχο είδος του δάσους είναι ο πρίνος και ουσιαστικά εδώ βρίσκεται η μεγαλύτερη συστάδα πρίνων της Ευρώπης. Ακόμα υπάρχουν σφένδαμοι, πλατάνια, κυπαρίσσια και πεύκα. Γεωμορφολογικά ο νομός εμφανίζει μεγάλη ποικιλία, με πλήθος από φαράγγια, δολίνες, σπήλαια και βάραθρα.

Τα Αστερούσια με υψηλότερη κορυφή τον Κόφινα στα 1231 μέτρα αποτελούν τον νοτιότερο ορεινό όγκο της Ελλάδος. Διακρίνονται σε τρία τμήματα, το πρώτο στο κέντρο του βουνού, που είναι βραχώδεις με κρημνούς και φαράγγια, το δεύτερο στα δυτικά, εκτείνεται ως τον Κόκκινο Πύργο περιλαμβάνοντας μεγάλο τμήμα της ακτογραμμής του κόλπου της Μεσαράς και το τρίτο περιλαμβάνει την ανατολική έκταση του ορεινού όγκου.

Στο Νομό Ηρακλείου ανήκει και το νοτιοανατολικό τμήμα του όρους Δίκτη, με ένα μοναδικό φάσμα οικοτόπων, πλούσιων σε ενδημικά είδη χλωρίδας και πανίδας.

Τέλος το όρος Γιούχτα, που από τους αρχαίους συγγραφείς θεωρήθηκε ως ο τάφος του Δια, διακρίνεται για τις πολύ απότομες πλαγιές του, ενώ η υψηλότερη κορυφή του φτάνει τα 811 μέτρα. Το βουνό αποτελεί ένα από τα τελευταία καταφύγια άγριας ζωής.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Παρατήρηση πουλιών

Οι ορεινοί όγκοι του νομού αποτελούν ιδανικούς τόπους για παρατήρηση πουλιών. Οι λάτρεις του είδους θα συναντήσουν την νησοπέδικα, το γυπαετό, το όρνιο, το σπιζαετό, το χρυσογέρακο, την κοκκινοκαλιακούδα, το μαυροτσιροβάκο και το χρυσαετό.

Παρατήρηση χλωρίδας

Τα ενδημικά φυτά που ανθούν στην περιοχή προσελκύουν το ενδιαφέρον **οικοτουριστών** από όλο τον κόσμο. Τα περισσότερα απαντώνται σε μεγάλα υψόμετρα, μέσα σε φαράγγια και σε περιοχές με μειωμένη ανθρώπινη δραστηριότητα. Στην περιοχή θα συναντήσετε την παιωνία η πηγουνιά, γνωστή ήδη από τον Διοσκουρίδη. Επίσης τον περίφημο δίκταμο, το υπέρικο, τη μαρουλίτσα, τη μαλοτύρα, τις πανέμορφες καμπανούλες, τα κυκλάμινα, τα πετρομάρουλα και τον κρητικό έβενο ή αρχοντόξυλο.

Διέλευση Φαραγγιών

Τα διελεύσιμα φαράγγια του νομού είναι πολλά και όμορφα.

Στα Βόρεια βρίσκεται το Κουναβιανό – Ασπρακιανό – φαράγγι του Καρτερού με πολλές εναλλαγές τοπίου, λόγω του μεγάλου μήκους του, περίπου 17 km. Το φαράγγι ξεκινά από το δήμο Νέας Αλικαρνασσοῦ στη θέση Μέσα Καρτερός, διασχίζει το δήμο Επισκοπής και καταλήγει σε δύο ανεξάρτητες διαδρομές στο δήμο Νίκο Καζαντζάκη, το Ασπρακιανό και το Κουναβιανό φαράγγι. Σε όλο το μήκος του διαθέτει πολύ ενδιαφέροντες γεωλογικούς σχηματισμούς, λιμνούλες, μικρούς καταρράκτες, αλλά και πλήθος κτισμάτων και λιθοδομών που υποδηλώνουν την ανθρώπινη παρουσία σε παλαιότερες εποχές.

Κατά μήκος της εθνικής οδού Ηρακλείου – Ρεθύμνου, ακριβώς απέναντι από τις εγκαταστάσεις της ΔΕΗ, ξεχωρίζει η επιβλητική έξοδος του φαραγγιού του Αλμυρού. Πρόκειται για ένα πολύ όμορφο φαράγγι με τεράστια οικολογική αξία, που επιτείνεται στο γεγονός ότι μαζί με την περίφημη πηγή του Αλμυρού, αποτελεί αντιπροσωπευτικό δείγμα των γεωλογικών φαινομένων που πραγματοποιήθηκαν στη βόρεια πλευρά του νομού. Το φαράγγι είναι επισκέψιμο μόνο μέχρι το ύψος της εκκλησιάς του Αγίου Αντωνίου.

Το πλέον πολυσύχναστο φαράγγι του νομού βρίσκεται στα νότια και είναι το φαράγγι του Ρούβα. Ξεκινάει από την Λίμνη του Βότομου στο Ζαρό και στην συνέχεια ανηφορίζει και εισδύει μέσα στο κεντρικό κορμό του φαραγγιού. Η διαδρομή είναι άνετη και ιδιαίτερα ευχάριστη, καθώς ο επισκέπτης κινείται δίπλα στο ποτάμι, το οποίο, εκτός από την περίοδο του καλοκαιριού, διαρρέεται από μεγάλες ποσότητες νερού, που κατά τόπους σχηματίζουν μικρούς καταρράκτες. Η διαδρομή διαρκεί συνολικά περίπου τρεις ώρες και καταλήγει στον Άγιο Ιωάννη, μια τοποθεσία με πλατάνια, πολλά νερά και πλήρη υποδομή για πικνίκ.

Πολύ κοντά στο φαράγγι του Ρούβα βρίσκεται το Βοριζιανό φαράγγι, το οποίο έχει κατεύθυνση από το οροπέδιο της Νίδας, προς το χωριό Βορίζια, στους πρόποδες του Ψηλορείτη, και αντίστροφα. Το φαράγγι είναι πολύ όμορφο, γεμάτο από πουρνάρια και άλλα ενδημικά φυτά και, παρόλο που δε φέρει σήμανση, είναι σχετικά βατό. Η διαδρομή διαρκεί περίπου 4 ώρες.

Το Αγιοφάραγγο βρίσκεται ανάμεσα στη Μονή Οδηγήτριας και τους Καλούς Λιμένες. Πολύ κοντά του ανοίγεται το μικρό σπήλαιο Γουμενόσπηλιος. Η έξοδος του φαραγγιού αποκαλύπτει μια από τις πιο γραφικές παραλίες της Κρήτης, ενώ για τους πιο εξοικειωμένους, σκαρφαλώνοντας στα βράχια πάνω από την ανατολική πλευρά της παραλίας, βρίσκεστε μπροστά σε ένα πολύ ενδιαφέρον γεωλογικό σχηματισμό, το «Βουρβουλίτη». Πρόκειται για μια δολίνη σφαιρικού σχήματος (σαν κρατήρας), με πυθμένα την ίδια την θάλασσα, που έχει προέλθει από την κατακρήμιση οροφής παλαιότερης ενάλιας σπηλιάς. Η διαδρομή συνολικά διαρκεί από μισή ώρα ως τρία τέταρτα της ώρας.

Τέλος, το Στενό φαράγγι στη Βασιλική είναι πολύ μικρό αλλά πανέμορφο, κυρίως λόγω της στενότητας των τοιχωμάτων του, στα οποία έχουν ανοιχτεί και αναρριχητικές διαδρομές. Το φαράγγι καταλήγει στον περίφημο Τράφουλα, μια από τις πιο ωραίες παραλίες του νησιού.

Εξερεύνηση – Σπήλαια

Παρόλο που ο νομός δεν περιλαμβάνει τους μεγάλους ορεινούς όγκους του νησιού, διαθέτει μεγάλο σπηλαιολογικό πλούτο, καθώς και τα περισσότερα επισκέψιμα σπήλαια της Κρήτης, μη συμπεριλαμβανομένων όσων είναι κλειστά από τις αρχαιολογικές υπηρεσίες, όπως π.χ. το λατρευτικό σπήλαιο Ειλειθυίας στον Καρτερό, όπου κατά την αρχαιότητα λατρευόταν η θεά του τοκετού.

Με αφετηρία το Ηράκλειο, σε λιγότερο από μια ώρα βρίσκεται το σπήλαιο της Αγίας Παρασκευής ή Σκοτεινό, το οποίο κατά μια εκδοχή έχει συνδεθεί με το μινωικό Λαβύρινθο. Το σπήλαιο βρίσκεται μέσα σε μια δολίνη, ένα βύθισμα, δηλαδή, με μέγιστο βάθος 25 μέτρα και έχει συνολικό μήκος περίπου 126 μέτρα. Στα ορεινά του χωριού Αβδού, λίγο χαμηλότερα από το αρχαιολογικής αξίας σπήλαιο της Φανερωμένης, βρίσκεται το σπήλαιο της Αγίας Φωτεινής, ένα από τα πιο στολισμένα του νομού. Το σπήλαιο διαθέτει 760 μέτρα διαδρόμων, ο επισκέπτης όμως μπορεί να δει μόνο την πρώτη αίθουσα, 30 περίπου μέτρα από την είσοδο, στο τέρμα της οποίας υπάρχει ναός.

Κατευθυνόμενοι προς τα νοτιοδυτικά από την πόλη του Ηρακλείου, το σπηλαιολογικό ενδιαφέρον του νομού αυξάνεται, καθώς πλησιάζουμε στις παρυφές του Ψηλορείτη. Σε αυτή τη «ζώνη», εκτός από τα σπήλαια, πολύ μεγάλο ενδιαφέρον έχουν και οι γεωλογικοί σχηματισμοί, όπως το περίφημο Βουλισμένο Αλώνι, μια δολίνη μέγιστου βάθους 40 μέτρων και μήκους πάνω από 70 μέτρα, που βρίσκεται κατά μήκος της παλιάς εθνικής οδού Ηρακλείου – Ρεθύμνου.

Ο Σπήλιος του Καμηλάρη είναι επίσης εύκολα προσβάσιμος, μόλις 200 μέτρα από την παλιά εθνική οδό Ηρακλείου – Ρεθύμνου. Είναι πολύ εντυπωσιακός λόγω των μεγάλων διαστάσεων των αιθουσών του, αλλά απαιτεί αυτονομία σε φωτιστικά μέσα και για το πέρασμα από την πρώτη στην δεύτερη, και πιο εντυπωσιακή αίθουσα, χρήση βοηθητικού σχοινιού 10 μέτρων.

Ο Χαϊνόσπηλιος βρίσκεται λίγο έξω από το χωριό Καμαράκι και είναι από τα πιο όμορφα σπήλαια του νομού. Και σε αυτό χρειάζεται φακός και υπομονή στα πρώτα 20 μέτρα λόγω των στενών περασμάτων, που όμως οδηγούν σε μεγάλες αίθουσες με ενδιαφέρουσες γεωλογικές δομές.

Το Σπήλαιο της Τράπεζας βρίσκεται κοντά στο χωριό Τύλισος. Η μεγάλη αρχαιολογική του αξία εξηγείται εύκολα από τη γεωγραφική του θέση, από όπου διακρίνονται οι τρεις κοιλάδες που απλώνονται ανάμεσα στα ιερά βουνά του Γιούχτα και του Ψηλορείτη. Το σπήλαιο έχει πλούσιο διάκοσμο με ανθρώπινες μορφές.

Ο Χώνος, λίγο έξω από το χωριό Σάρχος, είναι το μεγαλύτερο σε ανάπτυγμα γνωστό σπήλαιο του νομού και διαθέτει 1134 μέτρα διαδρομών και βάθος 228 μέτρα. Το σπήλαιο έχει μεγάλη ιστορική σημασία καθώς, κατά την διάρκεια των επαναστάσεων κατά των Τούρκων, οι κάτοικοι το χρησιμοποιούσαν ως καταφύγιο. Σήμερα, παρότι φέρει σήμανση και υπάρχει και διαμορφωμένο μονοπάτι που οδηγεί προς αυτό, δεν είναι εύκολα προσβάσιμο λόγω των απότομων κλίσεων του.

Στα νότια του νομού τα πιο γνωστά και επισκέψιμα σπήλαια είναι το λατρευτικό, κατά την αρχαιότητα, σπήλαιο των Καμαρών ή Μαύρος Σπήλιος, όπου βρέθηκαν ορισμένα από τα ομορφότερα κεραμικά αγγεία της μινωικής εποχής, η τεχνοτροπία των οποίων φέρει το όνομα του σπηλαίου: καμαραϊκά. Στο σπήλαιο οδηγεί ορειβατικό μονοπάτι υψηλής δυσκολίας, που συνιστάται σε ασκημένους στην ορειβασία.

Τέλος, στην πεδιάδα της Μεσαράς βρίσκεται ένα σπήλαιο που αποτελεί μικρογραφία του Λαβυρίνθου, του περίφημου δαιδαλώδους τεχνητού σπηλαίου της Γόρτυνας που ταυτίστηκε με το μινωικό Λαβύρινθο, το οποίο σήμερα, για λόγους ασφαλείας παραμένει κλειστό. Ο μικρός Λαβύρινθος, που βρίσκεται κοντά στο χωριό Ζαρό, είναι επισκέψιμος με την προϋπόθεση ότι ο επισκέπτης διαθέτει φακό.

Πεζοπορία

Το μονοπάτι στην ενδοχώρα και στους ορεινούς όγκους του Νομού Ηρακλείου αντιπροσωπεύουν τις στράτες πάνω στις οποίες βάδιζαν εδώ και αιώνες οι Κρητικοί και μαζί με τα γεφύρια και τα λιθόστρωτα αποτελούσαν το οδικό δίκτυο παρελθόντων εποχών.

Το σημαντικότερο δίκτυο πεζοπορικών μονοπατιών του Νομού Ηρακλείου είναι το Ε4, το οποίο διασχίζει ολόκληρο το νομό, από τον Ψηλορείτη στα δυτικά ως και την Δίκη στα ανατολικά, και στη διαδρομή του συναντάει τα σημαντικότερα ορεινά μονοπάτια και οικότοπους του νομού. Ο πεζοπόρος σε κάθε του βήμα θα συναντήσει το μεγαλείο της φύσης, αλλά και τα σημάδια της ιστορίας.

Η διαδρομή του Ε4 από τα Ακόλυτα στο Ζαρό, είναι σχετικά εύκολη και διαρκεί 6,5 ώρες. Από τα 1800 μέτρα κινείστε δυτικά τις πλαγιάς Σέλλας και φτάνετε στην πηγή Σκαρόνερο, όπου φωλιάζουν γύπες. Η θέα στο νότο προς τον κόλπο της Μεσαράς και τη Φαιστό είναι εντυπωσιακή. Μετά τις Καμάρες, το μονοπάτι ανηφορίζει στο χωριό Βορίζια. Φτάνοντας στο Ζαρό, θα ξαποστάσετε στην αυλή της Μονής Βροντησίου με την περίφημη κρήνη και τον αιωνόβιο πλάτανο.

Επίσης, εξαιρετική διαδρομή για το Ζαρό είναι αυτή που ξεκινάει από τις πηγές της Ανάλιψης στο οροπέδιο της Νίδας και επιτρέπει στον πεζοπόρο να διασχίσει το μοναδικό δάσος του Ρούβα και να δει την τεχνητή λίμνη Βοτόμου. Είναι σχετικά εύκολη διαδρομή, περίπου 20 km.

Η συνέχεια του Ε4 σας οδηγεί από το Ζαρό στους παραδοσιακούς Ασίτες, μέσω μιας δεκάωρης, μέτριας δυσκολίας διαδρομή. Το μονοπάτι περνάει από σημεία με μεγάλο υψόμετρο και εξαιρετική θέα, ενώ στη θέση Πρίνος το καταφύγιο του ΕΟΣ Ηρακλείου με την πηγή προσφέρεται για ανάπαυση.

Από τους Άνω Ασίτες προς τις Αρχάνες η διαδρομή διαρκεί 7 ώρες και περιδιαβαίνει αγροτικά τοπία. Διασχίζει το Βενεράτο, τις ομαλές πλαγιές των λόφων από τον Πύργο στο Κυπάρισσο, κατάφυτες περιοχές με ελαιώνες και αμπελώνες και φτάνει στο Προφήτη Ηλία και το Κανλί Καστέλλι. Από εκεί, περπατώντας τον παλιό λιθόστρωτο δρόμο, στους πρόποδες του Γιούχτα, επισκεφτείτε τη Μινωική έπαυλη στο Βαθύπετρο ή συνεχίστε προς τις Αρχάνες.

Μια εύκολη διαδρομή 18 km ξεκινά από τις Άνω Αρχάνες με προορισμό την Μονή Αγκαράθου. Στο παραδοσιακό χωριό Μυρτιά συναντάτε διάσπαρτα λιοτρίβια και πατητήρια, ενώ στους Αστροκούς θα δείτε τους νερόμυλους και τις πηγές που υδροδοτούν σήμερα το Ηράκλειο.

Η διαδρομή που θα σας οδηγήσει στο Λασίθι ξεκινάει από τους κήπους της Μονής Αγκαράθου και οδηγεί προς τους Αποστόλους και προς το Καστέλι. Ανηφορίζοντας στα χωριά Ξυδάς, συνεχίζετε για Κασταμονίτσα, στους δυτικούς πρόποδες του όρους Δίκητη. Η διαδρομή είναι εύκολη και διαρκεί 5 περίπου ώρες.

Τέλος ενδιαφέρον για περπάτημα, αλλά και για ποδήλατο έχει και το οροπέδιο Στρούμπουλα. Στο πανέμορφο οροπέδιο μπορείτε να δείτε το εκκλησάκι του Αγίου Γεωργίου, και εάν είστε τυχεροί, το καλοκαίρι, μπορείτε να τύχετε σε ιππικούς αγώνες με τα μικρά αλλά ανθεκτικά ντόπια γεωργαλίδικα άλογα.

Αναρρίχηση

Για του λάτρεις του είδους, στο Νομό Ηρακλείου υπάρχουν αναρριχητικές διαδρομές με βαθμούς δυσκολίας που ποικίλλουν.

Ο κοψιάς, πάνω από την Εθνική Όδο Ηρακλείου – Αγίου Νικολάου στην περιοχή Κοκκίνη Χάνι, αποτελεί αναρριχητική πίστα, τα βράχια της οποίας δεν ξεπερνούν τα 60 μέτρα ύψος. Έχουν ανοιχτεί περίπου 20 διαδρομές δυσκολίας από IV ως VIII.

Δίπλα στους Καλούς Λιμένες, στα νότια του νομού, είναι το Αγιοφάραγγο. Εκεί έχουν ανοιχτεί 6 διαδρομές 50 μέτρων, δυσκολίας V και VII βαθμού.

Στα Αστερούσια Όροι, δίπλα στην υψηλότερη κορυφή του Κόφινα, στο χωριό Καπετανιανά, ένα ζευγάρι Αυστριακών έχουν εξοπλίσει όλη την βράχνη περιοχή με μόνιμες ασφάλειες. Οι αναρριχητικές διαδρομές δεν είναι πολύ ψηλές, 15 μέτρα ως 60 μέτρα, αλλά οι δυσκολίες κυμαίνονται από IV ως VIII. Για την επανάληψη των διαδρομών χρειάζονται μόνο σετάκια.

Canyoning

Με τόσα φαράγγια, ο νομός Ηρακλείου προσφέρει πολλές ευκαιρίες για canyoning.

