

ΠΤΥΧΙΑΚΗ ΕΡΓΑΣΙΑ

Η ΕΝΤΟΝΗ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΤΟΥ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟΥ ΣΤΗΝ  
ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΗ ΕΛΛΑΔΑ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΚΡΗΤΗ

ΓΑΛΑΝΟΠΟΥΛΟΥ ΚΡΙΝΙΩ  
ΒΑΣΙΛΗΣ ΕΛΝΤΟΡ

## ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

<b>ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ.....</b>	<b>1</b>
ΤΙ ΕΙΝΑΙ Ο ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟΣ .....	7
ΤΟ ΠΡΟΦΙΛ ΤΟΥ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΑ.....	7
ΓΙΑΤΙ ΝΑ ΑΣΧΟΛΗΘΟΥΜΕ ΜΕ ΤΟΝ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟ.....	8
ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟΣ: Η ΕΥΚΑΙΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ ΤΗΣ ΥΠΑΙΘΡΟΥ.....	9
ΟΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΟΙΚΙΣΜΟΙ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ.....	10
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΟΙΚΙΣΜΟΙ ΚΑΙ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟ ΜΕΛΛΟΝ .....	12
Ο ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΑΝΑΔΕΙΚΝΥΕΙ ΝΕΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΑ.....	12
ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΟΝ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟ .....	13
<b>ΝΟΜΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ.....</b>	<b>14</b>
Η ΕΝΤΟΝΗ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΣΤΗΝ ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ.....	14
ΟΣΣΑ ,ΤΟ ΠΑΛΑΙΟΤΕΡΟ ΧΩΡΙΟ ΤΗΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ.....	14
ΤΟ ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΟ ΤΗΣ ΟΣΣΑΣ.....	14
ΚΑΙ Η ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΗ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ ;.....	15
«ΚΕΔΡΟΣ» : ΕΝΑ ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ ΓΙΑ ΦΙΛΟΥΣ.....	15
ΕΔΩ Ο ΧΡΟΝΟΣ ΜΕΤΡΑΕΙ ΑΛΛΙΩΣ .....	16
«ΑΓΝΑΝΤΙ»: ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ .....	17
Ο ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΑΓΙΟΥ ΑΝΤΩΝΙΟΥ .....	18
Ο ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΣΥΝΑΙΤΕΡΙΣΜΟΣ ΚΑΛΑΜΩΤΟΥ .....	19
<b>ΝΟΜΟΣ ΣΕΡΡΩΝ.....</b>	<b>20</b>
Ο ΤΟΠΟΣ ΟΠΟΥ Η ΦΥΣΗ ΓΙΟΡΤΑΖΕΙ.....	20
ΚΕΡΚΙΝΗ – Η ΛΙΜΝΗ ΠΟΥ ΔΕΝ ΞΕΧΝΙΕΤΑΙ !.....	20
Η ΠΡΩΤΗ ΟΙΚΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΗ ΜΟΝΑΔΑ ΣΤΟ ΝΟΜΟ ΣΕΡΡΩΝ.....	21
Ο ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ ΒΙΓΛΑΤΟΡΑΣ .....	22
ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ « ΖΙΩΓΑ».....	23
ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΦΥΛΛΙΔΑΣ .....	23
ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΠΟΡΟΙΩΝ .....	24
<b>ΝΟΜΟΣ ΗΜΑΘΙΑΣ .....</b>	<b>25</b>
ΜΕ ΑΞΟΝΑ ΤΟ ΚΡΑΣΙ.....	25
ΟΙ «ΔΡΟΜΟΙ ΤΟΥ ΚΡΑΣΙΟΥ».....	25
<b>ΝΟΜΟΣ ΠΙΕΡΙΑΣ .....</b>	<b>26</b>
ΚΑΤΩ ΑΠΟ ΤΗ ΣΚΙΑ ΤΟΥ ΟΛΥΜΠΟΥ .....	26
ΑΓΙΟΣ ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ .....	26
ΝΕΑ ΑΓΑΘΟΥΠΟΛΗ .....	26
<b>ΝΟΜΟΣ ΠΕΛΛΑΣ.....</b>	<b>28</b>
Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΣΥΝΑΝΤΑ ΤΗ ΦΥΣΗ .....	28
Ο ΥΓΡΟΤΟΠΟΣ ΤΟΥ ΑΓΡΑ.....	28
ΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΙΠΠΙΚΗΣ ΤΕΧΝΗΣ «ΠΕΛΛΑ».....	29

ΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΟΥ ΣΕΡΙΦ ΑΧΜΕΤ .....	29
<b>ΝΟΜΟΣ ΚΙΛΚΙΣ .....</b>	<b>30</b>
ΔΟΙΡΑΝΗ ΛΙΜΝΗ ΠΟΥ ΑΡΓΟΠΕΘΑΙΝΕΙ .....	30
«ΤΟ ΚΤΗΜΑ ΤΟΥ ΜΠΑΙΡΙ»	
ΟΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ ΑΓΡΟΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΑΝΑΒΙΩΝΟΥΝ ΣΕ ΕΝΑ «ΖΩΝΤΑΝΟ»	
ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ .....	31
<b>ΝΟΜΟΣ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ .....</b>	<b>32</b>
ΜΕ ΕΠΙΚΕΝΤΡΟ ΤΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ .....	32
ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΒΡΑΣΤΑΜΩΝ «ΤΑ ΓΕΝΝΗΜΑΤΑ» .....	33
ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΠΑΛΑΙΟΧΩΡΙΟΥ	
«ΘΕΟΦΥΛΑΚΤΟΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ» .....	33
ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΑ ΒΟΤΑΝΑ ΤΟΥ ΧΟΛΟΜΩΝΤΑ .....	33
<b>ΔΥΤΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ .....</b>	<b>34</b>
ΓΡΕΒΕΝΑ-ΣΤΗΝ ΑΓΚΑΛΙΑ ΤΗΣ ΠΙΝΔΟΥ .....	34
ΚΟΖΑΝΗ-ΜΙΑ ΠΟΛΗ ΜΕ ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ ΙΣΤΟΡΙΑ .....	34
ΚΡΟΚΟΣ, ΤΟ ΧΡΥΣΑΦΙ ΤΗΣ ΓΗΣ .....	35
ΚΑΣΤΟΡΙΑ-Η ΠΟΛΗ ΔΙΠΛΑ ΣΤΗ ΛΙΜΝΗ .....	35
ΦΛΩΡΙΝΑ-ΜΙΑ ΠΟΛΗ ΜΕ ΑΤΜΟΣΦΑΙΡΑ .....	35
ΝΥΜΦΑΙΟ-ΕΚΕΙ ΟΠΟΥ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΕΤΑΙ Η ΑΡΚΟΥΔΑ .....	36
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ ΑΘΗΝΑ .....	36
ΛΙΓΑ ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΧΗ .....	37
ΠΡΕΣΠΕΣ-Η ΜΕΓΑΛΗ ΛΙΜΝΗ ΤΟΥ ΒΟΡΡΑ .....	38
ΠΕΡΙΗΓΗΣΗ ΣΤΟΥΣ ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΥΣ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΥΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΥΣ ΤΗΣ	
ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ .....	39
ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΒΕΛΒΕΝΤΟΥ .....	39
ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ .....	40
ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΨΑΡΑΔΩΝ .....	40
ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΑΓΙΟΥ ΓΕΡΜΑΝΟΥ .....	41
ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΑΝΩ ΚΑΛΛΙΝΙΚΗΣ	
«ΠΕΛΑΓΟΝΙΑ» .....	42
ΑΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΝΥΜΦΑΙΟΥ «Η ΝΥΜΦΗ» .....	42
<b>ΝΟΜΟΣ ΠΡΕΒΕΖΑΣ .....</b>	<b>43</b>
Ο ΝΟΜΟΣ ΜΕ ΤΗΝ ΑΠΑΡΑΜΙΛΛΗ ΦΥΣΙΚΗ ΟΜΟΡΦΙΑ .....	43
ΑΜΒΡΑΚΙΚΟΣ ΚΟΛΠΟΣ .....	43
ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΘΕΣΠΩΤΙΚΟΥ	
«Η ΜΙΚΡΗ ΛΑΚΚΑ ΣΟΥΛΙ» .....	43
<b>ΝΟΜΟΣ ΑΡΤΑΣ .....</b>	<b>44</b>
ΟΙ ΔΙΑΚΟΠΕΣ ΣΤΟ ΝΟΜΟ ΕΙΝΑΙ ΞΕΧΩΡΙΣΤΕΣ .....	44
Ο ΥΓΡΟΤΟΠΟΣ ΤΗΣ ΡΟΔΙΑΣ .....	44
ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΠΕΤΑ .....	45
ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΟΙΚΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΒΙΓΛΑΣ .....	45
<b>ΝΟΜΟΣ ΘΕΣΠΡΩΤΙΑΣ .....</b>	<b>46</b>
ΙΔΑΝΙΚΟΣ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΔΙΑΚΟΠΕΣ ΚΟΝΤΑ ΣΤΗ ΦΥΣΗ	

ΠΕΖΟΠΟΡΙΚΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ,ΧΑΡΑΥΓΗ- ΑΓΙΑ ΜΑΡΙΝΑ .....	46
ΣΚΑΛΑ ΚΕΡΑΜΙΤΣΑΣ .....	46
ΠΑΛΙΑ ΣΑΓΙΑΔΑ .....	47
ΣΤΕΝΑ ΚΑΛΑΜΑ .....	48
ΙΠΠΑΣΙΑ ΣΤΟ ΜΕΣΟΒΟΥΝΙ .....	48
ΓΛΥΚΗ- ΜΥΛΟΙ ΣΟΥΛΙΟΥ .....	48
ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΑ ΚΑΤΑΛΥΜΑΤΑ .....	49
<b>ΝΟΜΟΣ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ .....</b>	<b>51</b>
Ο ΝΟΜΟΣ ΤΟΥ ΒΟΥΝΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΑΣ .....	51
ΓΙΑΝΝΕΝΑ .....	51
ΤΟ ΝΗΣΙ .....	51
ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ .....	52
ΣΠΗΛΑΙΟ ΠΕΡΑΜΑΤΟΣ .....	52
ΖΙΤΣΑ .....	52
ΓΚΛΙΝΑΒΟΣ ΜΟΝΑΣΤΗΡΙ- ΖΙΤΣΑ ΑΕ .....	52
ΜΕΤΣΟΒΟ .....	53
ΑΡΧΟΝΤΙΚΟ ΣΤΟ ΜΕΤΣΟΒΟ .....	53
ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΟ ΚΑΤΩΓΙ & ΣΤΡΟΦΥΛΙΑ ΑΕ .....	53
ΖΑΓΟΡΟΧΩΡΙΑ ΚΑΙ ΦΑΡΑΓΓΙ ΤΟΥ ΒΙΚΟΥ .....	54
ΠΑΠΗΓΚΟ .....	54
ΤΣΕΠΕΛΟΒΟ .....	54
ΜΕΛΙΣΣΟΚΟΜΙΚΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ – ΤΟ ΣΠΙΤΙ ΤΗΣ ΜΕΛΛΙΣΣΑΣ .....	55
ΚΑΠΕΣΟΒΟ .....	55
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ – Η ΣΤΕΡΝΑ .....	55
ΚΟΝΙΤΣΑ .....	55
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ – ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΑ ΘΩΜΑ ΝΙΚΟΛΑΟΥ .....	56
ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΠΡΟΙΟΝΤΩΝ «ΜΑΡΜΕΛΩΔΙΑ» ΚΑΙ ΕΚΘΕΤΗΡΙΟ «ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ» .....	56
ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ ΠΑΡΚΟ «ΜΠΟΥΡΑΖΑΝΙ» .....	56
ΜΟΛΥΒΟΣΚΕΠΑΣΤΗ .....	56
ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΟΙΝΟΠΟΙΗΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΜΟΛΥΒΟΣΚΕΠΑΣΤΗΣ .....	57
ΚΟΙΝΟΤΙΚΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ «ΔΙΠΑΛΙΤΣΑ» .....	57
ΤΥΡΟΚΟΜΕΙΟ ΙΔΡΥΜΑΤΟΣ ΜΙΧΑΗΛ ΤΟΣΙΤΣΑ .....	57
ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟ ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΑΣΤΡΑΚΑΣ .....	58
ΠΑΠΗΓΚΟ:ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ .....	58
ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ ΤΣΟΥΜΑΝΗΣ ΝΙΚΟΣ .....	58
ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ ΚΑΦΕ ΑΔΕΡΦΩΝ ΙΩΑΝΝΙΔΗ .....	58
<b>ΝΟΜΟΣ ΧΑΝΙΩΝ .....</b>	<b>59</b>
ΟΙ ΟΜΟΡΦΙΕΣ ΤΗΣ ΔΥΤΙΚΗΣ ΚΡΗΤΗΣ .....	59
ΒΑΜΟΣ Α.Ε : ΤΟ ΟΡΑΜΑ ΤΗΣ ΠΑΡΕΑΣ ΒΑΜΙΑΝΩΝ .....	59
ΜΙΑ ΝΥΧΤΑ ΚΑΙ ΜΙΑ ΜΕΡΑ ΣΤΗ ΒΑΜΟ .....	60
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ .....	61
Η ΒΑΜΟΣ Α.Ε ΤΗΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ .....	61
ΟΙ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ .....	61
ΟΙ ΞΕΝΩΝΕΣ .....	62
Η «ΜΗΛΙΑ» ΤΟΥ ΗΛΙΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΠΕΤΡΑΣ .....	64
ΤΙ ΘΑ ΒΡΕΙΤΕ ΣΤΗ ΜΗΛΙΑ .....	64
ΜΕ ΤΙ ΘΑ ΑΣΧΟΛΗΘΕΙΤΕ .....	65

ΓΑΒΑΛΟΧΩΡΙ .....	66
ΧΩΡΙΟ ΦΡΕΣ, ΜΙΑ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΗΣ ΥΦΑΝΤΙΚΗΣ ...	67
<b>ΝΟΜΟΣ ΡΕΘΥΜΝΟΥ .....</b>	<b>68</b>
Ο ΤΟΠΟΣ ΠΟΥ ΦΙΛΟΞΕΝΕΙ ΤΙΣ ΤΕΧΝΕΣ .....	68
ΤΟ ΣΠΙΤΙ ΤΩΝ ΚΟΥΡΗΤΩΝ .....	68
ΔΙΑΜΟΝΗ .....	69
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ .....	69
ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ ΕΝΑΡΓΟΝ .....	70
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟΥ .....	71
ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΑ ΣΧΕΔΙΑ .....	72
ΔΙΑΤΡΟΦΗ .....	72
ΓΑΜΟΣ ΣΤΑ ΑΝΩΓΕΙΑ .....	72
<b>ΝΟΜΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ .....</b>	<b>73</b>
Η ΚΟΙΤΙΔΑ ΤΟΥ ΜΙΝΩΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ .....	73
ΑΡΟΛΙΘΟΣ .....	73
ΔΙΑΜΟΝΗ .....	74
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ .....	74
ΚΑΡΤΕΡΟΣ, Ο ΕΠΙΜΕΝΩΝ... ΝΙΚΑ! .....	75
ΒΟΛΤΑ ΣΤΟΝ ΚΑΡΤΕΡΟ .....	75
ΙΠΠΑΣΙΑ ΚΑΙ ΕΚΔΡΟΜΕΣ .....	75
Η ΦΑΡΜΑ ΣΤΟΝ ΚΑΡΤΕΡΟ ΤΗΣ ΚΡΗΤΗΣ .....	76
ΤΑ ΑΛΟΓΑ .....	76
<b>ΝΟΜΟΣ ΛΑΣΙΘΙΟΥ .....</b>	<b>79</b>
Ο ΝΟΜΟΣ ΜΕ ΤΙΣ ΑΝΤΙΘΕΣΕΙΣ .....	79
ΣΗΤΕΙΑ .....	79
ΙΕΡΑΠΕΤΡΑ .....	79
ΟΡΟΠΕΔΙΟ ΛΑΣΙΘΙΟΥ (ΤΖΕΡΜΙΑΔΟ) .....	80
ΔΙΚΤΑΙΟ ΑΝΤΡΟ .....	80
ΤΟΠΙΚΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ .....	80
ΒΡΑΒΕΥΜΕΝΟ ΒΙΟΛΟΓΙΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ .....	81
ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ .....	81
ΜΕΛΙ .....	81
ΑΡΤΟΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ .....	82
ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΟΙΚΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ «Η ΚΡΟΥΣΑΝΙΩΤΙΣΣΑ» .....	82
ΒΙΟΤΕΧΝΕΙΑ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΕΔΕΣΜΑΤΩΝ 92 «ΤΟ ΞΑΘΕΡΙ» .....	82
ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΦΥΤΑ .....	83
<b>ΠΕΛΛΟΠΟΝΗΣΟΣ</b>	
<b>ΝΟΜΟΣ ΗΛΕΙΑΣ .....</b>	<b>84</b>
ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ ΣΤΗ ΝΕΡΑΪΔΑ ΗΛΕΙΑΣ .....	84
<b>ΝΟΜΟΣ ΛΑΚΩΝΙΑΣ .....</b>	<b>87</b>
Ο ΝΟΜΟΣ ΤΟΥ ΒΟΥΝΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΑΣ .....	87
ΜΟΥΣΕΙΟ ΤΗΣ ΕΛΙΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΛΑΔΙΟΥ .....	87

ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΚΟΥΜΟΥΣΤΑΣ .....	87
ΤΑ ΤΣΙΝΤΖΙΝΑ ( ΠΟΛΥΔΡΟΣΟ ) ΚΑΙ Ο ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ ΤΟ «ΣΧΟΛΑΡΧΕΙΟ» .....	88
ΤΟ ΣΧΟΛΑΡΧΕΙΟ .....	88
Η ΤΑΒΕΡΝΑ ΤΗΣ ΜΑΝΤΩΣ .....	88
Η ΤΑΒΕΡΝΑ ΤΟΥ ΓΙΑΝΝΟΥΛΗ .....	88
ΚΑΡΥΕΣ ( ΑΡΑΧΟΒΑ) .....	88
ΤΟΠΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ .....	89
ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΚΑΣΤΑΝΟΠΑΡΑΓΩΓΩΝ ΠΑΡΝΩΝΑ & ΛΟΙΠΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΜΕ ΚΕΛΥΦΟΣ ΠΑΡΝΩΝΑ .....	89
Η ΤΑΒΕΡΝΑ ΤΟΥ ΤΑΚΗ ΚΟΥΤΣΟΓΙΩΡΓΑ .....	89
ΓΙΟΡΤΗ ΚΑΣΤΑΝΟΥ ΣΤΗΝ ΑΡΝΑ ΛΑΚΩΝΙΑΣ .....	89
ΤΟ ΑΡΧΟΝΤΙΚΟ «ΓΕΩΔΗ» .....	90
ΑΡΝΑ .....	91
<b>ΝΟΜΟΣ ΑΡΚΑΔΙΑΣ .....</b>	<b>92</b>
ΙΔΑΝΙΚΟΣ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ ΟΛΟΧΡΟΝΙΣ .....	92
ΟΡΕΙΝΗ ΑΡΚΑΔΙΑ .....	92
ΒΥΤΙΝΑ .....	92
ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ .....	92
ΒΥΤΙΝΑ- ΛΙΜΠΟΒΙΣΙ (17 ΧΛΜ.) .....	92
Ο ΞΕΝΩΝΑΣ 1821 .....	93
ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΞΕΝΑΓΗΣΕΙΣ ΣΤΑ ΑΝΩ ΔΟΛΙΑΝΑ .....	93
ΤΟ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΠΑΝ ΣΤΟ ΛΕΟΝΤΑΡΙ .....	94
ΠΕΡΙΠΑΤΟΣ ΣΤΟ ΚΤΗΜΑ .....	94
ΤΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΤΟΥ ΚΤΗΜΑΤΟΣ .....	95
ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ .....	95
ΔΙΑΜΟΝΗ .....	96
Ο ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΚΤΗΜΑ .....	96
<b>ΝΟΜΟΣ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ .....</b>	<b>97</b>
ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΑΙ ΦΥΣΙΚΟΣ ΠΛΟΥΤΟΣ .....	97
ΟΡΕΙΝΗ ΚΟΡΙΝΘΙΑ .....	97
ΞΕΝΩΝΑΣ ΤΗΣ ΕΥΡΩΣΤΙΝΑΣ .....	97
ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΣΤΗΝ ΠΕΡΙΟΧΗ .....	98
ΤΡΙΚΑΛΑ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ .....	98
ΤΟ ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΕΡΜΗΣ .....	99
«ΜΥΣΑΙΟΝ» .....	99
«ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟ ΖΗΡΕΙΑ» .....	99
«ΞΕΝΩΝΑΣ ΧΕΛΥΔΟΡΕΑ» .....	100
<b>ΝΟΜΟΣ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ .....</b>	<b>101</b>
ΤΟΠΟΣ ΦΗΜΙΣΜΕΝΩΝ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΩΝ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΩΝ ΔΡΩΜΕΝΩΝ .....	101
ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΙΑΚΟ ΛΑΟΓΡΑΦΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ .....	101
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΤΑΒΕΡΝΑ «ΤΟ ΠΕΡΙΒΟΛΙ» .....	101
<b>ΝΟΜΟΣ ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ .....</b>	<b>102</b>
ΙΔΑΝΙΚΟΣ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΔΙΑΚΟΠΕΣ ΚΟΝΤΑ ΣΤΗ ΦΥΣΗ .....	102
ΕΚΔΡΟΜΕΣ ΣΤΟ ΒΟΥΝΟ .....	102
Η ΛΙΜΝΟΘΑΛΑΣΣΑ ΤΗΣ ΓΙΑΛΟΒΑΣ .....	102

<b>ΝΟΜΟΣ ΑΧΑΪΑΣ .....</b>	<b>103</b>
Ο ΝΟΜΟΣ ΜΕ ΤΗΝ ΑΠΑΡΑΜΙΛΛΗ ΦΥΣΙΚΗ ΟΜΟΡΦΙΑ .....	103
ΜΟΥΣΕΙΑΚΟ ΣΥΓΚΡΟΤΗΜΑ ΥΔΡΟΚΙΝΗΣΗΣ ΕΦΤΑΠΤΑΣ .....	103
ΑΓΓΙΑΛΕΙΑ .....	103
Ο ΤΟΠΟΣ ΤΗΣ ΜΑΥΡΗΣ ΣΤΑΦΥΔΑΣ « ΒΟΣΤΙΤΣΑ» .....	103
ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΣΕ ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΟ .....	104
Η ΧΑΡΑΔΡΑ ΤΟΥ ΒΟΥΡΑΪΚΟΥ .....	104
ΚΑΛΑΒΡΥΤΑ .....	104
ΧΕΛΜΟΣ .....	105
ΠΗΓΕΣ ΤΟΥ ΑΡΟΑΝΙΟΥ ΠΟΤΑΜΟΥ- ΠΛΑΝΗΤΕΡΟ .....	105
ΣΟΥΔΕΝΑ-ΑΡΧΑΙΟΙ ΛΟΥΣΟΙ .....	105
<b>ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΕΣ ΔΙΑΚΟΠΕΣ .....</b>	<b>106</b>
<b>ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ .....</b>	<b>107</b>

## ΤΙ ΕΙΝΑΙ Ο ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

Ο αγροτουρισμός δεν είναι παρά μια ήπια μορφή τουρισμού και ανάπτυξη της υπαίθρου. Είναι ουσιαστικά μια αναπτυξιακή διαδικασία, μια μορφή τουρισμού που δεν επεμβαίνει στο περιβάλλον, δεν το αλλοιώνει. Ο αγροτουρισμός φέρνει τον κάτοικο της πόλης στο περιβάλλον του χωριού, της επαρχίας, της αγροτικής ζωής και του δίνει τη «δυνατότητα» να ενσωματωθεί με τις τοπικές συνθήκες. Δε δημιουργεί υποδομές και υπηρεσίες ειδικά γι' αυτόν, με την μορφή του μαζικού τουρισμού. Δεν χρησιμοποιεί μεγάλες ξενοδοχειακές μονάδες, εμπορικά κέντρα, κέντρα διασκέδασης και όλα όσα είναι συνυφασμένα με τα μεγάλα τουριστικά ρεύματα που κάθε χρόνο κατακλύζουν τα μεγάλα θέρετρα του κόσμου και τα οποία δεν επικεντρώνονται στην επαφή με τον ντόπιο πληθυσμό, με την κουλτούρα, τον πολιτισμό, τα ήθη και την νοοτροπία των κατοίκων.

Ο αγροτουρισμός είναι μια αναπτυξιακή πρόταση η οποία μπορεί να συμβάλει στην ανάπτυξη της τοπικής κοινωνίας, προσφέροντας οικονομική άνθηση και ευμάρεια. Επιτρέπει την συνέχιση της παραγωγής παραδοσιακών προϊόντων που πιθανώς να είχαν εκλείψει, διατηρεί ή αναβιώνει τέχνες που διαφορετικά θα είχαν «πεθάνει», συντηρεί τις μνήμες με την αναβίωση εθίμων και παραδοσιακών εκδηλώσεων, γίνεται κανάλι επικοινωνίας των απομονωμένων περιοχών και δίνει προοπτικές στους νέους της περιφέρειας.

Στον αγροτουρισμό ο τουρίστας είναι επισκέπτης, φίλος, θαυμαστής του τόπου, είναι ένας ταξιδιώτης που αναζητά τα μυστικά του τόπου, στην αυθεντικότητα και την ομορφιά του, στην ήσυχη ζωή και την φυσική κληρονομιά και όλα όσα μοναδικά και ξεχωριστά έχει να προσφέρει ο κάθε τόπος. Γι' αυτό στον αγροτουρισμό φέρνουμε τον επισκέπτη σε επαφή με τη φύση, με την καλλιέργεια της γης, την περισυλλογή του καρπού, ο επισκέπτης μαθαίνει να φτιάχνει στον αργαλειό, να κεντάει, να παρατηρεί τα ζώα και τα πουλιά, να δοκιμάζει το κρασί και το τσίπουρο, να καταλαβαίνει τη σωστή ώρα του τρύγου. Του προτείνουμε δασώδη μονοπάτια, γαλήνιες λίμνες και ορμητικά ποτάμια και τον ξεναγούμε σε παλιές εκκλησίες και μοναστήρια, πέτρινα γεφύρια και αρχαιολογικά ευρήματα.

## ΤΟ ΠΡΟΦΙΛ ΤΟΥ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΑ

Ποιο είναι το κοινό που επιλέγει τον αγροτουρισμό; Ποιες είναι οι προτιμήσεις και τα κίνητρα των ανθρώπων, που η διαμονή στη φύση και η επιστροφή σε έναν τρόπο ζωής πιο ήρεμο και παραδοσιακό τους συγκινεί τόσο ώστε, να αντιπροσωπεύουν ένα ολόκληρο τμήμα της αγοράς;

Οι αγροτουρίστες αναζητούν ξεκούραση, χαλάρωση σε ένα ήρεμο περιβάλλον, σε μια προσπάθεια να αποκοπούν προσωρινά από την αστική τους καθημερινότητα. Επιζητούν την επαφή με την φύση, προκειμένου να γνωρίσουν τόσο την αγροτική ζωή όσο και τους αγρότες, τους ντόπιους που θα τους μυήσουν σε ένα διαφορετικό και άγνωστο για πολλούς από αυτούς τρόπο ζωής. Θέλουν να απολαύσουν την αυθεντικότητα της επαρχιακής ζωής, την ανεπιτήδευτη φιλοξενία, την καθαρότητα του τοπίου και την καθαριότητα του περιβάλλοντος, τα παραδοσιακά, σπιτικά εδέσματα, να γίνουν κοινωνοί σε μια ζωή που έχει να τους πει πολλά για το κοντινό παρελθόντος. Οι τουρίστες αυτοί θεωρούνται πολυταξιδεμένοι και έμπειροι. Είναι άτομα που έχουν ήδη γευθεί τους τουριστικούς προορισμούς με τη μορφή του μαζικού τουρισμού και κορεσμένοι από το συγκεκριμένο πρότυπο, αναζητούν στον προορισμό μια νέα διάσταση, εντρυφώντας στην πολιτιστική και φυσιολατρική του υπόσταση αλλά και στην δυνατότητα για ανθρώπινη επαφή και επικοινωνία.



Οι αγροτουρίστες ανήκουν σε ένα ευρύ ηλικιακό φάσμα. Σε χώρες της Ευρώπης που ο αγροτουρισμός έχει παράδοση δεκαετιών, αποτελεί έναν τρόπο ζωής ο οποίος απευθύνεται σε όλη την οικογένεια και διεκδικεί το ήμισυ των ετησίων οικογενειακών διακοπών. Τα νεότερα άτομα είναι αυτά που προτιμούν να συνδυάζουν το πακέτο αγροτουρισμού με «σπορ περιπέτειας», ενώ οι μεγαλύτεροι με πιο ήπιες δραστηριότητες, με περιηγήσεις πολιτιστικού, θρησκευτικού, λαογραφικού κλπ. Περιεχομένου.

Από τα σπουδαιότερα όμως χαρακτηριστικά που διακρίνουν τα άτομα που επιλέγουν τον αγροτουρισμό είναι το υψηλό οικονομικό αλλά και μορφωτικό επίπεδο. Τα άτομα αυτά θεωρούνται ότι έχουν αυξημένη οικολογική συνείδηση, πολυποίκιλα ενδιαφέροντα, διάθεση για μόρφωση και πολιτιστική προσέγγιση. Δεν παρασύρονται από τον μμητισμό και τα πρότυπα της καταναλωτικής κοινωνίας, είναι εκλεπτυσμένοι και με υψηλές απαιτήσεις ως προς την ποιότητα και το επίπεδο των υπηρεσιών που τους παρέχονται. Σε όλο τον κόσμο ο αγροτουρίστας θεωρείται ποιοτικός, υψηλών προδιαγραφών και σημαντικής αγοραστικής δύναμης. Ξέρει ακριβώς τι ζητάει και δεν αρκείται σε καταστάσεις που δεν τον ικανοποιούν.

Μήπως οι προοπτικές που δίνει ο αγροτουρισμός, μπορούν να γίνουν μεταξύ άλλων, η διέξοδος που αναζητάει ο ελληνικός τουρισμός στην προσέλκυση επιλεκτικού και υψηλού επιπέδου τουρισμού;

## **ΓΙΑΤΙ ΝΑ ΑΣΧΟΛΗΘΟΥΜΕ ΜΕ ΤΟΝ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟ**

Για να κρατήσουμε τον κόσμο στην ύπαιθρο. Για να τονώσουμε την αγροτική ζωή, να ενισχύσουμε το οικονομικό εισόδημα. Για να σταματήσουν να ερημώνουν τα ορεινά χωριά και οι μειονεκτικές περιοχές της Ελλάδας, που για διάφορους λόγους δεν είχαν μέχρι πρόσφατα ευκαιρία ανάπτυξης και αξιοποίησης. Για να κρατήσουμε τους νέους στον τόπο τους και να δώσουμε διέξοδο από την ανεργία.

Δεν είναι τυχαίο ότι η πολιτική ανάπτυξη του αγροτουρισμού αποτελεί κεντρική κατευθυντήρια πολιτική της Ευρωπαϊκής Ένωσης ως απάντηση στα ζητήματα της πολυλειτουργικής γεωργίας, της ενίσχυσης του αγροτικού εισοδήματος, της περιφερειακής ανάπτυξης, της προστασίας του περιβάλλοντος, του αιτήματος του σύγχρονου ανθρώπου για την ποιότητα της ζωής. Αυτό το μοντέλο ανάπτυξης που πολλοί «εταίροι» μας στην Ευρωπαϊκή οικογένεια έχουν υλοποιήσει εδώ και δεκαετίες στην Γαλλία, την Ιταλία, την Αυστρία, υπήρξε η απάντηση στην ερήμωση της περιφέρειας και στη μείωση του αγροτικού εισοδήματος. Σήμερα υπολογίζεται ότι το 70% των Αμερικανών, Αυστραλών, Αυστριακών και Γερμανών και όχι πολύ μικρότερο ποσοστό των κατοίκων των υπολοίπων χωρών του ΟΟΣΑ κάνουν σε ετήσια βάση αγροτουρισμό.

Με τον αγροτουρισμό, πετυχαίνουμε την παραμονή των κατοίκων στις περιοχές τους, την διατήρηση της αρχιτεκτονικής κληρονομιάς, την ανακαίνιση σπιτιών και αρχοντικών που αφέθηκαν στο χρόνο. Μέσω του αγροτουρισμού προβάλλεται η πολιτιστική κληρονομιά, η μοναδικότητα της κάθε περιοχής που χάνεται και διαβρώνεται. Σήμερα υπάρχουν περίπου 5000 ορεινές περιοχές που αντιμετωπίζουν το ενδεχόμενο, είτε να εξαφανιστούν ολοκληρωτικά, λόγω της αραιοκατοίκησης που συνδέεται με τη μεγάλη ηλικία, είτε να αποκτήσουν ένα εντελώς νέο πληθυσμό που τυχαίνει να φτάσει εκεί σαν μετανάστης από κάποια άλλη χώρα, κινδυνεύοντας έτσι να χαθεί ένα μεγάλο κομμάτι ιστορικής συνέχειας. Σε συνδυασμό με την ανάγκη να συγκροτήσουν τις δυναμικές τους, σε μια διαδικασία ευαισθητοποίησης και αναστροφή πορείας δραστηριοποίησης των νέων ανθρώπων, ο αγροτουρισμός θα αποτελέσει το μεγάλο κίνητρο. Παράλληλα δεν πρέπει να παραβλέψουμε το γεγονός ότι, αποτελεί μια ευκαιρία προσέγγισης

των κατοίκων της Ευρώπης, καθώς και των κοινωνιών που αναπτύσσονται στα πλαίσια αυτά παρ' όλες τις διαφορετικές πολιτισμικές και θρησκευτικές παραδόσεις.

Τώρα που τα σημάδια κορεσμού του κλασσικού μοντέλου τουρισμού έχουν αρχίσει να γίνονται εμφανή και τα οφέλη άρχισαν να ισοσκελίζουν τα προβλήματα, είναι φανερό πως πρέπει να αναζητήσουμε νέες διεξόδους και μοντέλα τουριστικής ανάπτυξης. Σήμερα αρχίζει να γίνεται συνείδηση ότι η ανάπτυξη των ήπιων μορφών τουρισμού και ιδιαίτερα ο αγροτουρισμός, που χαρακτηρίζεται από τα στοιχεία του σεβασμού στον άνθρωπο και στο περιβάλλον είναι η πλέον κατάλληλη μορφή τουρισμού που συμβάλει στην καλύτερη γνωριμία και επικοινωνία των κατοίκων της Ευρώπης, στην διαπαιδαγώγηση των πολιτών ως προς την ανεκτικότητα της οποίας διαφοράς τους και την προστασία των φυσικών πόρων της ηπείρου.

Η Ελλάδα δεν θα σταματήσει να είναι συνυφασμένη με τον μαζικό τουρισμό, αλλά όμως διαθέτει εξαιρετικούς και ποικίλους τουριστικούς πόρους που μπορούν να αξιοποιηθούν και να αναδείξουν ένα νέο εναλλακτικό πρόσωπο, ένα ήπιο τουριστικό μοντέλο, ένα ποιοτικό προϊόν προσανατολισμένο σε ένα εξίσου ποιοτικό τμήμα της αγοράς.

Ο αγροτουρισμός δεν είναι απλώς μια μορφή τουρισμού. Είναι μια διαφορετική προσέγγιση στον τρόπο ζωής, μια νέα πραγματικότητα, ένα όραμα.

## **ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟΣ: Η ΕΥΚΑΙΡΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΓΕΝΝΗΣΗ ΤΗΣ ΥΠΑΙΘΡΟΥ**

Η εφαρμογή του αγροτουρισμού στην Ελλάδα δεν συνιστά μια οποιαδήποτε πολιτική ανάπτυξη. Είναι, κυρίως, αλλιώςια προσέγγιση στο πλαίσιο της αγροτικής πολιτικής που έχει στο επίκεντρο της τον άνθρωπο της υπαίθρου. Σήμερα βρισκόμαστε σε καθοριστικό σημείο όσον αφορά στο μέλλον της αγροτικής υπαίθρου, της Περιφέρειας, της αγροτικής παραγωγής και των παραδοσιακών προϊόντων: εξίσου καθοριστική κρίνεται η σημερινή συγκυρία και για τη διάσωση των πολιτισμικών χαρακτηριστικών της χώρας μας, των ηθών και εθίμων καθώς και των στοιχείων εκείνων που συνθέτουν το ιδιαίτερο μωσαϊκό της Ελλάδας.

Τα προβλήματα που μας οδηγούν στην εφαρμογή οριστικών λύσεων, όπως αυτή του αγροτουρισμού, είναι γνωστά σε όλους μας. Η ελληνική υπαίθρος, ιδιαίτερα οι ορεινές και μειονεκτικές περιοχές ερημώνουν. Οι νέοι φεύγουν, η ανεργία αυξάνεται, το αγροτικό εισόδημα μειώνεται, ενώ δεν διαφαίνεται κάποια διέξοδος. Ο αγροτουρισμός αποτελεί μία δοκιμασμένη και αναμφισβήτητη επιτυχημένη κατευθυντήρια πολιτική που απαντά στις προκλήσεις της πολυλειτουργικής γεωργίας καθώς και στα προβλήματα που αφορούν στην ενίσχυση του αγροτικού εισοδήματος, την περιφερειακή ανάπτυξη, την προστασία του περιβάλλοντος, παράλληλα, αποτελεί μια απάντηση στο αίτημα του σύγχρονου ανθρώπου για ποιότητα ζωής.

Αυτό που «ανακαλύπτουμε» σήμερα εμείς ως λύση στο πρόβλημα της υπαίθρου, οι Ευρωπαίοι εταίροι μας το εφαρμόζουν με αξιοσημείωτη επιτυχία εδώ και τριάντα περίπου χρόνια. Η Ευρώπη ήδη δρέπει τα οφέλη του αγροτουρισμού και βρίσκεται στο επόμενο στάδιο, αυτό της εξέλιξης, της εξειδίκευσης και της τελειοποίησής του. Εμείς είμαστε ακόμα στην αρχή.