Το ανοιχτό φαράγγι της Αγίας Παρασκευής, εντυπωσιακό καταρράκτη 110 μέτρων, καταλήγει στην παραλία Τρεις Εκκλησιές. Διασχίζεται όλο τον χρόνο και είναι για έμπειρους.

Το φαράγγι Αμπάς, με το μεγαλύτερο καταρράκτη στην Κρήτη ύψους 145 μέτρων, είναι πολύ εντυπωσιακό, ιδιαίτερα την άνοιξη. Δύσκολη κατάβαση, μόνο για γνώστες και απαραίτητα τα σκοινιά.

Το Μεσοσφήνι, ανοιχτό φαράγγι με έξοδο στο Λυβικό Πέλαγος και με σταλαγματικά στους μεγάλους καταρράκτες, είναι επίσης πολύ όμορφο.

Ο Τσουτσουρος είναι το μικρότερο φαράγγι της περιοχής. Εύκολο και αρκετά στενό, καλά ασφαλισμένο, διασχίζεται όλους τους μήνες του χρόνου και είναι ιδανικό για αρχάριους.

Το Καβούσι μοιάζει με γλυπτό και διαθέτει πανέμορφα πετρώματα σε κόκκινες αποχρώσεις. Είναι καλά ασφαλισμένο και βατό όλο τον χρόνο.

Παραπέντε

Το μικρό οροπέδιο γύρω από το χωριό Αβδού προσφέρεται για πτήση παραπέντε, με ιδανικές συνθήκες απογείωσης και προσγείωσης. Η υψομετρική διαφορά είναι 350 μέτρα και ο προσανατολισμός βόρειος.

Ενδιαφέροντες οικισμοί

Ανάμεσα στους αμπελώνες και τους ελαιώνες του νομού, στις πλαγιές των βουνών και στις πεδιάδες της ενδοχώρας, απλώνονται οικισμοί και χωριά με ιστορία αιώνων. Ανακαλύψτε την πολυμορφία της τοπικής αρχιτεκτονικής παράδοσης, τα μοναδικά ιστορικά και φυσικά μνημεία και τη ζωή της Κρήτης, που κυλά εδώ σε διαφορετικούς ρυθμούς.

Οι Αρχάνες είναι ένας οικισμός πρότυπο, που από το 6000 π.Χ. φιλοξενεί την ανθρώπινη δραστηριότητα και συνεχίζει να σέβεται την ομορφιά και το περιβάλλον. Τα αρχαιότερα σπίτια συνδυάζουν την αρχοντιά του νεοκλασικού με την απλότητα της αγροτικής κατοικίας. Πολλές βυζαντινές εκκλησίες βρίσκονται εντός και εκτός του οικισμού, με σημαντικότερη αυτή του Αρχάγγελου Μιχαήλ στη θέση Ασώματος.

Η Επισκοπή Πεδιάδας ξεχωρίζει για τα πλήθος των βυζαντινών εκκλησιών της. Επισκεφτείτε τις εκκλησίες του Μιχαήλ Αρχαγγέλου, της Αγίας Παρασκευής και του Αγίου Ιωάννη με τις ξεχωριστές τοιχογραφίες.

Στο παραδοσιακό οικισμό Σμάρι, μην παραλείψετε να ανηφορίσετε στην Ακρόπολη Σμαρίου και να περπατήσετε στα γραφικά στενά του χωριού με τα πετρόκτιστα σπίτια και τις εκκλησίες του Σωτήρος Χριστού και του Αγίου Γεωργίου με τις θαυμάσιες αγιογραφίες.

Η Παλιά ή Άνω Χερσονήσος, δύο μόλις χιλιόμετρα νοτίως της πολύβουης Χερσονήσου, είναι ένας γραφικός οικισμός με βυζαντινές εκκλησίες, παλιά πηγάδια και κτιστούς ξυλόφουρνους. Στην πλατεία του χωριού, γεμάτη παραδοσιακά καφενεία, τα βράδια του καλοκαιριού στήνεται γλέντι με μουσική και τοπικούς χορούς.

Στο Κράσι, στους βορειοδυτικούς πρόποδες της Σελένας, απολαύστε τη φύση με τα δάση αζιλάκων και σφενδάμης, δροσιστείτε στη Μεγάλη Βρύση, στο ψηλότερο σημείο του χωριού, και καταλήξτε στον αιωνόβιο πλάτανο της πλατείας. Στον ίδιο πλάτανο εκτυλίσσονταν σκηνές στο έργο του Νίκου Καζαντζάκη «Καπετάν Μιχάλης».

Ο Ζαρός, στους πρόποδες του Όρους Σαμάρι, είναι ένα από τα ομορφότερα χωριά της περιοχής, διάσημο για τα νερά και το πράσινο του.

Ο Άγιος Θωμάς, σε υψόμετρο 530 μέτρα, με πανοραμική θέα, πήρε το όνομα του από την παλιά τρίκλιτη βασιλική με τρούλο, που βρίσκεται στο κέντρο του χωριού. Στην περιοχή ξεχωρίζουν τα λαξευτά σπήλαια που χρησιμοποιήθηκαν ως τάφοι και οι λαξευτές δεξαμενές νερού.

Στον Κόφινα, την υψηλότερη κορυφή των Αστερουσίων, βρίσκεται το χωριό Καπετανιανά. Σε υψόμετρο 750 μέτρα θα απολαύσετε τη μοναδική θέα στο Λυβικό Πέλαγος, την φρουριακή αρχιτεκτονική του οικισμού και την ξεχωριστή εκκλησία της Παναγίας του 15^{ου} αιώνα.

Ο Σίβας, παραδοσιακός διατηρητέος οικισμός στην νοτιοδυτική άκρη της πεδιάδας της Μεσαράς, είναι γνωστός για τις οικολογικές του καλλιέργειες, αλλά και για την τεράστια πλατεία του χωριού με το Δημοτικό Σχολείο του 1864.

Αρχαιολογικοί Χώροι

Ο πυκνός ιστός αρχαιολογικών χώρων, που καλύπτει όλο το νομό, μαρτυρεί τη συνεχή κατοίκηση της περιοχής, από τα νεολιθικά χρόνια μέχρι σήμερα, και δίνει την ευκαιρία στον επισκέπτη να ταξιδέψει νοερά σε όλους τους αιώνες της κρητικής ιστορίας και παράδοσης.

Ο αρχαιολογικός χώρος της Κνωσού αντιπροσωπεύει έναν από τους σημαντικότερους αρχαιολογικούς χώρους ολόκληρης της Ελλάδας. Ανάμεσα σε ελιές και αμπέλια και κυπαρίσσια, στο ύψωμα της Κεφάλας, αναπτύχθηκε το σημαντικότερο κέντρο του μινωικού πολιτισμού. Περιηγηθείτε στα ανάκτορα και στις ιδιωτικές οικίες, περπατήστε πάνω στους βασιλικούς δρόμους, ανακαλύψτε την ιστορία των ανασκαφών και αφουγκραστείτε το μέρος όπου άκμασε ένας από τους λαμπρότερους πολιτισμούς της ανθρωπότητας.

Πολύ κοντά στη Κνωσό, στην περιοχή των Αρχανών, επισκεφτείτε το ανακτορικό συγκρότημα στην Τουρκογειτονιά, το νεκροταφείο στο Φουρνί, που είναι και τα μεγαλύτερο προϊστορικό νεκροταφείο του Αιγαίου, την Μινωική Έπαυλη με το γνωστό πατητήρι στο Βαθύπετρο και το πολύ σημαντικό Ιερό στα Ανεμόσπηλια, όπου έχουν βρεθεί ίχνη ανθρωποθυσίας.

Στο Καστέλι Πεδιάδος μπορείτε να δείτε τα ερείπια της αρχαίας Λύττου ή Λύκτου, μιας από τις ισχυρότερες πόλεις της αρχαίας Κρήτης, η οποία ήταν αποικία των Σπαρτιατών. Η Λύττος κυριάρχησε στο νησί και ιδιαίτερα στην Ανατολική Κρήτη. Καταστράφηκε από την αντίπαλη και ισχυρή πόλη της Κνωσού, κτίστηκε όμως ξανά κατά την ρωμαϊκή περίοδο.

Ο αρχαιολογικός χώρος της Φαιστού, όπου βρίσκεται το δεύτερο σε μέγεθος ανάκτορο της μινωικής Κρήτης, έχει μεγάλο ενδιαφέρον, παρότι δεν έχουν γίνει ανασυλώσεις της ίδιας κλίμακας με αυτές της Κνωσού.

Επίσης στην περιοχή της Μεσαράς επισκεφτείτε οπωσδήποτε την αρχαία Γόρτυνα, στο πολίτευμα της οποίας αναφερόταν με θαυμασμό ο Πλάτωνας. Ενδιαφέρον έχουν όχι μόνο ο αρχαιολογικός χώρος αλλά και οι παλιές εκκλησίες. Μην παραλείψετε να δείτε και τους θολωτούς τάφους στο Απεσωκάρι, λίγα χιλιόμετρα νοτιότερα.

Μια επίσκεψη στα μινωικά ανάκτορα του νομού δεν θεωρείτε ολοκληρωμένη αν δε επισκεφτεί κανείς το ανακτορικό συγκρότημα στα Μάλια, το οποίο είναι κτισμένο σύμφωνα με την αρχιτεκτονική των ανακτόρων της Κνωσού και της Φαιστού. Από τα πιο σημαντικά ευρήματα που έχουν βρεθεί είναι το γνωστό χρυσό κόσμημα με τις δύο μέλισσες.

Πέρα από τα μινωικά ανάκτορα, ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζουν και οι μινωικές επαύλεις, επιβλητικά σπίτια αξιωματούχων ή γαιοκτημόνων της εποχής, όπου γινόταν η παραγωγή και η διακίνηση των γεωργικών προϊόντων. Τέτοιες επαύλεις συναντάμε στο μινωικό οικισμό της Τυλίσου, στην Αμνισό, τη γνωστή έπαυλη των Κρίνων, καθώς και στο Νίρου Χάνι.

Ξεχωριστής ιστορικής και αρχιτεκτονικής αξίας είναι και τα οχυρωματικά έργα του Νικηφόρου Φωκά, που μπορείτε να δείτε στο λόφο της Ρόκας στον Προφήτη Ηλία.

Επίσης περιηγηθείτε στο φρούριο του Παλαιόκαστρου στη Ρογδιά, χτισμένο από τους Βενετούς, οι οποίοι επιδίωκαν να ελέγξουν αποτελεσματικότερα τον κόλπο του Χάνδακα. Στον ίδιο χώρο σώζεται η ενετική έπαυλη των Καλλέργηδων, εξαιρετικό δείγμα κρητικοβενετσιάνικης αρχιτεκτονικής.

Τέλος..

Το Αρχαιολογικό Μουσείο Ηρακλείου, το Ιστορικό Μουσείο Ηρακλείου, η Αρχαιολογική Συλλογή Αρχανών, το Μουσείο Νίκου Καζαντζάκη στην πλατεία του χωριού Μυρτιά, το Μουσείο Κρητικής Εθνολογίας στους Βώρους Μεσαράς και το **Μουσείο Φυσικής Ιστορίας** στο Ηράκλειο που μας παρουσιάζει το μοναδικό φυσικό πλούτο της Κρήτης αλλά και όλης της Ηπειρωτικής Ελλάδας αξίζουν να τα επισκεφτείτε. Μην ξεχάσετε επίσης να επισκεφτείτε την Κρήνη Μοροζίνι στο κέντρο της πόλης όπως επίσης και το ενετικό φρούριο Κούλε στο λιμάνι.

Στο Μοναστήρι της Παλιανής στο Βενεράτο, στη Μονή Σαββαθιανών στη Ροδγιά, στη Μονή Αγίου Γεωργίου του Γοργολεήμονος στο χωριό Κάτω Ασίτες, στο μοναστήρι Αγίας Ειρήνης κοντά στο Κρουσώνα, στη Μονή Βροντησίου κοντά στο Ζαρό, στην Μονή Αγκαράθου, Επανωσήφη, Οδηγήτριας, Καλυβιανής και Κεράς οι λάτρεις του θρησκευτικού πλούτου της Κρήτης θα θαυμάσουν με δέος τις πανέμορφες εκκλησίες και θα γνωρίσουν την μοναστική ζωή στο νησί.

Όσον αφορά την κουζίνα της ευρύτερης περιοχής του νομού, την διαμορφώνουν το περίφημο ελαιόλαδο, τα χόρτα, τα ξεχωριστά τυριά, τα παξιμάδια, τα αρωματικά βότανα και ένα πλήθος συνταγών που κρύβουν μέσα τους τη σοφία της κρητικής διατροφής. Γευθείτε σαλιγκάρια με πλιγούρι, κουνέλι μαγειρεμένο με αρωματικά χόρτα, χοιρινό με σελινόριζα, κάπρικο, καλιτσούνια και ξεροτήγανα με ευοδιαστό μέλι. Απολαύστε πέστροφες ψητές στο Ζαρό και πολλά ολόφρεσκα ψάρια από τα καΐκια του λιμανιού.

Η Γιορτή του Κρασιού στις Δάφνες, η Γιορτή του Αγγειοπλάστη, η Γιορτή του Ξενιτεμένου στο Καστέλλι, τα Αποκριγίωματα και το «Ηράκλειο – Καλοκαίρι» είναι μερικές από τις πιο σημαντικές εκδηλώσεις και γιορτές που λαμβάνουν χώρα στο νομό.

Νομός Λασιθίου

Ο κόλπος του Μεραμπέλου, το μυθικό Βάι, η ηλιοστεφανωμένη Ιεράπετρα, η θεά Αθηνά να λούζεται στην λίμνη Βουλισμένη. Πεντοζάλη στον Άγιο Νικόλαο, το πολυβραβευμένο ελαιόλαδο να ταξιδεύει στα πέρατα

του κόσμου, οι ανεμόμυλοι στο οροπέδιο Λασιθίου. Πόση ομορφιά χωράει σε ένα νομό; Πόση ομορφιά αντέχει ένας ταξιδιώτης; Στο Λασιθί οι αντοχές πρέπει να είναι μεγάλες..

Ο ανατολικότερος νομός του νησιού είναι και ο λιγότερο ορεινός, αν θα μπορούσε να ειπωθεί κάτι τέτοιο για μια περιοχή της Κρήτης. Είναι ο μοναδικός με τον πληθυσμό του διεσπαρμένο πιο ομοιόμορφα σε τρεις πόλεις – ημιαστικά κέντρα και όχι συγκεντρωμένα σε μία πρωτεύουσα που περιβάλλεται από χωριά. Καθόλου συμπτωματικά, οι αρχαιολογικοί τόποι δεν βρίσκονται μακριά από τα χωριά που τους διαδέχτηκαν, αλλά δίπλα τους, καθώς, παρά τις πολλαπλές διακυμάνσεις της Ιστορίας, η ανθρώπινη παρουσία υπήρξε συνεχής και αδιατάρακτη.

Φυσικός πλούτος

Ο κόλπος του Μεραμπέλου εισχωρεί βαθιά στο κορμί του νησιού, αφήνοντας μόνο 12 km γης να χωρίζουν το Αιγαίο Πέλαγος από το Λυβικό Πέλαγος. Το οροπέδιο Λασιθίου, το μεγαλύτερο της Κρήτης, δεσπόζει του νομού, ο οποίος κυριαρχεί από τη Δίκτη, τη Θρύπη και τα Σητειακά Όρη. Οι εκτεταμένες παραλίες του νομού προς βορρά, ανατολή και νότο διαμορφώνουν ένα συναρπαστικό τοπίο.

Στο Σελάκανο, κοντά στο χωριό Χριστός, υπάρχει ένα από τα τελευταία αυτοφυή δάση τραχείας πεύκης και πρίνου. Υπάρχουν ακόμη σφεντάμια και κυπαρίσσια. Εκτός από τη σπάνια ομορφιά του, οι ντόπιοι το ονομάζουν και Μελισσόκηπο, λόγω των πολλών μελισσών που έχουν στηθεί εκεί. Η περιοχή είναι εξαιρετική για παρατήρηση άγριων αρπακτικών πτηνών.

Πάνω από το Βραχάσι μπορείτε να θαυμάσετε το Αζίλακόδασος, το δάσος από αζίλακες δηλαδή, οι οποίοι είναι ξαδέλφια του πρίνου και της βελανιδιάς, και εδώ έχουν αναπτυχθεί σε πελώρια μεγέθη.

Καταφύγια άγριας ζωής έχουν κηρυχτεί οι τοποθεσίες Κατσελιό (στα Βρουχά Μιραμπέλλου), Σταυρός (Νεαπόλεως), Ανάβλοχο (Βραχασίου), Χαλασιά (Ζενίων – Έξω Ποταμών – Μέσα Λασιθίου), Αλμυρός και Θύλακας (Αγίου Νικολάου – Κριτσά), Βαθύ – Φρούζι (Κριτσά – Καλού Χωριού), Κεφάλια (Χρυσοπηγής και Δάφνης), Γιάννα Κορυφή – Πενταχέρης – Ρεθυμνιώτη (Κρούστα – Πρίνας), Μοναστηράκι (Παχειάς Άμμου – Καβουσίου – Κάτω Χωριού), Αγ. Σαράντα (Αγίου Ιωάννου Ιεράπετρας), νησί Χρυσή ή Γαϊδουρονήσι, νησί Κουφονήσι, Φαράγγι (Χαμεζίου Σητείας), Πλαγιές (Αγ. Τριάδας Σητείας), Σκοπή (Σητείας), Πισκοκέφαλο (Σητείας), Ζάκρος (Ιτάνου).

Το οροπέδιο Καθαρό της Δίκτης, ανάμεσα στις κορυφές Λάζαρος και Τσίβη, σε υψόμετρο 1150 μέτρα είναι γεμάτο οπωρώνες, αμπέλια και μπιστάνια. Μοναδικής ομορφιάς είναι τα κρινάκια *Agum Cretica* ή «χοιράφτες» όπως τα λένε οι ντόπιοι, που ανθίζουν στις πλαγιές, πλησιάζοντας το Οροπέδιο. Οι παρατηρητές πουλιών που θα ανηφορίσουν στην περιοχή θα έχουν την ευκαιρία να δουν γεράκια και βιτσίλες από την οικογένεια των αρπακτικών. Το Καθαρό παρουσιάζει επίσης ιδιαίτερο επιστημονικό ενδιαφέρον, καθώς διαπιστώθηκε η ύπαρξη απολιθωμάτων νάνων ιπποπόταμων και ελεφάντων.

Η τεχνητή λίμνη Μπραμιανών, αν και κατασκευάστηκε πολύ πρόσφατα, μετατράπηκε γρήγορα σε έναν πλούσιο υδροβιότοπο, καθώς χιλιάδες μεταναστευτικά πουλιά σταθμεύουν στις όχθες της. Σημαντικό πέρασμα αποδημητικών είναι και υδροβιότοπος του Αλμυρού στον Άγιο Νικόλαο.

Το φοινικόδασος στο Βάι αποτελεί ένα μνημείο φυσικού κάλλους. Το δάσος αποτελείται από περίπου 5000 δένδρα, τα οποία θρύλος λέει ότι προήλθαν από τα κουκούτσια χουρμάδων που έτρωγαν πειρατές έμποροι οι οποίοι περνούσαν από την περιοχή και «έδεσαν» τα καράβια τους.

Στο Καβούσι, στους πρόποδες της Θρυπτής, λίγες εκατοντάδες μέτρα από το χωριό προς τα ανατολικά, μπορείτε να δείτε την αρχαιότερη ελιά στον κόσμο.