Είναι, πλέον, δεδομένο οι αγροτικές επιδοτήσεις είχαν καλύψει επί σειρά ετών το κενό που είχε δημιουργηθεί εξαιτίας της έλλειψης δραστηριότητας, παραγωγής, ανανέωσης και εξέλιξης του αγρότη. Επαναπαυτήκαμε στις επιδοτήσεις, αδυνατώντας να κατευθύνουμε τον άνθρωπο της υπαίθρου, στις εφαρμογές της πολυλειτουργικής γεωργίας. Καθώς διαιωνίζουμε ως λαός ένα βασικό μας χαρακτηριστικό, δηλαδή να μην εφαρμόζουμε πολιτικές και δράσεις πρόληψης, αλλά, αντίθετα, να τρέχουμε να διορθώσουμε εκ των υστέρων τα κακώς κείμενα των πράξεων μας, δεν αντιμετωπίσαμε ποτέ την πρόκληση της ανάπτυξης, έτσι όπως την αντιμετωπίσαμε - δραστικά, δίχως άλλο- η γειτονική μας Ευρώπη.

Σήμερα βρισκόμαστε μπροστά σε μια διπλή πρόκληση σε δύο βασικούς τομείς της ελληνικής οικονομίας, τον τουρισμό και την και την αγροτική οικονομία. Η Ελλάδα έχει ανάγκη τον ποιοτικό τουρισμό, που θα βασίζεται στις αρχές της αειφορείας, δημιουργώντας ένα παράλληλο αλλά εξειδικευμένο τουριστικό προϊόν, το οποίο θα αναδεικνύει το ιδιαίτερο και αυθεντικό της πρόσωπο. Χρειάζεται να διασώσουμε την Περιφέρεια, να αναδείξουμε τα τοπικά προϊόντα και τα προϊόντα προέλευσης, την πολιτιστική μας κληρονομιά, τα ήθη και τα έθιμά μας, την παράδοση και τη μοναδικότητά μας.

Ο αγροτουρισμός μπορεί και πρέπει να προχωρήσει. Το απαιτούν οι περιστάσεις. Πρέπει να προχωρήσει ολιστικά και συντονισμένα, βάσει ενός θεσμικού πλαισίου, μιας εθνικής πολιτικής που θα ενεργοποιήσει τις δράσεις και τους τομείς που την απαρτίζουν. Πρέπει να προχωρήσει και να προχωρήσει σωστά!

Το Ελληνικό Κέντρο Αγροτουρισμού φιλοδοξεί να γίνει μοχλός ανάπτυξης αυτής της εφαρμογής, ο φορέας της κατευθυντήριας πολιτικής του. Για το ΕΛΛ.Κ.Α, ο αγροτουρισμός αφορά στον άνθρωπο της υπαίθρου. Μέσα από αυτόν θα πάρει σάρκα και οστά, μέσα από αυτόν θα δημιουργηθεί και σε αυτόν θα επιστρέψουν τα όποια οφέλη. Ο αγροτουρισμός δεν μπορεί και δεν πρέπει να είναι μια άναρχη ανάπτυξη της υπαίθρου. Είναι μια ευκαιρία όλων μας για την αναγέννησή της.

## **ΟΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΟΙΚΙΣΜΟΙ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΣΥΧΝΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΚΑΙ ΑΠΑΝΤΗΣΕΙΣ**

Η εγκατάλειψη, η κακή συντήρηση των κτισμάτων, οι αντιαισθητικές κατασκευές, καθώς και η αποτυχημένη προσπάθεια αναβίωσης της παραδοσιακής αρχιτεκτονικής είναι τα στοιχεία που παρατηρούνται σε πολλούς οικισμούς της χώρας. Η εικόνα αυτή μπορεί να αλλάξει μόνο αν τα αξιόλογα αρχιτεκτονικά σύνολα, οι σημαντικοί οικισμοί, χαρακτηριστούν παραδοσιακοί.

### **1. ΠΟΙΟΙ ΟΙΚΙΣΜΟΙ ΕΧΟΥΝ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΕΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ;**

Σε κάθε περιφέρεια της Ελλάδας υπάρχουν παραδοσιακοί οικισμοί. Μέχρι σήμερα παραδοσιακοί οικισμοί

Έχουν χαρακτηριστεί 843 οικισμοί. Ανάμεσά τους συγκαταλέγονται οι ακόλουθοι: Οίτιλο, Οία, Παροικία, Ύδρα, Δελφοί, Γαλαξίδι, , Κέρκυρα, Καρπενήσι και Μυτιλήνη. Εντός των οικισμών αυτών υπάρχουν και τα λεγόμενα «ιστορικά κέντρα» που καταδεικνύουν περιοχές με σπουδαία ιστορική κληρονομιά.

### **2. ΓΙΑΤΙ ΥΠΑΡΧΟΥΝ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΟΙΚΙΣΜΟΙ ;**

Προκειμένου να προστατευτεί το πολιτιστικό περιβάλλον και να αναδειχθούν τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά (πολεοδομικά, αισθητικά, ιστορικά, λαογραφικά, αρχιτεκτονικά) ορισμένων οικισμών- γεγονός που συμβάλλει στην ανάπτυξη του τουρισμού-, η πολιτεία έκρινε απαραίτητο να θεσπίσει ένα νομικό πλαίσιο. Έτσι, στο άρθρο 24 του Συντάγματος της Ελλάδας καθορίζεται ότι το κράτος έχει την υποχρέωση να προστατεύει το φυσικό και πολιτιστικό περιβάλλον.

### **3. ΤΙ ΣΗΜΑΙΝΕΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΟΙΚΙΣΜΟΣ ;**

«Παραδοσιακός» είναι ο οικισμός που προστατεύει βάσει ειδικών μέτρων, τα οποία λαμβάνονται για τη διαφύλαξη των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών του, που εμπεριέχουν τεκμήρια της ιστορικής του ταυτότητας ή παράδοσης. Σύμφωνα λοιπόν με αυτό το πλαίσιο προστασίας, το ΥΠΕΧΩΔΕ καθορίζει «ειδικούς όρους δόμησης και χρήσης». Κατά συνέπεια, επιβάλλονται περιορισμοί όσον αφορά στα υλικά που θα χρησιμοποιηθούν στην κατασκευή των νέων κτιρίων. Με αυτούς εξασφαλίζεται η αρμονική συνύπαρξη των καινούριων οικοδομημάτων με τα παραδοσιακά και με το ευρύτερο φυσικό περιβάλλον.

#### 4. ΣΕ ΤΙ ΔΙΑΦΕΡΕΙ ΕΝΑΣ ΟΠΟΙΣΔΗΠΟΤΕ ΟΙΚΙΣΜΟΣ ΑΠΟ ΕΝΑΝ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ ;

Οι παραδοσιακοί οικισμοί έχουν ορισμένα ιδιαίτερα γνωρίσματα, πολεοδομικά, αισθητικά, ιστορικά, λαογραφικά ή αρχιτεκτονικά, τα οποία προστατεύονται δια νόμου. Η διαφύλαξη όμως της παράδοσης δεν σημαίνει ότι οι συγκεκριμένοι οικισμοί είναι αποκομμένοι από την εξέλιξη. Τα παραδοσιακά καταλύματα, για παράδειγμα, έχουν όλες τις σύγχρονες ανέσεις, αρκεί να μην αλλοιώνεται ο χαρακτήρας τους.

Αξίζει να σημειωθεί ότι σε αυτό το είδος των οικισμών η ανέργεση νέων κτιρίων και η συντήρηση των υπαρχόντων έχουν μεγαλύτερο κόστος, διότι, σύμφωνα με τους όρους δόμησης επιβάλλεται να χρησιμοποιηθούν συγκεκριμένα υλικά. Το ξύλο, π.χ., και η πέτρα είναι ακριβότερα από το αλουμίνιο ή το μπετόν που χρησιμοποιούνται σε οικισμούς που δεν θεωρούνται παραδοσιακοί οικισμοί. Ωστόσο μερικές φορές οι αρχές κάποιας περιοχής- π.χ., ο δήμαρχος- ενδέχεται, αναλογιζόμενες το πολιτικό κόστος, να προτιμήσουν να μη χαρακτηριστεί ένας οικισμός παραδοσιακός.

#### 5. ΠΟΙΑ ΔΙΑΔΙΚΑΣΙΑ ΑΠΑΙΤΗΤΑΙ ΓΙΑ ΝΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΕΙ ΕΝΑΣ ΟΙΚΙΣΜΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ;

Ένας οικισμός μπορεί να χαρακτηριστεί παραδοσιακός μόνο με Προεδρικό Διάταγμα. Αυτό εκδίδεται έπειτα από πρόταση του υπουργού ΠΕΧΩΔΕ ή κατά περίπτωση αρμόδιου υπουργού η οποία βασίζεται σε αιτιολογημένη έκθεση της αρμόδιας υπηρεσίας του υπουργείου. Στην έκθεση αυτή αναφέρονται τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά του κάθε οικισμού (πολεοδομικά, αισθητικά, ιστορικά, λαογραφικά ή αρχιτεκτονικά στοιχεία), βάσει των οποίων αιτιολογείται ο χαρακτηρισμός του. Μια τέτοια έκθεση είναι δυνατόν να αποσταλεί και από ένα δήμο και κατόπιν να εξεταστεί από το Τμήμα Παραδοσιακών Οικισμών του ΥΠΕΧΩΔΕ.

#### 6. ΠΟΙΕΣ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΠΡΟΥΠΟΘΕΣΕΙΣ ΓΙΑ ΝΑ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΕΙ ΕΝΑΣ ΟΙΚΙΣΜΟΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ;

Τα κριτήρια σύμφωνα με τα οποία εξετάζεται κάποιος οικισμός προκειμένου να χαρακτηριστεί παραδοσιακός αφορούν στην αρχιτεκτονική, στην ιστορία, στην αισθητική και στο περιβάλλον. Αυτά διαφέρουν από περιοχή σε περιοχή και είναι συνάρτηση της κληρονομιάς και της ιστορίας της Ένας οικισμός χαρακτηρίζεται παραδοσιακός εφόσον παρουσιάζει μια ενιαία εικόνα ή ένα ενιαίο αρχιτεκτονικό ύφος, δεν είναι δηλαδή αρκετό να υπάρχουν μόνο λίγο ιστορικά κτίρια ή ορισμένα αξιόλογα στοιχεία. Αυτά άλλωστε μπορούν μεμονωμένα θεωρηθούν διατηρητέα.

#### 7. ΠΟΙΟΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΑΡΜΟΔΙΟΙ ΦΟΡΕΙΣ ΓΙΑ ΤΟ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΜΟ ΤΩΝ ΟΙΚΙΣΜΩΝ ΩΣ «ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ» ;

Σύμφωνα με το άρθρο 4 του Γενικού Οικοδομικού Κανονισμού του 2000, αρμόδιοι φορείς είναι:

- Το ΥΠΕΧΩΔΕ Διεύθυνση Πολεοδομικού Σχεδιασμού Τμήμα Παραδοσιακών Οικισμών Αμαλιάδος 17, Αθήνα, τηλ. 210 6437266
- Για τις Περιφέρειες Μακεδονίας – Θράκης αρμόδιο είναι το Υπουργείο Μακεδονίας – Θράκης Διεύθυνση Πολιτισμού – Τμήμα Πολιτιστικής Κληρονομιάς Διοικητήριο – Θεσσαλονίκης, τηλ. 2310 287320/ 275406
- Για τις Περιφέρειες των νησιών του Αιγαίου (Β. Αιγαίο, Κυκλάδες) αρμόδιο είναι: Το υπουργείο Αιγαίου Διεύθυνση Περιφερειακής Ανάπτυξης Μικράς Ασίας 2, Μυτιλήνη, τηλ. 22510 46820.
- Θα πρέπει να επισημανθεί ότι το υπουργείο Πολιτισμού έχει την αρμοδιότητα να χαρακτηρίσει κτίρια ως ιστορικά διατηρητέα μνημεία ή έργα τέχνης που χρήζουν ειδικής κρατικής προστασίας.

## ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΟΙΚΙΣΜΟΙ ΚΑΙ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟ ΜΕΛΛΟΝ

Ως πότε θα στρέφουμε την πλάτη στην κληρονομιά μας; Ένα μεγάλο, κρίσιμο κεφάλαιο – που έχει δυναμική σχέση και εφαρμογή στον αγροτουρισμό- παραμένει έρμαιο της φθοράς του χρόνου ή της κερδοσκοπικής κακοποίησης: η διάσωση, η διατήρηση, η αξιοποίηση και η προβολή των πολυάριθμων παραδοσιακών μας οικισμών δεν αντιμετωπίζονται ανάλογα με τη σημασία που έχουν. Μέσα σε ένα χρόνο – το 1978- χαρακτηρίστηκαν «μονοκονδύλια» 400 παραδοσιακοί οικισμοί. Μέσα στην επόμενη 25ετία, ακολούθησαν μόλις άλλοι τόσοι. Σε πολλές περιπτώσεις μάλιστα, η αναστήλωση έγινε με λάθος αισθητική και λάθος κίνητρα. Ωστόσο, σε όσους παραδοσιακούς οικισμούς η αισθητική αναβίωση έγινε σωστά, δημιούργησε τουριστικό ενδιαφέρον και συνέβαλε στη διαμόρφωση ενός ξεχωριστού προϊόντος, που αναζωογόνησε την ευρύτερη περιοχή γύρω από τους οικισμούς- όπως, για παράδειγμα, στη Μονεμβασιά, στα Ζαγόρια, στα χωριά του Κάμπου της Χίου.

Εξάλλου, ένας παραδοσιακός οικισμός αποτελεί προνομιακό πόλο χρηματοδοτικών κινήτρων για επενδύσεις, δανειοδοτήσεις, χαμηλότερα επιτόκια, επιλεξιμότητα, ενώ προσελκύει και προγράμματα χρηματοδότησης από δημόσιους φορείς – όπως ο ΕΟΤ-, ευρωπαϊκά προγράμματα, αναπτυξιακούς νόμους κ.α. Η αγάπη, η φροντίδα και η κινητοποίηση για τη διατήρηση και την αξιοποίηση των παραδοσιακών μας οικισμών είναι ένα έργο ευθύνης για όλους μας. Μας προσφέρουν μια μεγάλη ευκαιρία να αναπτύξουμε τον τόπο και να προβάλλουμε την παράδοσή του, προσελκύνοντας επισκέπτες υψηλού μορφωτικού και οικονομικού επιπέδου και αναδεικνύοντας νέους ελληνικούς προορισμούς. Με δημιουργική και όχι αρπακτική νοοτροπία. Με σεβασμό για τον τόπο και την ιστορία του. Η αναστήλωση και η αξιοποίηση ενός παραδοσιακού οικισμού αντανακλούν, εντέλει, την ποιότητα του σύγχρονου πολιτισμού μας...

Απαιτείται, λοιπόν, πρώτιστα, η ευαισθητοποίηση της Πολιτείας. Η ευθύνη όμως για τους παραδοσιακούς οικισμούς πρέπει να περιέλθει στα χέρια των τοπικών φορέων, αλλά μέσα σε ένα πλαίσιο αυστηρών πολεοδομικών νομοθεσιών και διατάξεων που θα επεμβαίνουν δραστικά και χωρίς εκπτώσεις, προκειμένου να περιφρουρήσουν αυτό που, πολύ απλά, ανήκει σε όλους μας ως παράδοση και ιστορική κληρονομιά. Η ιδιωτική πρωτοβουλία, στο βαθμό που διαπνέεται από πραγματικό μεράκι και όχι από τη στενή επιδίωξη του κέρδους, μπορεί να συνεργαστεί και να εισφέρει στη δημιουργική προσπάθεια της τοπικής αυτοδιοίκησης. Κάθε παραδοσιακός οικισμός μπορεί να αποτελέσει έναν πυρήνα «διαφορετικού» τουρισμού και ανάπτυξης. Είναι, εξάλλου, κρίμα να καταδικάζουμε στην εγκατάλειψη και τη φθορά τα πιο ζωντανά κομμάτια της νεότερης ιστορίας και παράδοσής μας- κομμάτια της ψυχής μας!

## Ο ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΑΝΑΔΕΙΚΝΥΕΙ ΝΕΑ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΑ

Εξετάζοντας τον αγροτουρισμό ως οικονομικό φαινόμενο, οφείλουμε να δώσουμε τη δέουσα σημασία στη συνεισφορά του στη δημιουργία νέων θέσεων εργασίας και ειδικοτήτων. Στην Ελλάδα η ανεργία είναι γεγονός αναμφισβήτητο. Ο αγροτουρισμός είναι αυτός που δίνει διέξοδο στην παραμελημένη ελληνική περιφέρεια. Όταν αναφερόμαστε σε αυτόν, μιλάμε εξ ορισμού για την ολοκληρωμένη ανάπτυξη μιας περιοχής και όχι για μεμονωμένες και σποραδικές περιπτώσεις αγροτουριστικών επιχειρήσεων. Θα ήταν λοιπόν πραγματικά ελπιδοφόρο αν μπορούσε η ελληνική κοινωνία να αντιληφθεί το μέγεθος των εργασιακών ευκαιριών που αναδεικνύονται.

Στην Γαλλία για παράδειγμα, όπου ο αγροτουρισμός αναπτύχθηκε από τη δεκαετία του '50, υπάρχουν 180 χιλιάδες χλμ. «περιπάτων» για τους οποίους εργάζεται ένας μεγάλος αριθμός ειδικοτήτων. Έτσι, υπάρχουν αυτοί που τους χαράζουν, αλλά και όλοι όσοι εργάζονται στην τεχνική υποδομή και στην κατασκευή διευκολύνσεων για το κοινό, όπως εξειδικευμένοι ξεναγοί,

οδηγοί εθνικών δρυμών, ειδικοί επιστήμονες (βοτανολόγοι, γεωπόνοι, κα.) τοπογράφοι, ιδιοκτήτες καταστημάτων (αναψυκτηρίων κλπ.).

Ας φανταστούμε κάτι αντίστοιχο στην Ελλάδα. Ας αναλογιστούμε πόσες ειδικότητες θα μπορούσε να αξιοποιήσει ο πολιτιστικός τουρισμός ο οποίος συνδέεται άμεσα με τον αγροτουρισμό: ξεναγούς ειδικευμένους στη λαογραφία, προσωπικό μουσείων, λαογράφους, αρχαιολόγους, αρχιτέκτονες. Η ανάδειξη της τοπικής γαστρονομίας έχει ανάγκη από καλλιεργητές- παραγωγούς των τοπικών προϊόντων, από μαγείρους που θα προβάλλουν τις τοπικές συνταγές, από οιολόγους, οινοποιούς, συσκευαστές των προϊόντων που θα πωλούνται στους επισκέπτες, ακόμη και από συγγραφείς βιβλίων με τοπικές συνταγές.