Το Οροπέδιο Λασιθίου, με τους χιλιάδες ανεμόμυλους – αντλίες, είναι ένα από τα πιο εύφορα σημεία της Ελλάδος. Από αυτό περνούσαν οι αντάρτες για να καταφύγουν στα βουνά μετά από κάποια επιδρομή, κάνοντας τους οργισμένους Ενετούς να αποκαλέσουν αυτό τον παραδεισένιο τόπο «αγκάθι στη καρδιά της Βενετίας». Η καλύτερη εποχή για να το επισκεφτείτε είναι η άνοιξη και το φθινόπωρο.

ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Παρατήρηση πουλιών

Ο νομός χαρακτηρίζεται από εξαιρετικές περιοχές για παρατήρηση πουλιών.

Οι παρατηρητές λοιπόν θα θαυμάσουν άγρια αρπακτικά στο Σελάκανο στο Μελισσόκηπο, δάσος με τραχεία πεύκη και πρίνους. Επίσης στο οροπέδιο Καθαρό της Δίκτης οι παρατηρητές καθώς θα ανηφορίζουν στην περιοχή, θα παρακολουθήσουν από κοντά γεράκια και βιτσίλες από την οικογένεια των αρπακτικών μεταξύ των άλλων πτηνών.

Διέλευση Φαραγγιών

Το φαράγγι των Πεύκων είναι εντυπωσιακό. Το φαράγγι της Κριτσάς, στην είσοδο του ομώνυμου χωριού, λίγα χιλιόμετρα δυτικά του Αγίου Νικολάου, είναι στην αρχή στενό, αλλά όσο ανεβαίνει γίνεται πλατύτερο. Με δύο ώρες εύκολου σκαρφαλώματος φτάνετε στο χωριό Τάπες.

Το φαράγγι της Ζάκρου, ή φαράγγι των Νεκρών, ξεκινάει από το χωριό της Ζάκρου και διασχίζει ένα απόκοσμο τοπίο. Το βαθύ φαράγγι είναι γεμάτο με σπηλιές, όπου οι Μινωίτες έθαβαν τους νεκρούς τους. Για να το διασχίσετε απαιτούνται δύομιση ώρες και έχει υψομετρική διαφορά 350 μέτρων. Το μονοπάτι καταλήγει στην όμορφη παραλία και το μινωικό ανάκτορο της Κάτω Ζάκρου.

Το φαράγγι της Σαρακίνας έχει νερό όλο το χρόνο και χρειάζεται παρέα και προσοχή λόγω ολισθηρότητας. Το μονοπάτι θα το βρείτε ένα χιλιόμετρο μετά το χωριό Μύθοι, στο δρόμο προς τις Μάλες. Βαδίζοντας μέσα στο φαράγγι, αλλού ανεβαίνετε με τα τέσσερα, αλλού τσαλαβουτάτε στο νερό και αλλού αξιοποιείτε τα ξύλινα περάσματα που υπάρχουν. Το εντυπωσιακό στενό μέρος του φαραγγιού απαιτεί μισή ώρα περπατήματος.

Το φαράγγι του Χαυγά, στην Καλαμαύκα, έχει εντυπωσιακούς σχηματισμούς, σμιλευμένους από την φύση στην πέτρα.

Εξερεύνηση – Σπήλαια

Η περιοχή του Λασιθίου είναι γεμάτη με πανέμορφα θρυλικά σπήλαια. Η ίδια η ιστορία του τόπου είναι πολύ συχνά συνδεδεμένη μαζί τους. Σημειώνουμε ενδεικτικά κάποια από αυτά για μαγικές διαδρομές στα έγκατα της γης.

Το σπήλαιο Μιλάτου, γεμάτο από σταλακτίτες και σταλαγμίτες, στην είσοδο του έχει το εκκλησάκι του Αγίου Θωμά, εις μνήμη των χιλιάδων ντόπιων που σφαγιάστηκαν εδώ το 1823.

Πάνω από το χωριό Πεύκοι, υπάρχουν δύο επισκέψιμα σπήλαια, οι Απαλούστρες και η Λατσίδα Βρέικου, το οποίο κατοικήθηκε κατά τους προϊστορικούς χρόνους.

Στη θέση Χυλόφτες βρίσκεται το σπήλαιο Θεριοσπηλιός. Τα πετρώματα του είναι δολομίτες. Συγκροτήματα από σταλαγμίτες αποτελούν εξάισια σύνολα, με πρωταγωνιστή ένα λευκό μεγαλόπρεπο σταλαγμίτη.

Το σπήλαιο Ατζιγγανοσπηλιός διανοίγεται στη βάση πελώριου ασβεστολιθικού βράχου, στην περιοχή Κουκίστρες, με συνολικό μήκος 48 μέτρων. Απέναντι του βρίσκεται το μικρότερο σπήλαιο των Μαριδίων.

Μονοπάτια στο Λασιθί

Το ευρωπαϊκό μονοπάτι E4 ξεκινά από την παραλία του Κάτω Ζάκρου, στα ανατολικά του νησιού. Διασχίζοντας το «φαράγγι των Νεκρών» ανεβαίνει ως την Ζάκρο και από εκεί συνεχίζει ανηφορικά προς το Οροπέδιο Μαύρου Κάμπου. Στην συνέχεια, κατηφορίζει προς το Ζήρο και μετά προχωρά στο Χανδρά, τους Αρμένους και τους Παπαγιαννάδες. Στην συνέχεια το E4 ανεβαίνει προς τη Θρυπή, προχωρώντας προς το χωριό Χρυσοπηγή, κι από εκεί στο Ορεινό. Από το χωριό Θρυπή κατηφορίζει προς το Κάτω Χωριό και από εκεί προς το Μοναστηράκι και την Βασιλική. Από την κοιλάδα της Ιεράπετρας ανηφορίζει προς το μοναστήρι Βρυωμένου, πάνω από το χωριό Σταυρός. Η διαδρομή γίνεται μέσα σε πευκόδασος. Από το μοναστήρι κατηφορίζουμε προς το χωριό Μεσελέροι και την Πρίνα. Ο χωματόδρομος περνά πάνω από τις Μάλες. Το E4 συνεχίζει για την Μαθοκοτσάνα και από εκεί φτάνει στο Σελάκανο. Από το Σελάκανο ανηφορίζει προς το διάσελο Σελλοί, στα 1800 μέτρα, και από εκεί κατεβαίνει στο Οροπέδιο Λιμνάκαρου, όπου βρίσκεται το καταφύγιο Στροβίδι. Από εκεί κατηφορίζει προς το χωριό Κουδουμαλιά και το Οροπέδιο Λασιθίου. Από το χωριό Άγιος Γεώργιος μπορεί να γίνει παράκαμψη προς το Δίκταιο Άντρο, αλλιώς το

μονοπάτι προχωρά δυτικά προς τον Άγιο Χαράλαμπο και το Κάτω Μετόχι. Ύστερα από λίγο ακόμη περπάτημα, το μονοπάτι ακολουθεί το παλιό βενετσιάνικο λιθόστρωτο προς το χωριό Κασταμονίτσα.

Ορειβασία

Η ανάβαση στην κορυφή Σπαθί (2148 μέτρα), την ψηλότερη του νομού, ξεκινάει συνήθως από το χωριό Άγιος Γεώργιος (840 μέτρα) στο Οροπέδιο Λασιθίου. Το μονοπάτι ανεβαίνει προς τα νότια επί ένα δίωρο, μέχρι το μικρό οροπέδιο του Λιμνάκαρου, και σε μισή ώρα φτάνετε στο καταφύγιο του βουνού, στη θέση Ανεστάσι και σε ύψος 1350 μέτρα. Από εκεί παίρνετε το Ε4, με τα χαρακτηριστικά κίτρινα ρομβοειδή σήματα, περνάτε το διάσελο και φτάνετε στην κορυφή. Συνολική διάρκεια 5 ώρες μέτριας δυσκολίας.

Στην κορυφή της Θρυπτής (1476 μέτρα) ξεκινάτε με τα πόδια από το χωριό Καβούσι ή το Μοναστηράκι. Εναλλακτικά, μπορείτε να φτάσετε με αυτοκίνητο μέχρι το κάτω Χωριό. Τα παλιά μονοπάτια είναι καλά σηματοδευμένα με κόκκινα στίγματα. Εάν διασχίσετε άνοιξη το οροπέδιο, θα μείνετε έκθαμβοι από την ομορφιά των σπάνιων λουλουδιών. Έτσι και αλλιώς θα μείνετε εμβρόντητοι από τη θέα της κορυφής.

Αναρρίχηση

Πάνω από το Οροπέδιο Λασιθίου, στο Οροπέδιο Λιμνάκαρου, βρίσκεται η εντυπωσιακή ορθοπλαγιά του Σπαθιού. Έχουν ανοιχτεί 14 διαδρομές δυσκολίας από IV ως VI+. Δεν είναι πλήρως εξοπλισμένη με μόνιμες ασφάλειες, για αυτό απαιτείται πλήρης αναρριχητικός εξοπλισμός.

Canyoning

Το φαράγγι Λάπαθος, επίμηκες και τελείως ξερό από βλάστηση, διαθέτει νερό μόνο το χειμώνα. Έχει έναν όμορφο καταρράχτη ύψους 80 μέτρων.

Το όμορφο φαράγγι Ζωνάρι, σκεπασμένο από πεύκα που καταλήγει στο χωριό Μύθοι, είναι κατάλληλο για μέτριας εμπειρίας εξερευνητές.

Το μικρό φαράγγι Χαυγιάς ακολουθεί το αρχαίο μονοπάτι που ενώνει το όρος Θρύπη με το χωριό Καβούσι, στον κόλπο Μιραμπέλλου και είναι κατάλληλο για canyoning.

Το φαράγγι του Μέσωνα είναι σχετικά κλειστό από πάνω. Έχει αρκετό νερό το χειμώνα και πολλές γούρνες που προσφέρονται για άλματα. Ξεκινάει από τον εγκαταλειμμένο πετρόκτιστο οικισμό Τσαμάντη.

Το πιο διάσημο φαράγγι για canyoning, το Χα, μοιάζει με το όνομα του να περιγελάει όσους πιστεύουν ότι μπορούν να το καταστήσουν άκοπα. Είναι κατάλληλο μόνο για έμπειρους εξερευνητές, που διασκεδάζουν με τα νερά ιδιαίτερα την άνοιξη. Τα τοιχώματα του είναι κάθετα, φτάνοντας σε ύψος τα 200 ή και τα 400 μέτρα. Δεν έχει άλλη οδό διαφυγής πέρα από την είσοδο και την έξοδο του. Έχει μέγιστο πλάτος 8 μέτρα, ελάχιστο 2 και παρότι το συνολικό του μήκος είναι μόλις 1800 μέτρα, έχει 27 καταρράκτες με ύψος από 8 μέχρι 27 μέτρα. Καταλήγει στην παραλία Παχειά Άμμος στον κόλπο Μιραμπέλλου.

Ένα ακόμη φαράγγι για canyoning, το μικρό και ανοιχτό φαράγγι Ασπρόλιθος έχει στα τοιχώματα του μικρές σπηλαιώσεις και εσοχές.

Το φαράγγι του Αγίου Αντωνίου ξεκινάει δυτικά του οικισμού Σαμακίδι. Είναι τελείως ξερό από βλάστηση και έχει κοκκινωπά τοιχώματα. Καταλήγει στο χωριό Γούδουρας, με θέα στο Λυβικό Πέλαγος.

Το φαράγγι του Γούδουρα δεν έχει νερό. Το επάνω μέρος του, το Μέσα Απίδι, είναι αρκετά ανοιχτό και εύκολο για αρχάριους. Γενικά είναι μικρό και στενό φαράγγι, με υψομετρικές διαφορές και εύκολες καταβάσεις.

Παραπέντε

Θαυμάσιος τρόπος για να απολαύσετε την ομορφιά του Οροπεδίου του Λασιθίου είναι να πετάξετε με παραπέντε, Από το χωριό Καμινάκι, στο τέλος του οροπεδίου, θα φτάσετε στο σημείο απογειώσης, το οποίο έχει βόρειο προσανατολισμό και υψομετρική διαφορά 300 μέτρα.

Καταδύσεις

Εξοπλισμένα καταδυτικά κέντρα λειτουργούν σε όλο το νομό, για να γνωρίσετε και να χαρείτε τον εντυπωσιακό βυθό της περιοχής. Όλος ο Κόλπος Μιραμπέλλου προσφέρει εξαιρετικές καταδυτικές

τοποθεσίες, ακόμη και για αρχάριους. Ξεχωρίζει η ιστορική Σπιναλόγκα, στην ανατολική ακτή της χερσονήσου Κολοκυθιά.

Καταδύσεις γίνονται κοντά στο Σίσι. Από εκεί μπορείτε να περιπλανηθείτε σε δεκάδες υποβρύχια τοπία, μεταξύ των οποίων η «Κοιλιάδα με τις Άγκυρες» και το «Μέσερσμιτ», ένα γερμανικό αεροπλάνο του Β' Παγκόσμιου Πολέμου, που αποτελεί πλέον αξιοθέατο του κρητικού βυθού.

Σχετικά ρηγά νερά έχει και στη Μίλατο, με πολλά υποβρύχια αξιοθέατα, τόσο για αρχάριους όσο και για έμπειρους δύτες. Στην ίδια περιοχή, καταδύσεις πραγματοποιούνται και στην Αγία Βαρβάρα.

Στα νότια του νομού, στην Ιεράπετρα υπάρχουν ξεχωριστά καταδυτικά σημεία για να γνωρίσετε και το Λυβικό Πέλαγος, ενώ στο δυτικότερο σημείο του νησιού, στο Βάι, ένας εντυπωσιακός και φιλόξενος βυθός σας περιμένει.

Διαδρομές με καΐκια

Από την Ελούντα, μια ξεχωριστή ημερήσια εκδρομή στην Σπιναλόγκα, με το ενετικό φρούριο και το μικρό οικισμό θα σας μαγέψει.

Από την Ιεράπετρα караβάκια πηγαίνουν στο Γαϊδουρονήσι ή αλλιώς Χρυσσή, και στο Κουφονήσι, με το όμορφος δάσος από κέδρους Λιβάνου, μοναδικό στην Ευρώπη, εκπληκτικές παραλίες και ρωμαϊκά ερείπια που φτάνουν ως την θάλασσα.

Ενδιαφέροντες οικισμοί

Κοντά την Νεάπολη, το χωριό Νικηθιανός στολίζεται από παραδοσιακούς νερόμυλους και το χωριό Χουμεριακός, χτισμένο αμφιθεατρικά, έχει μια τοξωτή πύλη από την Ενετοκρατία. Το χωριό Λίμνες είναι στεφανωμένο από δύο εκκλησιάκια πάνω σε βράχο.

Από την παραθαλάσσια Πλάκα, ένα μικρό οικισμό κοντά στην Ελούντα, ανεβείτε και περιπλανηθείτε στα μικρά ορεινά χωριά Πίνες, Φουρνή, Σύρμεσος, Δορικές και Νοφαλιάς, με παμπάλαιες εκκλησίες, περίτεχνους ανεμόμυλους, πετρόχιστα τοξωτά σπίτια και βέβαια μικρά μοναστήρια ή ερημοκλήσια – σκήτες.

Το Κάτω Χωριό κοντά στη Ιεράπετρα, έχει μια πανέμορφη κατάφυτη πλατεία και αξίζει να το δείτε.

Τα ορεινά χωριά στο Οροπέδιο Λασιθίου: Ζένια με τις κληματαριές όπως επίσης και τα καταπράσινα χωριά Έξω και Μέσα Ποταμοί σας περιμένουν να τα ανακαλύψετε.

Αρχαιολογικοί Χώροι

Τα ερείπια της αρχαίας Ολούντας, στην Ελούντα, επεκτείνονται μέσα στην θάλασσα. Αυτό συνέβη επειδή η βόρεια ακτογραμμή της Κρήτης έχει βυθιστεί αρκετά μέτρα από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα. Όταν έχει κάλμα, μπορείτε να δείτε να ερείπια μέσα στα καθαρά νερά.

Η αρχαία Λατώ είναι μια δίδυμη πόλη, κοντά στη Κριτσά. Ξεκίνησε ως οχυρωμένη σε ακρόπολη, αλλά παράκμασε προς όφελος του επίνειου της, χαμηλότερα προς τον Άγιο Νικόλαο. Έτσι η παλιά πόλη ονομάστηκε «Λατώ η ετέρα», η άλλη Λατώ δηλαδή, γιατί όποτε μιλούσαν οι ντόπιοι εννοούσαν τη μεταγενέστερη παραθαλάσσια Λατώ ή Λατώ προς Καμάραν. Από τη Λατώ σώζονται αρκετά ερείπια ναών, αγοράς και θεάτρου.

Η αρχαία Ίτανος, αρχικά αποικία των Φοινίκων, κοντά στο Βάι, ήταν μία από τις σπουδαιότερες πόλεις των Δωριέων στην ανατολική Κρήτη. Ο αρχαιολογικός χώρος με τους φοίνικες βρίσκεται δίπλα σε εξαιρετική αμμουδιά.

Στο Παλαίκαστρο, στην τοποθεσία Ρουσσόλακος, έχει ανακαλυφθεί εδώ και έναν αιώνα μια από τις μεγαλύτερες μινωικές πόλεις, η Δραγμός. Εδώ λέγεται ότι βρισκόταν το ιερό του Δικταίου Διός.

Η αρχαία Δρήρος, στη Νεάπολη υπήρξε σημαντική πόλη και ανασκάφηκε από το μεγάλο μας αρχαιολόγο Μαρινάτο.

Η Ζάκρος έχει κατοικηθεί από τους μινωικούς χρόνους. Δείτε το ανάκτορο με τις αίθουσες τελετών και τα βασιλικά διαμερίσματα.

Η αρχαία Πραισός, κοντά στο ομώνυμο χωριό ήταν η πόλη των Ετεοκρητών. Ήταν χτισμένη πάνω σε τρεις ακρόπολεις και περιτειχίζόταν από κάστρο. Κατοικήθηκε μέχρι τους ελληνιστικούς χρόνους.

Στον Πετρά Σητείας έχει ανακαλυφθεί άλλο επισκέψιμο μινωικό ανάκτορο και οικισμός, ενώ στις νησίδες του Μοχλού και τις Ψείρας έχουν αποκαλυφθεί σπουδαία μινωικά κέντρα – λιμάνια. Στο νησάκι Κουφονήσι, νοτιοανατολικά του νομού υπάρχει ένα εκπληκτικό ρωμαϊκό θέατρο στην παραλία. Το νησάκι έχει χαρακτηριστεί «Δήλος του Λιβυκού» και μάλλον όχι άδικα. Στην αρχαιότητα ήταν σημαντικό κέντρο σπογγαλιείας και επεξεργασίας του κογγυλιού πορφύρα, από όπου έβγαινε το πολύτιμο κόκκινο χρώμα. Κατοικήθηκε μόνιμα ή περιστασιακά μέχρι το 17^ο αιώνα.

Τέλος..

Στο Αρχαιολογικό Μουσείου Αγίου Νικολάου, στο Λαογραφικό Μουσείο και στις Αρχαιολογικές Συλλογές Ιεράπετρας θα σας συναρπάζουν όλα τα ευρήματα του παρελθόντος. Αξίζει να δείτε την Καζάρμα της Σητείας. Στην Κριτσά, γυρίστηκε το 1957 το έργο «Ο χριστός ξανασταυρώνεται» από τον Ζυλ Ντασέν. Επίσης επισκεφτείτε το μεσαιωνικό χωριό Βόιλα κοντά στον Χανδρά, την ενετική έπαυλη Ντεμέτσο, τον οικισμό της Σπιναλόγκας, τον Καλέ και το Τζαμί της Ιεράπετρας και τον φάρο Αφορεσμένου στην βορειοδυτική άκρη του κόλπου του Μιραμπέλλου.

Τα μοναστήρια και οι εκκλησίες διάσπαρτες στο νομό:

Στην παλιά πόλη της Ιεράπετρας έχουμε την Παναγία του Καλέ, την Μεταμόρφωσης με το σπάνιο ξυλόγλυπτο τέμπλο, του Αγίου Ιωάννη και Αγίου Νικολάου. Επίσης μην ξεχάσετε να επισκεφτείτε την Αγία Φωτιά κοντά στην Σητεία, την Μονή Σεληναρίου κοντά στο Βραχάσι, την ιστορική Μονή Τοπλού, την Μονή Καψά, την μικρή Μονή Φανερωμένης στα Γουρνιά, το εκκλησάκι της Αγίας Παρασκευής, της Κεράς και Αρετίου που βρίσκεται κοντά στην Νεάπολη.

Γυναικείοι συνεταιρισμοί, πρωτοβουλίες δραστήριων ομάδων και φεστιβάλ γαστρονομίας δίνουν ένα ξεχωριστό γαστρονομικό στίγμα στην περιοχή. Δοκιμάστε θαλασσίνα για ρακομεζέδες, φρέσκα ψάρια με ντόπια χορταρικά, βραστή κατσικά με σιουφηχτά μακαρόνια χειροποίητα, μύζηθροπιτάκια με μέλι, ντομάτες γεμιστές με χόνδρο, κοτόπουλο με μυρωδικά, συκωτάκια με κνισάρι, κολοκυθοανθούς γεμιστούς με ρύζι και στάκα με αυγά. Το πολυβραβευμένο ελαιόλαδο της περιοχής ταξιδεύει στα πέρατα του κόσμου και νοστιμεύει και τις πιο απλές συνταγές.

Τα Κύρβεια στη Ιεράπετρα και στα γύρω χωριά κάθε Ιούλιο και Αύγουστο εδώ και 25 χρόνια χρωματίζουν πολιτιστικά την περιοχή. Πολιτιστικές εκδηλώσεις όπως «Λατώ» στον Άγιο Νικόλαο και «Κορνάρεια» στη Σητεία μαζί με τα πανηγύρια στα χωριά συνθέτουν μια πλούσια ψυχαγωγική ζωή στο νομό.

Γ. Διαδρομές στην Κρήτη

Υπάρχουν πολλοί και διαφορετικοί τρόποι να γνωρίσει κανείς την Κρήτη. Ένας είναι από αυτούς που αποκαλύπτει τα μυστικά της φύσης και την ψυχή των κατοίκων της. Αυτός, του να αφηθεί κανείς στην ελεύθερη και άμεση επαφή που προσφέρει ένα οδοιπορικό στα πολύμορφα τοπία του νησιού και να πλησιάσει μέσα από τις καθημερινές απλές σχέσεις, του ανθρώπους που αποτελούν τη ζωντανή συνέχεια μιας μακροχρόνιας ιστορίας γεμάτης θρύλους και μύθους. Τα ορειβατικά μονοπάτια της Κρήτης γίνονται η αφορμή και το μέσον για αυτήν την γνωριμία.

Το Ευρωπαϊκό Ορειβατικό μονοπάτι E4, ξεκινάει από τα Πυρηναία και αφού διασχίσει την Ευρώπη και τη Βαλκανική Χερσόνησο φθάνει στο νοτιότερο σημείο της Πελοποννήσου και από το Γύθειο περνάει στο Καστέλι Κισσάμου και αφού διασχίσει ολόκληρη την Κρήτη οδηγεί στο Μινωικό Ανάκτορο της Ζάκρου που είναι και το ανατολικότερο άκρο της Κρήτης.

Στην συνέχεια σας παρουσιάζουμε ορισμένες χαρακτηριστικές διαδρομές μέσα από τις οποίες μπορείτε να ανακαλύψετε ένα μεγάλο μέρος από τα κρυμμένα μυστικά της Κρήτης. Ακόμη μια φορά από τα Χανιά μέχρι το Λασιθί, χωρίζουμε την Κρήτη σε 13 υπέροχες διαδρομές.

Νομός Χανίων [Χάρτης 1]

1

Καστέλι – Έλος – Ελαφώνησος [87 km]

Από το καστέλι, τη δυτικότερη πόλη του νησιού ακολουθούμε τη διαδρομή που μας οδηγεί στα Τοπόλια όπου μπορούμε να επισκεφτούμε το γνωστό ομώνυμο φαράγγι.

Συνεχίζουμε νοτιότερα ακολουθώντας την κοιλάδα με τα καστανοχώρια του δήμου Ιναχωρίου. Μια επίσκεψη στον αναστηλωμένο παλιό οικισμό της Μηλιάς θα μας δώσει την ευκαιρία να έχουμε μια εικόνα της μορφής που είχαν παλαιότερα οι μικροί αγροτικοί οικισμοί της περιοχής.

Αφού διασχίσουμε το χωριό Έλος συναντούμε το Κεφάλι από όπου ακολουθούμε τη νότια πορεία με κατεύθυνση τον όρμο Στόμιο. Στην συνέχεια απλώνεται μπροστά μας ο γυμνός κάμπος της Χρυσοσκαλίτισσας. Η Μονή Χρυσοσκαλίτισσας που είναι αφιερωμένη στην Κοίμηση της Θεοτόκου και την Αγία Τριάδα είναι κτισμένη πάνω σε βραχώδη έξαρση με πανοραμική θέα. Η παράδοση θέλει να υπάρχει ένα χρυσό σκαλοπάτι στη σκάλα που ανεβαίνει στη μονή στο οποίο όμως δεν μπορούν να το δουν οι αμαρτωλοί. Ο ναός που βλέπουμε σήμερα έχει ανοικοδομηθεί το 1894 και η εικόνα της Κοίμησης της Θεοτόκου εικάζεται ότι είναι του 10^{ου} αιώνα.

Στην περιοχή έχει διαπιστωθεί ότι υπήρχε υστερομινωική εγκατάσταση ψαράδων και από όστρακα που έχουν βρεθεί διαπιστώνεται η κατοίκηση κατά την ρωμαϊκή περίοδο.

Συνεχίζουμε νοτιότερα και αφού διασχίζουμε τον κάμπο φτάνουμε στο ακρότατο νοτιοδυτικό σημείο της Κρήτης όπου βρίσκεται το Ελαφονήσι, ένα από τα πιο εντυπωσιακά τοπία του νησιού. Το Ελαφονήσι είναι μικρή χαμηλή νησίδα η οποία στην ουσία αποτελεί προέκταση της ξηράς δεδομένου ότι το βάθος της θάλασσας στο στενό που τη χωρίζει από αυτή είναι 2 με 3 πόδια, γεγονός που επιτρέπει να γίνεται η πρόσβαση πάνω στο νησί περπατώντας. Οι αμοθίνες που καλύπτουν το μεγαλύτερο μέρος του νησιού σε συνδυασμό με τις πανέμορφες παραλίες δημιουργούν ένα πολύ ενδιαφέρον οικοσύστημα. Στο δυτικό βραχώδες υπερυψωμένο τμήμα του νησιού (όπου υπάρχει φάρος και ο ομαδικός τάφος των ναυαγών του αυστριακού Imperatrice που ναυάγησε το 1907) εικάζεται ότι υπήρχε και ιερό του Απόλλωνα.

Στο Ελαφονήσι έγινε από τους Τούρκους το 1824 η μεγάλη σφαγή επαναστατών και μεγάλου αριθμού γυναικόπαιδων που είχαν καταφύγει εκεί. Σήμερα η Ελαφώνησος μαζί με την απέναντι ξηρά αποτελούν προστατευόμενο χώρο ιδιαίτερου φυσικού κάλους.

Λίγο ανατολικότερα από το Ελαφονήσι αναπτύσσεται ένα από τα λίγα δάση με Κέδρους της Κρήτης. Στην επιστροφή μας για Καστέλι, στο ύψος του χωριού Κεφάλι, ακολουθούμε το δρόμο με δυτική κατεύθυνση, ο οποίος ακολουθεί την πλαγιά και χαμηλά έχουμε τη μακρινή θέα της θάλασσας μέχρι το χωριό Κάμπος.

Στην συνέχεια συναντούμε τον οικισμό Μπερμπαθιανά (από τον οποίο κατάγεται η οικογένεια του μεγάλου Έλληνα συνθέτη Μίκη Θεωδοράκη). Κοντά στο Κάμπο υπάρχει μικρό φαράγγι στο βάθος του οποίου βρίσκεται ο ναός της Αγίας Αικατερίνης. Συνεχίζουμε βόρεια και αφήνουμε πίσω μας το μικρό ψαροχώρι Σφηνάρι και από το χωριό Πλάτανος μπορούμε να επισκεφτούμε τα Φαλάσσαρνα για να απολαύσουμε το εντυπωσιακό ηλιοβασίλεμα σε μια από τις ομορφότερες παραλίες της Κρήτης.

2

Κολυμπάρι – Βουκολιές – Κάντανος – Παλαιόχωρα [67 km]

Στο δυτικό άκρο του κόλπου Χανίων απλώνεται ο παραλιακός γραφικός οικισμός Κολυμπάρι όπου βρίσκεται η Μονή Οδηγήτριας Γωνιάς.

Μετά τον οικισμό Ταυρωνίτη που βρίσκεται λίγο ανατολικότερα από το Κολυμπάρι ακολουθούμε το δρόμο νότια παράλληλα με την πορεία του ποταμού Ταυρωνίτη. Διασχίζουμε το καταπράσινο αγροτικό τοπίο και

μετά το χωριό Βουκολιές αρχίζουμε να ανηφορίζουμε στο λοφώδες τοπίο μέχρι το Ιστορικό χωριό Κάντανος.

Συνεχίζουμε νότια ακολουθώντας την κοιλάδα που μας οδηγεί στην παραλιακή Παλαιόχωρα, μια από τις ομορφότερες κομωπόλεις του νησιού.

Η αρχαία Καλαμύδη πιθανόν να ήταν στην θέση που βρίσκεται σήμερα το βενετσιάνικο κάστρο, τα ερείπια του οποίου δεσπόζουν στο βραχώδη λόφο νότια του οικισμού. Η Παλαιόχωρα είναι ένα μέρος που δεν θα πλήξετε και που θα θέλετε σίγουρα να επιστρέψετε ξανά γιατί εκεί μπορείτε να απολαύσετε συμπεκνωμένα όλα αυτά που η φύση και οι άνθρωποι της Κρήτης προσφέρουν απλόχερα.

Μοναδικές δροσερές παραλίες στον ίσκιο των βράχων και των κέδρων της περιοχής. Ηλιοφάνεια 90 % μέση θερμοκρασία το καλοκαίρι 31 βαθμούς κελσίου και τον χειμώνα 12 βαθμούς κελσίου. Θάλασσα με ονειρεμένα χρώματα και παραλίες που εκτείνονται 20 χιλιόμετρα. Ταυτόχρονα η Παλαιόχωρα προσφέρεται ως βάση για να γνωρίσετε τις ενδιαφέρουσες γύρω περιοχές από το Ελαφονήσι, τη Γαύδο και τη Σούγια ως και το φαράγγι της Σαμαριάς.

Κατά μήκος της παραλίας από το Ελαφονήσι ως και την Αγία Ρούμελη και το Φαράγγι της Σαμαριάς υπάρχουν σημαντικά φυσικά και ιστορικά μνημεία τα οποία μπορείτε να επισκεφτείτε από την Παλαιόχωρα. Η περιοχή προσφέρεται όχι μόνο για εκδρομές με αυτοκίνητο και μηχανή, αλλά επίσης για πεζοπορία και εξορμήσεις με μικρά πλοιάρια τα οποία συνδέουν την Παλαιόχωρα με την Σούγια, την Αγία Ρούμελη, το Λουτρό, τη Χώρα Σφακίων, το Ελαφονήσι και τη νήσο Γαύδο. Υπάρχουν στην περιοχή πολλές τοποθεσίες ιδιαίτερου φυσικού και οικολογικού ενδιαφέροντος με μοναδικά οικοσυστήματα, σημαντικότερα από τα οποία είναι όλες οι παράλιες περιοχές και ειδικά της Κουντούρας με τους μοναδικής ομορφιάς κέδρους. Εκτός από το φαράγγι των Τοπολίων, μοναδικά ιστορικά και αρχαιολογικά μνημεία βρίσκονται διάσπαρτα στην περιοχή και την καθιστούν ιδιαίτερα ελκυστική για όσους θέλουν να συνδυάσουν τις φυσιολατρικές τους εξορμήσεις με την γνωριμία της ιδιαίτερα σημαντικής ιστορίας του τόπου. Τέλος αξίζει αν επισκεφτείτε το ναό της Αγίας Μαρίας στον Πλατανέ που είναι τοιχογραφημένος από το 1323 καθώς επίσης και πολλές άλλες μικρές βυζαντινές εκκλησίες που βρίσκονται στα γύρω χωριά.

3

Χανία – Θέρισο – Λάκκοι – Οροπέδιο Ομαλού [91 km]

Αναχωρούμε από τα Χανιά, διασχίζουμε το πεδινό αγροτικό τοπίο της περιοχής Βαμβακόπουλου και στην συνέχεια με κατεύθυνση νότια ακολουθούμε το δρόμο που μας οδηγεί στο θρυλικό Φαράγγι του Θέρισου και στο ομώνυμο χωριό που βρίσκεται στη μικρή κοιλάδα στο βάθος του φαραγγιού. Τα εντυπωσιακά κάθετα τοιχώματα του φαραγγιού μας συντροφεύουν μέχρι το χωριό που έχει συνδεθεί με την επανάσταση του Βενιζέλου το 1905 που οδήγησε στην παραίτηση του Πρίγκιπα Γεωργίου και στη συνέχεια στην Ένωση της Κρήτης με την Ελλάδα (1913).

Συνεχίζουμε νότια ανηφορικά το δρόμο που ελίσσεται στην πλαγιά των Λευκών Όρεων και φθάνουμε στο χωριό Ζούρβα με την απεριόριστη θέα στα βόρεια του Νομού Χανίων. Από τη Ζούρβα κατηφορίζουμε στο χωριό Μεσκλά στο βάθος της κατάφυτης κοιλάδας με τα τρεχούμενα νερά και τις δροσερές πηγές.

Στην εκκλησία του Σωτήρα Χριστού υπάρχουν τοιχογραφίες του 14^{ου} αιώνα και η εκκλησία της Κοίμησης της Θεοτόκου πιθανόν να είναι χτισμένη στο ίδιο σημείο και με τα υλικά του αρχαίου ναού της Πανδήμου Αφροδίτης. Τα Μεσκλά συνδέονται και με την αιματηρή Επανάσταση του Καντανολέου εναντίον των Βενετών.

Αφήνοντας πίσω μας τα Μεσκλά ακολουθούμε την κοιλάδα μέχρι το χωριό Φουρνέ από όπου στρίβουμε νότια με κατεύθυνση το ιστορικό χωριό Λάκκοι, από όπου ξεκίνησε η Επανάσταση του Μαυρογένη εναντίον των Τούρκων, το τελευταίο χωριό πριν το ξακουστό Οροπέδιο του Ομαλού.

Ο Ομαλός (1080 μέτρα υψόμετρο), ένα από τα μεγάλα οροπέδια της Κρήτης, έχει σχήμα ακανόνιστου κύκλου με εμβαδόν περίπου 25 τετραγωνικά χιλιόμετρα και περιβάλλεται από πολλές επιβλητικές κορυφές με κυριότερες το Γκίγκιλο (2005 μέτρα) και το Βολακιά (2117 μέτρα). Σε όλη την έκταση του Οροπεδίου

υπάρχουν παλαιά λιθόκτιστα κτίσματα κυρίως τετράγωνης κάτοψης, μονόχωρα με κεντρικό ξύλινο υποστύλωμα που στήριζε την επίπεδη στέγη. Αυτά τα κτίσματα χρησίμευαν ως κατοικίες κατά τους μήνες Απρίλιο ως και αρχές Οκτωβρίου για τους κτηνοτρόφους και τους γεωργούς της περιοχής. Σήμερα υπάρχουν σύγχρονες κατασκευές και τα ξερολιθικά κτίσματα αυτά έχουν εγκαταλειφθεί.

Στην βόρεια είσοδο στη χαμηλότερη στάθμη του Οροπεδίου (1050 μέτρα) υπάρχει το σπηλαιοβάραθρο του Τζανή. Σε αυτό καταλήγουν όσα νερά δεν απορροφάει το υπέδαφος του Ομαλού. Ακόμα και σήμερα δεν έχει εξερευνηθεί σε όλο του το μήκος. Ο Ομαλός διαδραμάτισε σημαντικό ρόλο στις επαναστάσεις κατά των Τούρκων και ήταν ιδανικό καταφύγιο και ορμητήριο για τους επαναστάτες. Στην νοτιοανατολική πλευρά του Οροπεδίου βρίσκεται στο Ξυλόσκαλο από όπου ξεκινάει η διαδρομή για την διάσχιση του Φαραγγιού της Σαμαριάς, το μεγαλύτερο και επιβλητικότερο φαράγγι της Κρήτης και ο μοναδικός Εθνικός Δρυμός του νησιού ο οποίος έχει χαρακτηριστεί Μνημείο της Φύσης από το Συμβούλιο της Ευρώπης.

Από τον Σεληνιώτικο Γύρο, την νοτιοδυτική έξοδο του οροπεδίου, ακολουθούμε το δρόμο που μας οδηγεί στα χωριά του ανατολικού Σελίνου, με πρώτο σταθμό το μικρό χωριό Αγία Ειρήνη, όπου βρίσκεται το ομώνυμο φαράγγι, ένα από τα ομορφότερα και επιβλητικότερα της περιοχής. Η διαμορφωμένη από τη δασική υπηρεσία διαδρομή του φαραγγιού μας οδηγεί στην νότια είσοδο του από όπου μπορούμε να συνεχίσουμε την εξερεύνηση μας στην περιοχή που διαθέτει πολλά αξιοθέατα.

Μπορούμε να επισκεφτούμε το ιστορικό χωριό Κουστογέρακο, την αρχαία Έλυρο και την πανέμορφη παραλία της Σούγιας. Δυτικά από την Σούγια και αφού διασχίσουμε το μικρό αλλά όμορφο ομώνυμο φαράγγι καταλήγουμε στην αρχαία Λισσό, ένα από τα πλέον εντυπωσιακά τοπία της νότιας Κρήτης.

4

Φραγκοκάστελο – Σφακιά – Ασκύφου – Βάμος [82 km]

Αφήνοντας πίσω μας το Φραγκοκάστελο συνεχίζουμε δυτικά προς τη Χώρα Σφακίων με τα χαρακτηριστικά παραδοσιακά σπίτια σκαφαλωμένα στην πλαγιά των Λευκών Όρεων. Από την Χώρα Σφακίων ο ανηφορικός δρόμος που ελίσσεται στη γυμνή και τραχιά πλαγιά του βουνού μας οδηγεί στο οροπέδιο της Ανώπολης όπου βρίσκονται σκόρπια τα ίχνη της παλιάς πόλης που κυριαρχούσε στην περιοχή και είχε ως επίκειο το φυσικό λιμάνι του Λουτρού. Πιο δυτικά η θέα από την Αράδαινα στο χείλος του ομώνυμου φαραγγιού κόβει την ανάσα και παραπέρα ο μικρός οικισμός του Άη Γιάννη βρίσκεται χαμένος στην άγριας φύσης όμορφη πλαγιά των Λευκών Όρεων.