Οι αθλητικές δραστηριότητες, όπως το ράφτινγκ, η ορειβασία, η ιππασία, χρειάζονται τους κατάλληλους εκπαιδευτές. Ακόμη και κλασσικές ειδικότητες που σήμερα δυσκολευόμαστε να συνδέσουμε με τον αγροτουρισμό, μπορούν να αποκτήσουν νέες διαστάσεις. Εκατομμύρια εξειδικευμένων εντύπων τυπώνονται κάθε χρόνο και γι' αυτό χρειάζονται τυπογράφοι, μακετίστες, γραφίστες κ.α. Παράλληλα, εικαστικοί καλλιτέχνες, ηθοποιοί, φιλόλογοι μπορούν να δημιουργήσουν κέντρα αγροτουρισμού με μαθήματα τέχνης, ζωγραφικής, φωνητικής, αρχαίων ελληνικών, μυθολογίας, λαϊκών χορών κ.α. Ψυχολόγοι μπορούν να οργανώσουν κέντρα χαλάρωσης, αυτοσυγκέντρωσης κ.α. Αισθητικοί ή ομοιοπαθητικοί μπορούν να προσφέρουν αρωματοθεραπεία και εναλλακτικές θεραπείες.

Ο αγροτουρισμός είναι ένας εναλλακτικός τρόπος ζωής που δημιουργεί νέα επαγγέλματα ενώ παράλληλα αναβαθμίζει την ποιότητα ζωής. Προκειμένου όλα αυτά να γίνουν πράξη, χρειάζονται εκπαίδευση και επιμόρφωση. Το ΕΛΛΚΑ (Ελληνικό Κέντρο Αγροτουρισμού) από τον Ιανουάριο του 2003, έχει μελετήσει τα εκπαιδευτικά προγράμματα άλλων χωρών, ώστε να οργανωθεί η αγροτουριστική εκπαίδευση κατά κλάδο, δραστηριότητα και ειδικότητα, προωθώντας στο μέγιστο βαθμό την κατά τόπους εφαρμογή της.

## **ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΤΟΝ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟ**

Για μια οργανωμένη και υψηλής ποιότητα παροχής υπηρεσιών αγροτουρισμού. Χρειάζεται ορθά καταρτισμένο και εκπαιδευμένο ανθρώπινο δυναμικό. Δείτε παρακάτω τους φορείς που παρέχουν εκπαιδευτικά προγράμματα.

Οργανισμός Γεωργικής Επαγγελματικής Εκπαίδευσης Κατάρτισης & Απασχόλησης «ΔΗΜΗΤΡΑ», εποπτευόμενος από το υπουργείο Γεωργίας.

Το είδος του προγράμματος αυτού παρέχει:

σύγχρονη εκπαίδευση και κατάρτιση αγροτών με κατεύθυνση τον αγροτουρισμό ανάλογα με το μορφωτικό τους επίπεδο και την επαγγελματική τους εμπειρία.

Στόχος του προγράμματος είναι η χορήγηση του Πράσινου Πιστοποιητικού. Πιστοποίηση γνώσεων και δεξιοτήτων στην κατεύθυνση του αγροτουρισμού.

Στο πρόγραμμα μπορούν να συμμετέχουν όλοι οι απασχολούμενοι στον αγροτικό χώρο και όλοι όσοι ενδιαφέρονται να εισέλθουν στον αγροτικό χώρο.

## **ΝΟΜΟΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ**

### **Η ΕΝΤΟΝΗ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ ΣΤΗΝ ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ**

Ο σημερινός νομός Θεσσαλονίκης κατοικήθηκε από τα προϊστορικά ακόμη χρόνια . Μετά την ίδρυση της Θεσσαλονίκης η ιστορία της περιοχής ταυτίζεται με την ιστορία της

Ίδιας της πρωτεύουσας του Νομού – μια ιστορία ιδιαίτερα πλούσια και ενδιαφέρουσα και σε επίπεδο αγροτουρισμού .

### **ΟΣΣΑ ,ΤΟ ΠΑΛΑΙΟΤΕΡΟ ΧΩΡΙΟ ΤΗΣ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ**

Η Όσσα είναι χτισμένη στις πλαγιές του Βερτίσκου, σε υψόμετρο 650μ. βορειοανατολικά της Θεσσαλονίκης. Ανήκει στην επαρχία Λαγκαδά (την αρχαία Μυγδονία), χαρακτηρίζεται από τον ιστορικό, το λαογραφικό και τον αρχιτεκτονικό της πλούτο και είναι άλλοτε καταπράσινη και άλλοτε κάτασπρη!

Κάποτε ο πληθυσμός της Όσσας ξεπερνούσε τους 2500 κατοίκους, ενώ σήμερα οι μόνιμοι κάτοικοι είναι μόνο τριακόσιοι και ασχολούνται με τη γεωργία , την κτηνοτροφία και την παραγωγή μήλων, αχλαδιών, βατόμουρων αλλά κυρίως κερασιών.

Ο οικισμός της Όσσας έχει πλούσια λαογραφική συλλογή με φωτογραφίες, γεωργικά εργαλεία, εργαλεία τσαγκαρικής και βυρσοδεψίας , υφαντά ,αντικείμενα καθημερινής χρήσης, φορεσιές και άλλα.

Το χωριό χωρίζεται στην άνω και στην κάτω αγορά .Η άνω αγορά ήταν κάποτε το εμπορικό κέντρο του χωριού .Σήμερα υπάρχουν μόνο δύο παντοπωλεία ,δύο κρεπωλεία ,ένα καφενείο και ένα εργαστήριο αγιογραφίας .Στην κάτω αγορά λειτουργεί ένα καφενείο και απέναντι βρίσκεται το κτίριο όπου στεγάζεται ο πολιτιστικός σύλλογος «Η Αγία Κυράνα» που κάθε Ιούνιο διοργανώνει πολιτιστικές εκδηλώσεις, προτρέποντας τους επισκέπτες να γνωρίσουν τις τοπικές γεύσεις: τα κοκόλικα (μικροί στρογγυλοί κεφτέδες ),τις λαγκίδες (λουκουμάδες) και την Γκόλια πίτα (κολοκυθόπιτα), καθώς και τον τοπικό οίνο.

### **ΤΟ ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΟ ΤΗΣ ΟΣΣΑΣ**

Ο αμπελώνας της Όσσας καταλαμβάνει έκταση 246 στρεμμάτων και είναι μία βιολογική καλλιέργεια. Πρόκειται για τον αμπελώνα του Ανέστη Μπαμπατζιμόπουλου, ο οποίος με πολύ μεράκι καλλιεργεί ποικιλίες ασύρτικο, αθήρι ,μαλαγουζιά, ροδίτη, μοσχάτο, μοσχοφίλερο, ξινόμαυρο, νεγκόσκα, cabernet, syrach, merlot και cabernet sauvignon.

Στην Όσσα οι κάτοικοι καλλιεργούσαν αμπέλια και παρήγαγαν κρασί και τσίπουρο για τις οικογενειακές τους ανάγκες. Στη συνέχεια η αμπελοκαλλιέργεια εγκαταλείφθηκε και η προσπάθεια αναβίωσής της ξεκίνησε το 1974, όταν ο Ανέστης Μπαμπατζιμόπουλος έφτιαξε στις πλαγιές του Βερτίσκου τον πρώτο δοκιμαστικό αμπελώνα («αμπελόπαρκο» όπως το ονόμασε),περίπου 70 στρεμμάτων. Το 1998 ολοκλήρωσε τη φύτευση και σήμερα το οινοποιείο έχει τη δυνατότητα να παράγει κρασί από περίπου 300-400 τόνους σταφύλια. Στο οινοποιείο, σε ειδικά διαμορφωμένες αίθουσες, διοργανώνονται διαλέξεις και σεμινάρια. Στην κάβα λειτουργεί χώρος γευσιγνωσίας ενώ στον προθάλαμό της εκτίθενται κρασιά, εργαλεία χρηστικά για το κρασί, βιβλία μαγειρικής, τυροκομίας και οδηγοί κρασιού.

## **ΚΑΙ Η ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΗ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ ;**

Στην Όσσα μπορεί κανείς να επισκεφτεί την παλιά εκκλησία των Ταξιαρχών. Είναι τρίκλιτη ξυλόστεγη βασιλική του 1804, με ξύλινους κίονες και ξυλόγλυπτο τέμπλο, άμβωνα, δεσποτικό θρόνο και προσκνητάρι. Εδώ βρίσκεται επίσης ο ναός της Αγίας Κυράνας, που μαρτύρησε για τη χριστιανική της πίστη το 1751 επί Τουρκοκρατίας σε φυλακή της Θεσσαλονίκης. Είναι η Αγία της Όσσας και η εικόνα της θεωρείται θαυματουργή.

Πολλά από τα σπίτια του παραδοσιακού οικισμού, κτισμένα όλα πριν από το 1900, με κύρια δόκιμα υλικά την πέτρα και το ξύλο, έχουν πάψει να υπάρχουν, είτε λόγω της φθοράς του χρόνου είτε διότι κατεδαφίστηκαν από τους κληρονόμους των πρώτων ιδιοκτητών, προκειμένου να γίνουν σύγχρονα κτίσματα. Τα εναπομείναντα καταρρέουν ή απειλούνται και αυτά με κατεδάφιση.

Η ποικιλία των τύπων των παραδοσιακών αυτών σπιτιών, σε συνδιασμό με την πολεοδομική τους διάταξη (βρίσκονται το ένα κοντά στο άλλο) δημιουργεί την εικόνα ενός ανοιχτού μνημείου αρχιτεκτονικής. Έτσι, αναπαλαιούμενα τα σπίτια αυτά θα μπορούν να αξιοποιηθούν με τρόπο δημιουργικό. Με τρόπο που θα συμβάλλει όχι μόνο σε αυτή καθαυτή την προβολή τους αλλά και στην προβολή του ίδιου του χωριού.

Θα μπορούσαν σε κάποια από αυτά οι υπηρεσίες του νεοσύστατου Δήμου Βερτίσκου, που σήμερα στεγάζονται στο ισόγειο του σχολείου της Όσσας. Θα μπορούσε να βρει στέγη η Λαογραφική Συλλογή, η οποία δεν λειτουργεί, εφόσον δεν υπάρχει χώρος.

Άλλωστε ο Αγροτουρισμός είναι συνυφασμένος με την παράδοση και τη συνέχεια της μέσα στο χρόνο, όποια μορφή και αν έχει. Ανάμεσα στους στόχους του Αγροτουρισμού, έτσι όπως τους καθορίζει το υπουργείου Γεωργίας είναι και η προβολή και η αξιοποίηση της αρχιτεκτονικής και πολιτιστικής κληρονομιάς.

### **«ΚΕΔΡΟΣ»: ΕΝΑ ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ ΓΙΑ ΦΙΛΟΥΣ**

Διανυκτέρευση σε βαγόني τρένου. Λάμπες θυέλλης και δάδες στους εξωτερικούς χώρους. Νερό ζεσταμένο σε γκιούμι και για θέρμανση ξυλόσομπα. Βόλτα με άλογο και παρέα με τις κότες, τις φραγκόκοτες, τα κουνέλια, ελάφια, τα κατσίκια, τα σκυλιά και τα γατιά.

Αρωματικά φυτά και βότανα, φλαμούρι και ρίγανη, μελλισόχορτο και λουίζα μαζεμένη από το αγρόκτημα που εκτείνεται σε 56 ολόκληρα στρέμματα, ανάμεσα σε χίλιες οκτακόσιες αμυγδαλιές. Μιλάμε για τη μονάδα αγροτουρισμού «Κέρδος» που βρίσκεται 30 χλμ έξω από τη Θεσσαλονίκη, κοντά στο ορεινό παραδοσιακό χωριό Αρδαμέρι, στην πλαγιά του βουνού Γκορνιτσάρα, που είναι κατάφυτο με κέρδους και άγριες αχλαδιές (εξ ου και το όνομα). Είναι χτισμένο σε ύψος 500μ. , έχει θέα στη λίμνη Κορώνεια και κοντά (3χλμ.) βρίσκεται και ο υγροβιότοπος της λίμνης του Αγίου Βασιλείου.

Στο αγρόκτημα υπάρχουν έξι βαγόνια του ΟΣΕ για τη διαμονή σας, με κατάλληλη μόνωση και τις απαραίτητες υδραυλικές εγκαταστάσεις. Για φωτισμό χρησιμοποιούνται λάμπες θυέλλης και κεριά, για θέρμανση ξυλόσομπα και το ζεστό νερό μεταφέρουν τα γκιούμια. Τα βαγόνια χωρίζονται σε δίκλινα, τρίκλινα, τετράκλινα, εξάκλινα και οκτάκλινα, ενώ οι τιμές τους είναι 30, 45, 60, 80 και 90 ευρώ αντίστοιχα.

Στο εστιατόριο σερβίρονται φασολάδα, εξοχικό, κόκορας κρασάτος, τηγανιά στο πήλινο κ.α. ,ενώ μόλις μπει η άνοιξη ανάβουν οι ψησταριές.



Από τη «Γαία», το μαγαζάκι με τα παραδοσιακά προϊόντα, μπορεί κανείς να προμηθευτεί αμυγδαλόμελο, λιαστές ντομάτες, λαδοτύρι, κρασόξυδο, χειροποίητα ζυμαρικά, τραχανά, γλυκά του κουταλιού και μαρμελάδες.

## ΕΛΩ Ο ΧΡΟΝΟΣ ΜΕΤΡΑΕΙ ΑΛΛΙΩΣ

Η ομορφιά της βουνοπλαγιάς, η λίμνη στο βάθος που στραφταλίζει στον ήλιο, ο ήχος του αέρα μέσα από τα δέντρα, οι φωνές των ζώων, όλα συνθέτουν μια συμφωνία που σίγουρα απαλλάσσει από τον κάματο και αλαφραίνει την ψυχή.

Ας δούμε λοιπόν τι μπορεί κανείς να δει, να μάθει και να απολαύσει στον Κέδρο:

Όσοι επισκέπτονται τον «Κέδρο» έχουν τη δυνατότητα να συμμετέχουν στις δουλειές του αγροκτήματος: Να ταιίσουν τα ζώα, να τα περιποιηθούν, να επισκεφτούν το ζωολογικό κήπο στον οποίο φιλοξενούνται με ασφάλεια ελάφια, στρουθοκάμηλοι, φασιανοί και άλλοι εκπρόσωποι του ζωικού βασιλείου που σας περιμένουν να θαυμάσετε την ομορφιά τους.

Μπορούν να μάθουν, επίσης, ιππασία ή, εάν ήδη ξέρουν, να πάρουν ένα από τα δώδεκα άλογα της φυλής: (την Ερατώ, τον Κρόνο, την Αφροδίτη, τον Αποστόλη, την Μπόνα, τον Τζώνη, την Κίρκη, τον Κεραυνό, τη Νεφέλη, τον Άρη, τον Κάστορα, τον Πολυδεύκη και για ιδιαίτερες συγκινήσεις τον κυρ. Μένιο, της γνωστής ράτσας τετραπόδων) τα οποία είναι πρόθυμα να συνοδεύσουν τους αναβάτες τους στη γνωριμία με τις ομορφιές του βουνού, για λίγες ώρες και για μία ολόκληρη μέρα. (1 ώρα 20 Ε, 30 λεπτά με εκπαιδευτή 10 Ε και για μία ολόκληρη μέρα κατόπιν συνεννόησης).

Ένα άλλο πρόγραμμα που μπορούν να ακολουθήσουν οι επισκέπτες του αγροκτήματος είναι το τρίαθλο, που εκτός από τις διαδρομές με άλογο περιλαμβάνει ποδήλατο βουνού (10 ευρώ /ώρα) και ήπια αναρρίχηση ή πεζοπορία στις χαραγμένες διαδρομές του βουνού. Οι τιμές για τις έμφιπες διαδρομές είναι 20 ευρώ η μία ώρα και 45 ευρώ το τρίαθλο το οποίο διαρκεί δύο ώρες.

Μπορείτε επίσης να επιδοθείτε στα αγαπημένα σας σπορ, στο ποδόσφαιρο στα τρία γήπεδα του αγροκτήματος καθώς και στο βόλεϊ και στις ρακέτες σε ξεχωριστό γήπεδο.

Για δύο μέρες την εποχή του φθινοπώρου στον Κέδρο στήνεται τρικούβερτο γλέντι με το μάζεμα των αμυγδάλων, στο οποίο μπορείτε να συμμετέχετε και εσείς. Κάθε που έρχεται ο Σεπτέμβρης, οι 1800 αμυγδαλιές λυγίζουν από τον πλούσιο καρπό (έξι τόνοι κάθε χρόνο). Τα μισά από όσα μαζέψετε είναι δικά σας.

Όσοι θέλετε να είστε φιλοξενούμενοι, σας αρέσει να πίνετε τον καφέ σας πλάι στις παπαρούνες, να αργοπίνετε το κρασάκι σας και να δίνετε μεζέ και στο σκύλο, ε! Τότε όλοι είστε καλοδεχούμενοι στον Κέδρο.

## «ΑΓΝΑΝΤΙ»: ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

«Βαρέθηκα τον γρήγορο ρυθμό,  
τόσον καιρό αυτή η πόλη με σκοτώνει,  
πάμε να κάνουμε σταθμό ,  
κι ούτε οδό ούτε αριθμό ,  
γιατί η ζωή μας η μικρή ξάφνου τελειώνει»

Με αυτούς τους στίχους που μοιάζουν με τραγούδι, ο στιχουργός Γιάννης Γεωργακόπουλος εξηγεί γιατί το 1993 άφησε τη Θεσσαλονίκη και ανέβηκε στο 39ο χιλιόμετρο της οδού Θεσσαλονίκης –Σερρών ,στο χωριό Λευκοχώρι του δήμου Λαχανά. Εκεί αγόρασε τεσσεράμισι στρέμματα γης ,έφτιαξε μια καλύβα για να μείνει και σιγά σιγά άρχισε να ωριμάζει μέσα του η ιδέα να ασχοληθεί με τον αγροτουρισμό.

Πέρασαν τρία χρόνια ,αγόρασε πέντε άλογα και μαζί με τη γυναίκα του ξεκίνησαν την προσπάθεια. Βλέποντας τη στάση του κόσμου απέναντι στη συγκεκριμένη μορφή τουρισμού, αποφάσισαν να προχωρήσουν. Εντάχθηκαν σε προγράμματα αγροτικής ανάπτυξης και αγροτουρισμού και με χρηματοδότηση από τα προγράμματα αυτά, επί τρία χρόνια έχτιζαν, ενώ συγχρόνως δεχόταν κόσμο.

Έφτιαξαν τη φάρμα και τους ξενώνες. Οι ξενώνες είναι χτισμένοι έξω από το αγρόκτημα, σε απόσταση 2 χλμ, στην είσοδο του χωριού Λευκοχώρι. Συνολικά είναι πέντε 30 τ.μ. ,ο καθένας με όλες τις ανέσεις. Διαθέτουν αυτόνομη θέρμανση, μπάνιο, κουζίνα και ψυγείο. Η διακόσμησή τους είναι λιτή και μπορούν να φιλοξενήσουν από δύο ως τέσσερα άτομα. Οι τιμές για το δίκλινο ανέρχονται στα 50 ευρώ και για κάθε επιπλέον άτομο υπάρχει επιβάρυνση 10 ευρώ. Δεν περιλαμβάνεται πρωινό.