Επιστρέφοντας στην Χώρα Σφακίων ακολουθούμε το δρόμο βόρεια, παράλληλα με το επιβλητικό φαράγγι της Ίμπρου μέχρι το ομώνυμο χωριό στο μικρό οροπέδιο και στην συνέχεια ανοίγεται μπροστά μας στο Οροπέδιο του Ασκύφου στα 726 μέτρα υψόμετρο.

Το Οροπέδιο κατοικείται και καλλιεργείται από πολύ παλιά. Παράγει εξαιρετικής ποικιλίας τοπικά προϊόντα και στις παραδοσιακές ταβέρνες του μπορούμε να γευθούμε τις φημισμένες Σφακιανές πίτες. Κατά την Τουρκοκρατία η περιοχή του Οροπεδίου γίνεται θέατρο αιματηρών συγκρούσεων επαναστατών και εδώ συνήλθε η Γενική Συνέλευση των Κρητών που κήρυξε την ένωση με την Ελλάδα, κατά την διάρκεια της αποτυχημένης επανάστασης του 1866.

Μετά το Ασκύφου κατηφορίζοντας τις βόρειες πλαγιές των Λευκών Όρεων με κατεύθυνση την ιστορική πρωτεύουσα του Αποκόρωνα, το Βάμο, κάνουμε μια στάση στο, πνιγμένο από το πράσινο, χωριό Βρύσσεσες.

Από τις Βρύσσεσες διασχίζουμε το όμορφο, λοφώδες, αγροτικό τοπίο μέχρι το Βάμο, ένα από τα σημαντικότερα αγροτουριστικά κέντρα της Κρήτης, με την παραδοσιακή αρχιτεκτονική να κυριαρχεί. Με αφετηρία το Βάμο μπορούμε να γνωρίσουμε την περιοχή του Αποκόρωνα με τα παραδοσιακά χωριά Γαβαλοχώρι, Φρε, Βαφέ και την εκπληκτική φύση της κοιλάδας των Αρμένων με τους μικρούς παραδοσιακούς οικισμούς.

Νομός Ρεθύμνης [Χάρτης 2]

5

Ρέθυμνο – Πλακιάς – Φραγκοκάστελο [78 km]

Από το Ρέθυμνο ακολουθώντας το δρόμο νότια για το Σπήλι, στους Αρμένους συναντούμε το Υστερομινωικό νεκροταφείο και το μοναδικό δάσος ήμερης βελανιδιάς της Κρήτης. Στην συνέχεια φτάνουμε στα Μιξόρουμα όπου μπορούμε να θαυμάσουμε εκπληκτικά προϊόντα καλαθοπλεκτικής τέχνης. Στο κοντινό χωριό Λαμπινή θα επισκεφτούμε το μικρό ναό με τις εξαιρετικές βυζαντινές αγιογραφίες. Επιστρέφουμε στη διασταύρωση και ακολουθούμε νότια το δρόμο που μας οδηγεί στο στενό πέρασμα του Κουρταλιώτικου Φαραγγιού το οποίο μόλις διασχίσουμε θα αντικρίσουμε μια από τις ομορφότερες περιοχές της Κρήτης που είναι η κοιλάδα του Ποταμού Κουρταλιώτη και η περιοχή του παραθαλάσσιου οικισμού Πλακιά. Το Κουρταλιώτικο πρόκειται για ένα από τα ομορφότερα φαράγγια της Κρήτης. Και από τις δύο πλευρές του αναπτύσσονται εντυπωσιακά κατακόρυφα γκρεμνά που σε πολλά σημεία φτάνουν ως τα 300 μέτρα ύψος.

Το φαράγγι αποτελεί χώρο φωλιάσματος και τροφοληψίας πολλών σπάνιων ειδών πουλιών και ιδίως αρπακτικών πουλιών, για αυτό το λόγω θεωρείται σημαντική περιοχή σε διεθνές επίπεδο από ορνιθολογική άποψη. Η κοιλάδα του Κουρταλιώτη συνδυάζει το εντυπωσιακό γεωμορφολογικά περιβάλλον του φαραγγιού με ένα οικοσύστημα και μιας καταπληκτικής ομορφιάς παραλία, όπου βρίσκεται και η Λίμνη Πρέβελη. Στις όχθες της λίμνης υπάρχει ένα από τα δύο σημαντικότερα δάση με φοίνικες της Κρήτης.

Μέχρι και τις αρχές της δεκαετίας του 80 η περιοχή φιλοξενούσε μεγάλη κοινότητα «χίπις» που στην συνέχεια απομακρύνθηκαν για λόγους προστασίας του δάσους αλλά και προστασίας του οικοσυστήματος των εκβολών του ποταμού. Σήμερα η περιοχή είναι προστατευόμενη και απαγορεύεται το ελεύθερο κάμπινγκ. Ακολουθώντας το δρόμο που μας οδηγεί στη λίμνη θα συναντήσουμε την παλιά βενετσιάνικη γέφυρα με το εγκαταλελειμμένο σήμερα Κάτω Μοναστήρι και στην συνέχεια το Πίσω Μοναστήρι, στην δυτική πλαγιά της Λίμνης Πρέβελη. Στο Μοναστήρι υπάρχει ένα μικρό αλλά αξιόλογο Μουσείο Κειμηλίων και από τον περίβολο της Μονής θα απολαύσουμε την απίστευτη ομορφιά του τοπίου με το απέραντο γαλάζιο του Λυβικού Πελάγους να απλώνεται νότια.

Επιστρέφουμε στην περιοχή του Πλακιά όπου αναπτύσσονται μερικές από τις ομορφότερες παραλίες του νησιού όπως είναι το Αμμούδι, τα Σχοινάρια, το Δαμνόνι και η Σούδα. Από τον Πλακιά ανηφορίζουμε στα Σελιά και ακολουθούμε το δρόμο για την περιοχή των Σφακιών.

Τα πρώτα από τα φημισμένα Σφακιανά Χωριά που συναντάμε είναι τα Κάτω και Πάνω Ροδάκινο και στην συνέχεια ο Αργουλές και η Σκαλωτή μέχρι τον κάμπο όπου δεσπόζει στην παραλία η μορφή του Φραγκοκάστελου και δίπλα τα ερείπια της Μονής του Αγίου Νικήτα πάνω από την μοναδική Ορθή Άμμο. Είναι μοναδικό το φως του δειλινού με την μυστηριώδη ατμόσφαιρα που δημιουργεί στο εσωτερικό του το έρημο κάστρο. Το Φραγκοκάστελο είναι συνδεδεμένο με έναν από τους πλέον όμορφους θρύλους της Κρήτης. Πρόκειται για τους «Δροσουλίτες» ένα φαινόμενο αντικατοπτρισμού που συμβαίνει σε ημέρες νηνεμίας το δεύτερο δεκαπενθήμερο του Μαΐου. Τις πρωινές ώρες έχουν παρατηρηθεί σκιές καβαλάρηδων στον ορίζοντα. Η πιθανότερη ερμηνεία είναι να πρόκειται για αντικατοπτρισμό. Οι ντόπιοι έχουν ονομάσει το φαινόμενο «Δροσουλίτες», δηλαδή «Μορφές της πρωινής δροσιάς».

6

Ρέθυμνο – Αρκάδι – Αμάρι [119 km]

Από το Ρέθυμνο ακολουθώντας την παλαιά εθνική οδό προς τα ανατολικά φθάνουμε στο Άδελε και συνεχίζουμε διασχίζοντας το όμορφο αγροτικό τοπίο όπου κυριαρχούν οι παραδοσιακοί ελαιώνες και οι μικρές κοιλάδες με συστάσεις κυπαρισσιών. Πριν το Πέραμα ακολουθούμε νότια το δρόμο για τις Μαργαρίτες, ένα παραδοσιακό χωριό στο οποίο επιβιώνει και ακμάζει ακόμα και σήμερα η πανάρχαια παράδοση της κεραμικής τέχνης. Οι Μαργαρίτες ένα παραδοσιακό χωριό στο οποίο επιβιώνει και ακμάζει

ακόμα και σήμερα πανάρχαια παράδοση της κεραμικής τέχνης. Οι Μαργαρίτες διαθέτουν εξαιρετική λαϊκή αρχιτεκτονική που σε συνδυασμό με τα κεραμικά εργαστήρια κάνουν το χωριό ένα σπουδαίο κέντρο σύγχρονου λαϊκού πολιτισμού. Εξαιρετικά επίσης είναι τα τοπικά αγροτικά και κτηνοτροφικά προϊόντα της περιοχής.

Συνεχίζουμε νοτιοδυτικά και φθάνουμε στα χωριά Πρινέ και Ελεύθερνα όπου βρίσκονται τα ερείπια της Αρχαίας Ελεύθερνας στην οποία η αρχαιολογική έρευνα έχει αποκαλύψει σημαντικά στοιχεία για τον πολιτισμό της Κρήτης των προκλασσικών χρόνων. Είναι χτισμένη γύρω από οχυρό ύψωμα το οποίο συνδεόταν με την νότια κορυφογραμμή με μια στενή λωρίδα βράχου σαν γέφυρα. Η μεγάλη όμως ακμή της πόλης τοποθετείται στον 8^ο & 7^ο π.Χ. αιώνα. Την περίοδο αυτή κατασκευάζονται τα πρώτα έργα στις πλαγιές του υψώματος. Στην δυτική πλευρά του υψώματος υπάρχουν οι λαξευτές υπόγειες δεξαμενές των οποίων οι μεγάλες διαστάσεις υποδηλώνουν και το μέγεθος της αρχαίας πόλης. Πολλές πληροφορίες για την αρχαία πόλη της Ελεύθερνας μας δίνει η ανασκαφή του αρχαίου νεκροταφείου στη θέση Ορθή Πέτρα. Στην πόλη υπήρξε σημαντικός ναός, πιθανός του Απόλλωνα. Σημαντικές αρχιτεκτονικές ήταν οι γέφυρες της αρχαίας πόλης.

Αφήνοντας πίσω μας την Αρχαία Ελεύθερνα διασχίζουμε ένα λοφώδες άγονο τοπίο μέχρι τη Μονή Αρκαδίου, το φημισμένο καστρομονάστηρο της Κρήτης. Βρίσκεται στο κέντρο μικρού οροπέδιου με πλαγιές κατάφυτες από πρίνους, δρυγιάδες, κουκουναριές και ελιές. Στην περίτεχνη πρόσοψη του ναού αναμειγνύονται διαφορετικοί αρχιτεκτονικοί ρυθμοί. Μέχρι και την επανάσταση του 1821 το μοναστήρι γνώρισε μεγάλες περιόδους ακμής. Μετά το 1821 γίνεται κέντρο των επαναστατικών δραστηριοτήτων της περιοχής.

Συνεχίζοντας νότια από το Αρκάδι φθάνουμε στην όμορφη κοιλάδα του Αμαρίου όπου εκτός από την εγκαταλελειμμένη Μονή Ασωμάτων και τον αρχαιολογικό χώρο Μοναστηρακίου, μπορούμε να επισκεφτούμε τα γραφικά χωριά Θρόνος (όπου βρίσκονται τα ερείπια της αρχαίας πόλης της Συβρίτου), Βισταγή, Αμάρι, Μέρωνα, Άνω Μέρος και Γερακάρι. Στο χωριό Πλατάνια μπορούμε να περπατήσουμε στην υπέροχη διαδρομή του ομώνυμου φαραγγιού και στο Πατσό μπορούμε να διασχίσουμε ένα από τα πιο συναρπαστικά και επιβλητικά φαράγγια της Κρήτης.

Αφήνοντας πίσω μας την κοιλάδα του Αμαρίου ακολουθούμε το δρόμο για την επιστροφή μας στο Ρέθυμνο παρακάμπτοντας την τεχνητή λίμνη του φαραγγιού των Ποταμών και την κοιλάδα μέχρι τις Πρασές, ένα από τα ωραιότερα τοπία του νησιού.

7

Πάνορμο – Μυλοπόταμος - Οροπέδιο Νίδας [56,5 km]

Ο ορεινός χώρος του Ψηλορείτη κρύβει στο εσωτερικό του έναν ολόκληρο κόσμο που εδώ και χιλιάδες χρόνια ζει στους ίδιους ρυθμούς με έναν ποιμενικό τρόπο ζωής που στις βασικές του εκφράσεις μένει αναλλοίωτος από την αρχαιότητα μέχρι σήμερα. Από το Πάνορμο αφήνουμε πίσω μας την εθνική οδό και αφού διασχίσουμε την πανέμορφη κοιλάδα του Κάτω Μυλοποτάμου μετά το χωριό Γαράζο, στη βόρεια πλαγιά του βουνού, φθάνουμε στη Μονή Δισκουρίου από την οποία ακολουθούμε μια διαδρομή που μας οδηγεί στην καρδιά του Ψηλορείτη με πρώτο σταθμό το χωριό Αξός. Στη συνέχεια ανηφορίζουμε νότια για να επισκεφτούμε το Σπήλαιο του Σφεντόνη στα Ζωνιανά, ένα από τα ομορφότερα επισκέψιμα σπήλαια της Κρήτης, με πλούσιο και εντυπωσιακό διάκοσμο. Από τα Ζωνιανά μπορούμε να επισκεφτούμε και να διασχίσουμε το κατάφυτο από πρίνους ομώνυμο Φαράγγι, με τους εντυπωσιακούς γεωλογικούς σχηματισμούς. Μετά τα Ζωνιανά επιστέφουμε στον κεντρικό δρόμο και συνεχίζουμε για τα Ανώγεια το χωριό με την μεγάλη μουσική και καλλιτεχνική παράδοση.

Στην συνέχεια ακολουθώντας το δρόμο που ανηφορίζει από το χωριό προς τα νότια μας αποκαλύπτεται η περιοχή της Ζωμίνθου. Πρόκειται για μια μικρή ορεινή κοιλάδα εκπληκτικής ομορφιάς που τα τελευταία χρόνια μεταμορφώνεται σε ένα μοναδικό αρχαιολογικό δρυμό.

Συνεχίζουμε νότια και αφού διασχίσουμε την περιοχή του Αγίου Μάμμα με το ομώνυμο εκκλησάκι του Αγίου των Βοσκών, φθάνουμε στα Πετραδολάκια από όπου μπορούμε να παρακάμψουμε για την κορυφή του Σκήνακα όπου βρίσκεται το Αστεροσκοπείο. Από την κορυφή μπορούμε να θαυμάσουμε το ξερό και άγονο σχεδόν σεληνιακό τοπίο. Ανεμοδαρμένα βράχοι εκπληκτικής ποικιλότητας μορφών και σχηματισμών, δημιουργούν ένα φυσικό σκηνικό σπάνιας ομορφιάς.

Επιστρέφοντας στα Πετραδολάκια και συνεχίζοντας νοτιοδυτικά, λίγες εκατοντάδες μέτρα μετά μας αποκαλύπτεται το οροπέδιο της Νίδας. Εδώ στο Ιδαίο Άντρο, το ιερό σπήλαιο των Μινωιτών γεννήθηκε και μεγάλωσε ο Δίας, ο μέγιστος των θεών της αρχαίας Ελλάδας. Εδώ στο βάθος του Ιδαίου Άντρου, στο τέλος αυτής της υπέροχης διαδρομής θα νοιώσεις ότι ο Ψηλορείτης είναι πράγματι μια πηγή ονείρων και μύθων.

Νομός Ηρακλείου [Χάρτης 3]

8

Ηράκλειο – Κρουσώνας – Ζαρός [69,5 km]

Με αφετηρία το Ηράκλειο ακολουθούμε την εθνική οδό δυτικά ως τον κόμβο Γαζίου από όπου βγαίνουμε στον επαρχιακό δρόμο με κατεύθυνση την Τύλισσο όπου μπορούμε να επισκεφτούμε τις Μινωικές Επαύλεις.

Ακολουθώντας το γραφικό δρόμο που ελίσσεται στο λοφώδες τοπίο όπου κυριαρχούν οι πανάρχαιοι ελαιώνες και οι φημισμένοι αμπελώνες του Μαλεβιζίου, διασχίζουμε τα χωριά Μονή, Κεραμούτσι και Κορφές και φθάνουμε στον Κρουσώνα. Από τον Κρουσώνα μπορούμε να επισκεφτούμε τη Μονή της Αγίας Ειρήνης και να συνεχίσουμε στην ορεινή περιοχή Λιβάδι και Βρωμονερό με το δάσος από πρίνους και επιστρέφοντας στον Κρουσώνα μπορούμε να απολαύσουμε τις υπηρεσίες των αγροτουριστικών υποδομών της περιοχής και το εκθετήριο τοπικών προϊόντων του δραστήριου Συνεταιρισμού Γυναικών του χωριού.

Στην συνέχεια αφού επισκεφτούμε το χωριό Σάρχος όπου βρίσκεται το γνωστό ομώνυμο σπήλαιο και την βυζαντινή εκκλησία της Ελεούσας στο χωριό Κιθαρίδα, αφήνουμε τη μικρή κοιλάδα πίσω μας και ανηφορίζουμε προς το Πενταμόδι και Πετροκέφαλο για να καταλήξουμε στον Άγιο Μύρωνα. Στο πανέμορφο χωριό με τα παραδοσιακά σπίτια μπορούμε να επισκεφτούμε την εκκλησία και τη σπηλαιώδη σπητή του Αγίου Μύρωνα από όπου πήρε και το όνομα του.

Συνεχίζουμε νότια διασχίζουμε τις Κάτω Ασίτες μέχρι τις Πάνω Ασίτες από όπου μπορούμε μετά από πεζοπορία μιάμισης ώρας να φθάσουμε στο ορειβατικό καταφύγιο στη θέση Πρίνος.

Νοτιότερα από τις Ασίτες θα συναντήσουμε το επιβλητικό βραχώδες ύψωμα της Πατέλας του Πρινιά όπου βρίσκονται τα ερείπια της αρχαίας Ριζηνίας. Συνεχίζουμε νοτιότερα, διασχίζουμε το Πρινιά και από την Αγία Βαρβάρα μπορούμε να επισκεφτούμε το γραφικό παραδοσιακό χωριό του Αγίου Θωμά με τις πολλές βυζαντινές εκκλησίες και τα λαξευτά πατητήρια. Επιστέφουμε στην Αγία Βαρβάρα και συνεχίζουμε δυτικά με κατεύθυνση την Γέργερη στην οποία φθάνουμε αφού κατεβούμε τον δρόμο που ελίσσεται στην πλαγιά πάνω από το χωριό Πανασσός. Στην Γέργερη μπορούμε να επισκεφτούμε τα εκθέματα του μικρού Μουσείου Φυσικής Ιστορίας, τους νερόμυλους και τα γραφικά στενά του χωριού ή να ακολουθήσουμε τον

ορεινό όγκο που μετά από δεκαπέντε χιλιόμετρα περίπου θα μας οδηγήσει στο φημισμένο Δάσος του Ρούβα.

Από την Γέργερη συνεχίζουμε δυτικά και μετά το χωριό Νίβρυτος στο βάθος της καταπράσινης κοιλάδας απλώνεται το γραφικό χωριό Ζαρός. Ο Ζαρός γνωστός από την αρχαιότητα για τα πηγαία νερά του, διαθέτει σήμερα σημαντικές αγροτουριστικές υποδομές και αποτελεί ιδανικό σημείο αφετηρίας για την γνωριμία της ευρύτερης περιοχής με το μεγάλο αριθμό μνημείων και φυσικών τοπίων.

Νότια από το Ζαρό βρίσκεται μεγάλος αριθμός μικρών εγκαταλελειμμένων οικισμών καθώς και η τεχνητή λίμνη του φράγματος της Φανερωμένης που έχει μετατραπεί σε σημαντικό οικότοπο για την ορνιθοπανίδα της περιοχής.