Το αγρόκτημα απλώνεται σε μία έκταση εννέα στρεμμάτων και είναι χτισμένο στη θέση Πλατανάκια». Περιλαμβάνει εκτός από το χώρο εστίασης και αναψυχής και την ταβέρνα και τον καφέ. Στην ταβέρνα του αγροκτήματος «Αγνάντι» σερβίρονται μαγειρευτά φαγητά καθώς και ψητά της ώρας .

Σ’ αυτή την έκταση των εννέα στρεμμάτων κτίστηκαν και οι στάβλοι για τα 26 άλογα, που κυρίως προέρχονται από ελληνικές φυλές, ενώ ορισμένα είναι ημίαιμα, και προστέθηκαν και άλλες δραστηριότητες για μικρούς και μεγάλους.

Τα 26 άλογα είναι στη διάθεση όλων όσων επιθυμούν να ζήσουν την εμπειρία της ιππασίας. Οι μικροί στην ηλικία αναβάτες, 6 ετών, πάνω σε ήσυχα άλογα, μπορούν να πάρουν τα πρώτα τους μαθήματα σε ένα μικρό στίβο. Διάρκει 10 λεπτά και κοστίζει 3 ευρώ.

Τα παιδιά από 11 έως 15 ετών μαθαίνουν κάνοντας τη διαδρομή μέχρι την όμορφη λίμνη, γνωστή ως «λιμνούλα» ,με τα βατράχια και τα ψάρια της .Ακόμα μπορούν να πάνε μέχρι την κορυφή του υψώματος του Αϊ Γιώργη ,από όπου η θέα είναι εκπληκτική. Διάρκει μία ώρα και κοστίζει 20 ευρώ.

Για τους ενήλικες, αλλά και τα μεγάλα παιδιά των 16-18 ετών, η εξοικείωση με το άλογο ξεκινά με τη διαδρομή μέχρι το δάσος και τα πεύκα. Μια άλλη διαδρομή φτάνει μέχρι το «Γερμανικό» και επιστρέφει μέσα από το πευκοδάσος. Διάρκει δύο ώρες και κοστίζει 30 ευρώ. Η διαδρομή των τριών ωρών φτάνει μέχρι τα «Μελανθιώτικα» και κοστίζει 40 ευρώ, ενώ οργανώνονται ημερήσιες εκδρομές των πέντε και έξι ωρών διαφορετικής δυσκολίας και απόστασης κατόπιν συνεννοήσεως. Στις παραπάνω τιμές ισχύει έκπτωση 25% τις καθημερινές.

Σε ειδικά διαμορφωμένους υπαίθριους χώρους, επίσης, μπορεί κανείς να δοκιμάσει τοξοβολία και σκοποβολή με αεροβόλο όπλο. Αν πρόκειται εδώ να κάνετε τα πρώτα σας βήματα,

κάποιος θα είναι μαζί σας για να σας κατευθύνει. Η τοξοβολία κοστίζει 30 ευρώ την ώρα, ενώ για πέντε βολές σκοποβολής πληρώνει κανείς δύο ευρώ.

Με προγράμματα πεζοπορίας έχετε την ευκαιρία να γνωρίσετε την περιοχή, περνώντας μέσα από δένδρα, ρεματιές και ανηφορίζοντας σε πευκόφυτες πλαγιές, ενώ οι γύρω βουνοπλαγιές σας περιμένουν για τις ορθοπεταλιές σας με τα ποδήλατα βουνού .

Τέλος, στο αγρόκτημα υπάρχει παιδική χαρά για τα παιδιά που δεν θέλουν, παρά μόνο να παίξουν, καθώς και χώρος με οικόσιτα ζώα, όπως κόττες, κουνέλια, κατσίκες, χήνες, γάτες κ.α. που αν θέλετε μπορείτε να τα ταΐσετε.

Το «Αγνάντι» δέχεται οργανωμένες επισκέψεις μαθητών, κατά τη διάρκεια των οποίων οι μαθητές έρχονται σε επαφή με τη φύση και τα ζώα και μπορούν να ασχοληθούν με ασφάλεια με την ιππασία, την τοξοβολία ή τη σκοποβολή. Το ελάχιστο κόστος για μία σχολική επίσκεψη είναι πέντε ευρώ ανά μαθητή και περιλαμβάνει ενημέρωση για την περιοχή και τα άλογα, την ιππασία, τοξοβολία και τη σκοποβολή.

Σήμερα το κτήμα «Αγνάντι» προσφέρει άνεση, ψυχαγωγία, δράση, κίνηση και ανανέωση κοντά στη φύση σε όσους ψάχνουν για εναλλακτικές λύσεις διακοπών.

## **Ο ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΑΓΙΟΥ ΑΝΤΩΝΙΟΥ**

Ο Γυναικείος Συνεταιρισμός Αγίου Αντωνίου, ο πρώτος του νομού, ιδρύθηκε το 1999. Αποτελείται από 14 ενεργά μέλη. Ο Άγιος Αντώνιος είναι ορεινό χωριό, σε υψόμετρο 220 μ., στο δήμο Βασιλικών. Όταν περιορίστηκαν οι δουλειές στα χωράφια, μια ομάδα γυναικών αποφάσισε να δημιουργήσει ένα συνεταιρισμό. Η προσπάθειά τους στηρίχθηκε από το πρόγραμμα Νέων Ελεύθερων Επαγγελματιών που υλοποίησε ο ΟΑΕΔ στο πλαίσιο της κοινοτικής πρωτοβουλίας «Απασχόληση» άξονας NOW. Επίσης, στηρίχθηκε-συμβουλευτικά –με προγράμματα κατάρτισης από την αναπτυξιακή εταιρεία «ΑΝΑΤΟΛΙΚΗ», το υπ. Γεωργίας, την Αμερικανική Γεωργική Σχολή και το ΚΕ.ΘΙ

Οι γυναίκες παρασκευάζουν φύλλα πίτας (πεκέρ), ιβριστό και συρόν (ποντιακές λιχουδιές, προψημένα ζυμαρικά με χειροποίητα φύλλα ψημένα στο τζάκι), ζυμαρικά, γλυκά του κουταλιού και μαρμελάδες. Το φύλλο είναι φτιαγμένο από σκληρό αλεύρι, αλάτι και νερό, δεν περιέχει συντηρητικά και διατηρείται για ένα χρόνο. Στο πλαίσιο των Ολοκληρωμένων Προγραμμάτων Ανάπτυξης Αγροτικού Χώρου (Ο. Π.Α.Α.Χ) του ΠΕΠ Κ. Μακεδονίας, έχει εγκριθεί επενδυτικό σχέδιο για μετεγκατάσταση και εκσυγχρονισμό της μονάδας παραγωγής.

## Ο ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΚΑΛΑΜΩΤΟΥ

«Η Κυψέλη» ιδρύθηκε τον Ιούνιο του 2001 και έχει οκτώ μέλη, όλα τους ενεργά. Η ομάδα, που αποτελείται από τη Μαρία Δουμπρή-πρόεδρο του συνεταιρισμού-, την Άννα, την Αφεντούλα, τη Γιώτα, τη Δέσποινα, τη Λεμονιά, τη Μαρίκα και τη Σταυρούλα υπήρχε ήδη από τον Πολιτιστικό Σύλλογο του Καλαμωτού. Η αγάπη τους για την παράδοση και τα παραδοσιακά προϊόντα, η ανάγκη τους για ανεξαρτησία, αλλά και για αύξηση του οικογενειακού τους εισοδήματος, τις ώθησε στην ίδρυση του συνεταιρισμού «Η Κυψέλη».

Ξεσκόνισαν λοιπόν τις συνταγές από τις γιαγιάδες τους και φτιάχνουν ζυμαρικά (χυλοπίτες, γιουφκάδες, μακαρίνα, τραχανά γλυκό, ξινό και νηστίσιμο, ιβριστό, φύλλα για πίτα πεκέρ), παραδοσιακές χειροποίητες πίτες(τυρόπιτες, σπανακοτυρόπιτες, πρασόπιτες, κολοκυθόπιτες και κρεμόπιτες), γλυκά του κουταλιού (βατόμουρο, λεμόνι, νεράντζι, πορτοκάλι, κεράσι, σύκο κ.α), μαρμελάδες(ίδιες γεύσεις με τα γλυκά), τουρσί και λικέρ (τριαντάφυλλο, βατόμουρο, δυόσμο, κεράσι, μανταρίνι, βερίκοκο).

Ειδικότητα τους είναι οι πίτες για τις οποίες χρησιμοποιούν αγνές πρώτες ύλες (αγνό παρθένο ελαιόλαδο, τυρί φέτα, αλεύρι κ.α)

Το νεώτερο μέλος είναι η Άννα, η οποία έχει και δύο μικρά παιδιά. Οι υπόλοιπες έχουν μεγάλα παιδιά και λιγότερες υποχρεώσεις, με αποτελέσματα να έχουν αρκετό χρόνο στη διάθεσή τους για να αφιερωθούν στο συνεταιρισμό. Πρόσφατα εντάχθηκε στο Ολοκληρωμένο Πρόγραμμα Ανάπτυξης Αγροτικού Χώρου (Ο.Π.Π.Α.Χ) του ορεινού όγκου Χολομώντα. Και άλλες γυναίκες του χωριού ενδιαφέρονται να γίνουν μέλη τους, αλλά θέλουν πρώτα να σταθεροποιηθεί και να εξοπλιστεί καλύτερα.

Τα προϊόντα του γυναικείου συνεταιρισμού Καλαμωτού διατίθενται σε σούπερ μάρκετ, σε μαγαζιά με παραδοσιακά προϊόντα, σε πρατήρια άρτου και σε μανάβικα, στο νομό Θεσσαλονίκης (Ασπροβάλτα, Σταυρός, Λαγκαδά, Άγιος Πρόδρομος)και στην πόλη της Θεσσαλονίκης.

Το μεροκάματο των οκτώ γυναικών βγαίνει με πολύ μεγάλη δυσκολία. Παρ'όλα αυτά, με πολύ μεράκι και αγάπη συνεχίζουν να παρασκευάζουν χειροποίητα παραδοσιακά προϊόντα, ελπίζοντας σε ένα καλύτερο αύριο. Ο συνεταιρισμός απέχει 60 χιλιόμετρα από τη Θεσσαλονίκη και 610 χιλιόμετρα από την Αθήνα.

## **ΝΟΜΟΣ ΣΕΡΡΩΝ**

### **Ο ΤΟΠΟΣ ΟΠΟΥ Η ΦΥΣΗ ΓΙΟΡΤΑΖΕΙ**

Κυρίαρχο στοιχείο του νομού Σερρών είναι η απέραντη εύφορη πεδιάδα του που περικλείεται από δασώδεις οροσειρές δημιουργώντας ένα πανέμορφο φυσικό περιβάλλον. Ο σημαντικότερος υδροβιότοπος της περιοχής είναι αυτός της λίμνης Κερκίνης, που δημιουργήθηκε από την τεχνική επέμβαση του ανθρώπου στον ποταμό Στρυμόνα.

### **ΚΕΡΚΙΝΗ – Η ΛΙΜΝΗ ΠΟΥ ΔΕΝ ΞΕΧΝΙΕΤΑΙ !**

Η λίμνη Κερκίνη βρίσκεται στο βορειοδυτικό τμήμα του νομού Σερρών και αποτελεί έναν από τους έντεκα Υδροβιότοπους Διεθνούς Σημασίας της συνθήκης Ραμσάρ, από την οποία προστατεύεται, τόσο από τη ρύπανση, όσο και από τις παράνομες ανθρώπινες δραστηριότητες (λαθροουλοτομία, παράνομη αλιεία, παράνομο κυνήγι), από τις ανεξέλεγκτες επισκέψεις στα πουλιά, με αρνητικές επιπτώσεις στη βιωσιμότητα τους. Όμως καμία συνθήκη και κανένας νόμος δεν μπορούν να αποδώσουν στο βαθμό που αποδίδει η ανθρώπινη συμπεριφορά με ευαισθησία, φροντίδα και δράση.

Δημιουργήθηκε το 1932 από τον άνθρωπο, με την κατασκευή ενός φράγματος στον ποταμό Στρυμόνα, κοντά στο χωριό Λιθότοπος και δύο αναχωμάτων στην ανατολική και στη δυτική πλευρά της.

Η λίμνη Κερκίνη έχει σχήμα «αχλαδιού», με κορυφή το φράγμα στο χωριό Λιθότοπος. Το μέγιστο μήκος της είναι περίπου 15 χιλιόμετρα, το μέγιστο πλάτος της 8,5 χιλιόμετρα, ενώ το βάθος της κυμαίνεται από 1 έως 10 μέτρα.

Είναι ένας από τους 196 σημαντικούς τόπους για τα 200 είδη πουλιών, 58 είδη θηλαστικών, 12 είδη αμφιβίων, 22 είδη ερπετών, 31 είδη ψαριών της Ελλάδας και περιοχή ειδικής προστασίας.

Αργυροπελεκάνοι και ροδοπελεκάνοι, αργυροτσικνιάδες και σταχτοτσικνιάδες, φλαμίνγκο, ψαριαετοί, κυνηγόπαπιες, κορμοράνους, φαλαρίδες, χουλιαριμήτες και χαλκόκοτες είναι μερικοί από τους κατοίκους της. Έχει λύκους, βίδρες, σκαντζόχοιρους, βατράχια, φίδια και ασβούς... πλάσματα που κατέφυγαν εκεί για να ξεκουραστούν, να αναπαραχθούν και να γλιτώσουν από τον άνθρωπο.

Επίσης στην περιοχή της λίμνης ζει ο μεγαλύτερος πληθυσμός νεροβουβάλων στην Ελλάδα (γύρω στους 700). Ανήκουν σε πέντε κτηνοτρόφους, οι οποίοι επιδοτούνται για να συντηρούν αυτό το σπάνιο είδος. Θα τα συναντήσει κανείς στην είσοδο του Στρυμόνα, στην πλευρά του ανατολικού αναχώματος.

Πως θα νιώθατε, λοιπόν, παρακολουθώντας όλη αυτή την ομορφιά, ενώ η βάρκα σας διασχίζει αθόρυβα ένα χαλί από χιλιάδες νούφαρα; Ελάτε λοιπόν στην Κερκίνη, στο θαυμαστό κόσμο αυτής της πανέμορφης λίμνης για να ξεκουραστείτε, να απολαύσετε, να μάθετε, να σεβαστείτε, να προβληματιστείτε, επιστρέφοντας στην καθημερινότητα σας με την απόφαση να δράσετε. Γιατί θα σας νοιάζει να διατηρηθεί αυτός ο τόπος, όπου η ζωή παλεύει να παραμείνει... ζωντανή όχι μόνο για τον εαυτό της, αλλά και για την ανθρώπινη συνέχεια !

## Η ΠΡΩΤΗ ΟΙΚΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΗ ΜΟΝΑΔΑ ΣΤΟ ΝΟΜΟ ΣΕΡΡΩΝ

Το 1996 δύο νέοι άνθρωποι από το χωριό Κερκίνη ένωσαν το «πρέπει» με την αγάπη τους για τη λίμνη και ίδρυσαν τον Περιηγητικό Σύλλογο Κερκίνης. Με την επίσημη άδεια λειτουργίας από το ΥΠΕΧΩΔΕ και στο πλαίσιο της Κοινοτικής Πρωτοβουλίας «Απασχόληση -NOW», ξεκίνησαν οι προσπάθειες για την προστασία της λίμνης. Με προσωπική δουλειά στήθηκε ένα μικρό οίκημα, που σήμερα αποτελεί τον πυρήνα του συγκροτήματος του Περιηγητικού Οικολογικού Κέντρου Κερκίνης – Μπέλες.

Πρόκειται για την πρώτη οικοτουριστική μονάδα στο νομό Σερρών, που απέχει 115 χιλιόμετρα από τη Θεσσαλονίκη και 665 χιλιόμετρα από την Αθήνα. Το Οικολογικό Κέντρο αποτελείται από το συγκρότημα παραδοσιακών διαμερισμάτων με μπαρ και εστιατόριο και δυνατότητα φιλοξενίας μέχρι 50 ατόμων.

Διαθέτει δώδεκα δωμάτια και πέντε μικρά διαμερίσματα. Η διακόσμηση σε κάθε δωμάτιο είναι διαφορετική, οι τοίχοι είναι ζωγραφισμένοι –τα θέματα έχουν σχέση με την Κερκίνη και τη λίμνη- και όλα έχουν κεντρική θέρμανση, μπάνιο, τηλεόραση και κουζίνακι. Έξι από τα δωμάτια διαθέτουν τζάκι. Τα διαμερίσματα μπορούν να φιλοξενήσουν από δύο έως τέσσερα άτομα και έχουν τζάκι, κεντρική θέρμανση, μπάνιο, τηλεόραση και κουζίνακι.

Οι τιμές για τα απλά δωμάτια (χωρίς τζάκι) κυμαίνονται γύρω στα 65ευρώ, με πρωινό. Τα δωμάτια με τζάκι κοστίζουν 80 ευρώ, με πρωινό, όπως και τα μικρά διαμερίσματα για τα δύο άτομα.

Το εστιατόριο του «Οικοπεριηγητή» σερβίρει μόνο φαγητά μαγειρεμένα σε παραδοσιακό φούρνο με ξύλα. Μερικά από τα εδέσματα που μπορείτε να δοκιμάσετε είναι: βουβάλι μαγειρεμένο στη γάστρα, κότσι στη γάστρα, χοιρινό κρασάτο, σουτζουκάκια σμυρναίικα, σουπες (κοτόσουπα, χορτόσουπα, βραστό) κ.α.

Ο «Οικοπεριηγητής» δραστηριοποιείται στην περιήγηση της λίμνης με κανό, με ποδήλατο βουνού, με τετρακίνητα οχήματα, ή με πόδια. Αποτελεί μία από τις πρώτες σχολές περιβαλλοντικής εκπαίδευσης και δέχεται διάφορες ομάδες τουριστών, σχολεία και φοιτητές που ενημερώνονται από βιντεοκασέτες, διαφάνειες και την αφήγηση του ιδιοκτήτη Γιάννη Ρέκλου για τη λίμνη της Κερκίνης και τη σημασία της ως υγροβιότοπου.

Μετά την ενημέρωση αυτή, σε ειδική αίθουσα, είστε πλέον έτοιμοι να ξεκινήσετε τις εξορμήσεις σας, οι οποίες περιλαμβάνουν :

- **Παρατήρηση από τη στεριά:** εξοπλισμένοι με κιάλια, τηλεσκόπια και παγούρια ξεκινάτε τη πεζοπορία σας για την παρατήρηση των πουλιών.
- **Οδική ξενάγηση:** με αυτοκίνητα 4x4 και εξοπλισμένοι με κιάλια, τηλεσκόπια και όλα τα σχετικά για το γύρο της λίμνης και την παρακολούθηση των πουλιών.
- **Περιήγηση στη λίμνη με κανό ή βάρκα:** εξοπλισμένοι με κιάλια, βιντεοκάμερες και φωτογραφικές μηχανές, βόλτα στις καλαμιές και τα νούφαρα (φθινόπωρο και χειμώνα) ή στο παρυδάτιο δάσος (άνοιξη και καλοκαίρι), και αίσθηση μοναδική στη λαμπερή επιφάνεια της λίμνης.
- **Κατασκήνωση για παιδιά και νέους:** περιβαλλοντική ενημέρωση, περιήγηση στη λίμνη, τοξοβολία, αναρρίχηση, ποδηλασία, πεζοπορία, διανυκτερεύσεις σε σκηνές, αναμνηστικά και μετά τα παιδιά θα έχουν αναμνήσεις που θα κρατήσουν χρόνια και χρόνια.
- **Ορεινή πεζοπορία :** στο Μπέλες.
- **Ποδηλατικές εκδρομές :** με ποδήλατα βουνού φυσικά, 40 χλμ ή 80 χλμ, και ο καθείς μετράει τις αντοχές του.

- **Εκδρομές με αυτοκίνητα 4 x 4** :για 2 ή 3 και 4 ημέρες, για πολλά χιλιόμετρα αλλά... στα ξεκούραστα!
- **Περιβαλλοντική εκπαίδευση για παιδιά** :για να μάθουν τα παιδιά πως να προστατεύουν το μέλλον τους.

Τα προγράμματα του Κέντρου μπορεί να τα παρακολουθήσει είτε ομάδα επισκεπτών μέχρι 50 άτομα είτε ένας μόνος επισκέπτης. Σε όλες τις δραστηριότητες του «Οικοπεριηγητής» υπάρχουν εκπαιδευμένοι συνοδοί ασφαλείας (σωσίβια) και όλα όσα εξασφαλίζουν την απρόσκοπτη εξέλιξη του προγράμματος ή την άμεση αντιμετώπιση οποιουδήποτε προβλήματος.

*«Δεν είναι τι βλέπεις και τι ακούς μέσα στη λίμνη. Είναι τι αισθάνεσαι. Και αυτό δεν θέλω να το αφήσω να χαθεί!»*

λγει κάποιος από τους επισκέπτες της λίμνης. Και κάποιος άλλος :

*«Ένας αξέχαστος τόπος, μία μοναδική εμπειρία ή πλεύση στη λίμνη. Ο καλύτερος τρόπος να καταλάβει το οικοσύστημα και πόσο πρέπει να το σέβεται ο άνθρωπος !»*

Είναι προφανές πως η λίμνη μαγεύει. Γνωρίστε τη, σεβαστείτε την, αφεθείτε στη μαγεία της !

## Ο ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ ΒΙΓΛΑΤΟΡΑΣ

Ο ξενώνας «Βιγλάτορας» βρίσκεται στα Άνω Πορόια , στους πρόποδες του όρους Μπέλες , και λειτουργεί εδώ και τρία χρόνια .

Αποτελείτε από δύο κτίρια: το σπίτι, όπου υπάρχουν οι χώροι υποδοχής και η αίθουσα πρωινού , που χρονολογείται στον περασμένο αιώνα , και το κτίσμα με τα υπνοδωμάτια , το οποίο αποτελεί πιστό αντίγραφο παλιού αρχοντικού του χωριού. Χάρη σε αυτό ο Στέργιος Καλέσης – ιδιοκτήτης- κατάφερε να ενταχθεί σε πρόγραμμα αγροτουρισμού του Υπ. Γεωργίας. Για την κατασκευή του έχουν χρησιμοποιηθεί πέτρα και ξύλο , ενώ στον εσωτερικό χώρο υπάρχουν πολλές αντίκες και άλλα αντικείμενα που αφορούν στην ιστορία του χωριού.

Ο ξενώνας έχει έξι δωμάτια: δύο δίκλινα , δύο σουίτες τρίκλινες και δύο πολυτελή ιδιαίτερα ευρύχωρα. Το πάτωμα τους είναι ξύλινο , η διακόσμησή τους διαφορετική , ενώ όλα διαθέτουν τηλεόραση , ψυγείο και κουζίνα. Το πρωινό είναι παραδοσιακό , με σπιτικές μαρμελάδες (κάθε μέρα και διαφορετική γεύση) , πίτες , γλυκά , αυγά και χυμό. Οι τιμές των δωματίων κυμαίνονται γύρω στα 70 ευρώ για τα δίκλινα δωμάτια , στα 108 ευρώ για τις σουίτες , και στα 88 ευρώ για τα πολυτελή συμπεριλαμβανόμενου και του πρωινού.

Ο «Βιγλάτορας» απέχει από τη Θεσσαλονίκη 103 χιλιόμετρα και από την Αθήνα 653 χιλιόμετρα . Οι δραστηριότητές του είναι οι ακόλουθες:

Περιήγηση με άλογο στα εκπληκτικά μονοπάτια του βουνού Μπέλες. Ο Νίκος Βαρκάς αναλαμβάνει να σας ξεναγήσει στην πανέμορφη περιοχή. Οι διαδρομές ξεκινούν από τα 400 μέτρα και φτάνουν μέχρι την κορυφογραμμή του όρους , στα 2000 μέτρα. Στα 1100 μέτρα , στην κοιλάδα Μαβίγκιοι , υπάρχει μια καλύβα – καταφύγιο, όπου μπορούν να φιλοξενηθούν μέχρι και 12 άτομα . Μια από τις πολύ ενδιαφέρουσες διαδρομές είναι η διήμερη εκδρομή , η οποία περιλαμβάνει βόλτα , διανυκτέρευση στην καλύβα , φαγητό και ποτό κοστίζει 80 ευρώ . Η μισή ώρα χρεώνεται 7 ευρώ , η μιάμιση ώρα 15 ευρώ , το τετράωρο 25 ευρώ , ενώ η μονοήμερη εκδρομή με φαγητό και ποτό 40 ευρώ .

## ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ « ΖΙΩΓΑ »

Το 1992 ο Απόστολος και η Φωτεινή αποφάσισαν να εγκαταλείψουν την πόλη και να ζήσουν στο Λευκοχώρι , 44 χιλιόμετρα από τη Θεσσαλονίκη . εντάχθηκαν στο πρόγραμμα Leader II και το 1996 δημιούργησαν το αγρόκτημα τους (40 στρέμματα) το οποίο περιλαμβάνει δύο μονάδες.

Στη μια προωθείται ο αγροτουρισμός – οι επισκέπτες έχουν τη δυνατότητα να συμμετάσχουν σε κτηνοτροφικές εργασίες – και στην άλλη ασχολούνται με την αναπαραγωγή αλόγων. Εκεί εκτρέφονται συνολικά 30 άλογα.

Οι δραστηριότητες για τους επισκέπτες αφορούν την ιππασία. Μία ώρα ιππασία κοστίζει 12 με 15 ευρώ, δύο ώρες 20 ευρώ, ενώ η μονοήμερη εκδρομή μέχρι τη Δορκάδα στοιχίζει 50 ευρώ.

Στα 2 χλμ από το αγρόκτημα υπάρχει το Εστιατόριο 40 που σερβίρει παραδοσιακό φαγητό. Βρίσκεται στο 40ο χλμ Θεσσαλονίκης –Σερρών, (έξω από την Δορκάδα).

## ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΦΥΛΛΙΔΑΣ

Ο Γυναικείος Συνεταιρισμός Φυλλίδας ιδρύθηκε τον Ιούνιο του 1997 και εδρεύει στη Νέα Ζίγη, όταν δεκαπέντε γυναίκες της επαρχίας Φυλλίδος παρακολούθησαν ένα σεμινάριο αγροτουρισμού που οργανώθηκε από το ΚΕΚ ΔΗΜΗΤΡΑ.

Σκοπός του συνεταιρισμού είναι η οικονομική, κοινωνική και πολιτιστική ανάπτυξη των μελών του μέσω της από κοινού προώθησης δραστηριοτήτων. Σε αυτές συμπεριλαμβάνονται η ίδρυση και η λειτουργία αγροτουριστικών μονάδων και καταλυμάτων, καθώς και η παραγωγή, η τυποποίηση, η προβολή, η αξιοποίηση και η πώληση των προϊόντων της, οικιακής οικονομίας και της οικοτεχνίας των μελών του. Επιπλέον, ο συνεταιρισμός έχει αναλάβει την αγροτουριστική αξιοποίηση του χώρου και των εγκαταστάσεων της κατασκήνωσης Αλιστράτη.

Σήμερα, ο συνεταιρισμός έχει 34 μέλη, τα οποία δραστηριοποιούνται στην ολοκλήρωση των ξενώνων στην Αλιστράτη, τη διαμόρφωση εργαστηρίου για την παρασκευή παραδοσιακών ζυμαρικών και γλυκών και την προβολή και την προώθηση των υπηρεσιών και των προϊόντων τους.

Στο εργαστήριό τους οι γυναίκες παρασκευάζουν παραδοσιακά προϊόντα όπως γλυκά του κουταλιού, μαρμελάδες, λικέρ, βυσσινάδα, κερασάδα, πίτες, χυλόπιτες (γιοφκά), τραχανά ξινό και μέλι ανθέων.

Ο ξενώνας αποτελείται από 12 επιπλωμένα δωμάτια, τα οποία βρίσκονται πάνω σε ένα λόφο με θέα σε ένα δασύλιο της περιοχής. Τα δωμάτια διαθέτουν κεντρική θέρμανση, κουζίνα με ψυγείο, αυτόνομο μπαλκόνι με θέα, μπάνιο με παράθυρο, ενώ τα δύο έχουν σαλόνι. Σερβίρεται παραδοσιακό πρωινό που περιλαμβάνει αβγά, σπιτικά γλυκίσματα και πίτες. Το μεσημέρι σερβίρεται μαγειρευτό φαγητό.

Υπάρχει πάρκινγκ.

Τιμές :μονόκλινο 30 ευρώ, δίκλινο 40 ευρώ, τρίκλινο 50 ευρώ και δωμάτιο με σαλόνι 60 ευρώ. Το πρωινό κοστίζει 3 ευρώ το άτομο και το γεύμα 9 ευρώ το άτομο.

Ο συνεταιρισμός συνεργάζεται με ένα τοπικό γραφείο και διοργανώνει δραστηριότητες, όπως ράφτιγκ, κανό, ορειβασία και σκι.



## ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΠΟΡΟΪΩΝ

Το 1999 δημιουργήθηκε ο Αγροτουριστικός –Βιοτεχνικός Συνεταιρισμός Γυναικών Ποροΐων Σερρών με σκοπό τη διατήρηση, την προβολή και την αξιοποίηση των τοπικών παραδοσιακών ασχολιών, καθώς και τη δυνατότητα μετατροπής τους σε πηγές συμπληρωματικού εισοδήματος για τις γυναίκες της περιοχής.

Αρχικά είχε ενταχθεί σε προγράμματα αγροτουρισμού του άξονα NOW, που υλοποιείται από τον Τομέα Αγροτικής Οικονομίας της Γεωπονικής Σχολής του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης.

Ο συνεταιρισμός έχει 20 ενεργά μέλη, τα οποία δραστηριοποιούνται στην παραγωγή, την επεξεργασία και την πώληση τοπικών παραδοσιακών προϊόντων, όπως σπιτικές μαρμελάδες, λικέρ, τουρσιά, παραδοσιακά ζυμαρικά, πίτες, γλυκά, του κουταλιού και του ταψιού, τυροκομικά προϊόντα και αρωματικά φυτά από το Μπέλες.

Για την Παρασκευή των προϊόντων τους χρησιμοποιούν αγνά υλικά, τα περισσότερα από τα οποία προσφέρει η φύση, ενώ οι συνταγές τους βασίζονται σε εκείνες των γιαγιάδων τους.

Απώτερος στόχος των γυναικών του συνεταιρισμού είναι να αποκτήσουν δική τους στέγη, να συνεχίσουν όλες τις δραστηριότητες και να διατηρήσουν τον παραδοσιακό χαρακτήρα των Άνω Ποροΐων, της έδρας του συνεταιρισμού που απέχει 104 χλμ από την Αθήνα .

## **ΝΟΜΟΣ ΗΜΑΘΙΑΣ**

### **ΜΕ ΑΞΟΝΑ ΤΟ ΚΡΑΣΙ**

Η Ημαθία συνορεύει με τους νομούς Πέλλας, Θεσσαλονίκης, Πιερίας, Κοζάνης, ενώ ανατολικά βρέχεται από το Θερμαϊκό Κόλπο. Οι πρώτες ενδείξεις ανθρώπινης παρουσίας στο νομό ανάγονται στην αρχαιότερη νεολιθική περίοδο (6700-5800 π.Χ).

Οι εύφορες πεδινές εκτάσεις –τμήμα της μεγάλης μακεδονικής πεδιάδας -, οι δεντρόφυτοι ορεινοί όγκοι του Βερμίου και των Πιερίων ,τα άφθονα τρεχούμενα νερά συνθέτουν σε γενικές γραμμές το φυσικό ανάγλυφο της περιοχής, που είναι γνωστή για τα αγροτικά προϊόντα της. Οι σημαντικοί αρχαιολογικοί χώροι – Βεργίνα, Λευκάδια, Νεα Νικομήδεια κ.α. –και τα αξιόλογα μνημεία των Νεότερων Χρόνων, τα ιερά προσκυνήματα – μονή Παναγίας Σουμελά κ.ά.- ,οι ενδιαφέροντας οικισμοί, η αξιοσημείωτη τουριστική κίνηση κατά τους χειμερινούς μήνες (ορειβατικά καταφύγια και χιονοδρομικά κέντρα Βερμίου) συμπληρώνουν την εικόνα του νομού.

Πρωτεύουσα του νομού είναι η Βέροια, που είναι χτισμένη στους πρόποδες του Βερμίου, σε περιοχή που κατοικούνταν από τους Προϊστορικούς Χρόνους. Η Βέροια είναι σήμερα μια πλούσια και σύγχρονη πόλη, κέντρο βιομηχανικής επεξεργασίας των άφθονων γεωργοκτηνοτροφικών προϊόντων της περιοχής.

Η μεγαλύτερη μετά την πρωτεύουσα πόλη του νομού, η Νάουσα, είναι χτισμένη στις ανατολικές υπώριες του Βερμίου, σε υψόμετρο 360 μ, με πολύ πράσινο και άφθονα πηγαία νερά – τη διαρρέει ο ποταμός Αράπιτσα.

Κοντά στη Νάουσα βρίσκονταν πιθανότατα η αρχαία πόλη Μιέζα ή Μέστα, ενώ στη θέση «Ισβόρα» βρισκόταν η σχολή του Αριστοτέλη (Νυμφαίο) όπου ο μεγάλος Στρατηγίτης φιλόσοφος δίδαξε στο νεαρό Αλέξανδρο φιλοσοφία, τέχνες και μαθηματικά. Η ιστορία της Νάουσας φαίνεται πως αρχίζει στα τέλη του 14 ου αιώνα.

Η σύγχρονη Νάουσα, ακμαίο βιομηχανικό και γεωργικό κέντρο, φημίζεται για το κρασί (Διεθνής Πόλη Αμπέλου και Οίνου), τα φρούτα, το καρναβάλι και τους καταρράκτες της, διατηρεί δε σε μεγάλο βαθμό την παραδοσιακή αρχιτεκτονική της .

### **ΟΙ «ΔΡΟΜΟΙ ΤΟΥ ΚΡΑΣΙΟΥ»**

Οι «δρόμοι του κρασιού», εμπνευστής των οποίων είναι ο κ. Γιάννης Μπουτάρης , είναι ουσιαστικά οκτώ διαδρομές με άξονα το κρασί που οδηγούν από τον Όλυμπο στη Θεσσαλονίκη και τη Χαλκιδική ως το Αμύνταιο και τη Θράκη. Οι διαδρομές δεν περιλαμβάνουν μόνο τους αμπελώνες και τα οινοποιεία όπου ξεναγούνται οι επισκέπτες, αλλά υποδεικνύονται επίσης τοποθεσίες με μοναδική θέα, αρχαιολογικοί χώροι, εκκλησίες, μοναστήρια, μουσεία, κτίρια, με πολιτιστικό ενδιαφέρον, η τοπική γαστρονομία, αλλά και η ποιοτική φιλοξενία. Με αυτό τον τρόπο προσφέρεται ένα ολοκληρωμένο αγροτουριστικό προϊόν.

## **ΝΟΜΟΣ ΠΙΕΡΙΑΣ**

### **ΚΑΤΩ ΑΠΟ ΤΗ ΣΚΙΑ ΤΟΥ ΟΛΥΜΠΟΥ**

Πόσες και πόσες φορές, οδηγώντας στην εθνική οδό έξω από το Λιτόχωρο, δεν κοιτάξαμε με δέος τον επιβλητικό όγκο του Ολύμπου, φέρνοντας στο μυαλό μας χιόνια, σχοινιά, επικίνδυνα περάσματα στον πάγο και κοπιαστικές τεχνικές αναρρίχησης! Και συνεχίζαμε το δρόμο μας ... και όμως ο καθένας μπορεί να απολαύσει τις χαρές του βουνού ανεξάρτητα από φυσική κατάσταση, ηλικία ή μεταφορικό μέσο.

Το εγχείρημα «Όλυμπος» είναι εύκολο κατά τους καλοκαιρινούς μήνες, από την πλευρά του Λιτόχωρου, που απέχει μόνο πέντε χιλιόμετρα από την εθνική οδό. Από εκεί ξεκινά ένας δρόμος μήκους 18 χιλιομέτρων, που σταματά σε υψόμετρο 1100 μέτρων, στην περιοχή Πριόνια. Κατά μήκος της διαδρομής, η φυσιογνωμία του τοπίου αλλάζει απότομα. Από ψηλά η θέα της θάλασσας και των χωραφιών του κάμπου είναι εντυπωσιακή, ενώ, όταν ο καιρός είναι βορινός, φαίνεται μέχρι και η Θεσσαλονίκη, στην απέναντι πλευρά του Θερμαϊκού κόλπου.

Οι περισσότεροι επισκέπτες, μόλις φτάνουν στα Πριόνια, εντυπωσιάζονται από τις κοφτερές κορυφές, τα χρώματα, τα πανύψηλα δέντρα, τα τρεχούμενα νερά και τους ήχους από τα τροκάνια των αλόγων. Όσοι έχουν προβλέψει να φορέσουν τα κατάλληλα παπούτσια αξίζει να περπατήσουν λίγο, όσο το επιτρέπουν οι δυνάμεις τους, μέσα στο πυκνό δάσος, για να απολαύσουν την πλούσια βλάστηση και πιθανόν να δουν κάποιο ζώο ή πουλί που δεν είναι εύκολο να συναντήσουν αλλού. Πολύ κοντά βρίσκονται και οι πηγές του Ενιπέα, όπου λειτουργεί ένα μικρό γραφικό εστιατόριο.