Βορειότερα του Ζαρού βρίσκεται η μικρότερη αλλά πανέμορφη λίμνη Βοτομού και στην είσοδο του φαραγγιού του Αγίου Νικολάου βρίσκεται το ομώνυμο μοναστήρι με τη μικρή αγιογραφημένη εκκλησία. Δυτικότερα της λίμνης Βοτομού μπορούμε να επισκεφτούμε τα ερείπια του Ρωμαϊκού Υδραγωγείου. Δυτικότερα του Ζαρού ακολουθώντας το δρόμο προς το ιστορικό χωριό Βορίζια μπορούμε να επισκεφτούμε δύο από τις σημαντικότερες βυζαντινές εκκλησίες της Κρήτης. Οι τοιχογραφίες του Αγίου Φανούριου στη θέση της κατεστραμμένης σήμερα Μονής Βαρσαμονέρου, θεωρούνται από τα σημαντικότερα δείγματα της Κρητικής Σχολής Αγιογραφίας.

Επιστρέφοντας από τα Βορίζια στο Ζαρό παρακάμπτουμε βόρεια για να επισκεφτούμε το επίσης σημαντικό Μοναστήρι του Βροντισίου όπου κατά την παράδοση στη φημισμένη σχολή αγιογραφίας του μαθήτευσε και ο Ελ Γκρέκο.

Από το Βροντήσι αν ακολουθήσουμε το δασικό δρόμο που ελίσσεται στις πευκόφυτες πλαγιές του Ψηλορείτη μπορούμε να επισκεφτούμε τη δυτική περιοχή του δάσους του Ρούβα ή να θαυμάσουμε την θέα από την κορυφή Σαμάρι όπου βρίσκεται και το Ορειβατικό Καταφύγιο του Δήμου Ζαρού.

9

Διαδρομή Αστερουσίων [82 km]

Αν τα υπόλοιπα Βουνά της Κρήτης είναι άγρια και επιβλητικά το μικρότερο βουνό, τα Αστερούσια, η χαμηλή οροσειρά που καταβάλλει όλο το νότιο τμήμα του νομού Ηρακλείου είναι το πλέον γυμνό και ταυτόχρονα το πλέον μυστηριακό του νησιού.

Οι νότιες πλαγιές του συναντούν το γοητευτικό Λιβυκό Πέλαγος, δημιουργώντας υπέροχα μικρά αλλά απόκρημνα φαράγγια τα οποία καταλήγουν σε πανέμορφες παραλίες.

Με αφετηρία το παραδοσιακό οικισμό των Βώρων, όπου βρίσκεται το σημαντικότερο λαογραφικό μουσείο της Κρήτης, ξεκινάει η διαδρομή μας με πρώτη στάση στο φημισμένο Μινωικό ανάκτορο της Φαιστού από όπου μπορούμε να θαυμάσουμε τον κάμπο της Μεσσαράς. Στην κοντινή περιοχή νότια από τη Φαιστό βρίσκεται ένας μεγάλος αριθμός σημαντικών αρχαιολογικών χώρων όπως είναι τα Μάταλλα με τις φημισμένες σπηλιές, η Μινωική Έπαυλη της Αγίας Τριάδας, η παραθαλάσσια Μινωική Πόλη του Κομού και ο Θολωτός Τάφος στο Καμηλάρι. Μετά την Φαιστό διασχίζουμε το μικρό παραδοσιακό οικισμό του Αη Γιάννη με την ομώνυμη βυζαντινή εκκλησία και συνεχίζουμε προς το γραφικό χωριό Σίβα, με την όμορφη πλατεία και τα παραδοσιακά ταβερνάκια. Νοτιότερα αφού περάσουμε από το χωριό Λίσταρο συνεχίζουμε νότια ως την Μονή Οδηγήτριας με τον χαρακτηριστικό πύργο.

Συνεχίζουμε νότια μέχρι να συναντήσουμε τη διασταύρωση με το χωματόδρομο δεξιά μας που μας οδηγεί στην είσοδο του Αγιοφάραγγου. Αφήνουμε το μεταφορικό μας μέσο και πεζοπορούμε στο μικρό αλλά επιβλητικό φαράγγι το οποίο έχει πάρει το όνομα του από το γεγονός ότι παλαιότερα αποτελούσε ένα από τα σημαντικότερα μοναστικά κέντρα της Κρήτης.

Μετά από 25 λεπτά πεζοπορίας κοντά στην έξοδο του φαραγγιού συναντούμε το Ναό του Αγίου Αντωνίου και λίγο μετά βρισκόμαστε στην μοναδικής ομορφιάς παραλία που ανοίγεται ανάμεσα στα επιβλητικά βράχια.

Επιστρέφουμε στον επαρχιακό δρόμο και συνεχίζουμε νότια ως την μεγάλη ήρεμη παραλία των Καλών Λιμένων, όπου βρήκε προσωρινό καταφύγιο ο Απόστολος Παύλος και την διάρκεια του ταξιδιού του στην

Ρώμη. Συνεχίζουμε το χωματόδρομο ανατολικά απολαμβάνοντας τη θέα του Λιβυκού μέχρι το μικρό παραλιακό οικισμό του Λέντα όπου βρίσκονται τα ερείπια του ναού του Ασκληπίου. Συνεχίζουμε ανατολικά μέχρι το μικρό λιμανάκι της Λούτρας και από εκεί ανηφορίζουμε βόρεια και την πρώτη διασταύρωση ακολουθούμε ανατολική πορεία ως την παραλία της Τρυπητής.

Αφήνουμε πίσω μας την παραλία και αφού διασχίσουμε το επιβλητικό φαράγγι που τα τοιχώματα του σε πορισμένα σημεία απέχουν μόνο τέσσερα μέτρα, συναντούμε το δρόμο που με κατεύθυνση ανατολικά, ελίσσεται στις γυμνές πλαγιές των Αστερουσίων μέχρι το χωριό Καπετανιανά. Η θέα από το χωριό στο Λιβυκό είναι μοναδική σε συνδυασμό με το άγρονο γυμνό τοπίο και τις απόκρημνες πλαγιές της κορυφής Κόφινα που δεσπόζουν ανατολικά του χωριού και φημίζονται για τις αναρριχητικές τους πίστες. Από τα Καπετανιανά μπορούμε να επισκεφτούμε την Μονή Κουδουμά στην έξοδο του μικρού φαραγγιού που περιβάλετε από ένα υπέροχο πευκόδασος.

Συνεχίζοντας βόρεια από τα Καπετανιανά συναντούμε το χωριό Λούκια και Βαγιωνιά και με κατεύθυνση βόρεια διασχίζουμε τον κάμπο της Μεσσαράς μέχρι τους Αγίους Δέκα όπου μπορούμε να επισκεφτούμε τις αρχαιότητες της Γόρτυνας. Η πόλη της αρχαίας Γόρτυνας υπήρξε κατά την Ρωμαϊκή περίοδο η πρωτεύουσα της Κρήτης και της Κυρηναϊκής χερσονήσου και επί πολλούς αιώνες αποτελούσε την αδιαμφισβήτη ηγεμόνα πόλη του νησιού.

10

Γούβες - Καστέλι – Επισκοπή [94,5 km]

Μετά την επίσκεψη μας στο Θαλασσόκοσμο, το μεγαλύτερο ενυδρείο της ανατολικής Μεσογείου, που βρίσκεται στον παραθαλάσσιο οικισμό Γούρνες, ανατολικά της πόλης του Ηρακλείου, συνεχίζουμε νότια και διασχίζουμε το χωριό Γούβες και προχωράμε μέχρι τον μικρό οικισμό Σκοτεινό.

Από εδώ μπορούμε να επισκεφτούμε το σπήλαιο της Αγίας Παρασκευής, ένα από τα σημαντικότερα λατρευτικά σπήλαια της Κρήτης. Επιστρέφουμε στο Σκοτεινό και συνεχίζουμε νότια προς το Καλό Χωριό, ένα παραδοσιακό μικρό οικισμό και λίγο νοτιότερα θα συναντήσουμε τον κεντρικό επαρχιακό δρόμο που θα μας οδηγήσει στο Καστέλι, τον οικισμό που έχει λάβει το όνομα του από το φρούριο το οποίο δέσποζε κάποτε στην ορεινή πεδιάδα που αποτελούσε ένα από τους μεγαλύτερους σιτοβολώνες της Βενετσιάνικης Κρήτης. Από το Καστέλι ακολουθούμε το δρόμο με κατεύθυνση νοτιοδυτικά διασχίζουμε το μικρό αγροτικό οικισμό Ευαγγελισμό και φθάνουμε στο Θρασανό. Το Θρασανό είναι ένα από τα σημαντικότερα παραδοσιακά κεραμικά κέντρα του νησιού με μεγάλο αριθμό εργαστηρίων που συνεχίζουν τη μεγάλη παράδοση της Κρητικής αγγειοπλαστικής.

Μετά το Θρασανό λίγο βορειότερα βρίσκεται το χωριό Αποστόλοι από όπου θα συνεχίζουμε για το Σμάρι, ένα από τους πλέον ενδιαφέροντες παραδοσιακούς οικισμούς του Ηρακλείου. Ανατολικά του χωριού δεσπόζει ο λόφος που στην κορυφή του βρίσκονται τα ερείπια της Μινωικής Ακρόπολης του Σμαρίου. Δυτικότερα του Σμαρίου θα συναντήσουμε της Επισκοπή, ένα καθαρά αγροτικό οικισμό με πολυάριθμες βυζαντινές εκκλησίες να μαρτυρούν την μεγάλη παράδοση από την περίοδο που το χωριό ήταν έδρα επισκοπής από όπου πήρε και το όνομα του. Φημισμένα είναι τα ρακοκάζανα της περιοχής, όπου κατά την περίοδο που ακολουθεί το τρύγο παράγεται το παραδοσιακό κρητικό ποτό της Τσικουδιάς.

Νότια της Επισκοπής και αφού διασχίσουμε το χωριό Σγουροκεφάλι μπορούμε να επισκεφτούμε την Μονή Αγκαράθου ένα από τα σημαντικότερα μοναστήρια του Νομού Ηρακλείου με μεγάλη λόγια παράδοση. Στην συνέχεια ακολουθώντας το δρόμο δυτικά και βόρεια θα φθάσουμε στο χωριό Μυρτιά ή Βαρβάρει από όπου κατάγεται ο μεγάλος κρητικός συγγραφέας Νίκος Καζαντζάκης. Στο χωριό βρίσκεται το μουσείο Νίκου Καζαντζάκη, τα εκθέματα του οποίου φωτίζουν πολλές πτυχές της ζωής και του έργου του συγγραφέα. Αφήνοντας πίσω μας το χωριό του Καζαντζάκη διασχίζουμε ένα από τους παραδοσιακότερους κρητικούς αμπελώνες μέχρι το χωριό Σκαλάνι και στην συνέχεια επιστρέφοντας στο Ηράκλειο θα συναντήσουμε τον αρχαιολογικό χώρο του λαμπρού Μινωικού ανακτόρου της Κνωσού.

Νομός Λασιθίου [Χάρτης 4]

11

Χερσόνησος – Οροπέδιο Λασιθίου [95,5 km]

Από το κόμβο της Εθνικής Οδού στο ύψος της Χερσονήσου ακολουθούμε το δρόμο προς Καστέλι. Αφήνουμε δεξιά μας το γήπεδο του Γκολφ και στην συνέχεια ακολουθούμε τη διαδρομή που μας οδηγεί ανατολικά στο Αβδού, αφού διασχίσουμε την όμορφη κοιλάδα των Ποταμιών και παρακάμπσουμε το φράγμα Αποσελέμη ποταμού. Στο Αβδού μπορούμε να επισκεφτούμε τις βυζαντινές εκκλησίες, το σπήλαιο της Αγίας Φωτεινής και να απολαύσουμε τις υπηρεσίες που προσφέρουν οι άριστες τοπικές αγροτουριστικές υποδομές (όπως το γνωστό **Eco – Park** Λάσιθος πιο πάνω, μέσα στο Οροπέδιο Λασιθίου). Μετά το Αβδού και το χωριό Γωνιές συνεχίζουμε ανηφορικά τον δρόμο που ελίσσεται στις δυτικές πλαγιές της Δίκτης. Μπορούμε να παρακάμπσουμε για να βρεθούμε στο Κράσι, το όμορφο παραδοσιακό χωριό με την παραδοσιακή κρήνη και αφού επιστρέψουμε στον κεντρικό δρόμο να συνεχίσουμε ως ότου φτάσουμε στην Κερά, το μικρό χωριό με την καταπληκτική θέα προς την κοιλάδα του Αβδού, το οποίο έχει πάρει το όνομα του από την Μονή της Κεράς με τις ενδιαφέρουσες βυζαντινές αγιογραφίες. Πάνω από τον οικισμό δεσπόζει η κορυφή Καρφή, όπου βρίσκονται τα ερείπια μια από τις σημαντικότερες υστερομινωϊκές πόλεις. Συνεχίζουμε την ανάβαση μας ως την Άμπελο, τον αυχένα της κορυφογραμμής που αποτελεί την είσοδο στο μεγαλοπρεπές οροπέδιο του Λασιθίου. Στην κορυφογραμμή της Αμπέλου μας υποδέχονται οι χαρακτηριστικοί πέτρινοι ανεμόμυλοι και δεξιά στην πλαγιά διακρίνονται τα ίχνη του αρχαίου μονοπατιού που συνδέει το οροπέδιο με την κοιλάδα του Αβδού. Το Οροπέδιο Λασιθίου σε υψόμετρο 850 μέτρα είναι το μεγαλύτερο της Κρήτης και το μοναδικό με συνεχή ανθρώπινη εγκατάσταση καθ' όλη την διάρκεια του χρόνου. Περιβάλλεται από τις επιβλητικές κάθετες πλαγιές της κορυφής Σπαθί να κυριαρχούν στα νοτιοανατολικά. Η κτηνοτροφία και η γεωργία ήταν από την αρχαιότητα κα συνεχίζουν να είναι οι κύριες ασχολίες των κατοίκων που έχουν χτιστεί τα χωριά περιμετρικά του οροπεδίου. Σήμερα η μεγάλη πόλγη του ορεινού όγκου της Δίκτης έχει μετατραπεί σε ένα τεράστιο κήπο ο οποίος υδρεύεται από τα νερά που αντλούν οι χιλιάδες ανεμόμυλοι. Το Οροπέδιο Λασιθίου είναι ένα από τα μεγαλύτερα παραδοσιακά αιολικά πάρκα με τον χαρακτηριστικό τύπου ανεμόμυλο. Λίγες δεκαετίες πριν ο αριθμός των ανεμόμυλων ξεπερνούσε τις 10000. Στην πλαγιά πάνω από το χωριό Ψυχρό βρίσκεται το φημισμένο από την αρχαιότητα λατρευτικό σπήλαιο Δικταίο Άντρο στο οποίο λατρευόταν ο Δίας.

Το Δικταίο Άντρο που αποτελείται από δύο κυρίως χώρους διαθέτει αξιόλογο διάκοσμο και τόσο ως μυθολογικός χώρος όσο και ως γεωλογικός σχηματισμός, είναι ένα από τα σημαντικότερα σπήλαια της Κρήτης.

Από το χωριό Τζερμιάδω μπορούμε να επισκεφτούμε τόσο το σημαντικό σπήλαιο Τράπεζας όσο και το μικρότερο οροπέδιο Νίσσιμου από το οποίο ξεκινάει το μονοπάτι που μας οδηγεί στην κορυφή Καρφή. Στην Μονή Κρουσταλένιας δίπλα στο χωριό Άγιος Κωνσταντίνος συναντούμε το δρόμο ο οποίος μας οδηγεί βορειοανατολικά με κατεύθυνση στον Άγιο Νικόλαο.

Διασχίζουμε το ορεινό γυμνό τοπίο μέχρι την κοιλάδα των Ποτάμων με τα μικρά χωριά και στην συνέχεια στο χωριό Βρύσες ανοίγεται μπροστά μας η κοιλάδα της Νεάπολης από την οποία επιστρέφουμε προς Μάλια, Χερσόνησο. Αν ακολουθήσουμε την παλιά Εθνική Οδό θα περάσουμε από το χωριό Βραχάσι με την πανέμορφη θέα προς τις βόρειες πλαγιές της κορυφής Σελένα του όρους Δίκτη.

12

Άγιος Νικόλαος – Σελάκανο [73 km]

Με αφετηρία τη γραφική πόλη του Αγίου Νικολάου ακολουθούμε τον παραλιακό δρόμο μέχρι το Ίστρον και από εκεί συνεχίζουμε νοτιοδυτικά στην ενδοχώρα με πρώτο σταθμό το μικρό χωριό Πρίνα. Στην συνέχεια αφού διασχίσουμε την Καλαμάφκα με τους χαρακτηριστικούς βραχώδεις σχηματισμούς φθάνουμε στο χωριό Μάλες από όπου μπορούμε να επισκεφτούμε την Μονή Παναγίας Εξακουστής.

Από τις Μάλες φθάνουμε στο Χριστό και συνεχίζουμε στον ανηφορικό δρόμο που μας οδηγεί στο δάσος του Σελάκανου. Ο μικρός οικισμός Σελάκανου είναι απλωμένος στο πευκόδασος της ομώνυμης κοιλάδας που περιβάλλεται από τις επιβλητικές πλαγιές της Δίκτης.

Ο οικισμός κατοικείται κυρίως το καλοκαίρι από αγρότες των χωριών Χριστός και Μάλες. Η περιοχή της λεκάνης του Σελάκανου με εκτεταμένο πευκόδασος είναι ένα από τα ομορφότερα ορεινά τοπία της Κρήτης. Η περιοχή έχει κατοικηθεί από την αρχαιότητα και στην θέση «Πατέλλα» διακρίνονται τα ίχνη αρχαίου οικισμού πιθανόν της Αρχαίας Μάλλας. Στο καφενείο του χωριού θα απολαύσετε τοπικές γεύσεις παρέα με τους απλούς φιλόξενους κατοίκους.

Από το Σελάκανο ακολουθούμε το χωματόδρομο ο οποίος αφού διασχίζει το μικρό συνοικισμό Μαθοκοτσάνα, ελίσσεται στην πλαγιά ως ότου να συναντήσει άλλο χωματόδρομο ο οποίος με κατεύθυνση βόρεια μας οδηγεί στο οροπέδιο Καθαρού, ένα από τα ομορφότερα του νησιού. Περιμετρικά του Οροπεδίου Καθαρού αναπτύσσονται μικροί ποιμενικοί καταυλισμοί. Η περιοχή είναι γνωστή για τα παλαιολιθικά ευρήματα σκελετών νάνων ιπποπόταμων.

Από το Καθαρό ακολουθούμε τον ασφαλοστρωμένο δρόμο με κατεύθυνση ανατολικά και με την μακρινή θέα στην περιοχή του Αγίου Νικολάου και του κόλπου Μιραμπέλου και φθάνουμε στο όμορφο παραδοσιακό χωριό της Κριτσάς όπου μπορούμε να θαυμάσουμε στην εκκλησία Παναγίας της Κεράς με τις εκπληκτικές βυζαντινές τοιχογραφίες και συνεχίζουμε για τον Άγιο Νικόλαο.