### **ΑΓΙΟΣ ΔΙΟΝΥΣΙΟΣ**

Στο δρόμο της επιστροφής προς το Λιτόχωρο αξίζει να κάνει κανείς μία στάση στο ερειπωμένο μοναστήρι του Αγίου Διονυσίου. Χτίστηκε το 1500 και κατοικήθηκε από τον Άγιο Διονύσιο, που έζησε και πέθανε εκεί κατά το 16<sup>ο</sup> αιώνα.

Η εκκλησία είναι βασιλική με πέντε τρούλους. Η μονή άντεξε τεσσερισημίσι σχεδόν αιώνες, μέχρι που το 1943 την ανατίναξαν οι Γερμανοί, επειδή αποτελούσε καταφύγιο των αγωνιστών της Εθνικής Αντίστασης.

Λίγο έξω από το Λιτόχωρο βρίσκεται το Μετόχι του Αγίου Διονυσίου, που χτίστηκε προς τιμήν του ασκητή και γιορτάζει, όπως και η έρημη μονή, στις 14 Σεπτεμβρίου. Είναι ένα όμορφο σύγχρονο μοναστήρι, που το υπηρετούν αρκετοί μοναχοί και δέχεται πολλούς επισκέπτες από ολόκληρη την Ελλάδα.

### **ΝΕΑ ΑΓΑΘΟΥΠΟΛΗ**

Στην Νέα Αγαθούπολη, του νομού Πιερίας, βρίσκεται ο ομώνυμος υγροβιότοπος, τμήμα του Δέλτα Αλιάκμονα, το οποίο αποτελεί τη νότια είσοδο του συμπλέγματος Δέλτα Αλιάκμονα, Λουδία, Αξιού, Γαλλικού και Αλυκής Κίτρους. Έχει χαρακτηριστεί υγρότοπος Διεθνούς Σημασίας σύμφωνα με τη σύμβαση Ραμσαρ, καθώς είναι πλούσιος σε χλωρίδα και πανίδα.

Η χλωρίδα της περιοχής χαρακτηρίζεται από τα φυτά που ζουν σε περιβάλλον υψηλής αλατότητας, καλαμώνων, θαμνώνων με αλμυρικά κ.α., ενώ η πανίδα συγκεντρώνει μεγάλους

πληθυσμούς από ερωδιούς (λευκοτσικνιάδες, σταχτοτσικνιάδες, αργυροτσικνιάδες, κ.α.) αλλά και χαλκόκοτες, χουλιαρομούτες, πάπιες και κύκνους.

Τα φλαμίνγκο είναι ιδιαίτερα εντυπωσιακά, ενώ απαντώνται και πολλά, όπως γλαρόνια, νεροχελιδόνα, καλαμοκάνες, θαλασσοσφυρίχτες κ.α.

Το Κέντρο Πληροφόρησης στην περιοχή της Νέας Αγαθούπολης αναλαμβάνει την ενημέρωση και την ξενάγηση των επισκεπτών στον υγροβιότοπο. Από το πέτρινο παρατηρητήριο που διαθέτει τον απαραίτητο εξοπλισμό (κιάλια και τηλεσκόπια), μπορεί κανείς να παρατηρήσει τα πουλιά χωρίς να τα ενοχλεί, με την επίβλεψη του υπεύθυνου ξεναγού.

Απέχει 42 χλμ. από τη Θεσσαλονίκη και περίπου 500 χλμ. από την Αθήνα.

## **ΝΟΜΟΣ ΠΕΛΛΑΣ**

### **Η ΙΣΤΟΡΙΑ ΣΥΝΑΝΤΑ ΤΗ ΦΥΣΗ**

Με πρωτεύουσα την Έδεσσα, ο νομός Πέλλας συνδυάζει την έντονη φυσική ομορφιά με το γεωργικό και τον αρχαιολογικό ενδιαφέρον. Αξίζει, επίσης, κανείς να επισκεφτεί τα Γιαννιτσά, την Άρνισσα, καθώς και την Αρχαία Πέλλα.

### **Ο ΥΓΡΟΤΟΠΟΣ ΤΟΥ ΑΓΡΑ**

Ο υγρότοπος του Άγρα –Νησίου-Βρυτιών είναι περιοχή με μεγάλη οικολογική αξία. Χάρη στη μοναδικότητα των ενδιαιτημάτων του, καθώς και στον ιδιαίτερο ρόλο που παίζει για το μεταναστευτικό ταξίδι και το φωλεασμό πολλών σπάνιων και απειλούμενων ειδών, αποτελεί ένα οικοσύστημα με εθνική σημασία.

Ο υγροβιότοπος του Άγρα- Νησίου- Βρητιών βρίσκεται σε απόσταση 7 χλμ βορειοδυτικά της Έδεσσα και, συγκεκριμένα, στα στενά που σχηματίζονται ανάμεσα στους ορεινούς όγκους του Καιμακτσάλαν και του Βερμίου. Ακολουθώντας την επαρχιακή οδό Έδεσσας- Πτολεμαΐδας, θα συναντήσουμε το χωριό Άγρα, το οποίο βρίσκεται πάνω στο δρόμο που είναι παράλληλος με τη νότια πλευρά του υγρότοπου. Μην εκπλαγείτε, αν οδηγώντας δείτε στο νερό κύκνους ή ερωδιούς.

Το μεγαλύτερο μέρος του δημιουργήθηκε από τη ΔΕΗ , για να καλύψει τις ανάγκες του υδροηλεκτρικού εργοστασίου του Άγρα, ύστερα από κατάκλυση των καλλιεργήσιμων εκτάσεων στις κοινότητες Βρυτιά, Άγρα, και Νησίον. Καλύπτει έκταση 8,5 στρεμμάτων περίπου.

Χάρη στις εξαιρετικές βιοκλιματικές συνθήκες του υγρότοπου έχουν αναπτυχθεί σημαντικές φυτοκοινωνίες και έχουν επιβιώσει πολλά φυτικά και ζωικά είδη. Αξιόλογη είναι και η ιχθυοπανίδα της λίμνης, παρά τα προβλήματα που παρουσιάζει σήμερα η σύνθεσή της λόγω του ευτροφισμού.

Η περιοχή είχε παίξει σημαντικό ρόλο στη διάρκεια του ,Μακεδονικού Αγώνα. Γι' αυτό το λόγο πολύ κοντά στον υγρότοπο βρίσκεται σήμερα το μνημείο που είναι αφιερωμένο στους Μακεδονομάχους Καπετάν Άγρα (Τέλο Αγαπηνό) και Μιγκα.

Παραδοσιακά οι κάτοικοι ασχολούνται με τη γεωργία, κυρίως με δενδρώδεις καλλιέργειες, όπως κερασιές, βερικοκιές, κλπ. Ποιος δε θυμάται τα περίφημα «κεράσια Βοδενών» (παλιά ονομασία της Έδεσσας), που είτε στις λαϊκές αγορές οι πωλητές συχνά τα διαλαλούσαν ως «κεράσια βοδινά» είτε από άγνοια είτε λόγω του μεγέθους τους.

Υπάρχουν πολλές δυνατότητες για δραστηριότητες ήπιες και οικονομικά βιώσιμες, έχοντας πάντα ως άξονα τη διατήρηση και την αξιοποίηση του υγρότοπου. Επίσης, η περιοχή θα μπορούσε να συμβάλει στην ανάπτυξη του αγροτουρισμού, της περιβαλλοντικής εκπαίδευσης, των ιχθυοκαλλιεργειών, των ειδικών καλλιεργειών που απαιτούν την ύπαρξη αλλουβιακών εδαφών κ.λ.π.

## ΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ ΙΠΠΙΚΗΣ ΤΕΧΝΗΣ «ΠΕΛΛΑ»



Το κέντρο ανάπτυξης ιππικής τέχνης «Πέλλας» βρίσκεται σε μία έκταση 12 στρεμμάτων, στην αγροτική περιοχή του Δημοτικού Διαμερίσματος της Πιπεριάς του δήμου Αριδαίας στην Πέλλα, στους πρόποδες των ορέων Καϊμακτσαλάν και Τζένα.

Σε αυτό το κέντρο οι επισκέπτες κάνουν ιπασία με ειδικά εκπαιδευμένα άλογα σε ασφαλείς χώρους, υπό την επίβλεψη έμπειρων και ειδικών εκπαιδευτών. Στις σύγχρονες εγκαταστάσεις υπάρχουν είκοσι πέντε καθαρόαιμα άλογα και δύο γαϊδουριά.

Δίνεται η δυνατότητα επιλογής ανάμεσα σε διάφορα προγράμματα θεωρητικής και πρακτικής εκπαίδευσης, ανάλογα με την ηλικία, την εμπειρία και το χρόνο που έχει ο καθένας.

Διοργανώνονται επίσης πολυήμερες εκδρομές στο βουνό, στο πλαίσιο των οποίων οι επισκέπτες έχουν την ευχέρεια να μαζέψουν μανιτάρια, αρωματικά και θεραπευτικά βότανα, να μελετήσουν τη χλωρίδα, να ασχοληθούν με την παρατήρηση πουλιών, αγριμιών κ.α.

Εάν είστε έμπειρος αναβάτης, στο κέντρο αυτό θα σας δοθεί η δυνατότητα να προπονηθείτε. Όσο για τα παιδιά, μπορούν να διασκεδάσουν στην παιδική χαρά, να περιηγηθούν στην περιοχή με κάρο, ή με καρουσέλ με τα γαϊδουράκια.

Ενδεικτικά αναφέρονται: Τιμές: 15ευρώ/ώρα , 300ευρώ για ένα 20ωρο πρόγραμμα. Μπορείτε να επισκεφθείτε τις θερμές πηγές του Λουτρακίου, καθώς και το υδροθεραπευτήριο με την πισίνα (απέχουν 4 χιλιόμετρα από το κέντρο).

## ΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΟΥ ΣΕΡΙΦ ΑΧΜΕΤ

Το κέντρο των Γιαννιτσών, το αρχαιότερο τούρκικο ρολόι στον ελλαδικό χώρο, χτίστηκε από τον απόγονο του Γαζή Εβρενός, τον Σερίφ Αχμέτ, το 1753-4 (έτος Εγίρας 1167).

Είναι τοποθετημένο στο κέντρο της πόλης για να κοσμή και για να γνωστοποιεί την ώρα, όπως δηλώνει η μαρμάρινη εντοιχισμένη κτητορική επιγραφή. Πρόκειται για μία από τις δύο περιπτώσεις ρολογιών (μαζί με αυτό της Κομοτηνής) που φέρουν κτητορική επιγραφή.

Ο πύργος του ρολογιού έχει ύψος 25 μέτρα, ενώ περιμετρικά κοσμείται με ορθογώνια ανοίγματα που λειτουργούν και ως παρατηρητήριο για την επιτήρηση της περιοχής. Οι βομβαρδισμοί των Γερμανών κατά το Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο έχουν αφήσει έντονα τα σημάδια τους στην άνω δομή.

Το ρολόι, μαζί με τα υπόλοιπα μουσουλμανικά μνημεία της πόλης, αποδεικνύει τη σπουδαιότητα της κατά τους μεταβυζαντινούς χρόνους. Είναι ευνόητο ότι η αναστήλωση και η αξιοποίηση τους θα συμβάλει στην πολιτιστική ανάπτυξη των Γιαννιτσών.

## Ο ΝΟΜΟΣ ΚΙΛΚΙΣ

### ΔΟΪΡΑΝΗ ΛΙΜΝΗ ΠΟΥ ΑΡΓΟΠΕΘΑΙΝΕΙ

Γύρω από τις όχθες της Δοϊράνης, στα σύνορα του νομού Κιλκίς με την Πρώην Γιουγκοσλαβική Δημοκρατία της Μακεδονίας, υπάρχει μία λευκή ζώνη πλάτους 10 ως 20 μέτρων. Όταν τη βλέπει κανείς από μακριά, νομίζει ότι είναι βότσαλα, αλλά αν πλησιάσει, διαπιστώνει ότι πρόκειται για εκατομμύρια νεκρά μύδια που έχει ξεβράσει το κύμα. Η δραματική πτώση της στάθμης του νερού στη λίμνη προκάλεσε αύξηση της θερμοκρασίας του νερού που είχε ως αποτέλεσμα το θάνατο των μυδιών.

Το καλοκαίρι του 1988 έπεσε μεγάλη ξηρασία στη Μακεδονία και η ελληνική κυβέρνηση συμφώνησε με τη γιουγκοσλαβική να αντληθεί νερό από τη Δοϊράνη για να σωθούν οι καλλιέργειες στον κάμπο της Θεσσαλονίκης.

Η ανομβρία συνεχίστηκε και τα επόμενα χρόνια, και η στάθμη συνέχισε να πέφτει. Σ' αυτό συντέλεσαν και οι γεωτρήσεις στην ελληνική πλευρά, οι οποίες αντλούν νερό από τον υδροφόρο ορίζοντα που τροφοδοτεί και τη Δοϊράνη. Μέσα σε 14 χρόνια ο όγκος του νερού συρρικνώθηκε στο ένα τρίτο. Το μέγιστο βάθος της λίμνης, που υπολογιζόταν σε 11 μέτρα, σήμερα φτάνει μετά βίας τα 4,5 μέτρα.

Το πρόβλημα της Δοϊράνης παρουσιάζει μία πρόσθετη ιδιομορφία. Η λίμνη βρίσκεται στα σύνορα δύο κρατών τα οποία συχνά έχουν τεταμένες σχέσεις. Οι τοπικές κοινωνίες έχουν συνειδητοποιήσει το μέγεθος του προβλήματος και, αφήνοντας κατά μέρος τις αντιπαλότητες, αναζητούν κοινά σχέδια δράσης.

Το τελευταίο τμήμα της λίμνης ανήκει στην ΠΓΔΜ. Στις όχθες της είναι χτισμένες δύο πόλεις και ένας οικισμός: η Σταρ (παλιά) Ντόιραν και η Νοβ (νέα) Ντόιραν από την πλευρά της γείτονας, και η Δοϊράνη στην Ελλάδα.

Η ιστορική Δοϊράνη, η σημερινή Σταρ Ντόιραν, είναι το δεύτερο σημαντικότερο παραθεριστικό κέντρο της ΠΓΔΜ μετά την Αχρίδα. Ωστόσο με την καταστροφή της λίμνης η πόλη μαραζώνει.

Η ελληνική Δοϊράνη είναι ένας οικισμός 100 κατοίκων, χτισμένος δίπλα στον παλιό σιδηροδρομικό σταθμό. Έχει λίγα σπίτια, ένα ξενοδοχείο και λίγες ταβέρνες. Πριν από χρόνια έγινε μία απόπειρα να αναπτυχθεί τουριστικά με τη δημιουργία πλαζ στην περιοχή Χίλια Δέντρα-μία προσπάθεια που δεν ευδοκίμησε.

Το Μπογκντάντσι είναι μία περιοχή της FYROM κοντά στη Δοϊράνη, με εξαιρετικά πλούσιο υδροφόρο ορίζοντα. Σε βάθος 20 μέτρων υπάρχει άφθονο νερό, και μάλιστα όμοιας σύστασης με αυτό της λίμνης. Οι γείτονες έκαναν μελέτες και διαπίστωσαν ότι με δέκα γεωτρήσεις στο Μπογκντάντσι θα βγάλουν αρκετό νερό για να επανακάμψει η Δοϊράνη. Στην ελληνική πλευρά καλλιεργείται κυρίως καλαμπόκι και για το πότισμα λειτουργούν γύρω στις 300 γεωτρήσεις. Αν αναδιοργανωθούν οι καλλιέργειες σε μη ποτιστικές, με ταυτόχρονη αλλαγή του τρόπου άρδευσης σε στάγδην θα εξοικονομείται το 50 -60% του νερού. Σε συνδυασμό με την αγρανάπαυση θα μπορούσαν να κλείσουν τις γεωτρήσεις.

Στη Δοϊράνη ζουν 13 είδη ψαριών. Σε αλιεύσιμους πληθυσμούς διατηρούνται ακόμη το γριβάδι, το περκί, ο γουλιανός και το σίρκο, ένα ψαράκι που μοιάζει με τη σαρδέλα και οι ψαράδες δεν το έχουν σε μεγάλη εκτίμηση. Στην άλλη πλευρά έφτιαχναν «μάντρες», δηλαδή περιφραγμένα τμήματα στη λίμνη, κάτι σαν τα μεσολογγίτικα διβάρια. Για να οδηγήσουν τα ψάρια από μάντρα σε μάντρα, ώστε να τα φέρουν εκεί που ήθελαν, ακολουθούσαν μία μέθοδο

που δεν χρησιμοποιείτε αλλού στην Ευρώπη: Έπαιρναν καραμπατάκια (κομοράνους), ψαλίδιζαν τα φτερά τους και τα έβαζαν να κυνηγούν τα ψάρια από τη μία μάντρα στην άλλη.

**« ΤΟ ΚΤΗΜΑ ΤΟΥ ΜΠΑΙΡΙ »  
ΟΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΕΣ ΑΓΡΟΤΙΚΕΣ ΕΡΓΑΣΙΕΣ ΑΝΑΒΙΩΝΟΥΝ ΣΕ ΕΝΑ  
«ΖΩΝΤΑΝΟ» ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ**

Στη δυτική πλευρά του νομού Κιλκίς, δύο χιλιόμετρα βόρεια της Αξιούπολης, σε ένα ύψωμα με πανοραμική θέα στον Αξιό ποταμό υπάρχει ένα επισκέψιμο αγρόκτημα, Το Κτήμα του «Μπαίρι», έκτασης 6,5 στρεμμάτων.

Ο ιδιοκτήτης κ. Κωνσταντίνος Γιάντσης, που είναι αγρότης και μελισσοκόμος, έφτιαξε ένα αγρόκτημα ανοιχτό στο κοινό, και ιδιαίτερα στα παιδιά.

Σε αυτό μπορεί κανείς να γνωρίσει την αγροτική ζωή και τις αγροτικές εργασίες όπως γίνονταν στο παρελθόν- π.χ., το όργωμα με το άλογο, η σπορά με τα χέρια, το σβάρνισμα- καθώς και την εξέλιξη και τις διαδικασίες της μελισσοκομίας και τα μελισσοκομικά προϊόντα.

Παρ' όλο που το κτήμα δεν είναι διαμορφωμένο με ειδικούς χώρους υποδοχής, προσφέρεται για μία επίσκεψη. Δεν υπάρχει εισιτήριο.

Όταν φτάσετε στο κτήμα, ο ιδιοκτήτης του, θα σας υποδεχθεί με ζεστασιά και θα σας συμβουλευσει για το τι αξίζει να δείτε στην περιοχή και θα σας δώσει τις απαραίτητες πληροφορίες.



## **ΝΟΜΟΣ ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ**

### **ΜΕ ΕΠΙΚΕΝΤΡΟ ΤΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ**

Περιοχή της Κεντρικής Μακεδονίας, η οποία εκτείνεται νοτιοανατολικά της Θεσσαλονίκης. Η Ακτογραμμή της σχηματίζει τρεις μεγάλες χερσονήσους και ισάριθμους κόλπους. Η Βόρεια Χαλκιδική είναι μία λοφώδης, δασόφυτη περιοχή, μακριά από τα πολυσύχναστα τουριστικά θέρετρα, ενώ στην ανατολική χερσόνησο, τη χερσόνησο του Άθω, βρίσκεται το γαλήνιο Άγιο Όρος.