13

Σητεία – Ζίρος – Ζάκρος – Παλαίκαстро [106,5 km]

Ο επισκέπτης θα ανακαλύψει μια αλλιώςτικη και ανεξερεύνητη περιοχή της Κρήτης. Η Σητεία είναι «η αρχαία πύλη της Ανατολής» όπως την έχουν ονομάσει οι αρχαιολόγοι. Τα μινωικά λιμάνια της Ζάκρου, της Σητείας, του Μόχλου, της Ψύρας κ.α. ήταν τα αρχαιότερα σημεία συνάντησης και επικοινωνίας της Μινωικής Κρήτης με τους μεγάλους πολιτισμούς της Ανατολικής Μεσογείου.

Σήμερα η σύγχρονη μικρή πόλη της Σητείας με το βενετσιάνικο φρούριο της, αναπαύεται στην αγκαλιά του ήρεμου κόλπου με την πανέμορφη παραλία. Με αφετηρία την Σητεία λοιπόν, ακολουθούμε τον δρόμο που μας οδηγεί νότια, διασχίζοντας το ήρεμο τοπίο της εύφορης κοιλάδας μέχρι την Άνω Επισκοπή, από όπου στρίβουμε ανατολικά και ανηφορίζουμε για να συναντήσουμε τα ερείπια της αρχαίας Πραισού.

Συνεχίζουμε για το χωριό Χανδρά και από εκεί μπορούμε να επισκεφτούμε την Εθιά με την φημισμένη βενετσιάνικη έπαυλη καθώς επίσης τον εγκαταλελειμμένο μεσαιωνικό οικισμό της Βόϊλας. Από τον Χανδρά ακολουθούμε το δρόμο για την Ζίρο και στην συνέχεια, αφού διασχίσουμε το μικρό οροπέδιο με τους πανάρχαιους αμπελώνες αρχίζουμε να κατεβαίνουμε την πλαγιά με την ανοικτή θέα στο απέραντο γαλάζιο της θάλασσας του Ξερόκαμπου με τις εκπληκτικές παραλίες όπου φύονται οι Κρίνοι που απεικονίζονται στις Μινωικές τοιχογραφίες.

Συνεχίζοντας βόρεια ακολουθούμε μια διαδρομή όπου κυριαρχούν μικρές κοιλάδες και σχηματισμοί φαραγγιών με επιβλητικότερο το φαράγγι των Νεκρών που ενώνει την Πάνω Ζάκρο με την Κάτω Ζάκρο (όπου βρίσκεται το φημισμένο Μινωικό Ανάκτορο) με την εκπληκτική βοτσαλωτή παραλία. Από την Άνω Ζάκρο για να φθάσουμε στο Παλαίκαстро ακολουθούμε μια διαδρομή ανάμεσα σε ένα ήμερο και ειρηνικό τοπίο, λοφώδες και ασκητικό με παραδοσιακά χωριά.

Στην περιοχή Παλαίκαστρου το τοπίο είναι πεδινό και φωτεινό, ανοιχτό προς τις υπέροχες παραλίες του Κουρεμένου και της Χιόνας, με τα γειτονικά ερείπια της μινωικής πόλης του Παλαίκαστρου. Πιο βόρεια ο επισκέπτης μπορεί να απολαύσει την εμπειρία της παραλίας με το μοναδικό φοινικόδασος του Βάι και πιο

βόρεια ακόμη στην Ερημούπολη, τα ερείπια της αρχαίας Ιτάνου αναπαύονται δίπλα στη μοναδικής ομορφιάς ερημική παραλία.

Το φοινικόδασος του Βάι καταλαμβάνει 200 στρέμματα και αποτελείται από αυτοφυείς φοίνικες του Θεοφράστου (Phoenix Theophrasti) και είναι μοναδικό σε μέγεθος όχι μόνο στην Ελλάδα, αλλά και στην Ευρώπη. Η ανάπτυξη και η διατήρηση του οφείλεται στο ξηρόθερμο κλίμα και το υπόγειο νερό της κοιλάδας.

Ακολουθώντας το δρόμο για την επιστροφή στην πόλη της Σητείας θα νοιώσετε το θρησκευτικό δέος και την μεγαλοπρέπεια που εμπνέει η ιστορική Μονή Τοπλού που δεσπόζει στο ερημικό αυτό τοπίο.

Κεφάλαιο 3^ο

Οικοτουρισμός και Αναπτυξιακά Προγράμματα

Α. Αναπτυξιακά προγράμματα προώθησης του οικοτουρισμού στην Κρήτη.

Για την ενίσχυση επιχειρήσεων με βάση τα οικοτουριστικά πρότυπα, υπάρχουν πολλά προγράμματα από την ευρωπαϊκή ένωση, σε συνεργασία με την ελληνική κυβέρνηση υπό την μορφή επιδοτήσεων. Σκοπός αυτών των προγραμμάτων είναι:

- Η ενίσχυση επιχειρήσεων που ήδη λειτουργούσαν με βάση οικοτουριστικά πρότυπα.
- Η δημιουργία καινούριων επιχειρήσεων με βάση αυτά τα πρότυπα.
- Η διάδοση - διάσωση της πολιτιστικής μας παράδοσης.
- Η χρηματοδότηση έργων για την ανάδειξη του φυσικού περιβάλλοντος.
- Έργα ανάπλασης και ανάδειξης παραδοσιακών οικισμών, κτιρίων και μοναστηριών.

Ένα τέτοιο αναπτυξιακό πρόγραμμα ήταν η **Κοινοτική πρωτοβουλία Leader 2000 -2006**. Του οποίου επιδίωξη ήταν η ολοκληρωμένη υψηλής ποιότητας αειφόρος ανάπτυξη, με την διαφύλαξη και σωστή αξιοποίηση των φυσικών, οικονομικών και ανθρώπινων πόρων της υπαίθρου. Οι στόχοι του προγράμματος αυτού υλοποιούνται από τοπικά προγράμματα τα οποία διαχειρίζονται ανώνυμες αναπτυξιακές εταιρίες οι οποίες αποτελούνται από συλλογικούς φορείς του ευρύτερου δημοσίου ή ιδιωτικού τομέα. Η χρηματοδότηση του προγράμματος αυτού πραγματοποιείται από το Ευρωπαϊκό Γεωργικό Ταμείο

Προσανατολισμού και Εγγυήσεων-Τμήμα Προσανατολισμού (ΕΓΤΠΕ-Π) και το πρόγραμμα δημοσίων επενδύσεων του Υπουργείου Αγροτικής Ανάπτυξης και Τροφίμων. Το συνολικό κόστος του προγράμματος ανέρχεται σε 368,69 εκ. € και η δημόσια δαπάνη σε 255,78 εκ. € από τα οποία 186,13 εκ. € αποτελούν κοινοτική συμμετοχή.

Για να αντιληφθούμε καλύτερα την παρέμβαση και αποτελεσματικότητα του προγράμματος Leader 2000-2006 θα δούμε την εφαρμογή του στην περιοχή του Νομού Ηρακλείου, έτσι ώστε να κατανοήσουμε τον ρόλο που έπαιξε στην ανάπτυξη του οικότουρισμού και την κοινωνική ζωή των κατοίκων και των περιοχών αυτών. Η εταιρία που ασχολήθηκε με την εφαρμογή του προγράμματος αυτού στον νομό Ηρακλείου είναι η «**Αναπτυξιακή Ηρακλείου Α.Ε.**». Η αρχική επιχορήγηση ήταν ύψους 6.800.000 € και τελικά έφτασε στα 12.472.000 €. Παρακάτω βλέπουμε την παρουσίαση του τοπικού προγράμματος σε πίνακα και το κόστος του κάθε έργου:

Πίνακας 6: Παρουσίαση του τοπικού προγράμματος

ΔΡΑΣΕΙΣ	ΑΡΙΘΜΟΣ ΕΡΓΩΝ	ΣΥΝΟΛΙΚΟ ΚΟΣΤΟΣ	ΔΗΜΟΣΙΑ ΔΑΠΑΝΗ	ΠΟΣΟΣΤΟ ΣΤΗ ΣΥΝΟΛΙΚΗ ΔΗΜΟΣΙΑ ΔΑΠΑΝΗ
Ενημέρωση - ευαισθητοποίηση τοπικού προγράμματος	4	2.971.885,12	2.947.885,12	19.63%
Αγροτουρισμός	30	6.598.147,33	3.628.981,01	29.48%
Ενίσχυση μικρομεσαίων επιχειρήσεων	30	5.798.750,24	3.081.972,08	25.03%
Δικτύωση επιχειρήσεων	3	329.028,34	246.771,25	2%
Φυσικό και Δομημένο περιβάλλον	13	1.499.855,14	1,449.855,14	12.18%
Μουσεία	8	1.155.517,25	1.136.777,75	9.23%
Ενίσχυση πολιτιστικών εκδηλώσεων	4	143.747,35	107.810,51	0.88%
Ενέργειες προώθησης –	3	157.067,33	109.947,14	0.89%

προβολής				
Διακρατική συνεργασία	1	115.000,00	94.332,40	0.77%
Διαπεριφερειακή συνεργασία	1	145.849,94	117.667,60	0.96%
ΣΥΝΟΛΟ	97	18.414.848,04	12.472.000,00	

Β. Έργα τα οποία έγιναν με το πρόγραμμα Leader 2000-2006

Τουριστικές Επιπλωμένες Κατοικίες Με Ταβέρνα.

Στο Φόδελε μια περιοχή ιδιαίτερου φυσικού κάλλους, δημιουργήθηκαν 2 πλήρως εξοπλισμένες μεζονέτες συνολικής δυναμικότητας 10 κλινών και εστιατόριο 70 καθισμάτων. Οι επισκέπτες μπορούν να απολαύσουν κρητικές μουσικές βραδιές, φυσιολατρικές διαδρομές και να μνηθούν στα μυστικά της κρητικής κουζίνας.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	397.804,81	
Δημόσια Δαπάνη	218.792,64	55%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	139.231,68	35%
Ίδια συμμετοχή	179.012,17	45%

Τουριστική Έπαυλη.

Μετά το Καταλαγάρι και το Χουδέτσι κατασκευάστηκε τουριστική έπαυλη με όλες της ανέσεις δυναμικότητας 10 κλινών. Καινοτομία αποτελεί η εγκατάσταση φωτοβολταϊκών συστημάτων για την κάλυψη των ενεργειακών αναγκών της έπαυλης. Οι επισκέπτες έχουν την δυνατότητα να συμμετέχουν σε προγράμματα εξερεύνησης, πεζοπορίες, επισκέψεις σε οινοποιία της περιοχής κλπ.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
--	--------------	---------

Συνολικό κόστος	347.368,08	
Δημόσια δαπάνη	191.062,34	55%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	121.585,13	35%
Ίδια συμμετοχή	156.323,74	45%

Επισκέψιμο Αγρόκτημα Με Ξενοδοχείο.

Στον δήμο Μοιρών, στη θέση Χρυσόστομος δημιουργήθηκε ένα επισκέψιμο αγρόκτημα με ξενοδοχείο τύπου επιπλωμένων διαμερισμάτων 3 αστέρων δυναμικότητας 10 δωματίων και 20 κλινών πλήρη εξοπλισμού και βεράντα με θέα το Λιβυκό πέλαγος. Ο επισκέπτης έχει την δυνατότητα να γνωρίσει και να συμμετέχει μεταξύ άλλων σε γεωργικές και κτηνοτροφικές ενασχολήσεις, υπαίθριων καλλιεργειών. Ακόμα υπάρχει η δυνατότητα να υφάνει στον αργαλειό ή να κάνει ιππασία με άλογα της επιχείρησης.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	409.999,79	
Δημόσια δαπάνη	222.749,89	55%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	141.749,93	35%
Ίδια συμμετοχή	182.249,90	45%

Επισκέψιμο Αγρόκτημα Με Ξενοδοχείο.

Στον δήμο Χερσονήσου, στον παραδοσιακό οικισμό Άβδου κατασκευάστηκαν 2 κτηριακά συγκροτήματα 12 δωματίων και 24 κλινών 3 αστεριών με εστιατόριο πισίνα και με ξυλόφουρνο- ψησταριά. Οι επισκέπτες του κτήματος μέσω διάφορων δραστηριοτήτων γνωρίζουν την φύση, όπως ιππασία, γκολφ και για αυτούς που θέλουν πιο πολύ δράση μπορούν να κάνουν πεζοπορία και πτώση με αλεξίπτωτο πλαγιάς καθώς βρίσκεται κοντά στις πίστες ανεμοπτεριστών.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	359.581,67	

Δημόσια δαπάνη	197.769,92	55%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	125.853,59	35%
Ίδια συμμετοχή	161.811,75	45%

Επέκταση Ταβέρνας.

Στις Βασιλιές του Δήμου Ηρακλείου επεκτάθηκε ταβέρνα και πλέον έχει χωρητικότητα 100 καθισμάτων. Αναλυτικά κατασκευάστηκαν νέες εγκαταστάσεις και εξοπλίστηκαν με σύγχρονων εξοπλισμό, παραδοσιακά τραπεζοκαθίσματα και τζάκι. Παρέχονται τοπικά εδέσματα από ντόπια προϊόντα παραγωγής του ιδιοκτήτη, που διαθέτη και το ειδικό σήμα ποιότητας ελληνικής κουζίνας από των ΕΟΤ.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικές δαπάνες	129.773,58	
Δημόσια δαπάνη	71.375,47	55%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	45.420,75	35%
Ίδια συμμετοχή	58.398,11	45%

Ίδρυση Ταβέρνας.

Στον οικισμό Ρογδιά του δήμου Γαζίου κατασκευάστηκε και εξοπλίστηκε διώροφο κτίριο 72 καθισμάτων, με ξυλόφουρνο και ψησταριά. Βασίζεται στο πρότυπα της παραδοσιακής κουζίνας της Κρήτης και προσφέρονται προϊόντα από παραδοσιακά υλικά, ενώ παράλληλα οργανώνονται εκδηλώσεις αναβιώσεις παραδοσιακών ηθών και εθίμων, όπως του Κλειδώνα, του κρασιού και της ρακής.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	289.980,00	
Δημόσια δαπάνη	159.489,00	55%

Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	101.493,00	35%
Ίδια συμμετοχή	130.491,00	45%

Γραφείο Εναλλακτικού Τουρισμού Με Χώρο Υποδοχής.

Στην Άνω Βάθεια, του δήμου Γουβών δημιουργήθηκε ένα γραφείο εναλλακτικού τουρισμού, που προσφέρει πληροφορίες για ειδικές μορφές τουρισμού όπως ο αγροτουρισμός και ο **οικοτουρισμός**. Οι κτιριακές εγκαταστάσεις γραφείου, με χώρο υποδοχής ικανό να εξυπηρετήσει τις ανάγκες των ενδιαφερομένων. Προσφέρονται προϊόντα υπηρεσίες που αφορούν στην οργάνωση τουριστικών προγραμμάτων και υπαίθριας αναψυχής σχετικά με την επίσκεψη σπηλαίων, την επίσκεψη κέντρων γευσιγνωσίας, την πεζοπορία, τον ανεμοπτερισμό, τον ιπποτουρισμό, καθώς και μαθήματα κρητικής διατροφής και κουζίνας, περιπατητικές διαδρομές, περιηγήσεις με ποδήλατα βουνού, οινολογικός τουρισμός και πολλά αλλά.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	90.383,39	
Δημόσια δαπάνη	49.710,86	55%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	31.634,19	35%
Ίδια συμμετοχή	40.672,53	45%

Ίδρυση Εργαστηρίου Κεραμικής.

Ένα παλαιό πέτρινο κτίσμα, ανακατασκευάστηκε και διαμορφώθηκε κατάλληλα, έτσι ώστε να φιλοξενήσει το όνειρο της Ειρήνης Καστανάκη να δημιουργήσει ένα εργαστήριο κεραμικής, το οποίο βρίσκεται στον οικισμό Σταμνίοι, του δήμου επισκοπής. Το εργαστήριο εξοπλίστηκε με κατάλληλο εξοπλισμό και χρηματο-δοτήθηκαν ακόμα δράσεις προβολής- προώθησης των προϊόντων της επιχείρησης.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	103.005,98	

Δημόσια δαπάνη	56.653,29	55%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	36.052,09	35%
Ίδια συμμετοχή	46.352,69	45%

Ίδρυση Βιοτεχνίας Κατασκευής Προϊόντων Σιδήρου.

Στης Αρχάνες ιδρύθηκε και εξοπλίστηκε με τον κατάλληλο μηχανολογικό εξοπλισμό, βιοτεχνία παραγωγής παραδοσιακών προϊόντων σιδήρου, όπως χειροποίητα παραδοσιακά κάγκελα, πόρτες και γεωργικά εργαλεία.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	79.864,25	
Δημόσια δαπάνη	43.925,34	55%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	27.952,49	35%
Ίδια συμμετοχή	35.938,91	45%

Εκσυγχρονισμός Εργαστηρίου Καρεκλοποιίας & Καλαθοπλεκτικής.

Στον οικισμό, στο Θράψανο εκσυγχρονίστηκε υφιστάμενη μονάδα κατασκευής, ειδών καρεκλοποιίας και καλαθοπλεκτικής για οικιακή και επαγγελματική χρήση. Η μονάδα παράγει κυρίως ψάθινες ομπρέλες θαλάσσης και ξαπλώστρες, καθώς και καρέκλες, παγκάκια παραδοσιακού τύπου. Οι παρεμβάσεις που έγιναν αφορούσαν κυρίως την παραγωγή, καθώς προμηθεύτηκαν νέο παραγωγικό εξοπλισμό, για την διεύρυνση και αυτοματοποίηση, για την ποιοτική αναβάθμιση των παραγόμενων και την παραγωγή νέων μοντέλων σε νέες διαστάσεις.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	55.000,00	
Δημόσια δαπάνη	30.250,00	55%

Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	19.250,00	35%
Ίδια συμμετοχή	24.750,00	45%

Ίδρυση Υφαντουργείου.

Μια τέχνη που σίγουρα στο παρελθόν ήταν το σήμα κατατεθέν της Ελληνίδας, προσπαθεί να αναβιώσει στο Αβδού του δήμου Χερσονήσου. Η Μαρία Προχεράκη δημιούργησε μια επισκέψιμη μονάδα παραδοσιακής υφαντουργίας, όπου παράγονται τραπεζομάντιλα, κουρτίνες, κλινοσκεπάσματα, διακοσμητικά σεμέν κλπ. Το εργαστήριο εξοπλίστηκε με μηχανολογικό εξοπλισμό και δημιουργήθηκε ακόμα εκθετήριο με παρκινγκ για τους επισκέπτες και αποθήκη για τις πρώτες ύλες.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	168.543,97	
Δημόσια δαπάνη	92.699,18	55%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	58.990,39	35%
Ίδια συμμετοχή	75.844,79	45%

Δικτύωση Αγροτουριστικών Επιχειρήσεων Νομού Ηρακλείου.

Η ανάγκη απασχόλησης, η ενίσχυση επιχειρήσεων που θα παρέχουν υπηρεσίες υψηλής προστιθέμενης αξίας, η δημιουργία νέων τουριστικών προϊόντων, καθώς και η δημιουργία ανταγωνιστικών επιχειρήσεων, ήταν οι κυριότερες αιτίες της δημιουργίας του δικτύου αυτού. Στο δίκτυο αυτό συμμετέχουν 12 επιχειρήσεις με δυνατότητα να εισέλθουν και νέα μέλη. Η δημιουργία του συμβάλει στην προβολή του εναλλακτικού τουρισμού, στη μείωση του κόστους λειτουργίας των μελών του δικτύου, μέσω κοινών υπηρεσιών, προμηθειών κλπ. στην επέκταση σε νέες αγορές και στη δημιουργία νέων προϊόντων. Η χρηματοδότηση αποτελούνταν από δαπάνες προμήθειας εξοπλισμού, εκπόνηση σχεδίου δράσης του δικτύου και έρευνα αγοράς, η δημιουργία κοινού διαδικτυακού τόπου, η παραγωγή διαφημιστικών φυλλαδίων -εντύπων και συμμετοχή σε εκθέσεις εξωτερικού - εσωτερικού και δαπάνες σύστασης του δικτύου.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	114.509,40	

Δημόσια δαπάνη	85.882,05	75%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	64.411,54	56,25%
Ίδια συμμετοχή	28.627,35	25%

Εξοπλισμός Ομάδας Διάσωσης - Πρόγραμμα Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης.

Αφορά στη χρηματοδότηση κατάλληλου εξοπλισμού της ομάδας εθελοντών διασωστών που λειτουργεί ο Σηπλαιολογικός Όμιλος Κρήτης, ώστε να μπορούν να παρεμβαίνουν άμεσα σε ατυχήματα και συναφή περιστατικά, σε δυσπρόσιτες περιοχές και απαιτείται ειδικός εξοπλισμός και γνώσεις. Το δεύτερο σκέλος της χρηματοδότησης αφορά στον σχεδιασμό και την υλοποίηση περιβαλλοντικού εκπαιδευτικού υλικού προγράμματος με τίτλο «Εξερευνώντας τα σπήλαια» και απευθύνεται σε παιδιά ηλικίας 6-12 ετών. Ειδικότερα, δημιουργήθηκε μια μουσειοσκευή βαλίτσα με απαραίτητες οδηγίες για το δάσκαλο φύλλο δραστηριοτήτων για τον μαθητή, ένα πρωτότυπο επιτραπέζιο, εκπαιδευτικό DVD και ένα κομικ για τα σπήλαια, τα οποία σε συνδυασμό με επίσκεψη σε σπήλαια της περιοχής ευαισθητοποιούν τα παιδιά σε σχέση με το περιβάλλον.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	34.291,14	
Δημόσια δαπάνη	34.291,14	100%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	25.718,36	75%
Ίδια συμμετοχή	0	0%

Ανάδειξη Μονοπατιού.

Υλοποιήθηκε στην περιοχή του δήμου Καστελίου και αφορά παρεμβάσεις στη διαμόρφωση μονοπατιού, το οποίο περιλαμβάνει 4 διαδρομές συνολικού μήκους 2,4 χιλιομέτρων, ως εξής: 1^η διαδρομή Σπυριδιανό - Αγ. Παντελεήμονας, 2^η διαδρομή Τζίγκουνας – Μπιτζαριανό - Κάτω Καρουζάνα και 4^η Κάτω Καρουζάνα - Άνω Καρουζάνα. Στις διαδρομές αυτές καθαρίστηκαν και διαμορφώθηκαν τα δέντρα, τοποθετήθηκαν δείκτες, πινακίδες πληροφόρησης, κιόσκια, πέτρινα καθίσματα, κάδοι, πλακόστρωτες στάσεις θέας και ανάπαυλας περιπατητών.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	72.680	
Δημόσια δαπάνη	72.680	100%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	54.510	75%

Ίδια συμμετοχή	0	0%
----------------	---	----

Ανάπλαση Τμήματος Του Οικισμού Μοχός.

Το έργο υλοποιήθηκε στον οικισμό Μοχός, του δήμου Μαλίων και αφορά την ανάπλαση τμημάτων του οικισμού με κύριο άξονα την πλατεία και χώρους γύρω από αυτήν. Οι εργασίες προκάλεσαν σημαντική αισθητική βελτίωση και προκάλεσαν την ανάπτυξη έντονου επιχειρηματικού ενδιαφέροντος.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	71.241,57	
Δημόσια δαπάνη	71.241,75	100%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	53.431,18	75%
Ίδια συμμετοχή	0	0%

Αποκατάσταση Παραδοσιακού Ελαιοτριβείου (Φάμπρικα) & Μετατροπή Του Σε Επισκέψιμο.

Στον οικισμό Αρχάνες βρίσκεται, η αναπαλαιωμένη «φάμπρικα Ελένη». Είναι πετρόχτιστη και χτισμένη πάνω σε μινωική τοιχοποιία από το 1870.σκοπός είναι να μνηθεί ο επισκέπτης στον παραδοσιακό τρόπο παραγωγής ελαιόλαδου. Οι παρεμβάσεις αφορούν εργασίες αποκατάστασης κτιριακών εγκαταστάσεων και προμήθεια εξοπλισμού. Στο ισόγειο του διατηρητέου κτιρίου βρίσκεται η παλιά φάμπρικα όπου, ο επισκέπτης μπορεί να δει τον εξοπλισμό από τον 19^ο αιώνα, ενώ στον πρώτο όροφο υπάρχει ειδικά διαμορφωμένη αίθουσα προβολής όπου προβάλετε υλικό για τους τρόπους παραγωγής ελαιόλαδου από το χτες μέχρι το σήμερα. Υπάρχει και η δυνατότητα για όσους το επιθυμούν να δοκιμάσουν τοπικά προϊόντα ή να πιούν καφέ.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	74.958,00	
Δημόσια δαπάνη	56.218,50	75%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	41.226,90	55%
Ίδια συμμετοχή	18.739,50	25%

Διαγωνισμός παραδοσιακών παιχνιδιών.

Η πρωτοβουλία ανήκει στο Σύλλογο Γονέων των μαθητών Γυμνασίου Αρκαλοχωρίου και αφορά στην καταγραφή, διάσωση και αναβίωση παλιών παραδοσιακών παιχνιδιών της Κρήτης. Πραγματοποιήθηκε η διοργάνωση ετήσιου διαγωνισμού παιχνιδιών, η έκδοση βιβλίου με παραδοσιακά παιχνίδια, η παρουσίαση παραδοσιακών χορών με Κρητικές φορεσιές και η παρουσίαση έκθεσης με παλιά παιχνίδια και κατασκευές.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	15.354,89	
Δημόσια δαπάνη	11.516,17	75%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	8.637,13	56,25%
Ίδια συμμετοχή	3.838,72	25%

Οι γιορτές του ξενιτεμένου.

Πολιτιστικές εκδηλώσεις γνωστές και ως οι «Γιορτές του ξενιτεμένου» που πραγματοποιούνται κάθε χρόνο ενισχύθηκαν οικονομικά. Οι εκδηλώσεις περιλαμβάνουν, αναβίωση παραδοσιακών επαγγελμάτων, διοργάνωση Κρητικής βραδιάς, γιορτή του Κλήδονα, βραδιά παραδοσιακών φαγητών, θεατρικές παραστάσεις με θεατρικές ομάδες που σέβονται την παράδοση της Κρήτης, γιορτή τυριού, εφτάζυμου κλπ. Χρηματοδοτήθηκαν η προμήθεια του απαραίτητου εξοπλισμού (μεγαφωνική εγκατάσταση, φωτιστικά, παραδοσιακές στολές και μουσικά όργανα), διαμόρφωση χώρων και δαπάνες προβολής εκδηλώσεων.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	28.948,48	
Δημόσια δαπάνη	21.711,35	75%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	16.283,52	56,25%
Ίδια συμμετοχή	7.237,13	25%

Εκκλησιαστικό Μουσείο.

Στης Αρχάνες έγιναν εργασίες για την επισκευή και αποκατάσταση του Βυζαντινού ναού (13^{ου} αιώνα) Αγ. Γεωργίου Τροπαιοφόρου, και τη μετατροπή του σε θρησκευτικό μουσείο. Οι παρεμβάσεις έγιναν με μεγάλη προσοχή αφού ο ναός είναι χαρακτηρισμένος ως αρχαίο μνημείο από το Υπουργείου Πολιτισμού και αφορούσαν στη διαμόρφωση του περιβάλλοντα χώρου, στην αποκατάσταση ρωγμών και εξωτερικής όψης, στην αποκάλυψη και συντήρηση τοιχογραφιών, σε εγκαταστάσεις ηλεκτρισμού, κλιματισμού και συστήματος ασφαλείας. Το μουσείο έχει εκθέματα που είναι κυρίως εικόνες του 17^{ου} αιώνα, εκκλησιαστικά σκεύη και ιματισμός.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	158.518,09	
Δημόσια δαπάνη	158.528,09	100%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	118.888,57	75%
Ίδια συμμετοχή	0	0%

Συμμετοχή στη διεθνή διοργάνωση International day.

Το 2007 η Αναπτυξιακή Ηρακλείου συμμετείχε στην εκδήλωση «International day» στο Μιλάνο, με διοργανωτή το Διεθνές Ιταλικό Στρατηγείο, με συμμετοχή 15 χωρών. Στην εκδήλωση αυτή μοιράστηκαν έντυπο και ηλεκτρονικό υλικό με πληροφορίες για το νησί, μοιράστηκαν στους επισκέπτες χαρακτηριστικά αγαθά της Κρήτης όπως κρασί και αρωματικά φυτά. Ακόμα έδωσαν το παρόν μουσικό σχήμα με παραδοσιακούς ήχους και χορευτικό συγκρότημα.

	ΠΟΣΟ ΣΕ ΕΥΡΩ	ΠΟΣΟΣΤΟ
Συνολικό κόστος	8.668,05	
Δημόσια δαπάνη	6.067,64	70%
Κοινοτική συμμετοχή (ΕΓΤΠΕ-Π)	4.550,73	52,50%
Ίδια συμμετοχή	2.600,41	30%

Γ. Παρατηρήσεις

Αν μελετήσουμε το κόστος ίδρυσης ή επέκτασης - εκσυγχρονισμού των επιχειρήσεων που συμμετείχαν στο πρόγραμμα Leader 2000-2006, βλέπουμε ότι στις περισσότερες το 55% καλύφθηκε από το πρόγραμμα, και μάλιστα από αυτό το μεγαλύτερο μέρος προήλθε από κονδύλια της Ευρωπαϊκής Ένωσης. Έτσι λοιπόν παρατηρούμε τα εξής:

- Για την ανάπτυξη εναλλακτικών μορφών τουρισμού και πιο συγκεκριμένα για τον οικοτουρισμό που εξετάζουμε εδώ, παρατηρούμε ότι γίνονται πολλές ενέργειες και έργα ανάπτυξης του, στο νησί της Κρήτης.
- Με βάση τα έργα που αναφέρονται παραπάνω, η ανάπτυξη αυτή και η στροφή στον οικοτουρισμό και στα οικοτουριστικά πρότυπα, είναι συμφέρουσα και επικερδής. (ποσοστό ίδιας συμμετοχής δεν υπερβαίνει το 45%)
- Μέσα από τους μηχανισμούς που χρησιμοποιούνται, και μέσα από τα έργα που γίνονται, ευαισθητοποιείτε η τοπική κοινωνία και ο επισκέπτης, για το περιβάλλον και για την προστασία του.
- Η πρωτοβουλία των τοπικών φορέων και των κατοίκων της κάθε περιοχής μαζί με την σωστή συνεργασία και τους άρτιους μηχανισμούς οργάνωσης και φυσικά η ισορροπημένη ανάπτυξη και διατήρηση, χωρίς να ξεπερνάται η **φέρουσα ικανότητα** της περιοχής, κάνουν επιτακτικό και σημαντικό το έργο των προγραμμάτων ανάπτυξης.

Εκτός από το πρόγραμμα που εξετάσαμε, υπάρχουν και πολλά άλλα προγράμματα, κυρίως από την Ευρωπαϊκή Ένωση, που βοηθούν να ιδρυθούν καινούργιες επιχειρήσεις και δραστηριότητες αλλά και να μετατραπούν ήδη υπάρχουσες, σε επιχειρήσεις και δραστηριότητες που προωθούν την αειφορία, τις εναλλακτικές μορφές τουρισμού και τον οικοτουρισμό στην Ελλάδα και στην Κρήτη.

Επίλογος

Το νησί της Κρήτης είναι από τις πιο τουριστικές περιοχές στην Ελλάδα και η βάση της οικονομίας του προέρχεται από τον τουρισμό.

Πιο ενημερωμένοι, πιο ευαισθητοποιημένοι και με την ανάγκη να διαφυλάξουμε την φυσική και πολιτιστική μας κληρονομιά, πρέπει να στραφούμε στην ανάπτυξη και στην προώθηση των εναλλακτικών μορφών τουρισμού. Άλλωστε και ο σημερινός τουρίστας είναι πιο ενημερωμένος σε σχέση με το παρελθόν και αφυπνισμένος όσον αφορά την προστασία του περιβάλλοντος. Το αποτέλεσμα είναι να έχουμε μια αυξημένη ζήτηση σε μοντέλο διακοπών που δε βασίζεται σε αυτό του μαζικού τουρισμού που για τόσα χρόνια επικρατεί. **Δημιουργείτε μια νέα τάση για εναλλακτικές μορφές τουρισμού.**

Με βάση λοιπόν την ανάπτυξη που βρίσκεται σε εξέλιξη, και μελετώντας ένα από τα πολλά αναπτυξιακά προγράμματα που υπάρχουν, διαπιστώνει κανείς ότι έχουν μπει ήδη οι βάσεις για την ανάπτυξη του οικοτουρισμού. Μικρά αγροκτήματα, ξενώνες, ανάπλαση και προβολή του φυσικού περιβάλλοντος κ.α. είναι μερικές από τις πολλές σημαντικές κινήσεις που γίνονται στην Κρήτη και σηματοδοτούν μία καινούργια αρχή, με νέα δεδομένα και καινούργιες υπηρεσίες που μας φέρνουν πιο κοντά στην φύση και στο περιβάλλον.

Η γεωγραφία, η γεωλογία και ο φυσικός πλούτος αυτού του νησιού έχει να προσφέρει πολυάριθμες δραστηριότητες στον επισκέπτη που λατρεύει την φύση και την δράση με καταδύσεις, ορειβασία, canyoning, καγιάκ, αναρρίχηση, ανεμοπτερισμό, παραπέντε όπως και επίσης με πιο δραστήριες οικοτουριστικές δραστηριότητες που έχουν να κάνουν με γνωριμία της ενδημικής χλωρίδας του νησιού, παρατήρηση πουλιών, περιπάτους στην φύση, γνωριμία και συμμετοχή στον παραδοσιακό τρόπο μαζέματος της ελιάς, επίσκεψη σε παραδοσιακό ελαιοτριβείο, συμμετοχή στον τρύγο και στο παραδοσιακό μάζεμα των σταφυλιών κ.α.

Υπάρχουν αρκετά ταξιδιωτικά γραφεία εσωτερικού και εξωτερικού τουρισμού που προωθούν εναλλακτικές μορφές τουρισμού στο νησί σε ντόπιους και ξένους επισκέπτες. Όλο και περισσότερα γραφεία μαζικού τουρισμού προσθέτουν πακέτα διακοπών στις λίστες τους που προωθούν την φύση της Κρήτης, την πράσινη Κρήτη, την Κρήτη των σπηλαίων και των φαραγγιών και την άγνωστη Κρήτη.

Σκοπός της εργασίας αυτής ήταν να εισάγουμε την έννοια και την σημασία των εναλλακτικών μορφών τουρισμού και πιο συγκεκριμένα την έννοια και την σημασία του οικοτουρισμού. Να πληροφορήσουμε τον επισκέπτη και τον ντόπιο για το τι είναι ο οικοτουρισμός, τις δραστηριότητες του στον τόπο αυτό και γιατί είναι σημαντική και συμφέρει η ανάπτυξη του από πλευράς οικονομίας αλλά και από πλευράς της προστασίας του περιβάλλοντος. Με άλλα λόγια προωθούμε την Κρήτη ως ένα καινούργιο εναλλακτικό τουριστικό προορισμό με βάση τα οικοτουριστικά πρότυπα.

Βιβλιογραφία

- David A. Fennell, 2001. «Οικοτουρισμός».
- Βαλιάνος Χ , Κόκκορη Σ. 1987. «Κρητική Παραδοσιακή Αρχιτεκτονική»
- Θεωδορόπουλος Άρης. 2001. «Αναρρίχηση – Αναλυτικός Τεχνικός Οδηγός»
- Μεσαρχάκης Ν. 2007. «Αναρριχητικός Οδηγός Νομού Χανίων»
- Μάργαρης Ν. 1991. «Λαογραφική Οικολογία»
- Μέγας Γ. Α. 2005. «Ελληνικές γιορτές και έθιμα της λαϊκής λατρείας»
- Μπάουμαν Ελ. 1984. «Η Ελληνική χλωρίδα, ελληνική εταιρία προστασίας της φύσης»

- Μπρομοιράκης Γ. 2007. «Canyoning στα φαράγγια της Κρήτης»
- Ψημένος Σ. 2004. «Ανεξερεύνητη Κρήτη»
- Ψιλλάκης Ν. 1992. «Μοναστήρια και ερημητήρια της Κρήτης»
- Ανδριώτης Κ. 2009. «Αειφορία και Εναλλακτικός Τουρισμός»
- Τσούνης Γ. 2006. «Οικοτουρισμός»
- Αρχαιολογικός Άτλας του Αιγαίου, Υπουργείο Αιγαίου. 1998.
- Ελληνικά νησιά – Πεζοπορικές διαδρομές στην νησιωτική Ελλάδα, Explorer. 2003.
- Ένα ταξίδι στο μύθο – Οδηγός Ε4 Νομού Ηρακλείου, Νομαρχιακή Αυτοδιοίκηση Ηρακλείου 2008.
- Οικολογικά αξιόλογες περιοχές και πολύτιμα στολίδια των νησιών μας (μέρος Α και Β), NATURA 2006.
- Global Ecotourism - Για αμετανόητους εξερευνητές, Anemos. 2010.
- Υπόγεια ποτάμια – Σπηλαιολογικές περιηγήσεις στην Κρήτη, Ίτανος 2008.
- Νήσων Περίπλους & Διαδρομές στην Κρήτη. Αναπτυξιακή Ηρακλείου Α.Ε. – Αναπτυξιακό Πρόγραμμα LEADER 2000 - 2006

Ιστότοποι

www.menoumellada.gr (cited 10 November 2009)
www.ecoclub.com/greece.html (cited 03 December 2009)
www.nah.gr/ (cited 03 December 2009)
www.eco.teiion.gr/ (cited 03 December 2009)
www.greenapple.gr (cited 03 December 2009)
www.visitgreece.gr (cited 20 December 2009)
www.egeonet.gr (cited 20 December 2009)
www.ornithologiki.gr (cited 22 December 2009)
www.oreivatein.com (cited 22 December 2009)
www.alpinetravel.gr (cited 02 January 2010)
www.ecocrete.gr (cited 02 January 2010)
www.agrotour-crete.gr (cited 02 January 2010)
www.chaniacrete.gr (cited 12 January 2010)
www.psiloritis.eu (cited 12 January 2010)
www.rethymnon.gr (cited 12 January 2010)
www.heraklion.gr (cited 12 January 2010)
www.agiosnikolaos.eu (cited 12 January 2010)
www.minenv.gr (cited 20 January 2010)

Ευχαριστίες:

Ευχαριστούμε τους παρακάτω οργανισμούς και επιχειρήσεις για τις πολύτιμες πληροφορίες που μας προσέφεραν κατά την διάρκεια εκπόνησης της εργασίας μας:

«Φίλοι του Βουνού και της Θάλασσας» Ηράκλειο

«Unlimited Ideas» Αρχάνες

«Λάσιθος Eco Park» Οροπέδιο Λασιθίου

«Alpine Travel» Χανιά

«Travel Center Heraklion» Ηράκλειο

«Capsis Astoria» Ηράκλειο

«Βιβλιοθήκη του ΤΕΙ Κρήτης» Ηράκλειο



Χάρτης 2

KRITIKO PELAGOS



Χάρτης 3



Χάρτης 4