Τελευταία καταβάλλονται ιδιαίτερες προσπάθειες για την ανάπτυξη των δύο κατά κύριο λόγο πλουτοπαραγωγικών πηγών του νομού Χαλκιδικής, της γεωργίας και κτηνοτροφίας και του τουρισμού.

Η γεωργική ανάπτυξη της Χαλκιδικής επηρεάζεται από τον γειτονικό νομό Θεσσαλονίκης, στο βαθμό που ορισμένα ευαίσθητα προϊόντα διακινούνται και πωλούνται στην αγορά της Θεσσαλονίκης. Τέτοια προϊόντα είναι κυρίως τα οπωροκηπευτικά και τα ανθοκομικά, και η κατασκευή μίας τοπικής αγοράς οπωροκηπευτικών και ανθαγοράς στη Θεσσαλονίκη είναι βέβαια ότι θα επηρεάσει περαιτέρω τις εξελίξεις της γεωργικής παραγωγής της Χαλκιδικής, πολύ δε περισσότερο εάν η εν λόγω τοπική αγορά οπωροκηπευτικών συνδεθεί και με τα τρία συσκευαστήρια οπωροκηπευτικών, τα οποία εγκρίθηκαν να κατασκευαστούν στο νομό.

Εξετάζοντας, τα στατικά στοιχεία του νομού, διαπιστώνουμε ότι έγινε μία αναδιάρθρωση των καλλιεργειών με κύρια κατεύθυνση τη μείωση του μαλακού σίτου κυρίως και την αύξηση του σκληρού σίτου, του βαμβακιού και της ελιάς και την εμφάνιση της καλλιέργειας του ηλιάνθου που τείνει να αυξηθεί παραπέρα. Τα οπωροκηπευτικά και άνθη δεν παρουσιάζουν σημαντική μεταβολή, ενώ –επίσης– αύξηση παρουσίασαν και οι ζωοτροφές, αφού παρατηρείται σημαντική αύξηση στο κριθάρι.

Εξετάζοντας τα στοιχεία του ζωικού κεφαλαίου στο νομό Χαλκιδικής, διαπιστώνουμε τάση μείωσης του ζωικού κεφαλαίου στα βοοειδή και στους χοίρους, στασιμότητα στα πρόβατα και μικρή αύξηση στις αίγες και στα μελίτσια.

Η παραγωγή χοντροειδών ζωοτροφών στο νομό είναι χαμηλή και των λοιπών ζωοτροφών ανεπαρκής. Στην παραγωγή χοντροειδών ζωοτροφών ανασταλτικό παράγοντα αποτελεί και η έλλειψη αρδευτικού νερού.

Στο μέτρο που θα παραδίδονται τα αρδευτικά έργα που κατασκευάζονται, υπάρχει ευοίωνη προοπτική να παραχθούν χοντροειδείς και λοιπές ζωοτροφές σε ορισμένες περιοχές και με κάποια ιδιαίτερα κίνητρα να αναπτυχθεί η οικόσιτη κτηνοτροφία. Οι περιοχές αυτές εντοπίζονται στη Βόρεια Χαλκιδική και σε ορισμένες κοινότητες της δυτικής Χαλκιδικής που από παράδοση οι κάτοικοι τους ασχολούνται με την κτηνοτροφία.

## **ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΒΡΑΣΤΑΜΩΝ «ΤΑ ΓΕΝΝΗΜΑΤΑ»**

Άρχισε να λειτουργεί τον Ιανουάριο του 2003. Τα υφαντά του διακρίνονται για τα πανέμορφα παραδοσιακά σχέδια και τον πετυχημένο συνδυασμό χρωμάτων και είναι ενδεικτικά της φαντασίας που διαθέτουν τα μέλη του. Από τα εργόχειρα τους αξίζει να αναφέρουμε τις καρπέτες, τα προσκέφαλα, τις κουρελούδες, τις μπάντες, τις παραδοσιακές στολές και τα μεταξωτά υφάσματα.

Σήμερα ο συνεταιρισμός απασχολεί 16 γυναίκες. Οι ίδιες αποφάσισαν ν' ασχοληθούν και με την κηροπλαστική. Κατασκευάζουν διακοσμητικά κεριά από αγνό κεριά μέλισσας. Επιδίωξη τους για το άμεσο μέλλον είναι η ενασχόληση με την ταπητουργία και το χειροποίητο κόσμημα.

## **ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΠΑΛΑΙΟΧΩΡΙΟΥ «ΘΕΟΦΥΛΑΚΤΟΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ»**

Είναι ένας από τους τρεις συνεταιρισμούς του ορεινού όγκου του Χολομώντα και προέκυψε από το διετές «πολιτιστικό πρόγραμμα» για την απόκτηση εμπειρίας των φορέων της Πολιτιστικής Εταιρείας Μακεδόνων Κυριών «Το Θεοφύλακτον Κάστρο» και της Αστικής μη Κερδοσκοπικής Εταιρείας «Τα Μαδέμια».

Μετά τη λήξη του προγράμματος, μία ομάδα γυναικών από το Παλαιοχώρι και τα γειτονικά χωριά Στανός και Μ. Παναγιά δημιούργησε το συνεταιρισμό, όπως προέβλεπε και η απόφαση έγκρισης του συγκεκριμένου προγράμματος. Ο συνεταιρισμός στήθηκε με την εμπειρία που είδχαν αποκτήσει οι γυναίκες στους τομείς της υφαντικής, του ραψίματος παραδοσιακών στολών, του ασπροκεντήματος και της παρασκευής γλυκών του κουταλιού και παραδοσιακών εδεσμάτων. Σήμερα απασχολεί 25 γυναίκες. Τα προϊόντα μπορείτε να τα προμηθευτείτε από το Καλλιτεχνικό Εργαστήρι στο Παλαιοχώρι Χαλκιδικής.

## **ΦΑΡΜΑΚΕΥΤΙΚΑ ΒΟΤΑΝΑ ΤΟΥ ΧΟΛΟΜΩΝΤΑ**

Το Εργαστήρι Φαρμακευτικών Βοτάνων του αγρότη- συλλέκτη κ. Νίκου Παπακωνσταντίνου άρχισε να λειτουργεί το 1993, στον Ταξιάρχη Χαλκιδικής, με επιδοτήσεις από τα προγράμματα Leader1&2. Όπως μας λέει ο κ. Νίκος Παπακωνσταντίνου, «οι συνταγές βασίζονται στην εγκυρότερη βιβλιογραφία και συνταγολογία».

Ο ίδιος περισυλλέγει τα βότανα, κυρίως από το βουνό του Χολομώντα, τα επεξεργάζεται στο εργαστήριο, τα συσκευάζει και τα διοχετεύει στο εμπόριο, σε καταστήματα που πουλούν φυτικά προϊόντα και στις λαϊκές αγορές.

Στην οικογενειακή επιχείρηση, όπου εργάζεται ο ίδιος, η γυναίκα και τα δύο παιδιά, παρασκευάζονται σήμερα περίπου 45 σκευάσματα από μεμονωμένα βότανα ή αναμείξεις.

## **ΔΥΤΙΚΗ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ**

### **ΓΡΕΒΕΝΑ**

#### **ΣΤΗΝ ΑΓΚΑΛΙΑ ΤΗΣ ΠΙΝΔΟΥ**

Όσοι δεν έχουν επισκεφθεί τα Γρεβενά συνήθως ταυτίζουν την πόλη με το ορεινό τοπίο. Ωστόσο, η πραγματικότητα είναι αρκετά διαφορετική.

Η πόλη είναι χτισμένη μέσα στην κοιλάδα που σχηματίζεται από το μικρό ποταμό Γρεβενίτη ενώ το μεγαλύτερο μέρος του ομώνυμου νομού είναι οροπέδιο με την οροσειρά της Πίνδου να υψώνεται στα δυτικά. Βρίσκεται σε απόσταση 417 χλμ. ΒΔ της Αθήνας (μέσω Τρικάλων) και 193 χλμ. ΝΔ της Θεσσαλονίκης.

Η περιήγησή μας στη νεότερη πρωτεύουσα νομού της Ελλάδας ξεκινά από την πλατεία Ελευθερίας ή τη Λαχαναγορά, κατά τους ντόπιους. Ξεχωρίζει το επιβλητικό ρολόι που βρίσκεται ανάμεσα στα κτίρια που στεγάζουν το δημαρχείο και τη νομαρχία. Ανήκει μαζί με το Δημοτικό Σχολείο και το μύλο του Μπούσιου, στα κτίσματα –μνημεία της τοπικής πολιτιστικής κληρονομιάς. Σε αυτό το σημείο ο επισκέπτης κάνει, κατά κανόνα, την πρώτη στάση του. Ο λόγος: Η νοστιμότατη μπουγάτσα του Αχχιλέα, που συνεχίζει την οικογενειακή παράδοση στη γεύση. Ακούγοντας τους χτύπους από το ρολόι- σύμβολο συνειδητοποιούμε ότι άρρηκτα συνδεδεμένοι με την καθημερινότητα των κατοίκων. Η ζωή εδώ ξεκινά πολύ νωρίς το πρωί. Εστιατόρια, όπου οι σύγχρονες γεύσεις παντρεύονται με εκείνες του παρελθόντος, υποδέχονται όσους ξενύχτησαν το βράδυ σερβίροντας τους βραστή γίδα ή πατσά.

### **ΚΟΖΑΝΗ**

#### **ΜΙΑ ΠΟΛΗ ΜΕ ΣΗΜΑΝΤΙΚΗ ΙΣΤΟΡΙΑ**

Η Κοζάνη, παρ' όλο που είναι μία από τις σημαντικότερες πόλεις της Δυτικής Μακεδονίας. Δεν συμπεριλαμβάνεται στους κλασσικούς τουριστικούς προορισμούς. Ίσως γι' αυτό έχει διατηρήσει αλώβητο το χαρακτηριστικό χρώμα της. Είναι μια ζωντανή πόλη που κρύβει πολλά ενδιαφέροντα.

Σήμα κατατεθέν της πόλης, χειμώνα καλοκαίρι, είναι η «βόλτα», στον κεντρικό πεζόδρομο, που αρχίζει από το ιστορικό καμπαναριό της. Κοντά στην κεντρική πλατεία της Νίκης βρίσκεται ο μεταβυζαντινός μητροπολιτικός ναός του Αγίου Νικολάου με αξιόλογο ξυλόγλυπτο τέμπλο και εκκλησιαστικά κειμήλια. Η παλαιότερη εκκλησία της πόλης είναι ο Άγιος Δημήτριος, χτισμένη μέσα σε ένα όμορφο πάρκο. Σε μία πραγματικά θαυμάσια τοποθεσία με μεγάλα πλατάνια, 4 χιλιόμετρα έξω από την πόλη, μπορείτε να συναντήσετε τους ναούς των Αγίων Αναργύρων και της Ζωοδόχου Πηγής. Αξίζει να επισκεφθείτε, ακόμη, το μοναστήρι της Ανάληψης κι να θαυμάσετε αλλά και να αγοράσετε τα ονομαστά υφαντά, χαλιά και κεντήματα που φτιάχνουν οι δραστήριες μοναχές με τα ίδια τους τα χέρια. Εξαιρετικά οργανωμένοι και ιδιαίτερα ενδιαφέρον είναι το Ιστορικό – Λαογραφικό Μουσείο, ενώ στην πόλη λειτουργεί και Μουσείο Φυσικής Ιστορίας. Το Δημοτικό Ωδείο, τέλος, στεγάζεται στο Δρίζιον Κληροδότημα.

## **ΚΡΟΚΟΣ, ΤΟ ΧΡΥΣΑΦΙ ΗΣ ΓΗΣ**

Η ομορφιά της περιοχής εντοπίζεται στο έδαφος της, όπου φύτεται ο φυτό που μας δίνει το «χρυσάφι της γης», το σοφράνι ή ζοφορία. Πρόκειται για το ακριβότερο μπαχαρικό, το οποίο παράγεται σε λίγες περιοχές του κόσμου από το φυτό *Crocus sativus*, δηλαδή τον κρόκο τον ήμερο ή εδώδιμα, που συχνά λέγεται σοφρόν.

Έχει μοβ λουλουδία και από αυτό παρασκευάζεται ένα από τα παλαιότερα μπαχαρικά και αρωματικά- λέγεται ότι το χρησιμοποιούσαν η Κλεοπάτρα και οι εταίρες της αρχαίας Ελλάδας. Ο κρόκος καλλιεργείται εδώ και τρεις αιώνες, όταν τον έφεραν από την Αυστρία. Περίπου 50000 στίγματα του ύπερου δίνουν μόλις 100 γραμμάρια σοφρόν.

## **ΚΑΣΤΟΡΙΑ**

### **Η ΠΟΛΗ ΔΙΠΛΑ ΣΤΗ ΛΙΜΝΗ**

Η Καστοριά είναι χτισμένη σε μια εκπληκτική τοποθεσία στη χερσόνησο που σχηματίζεται πάνω στη λίμνη Ορεστιάδα, εύκολα μπορεί να χαθεί κανείς κατά την περιπλάνησή του στα δαιδαλώδη πλακόστρωτα δρομάκια και τα στενά σοκάκια της Καστοριάς, καθώς η λίμνη περιβάλλει ουσιαστικά ολόκληρη την πόλη.

Η βόλτα στις όχθες της λίμνης είναι ιδιαίτερα ευχάριστη την άνοιξη ή το φθινόπωρο, όταν τα δέντρα δημιουργούν μια πανδαισία χρωμάτων. Προσέξτε τα «καράβια», όπως ονομάζουν οι ντόπιοι τις πλάκες της λίμνης. Τα νερά της λίμνης δεν είναι τόσο καθαρά, όμως συνεχίζουν να φιλοξενούν πολλά είδη ψαριών ( κεφάλους, σαζάνια, τσουκάνκι, τσιρόνια) καθώς και αμφίβια, όπως βατράχους και χελώνες του γλυκού νερού.

## **ΦΛΩΡΙΝΑ**

### **ΜΙΑ ΠΟΛΗ ΜΕ ΑΤΜΟΣΦΑΙΡΑ**

Είναι χτισμένη μέσα σε μία ορεινή χαράδρα. Ένα μικρό ποτάμι τη χωρίζει στα δύο, και κατόπιν διασχίζει ένα εύφορο λεκανοπέδιο το οποίο, βαθιά στα σωθικά του, κρύβει πολύτιμο λιγνίτη. Η Φλώρινα είναι μια πόλη από αυτές που αναδίνουν μυρωδιές ξεχασμένες, εδώ ο χρόνος μοιάζει να κυλά αργά.

Ένα παχύ σύννεφο, το λεγόμενο «Σινιάκι», σκεπάζει την πόλη. Ο χειμώνας εδώ είναι βαρύς και η θερμοκρασία πέφτει έως τους μείον 25 βαθμούς Κελσίου, η πολιτεία, τότε παγώνει και το χιόνι λιώνει δύσκολα. Παρ' όλα αυτά η Φλώρινα έχει το δικό της τρόπο να κερδίζει τον επισκέπτη. Οι άνθρωποι είναι ξεχωριστοί, διαθέτουν μια σπάνια φυσική ευγένεια.

Η μαγευτική φύση που περιβάλλει τη Φλώρινα ευθύνεται για τη γεωγραφική της απομόνωση, στα νότια οι δασωμένες πλαγιές του όρους Βίτσι και στα δυτικά οι πανέμορφες Πρέσπες. Σε απόσταση είκοσι χιλιομέτρων έξω από τη Φλώρινα βρίσκεται το χιονοδρομικό κέντρο Βίγλας Πισοδερίου- μια πολυτέλεια που στερούνται οι κάτοικοι πολλών μεγάλων αστικών κέντρων.

## ΝΥΜΦΑΙΟ

### ΕΚΕΙ ΟΠΟΥ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΕΤΑΙ Η ΑΡΚΟΥΔΑ

Πρόκειται για ένα γραφικό, πανέμορφο παραδοσιακό οικισμό, σε απόσταση 53 χιλιομέτρων από τη Φλώρινα. Είναι σκαρφαλωμένο σε μια πλαγιά του όρους Βίτσι.

Το πανέμορφο αυτό χωριό γνώρισε μεγάλη άνθηση από το 17ο έως το 19ο αιώνα, όταν ήταν κέντρο αργυροχρυσοχοείας. Οι κάτοικοι που διέπρεψαν, ωστόσο, και στο εμπόριο καπνού και βαμβακιού, ενώ συμμετείχαν δυναμικά στους μεγάλους αγώνες του έθνους. Αργότερα παρήκμασε, αλλά με τη συντονισμένη προσπάθεια των ιδιωτών και της πολιτείας το Νυμφαίο τα τελευταία χρόνια αποτελεί πρότυπο ανάπτυξης και κέντρο περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης.

Ανάμεσα στα λιθόκτιστα σπίτια του εντυπωσιακού χωριού ξεχωρίζουν παλιά αρχοντικά, όπως το Μουσείο Αργυροχρυσοχοείας, Λαογραφίας και Ιστορίας του Νυμφαίου, το οποίο στεγάζεται στο Σπίτι των Χρυσικών της Νεβέσκας (παλαιότερη ονομασία της πόλης), και είναι πιστό αντίγραφο παραδοσιακού αρχοντικού. Αξίζει, επίσης, να αναφέρουμε τη Νίκειο Σχολή, ένα οικοδόμημα εξαιρετικής αρχιτεκτονικής, που φιλοξενεί ένα συνεδριακό- εκπαιδευτικό κέντρο του Αριστοτέλειου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης και της τοπικής κοινότητας.

Σε απόσταση ενός χιλιομέτρου από τον οικισμό, σε μια καταπράσινη περιοχή εκπληκτικής ομορφιάς λειτουργεί και το περιβαλλοντικό κέντρο Αρκτούρος. Εκεί, σε μια περιφραγμένη δασική έκταση, φιλοξενούνται αρκούδες που έχουν κακοποιηθεί από τον άνθρωπο και δεν μπορούν πλέον να επιβιώσουν μόνες τους ούτε να επανενταχθούν στο φυσικό τους περιβάλλον. Επιπλέον, στις Αγραπιδιές, σε περιφραγμένη δασική έκταση ζουν λύκοι που έχουν κατασχεθεί από ιδιώτες. Στον Αετό, τέλος, λειτουργεί Κέντρο Ενημέρωσης και Περίθαλψης Άγριων Ζώων.

### ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ ΑΘΗΝΑ

Το Αρχοντικό "Αθηνά" χτίστηκε το 1900 με περίσσεια φροντίδα και μεράκι από τον παππού Ιωάννη Παπαδόπουλο για να στεγάσει τις ανάγκες μιας εντεκαμελούς οικογένειας του Νυμφαίου.

Εξωτερικά κυριαρχεί η πέτρα με την χαρακτηριστική κόκκινη πρόσοψη με τα μεγάλα διπλά παράθυρα που χαρίζουν άπλετο φως στο εσωτερικό του. Εκεί το ξύλο καλύπτει πατώματα, οροφές, και εσωτερικές σκάλες αφήνοντας στους τοίχους να αναδύεται με χρώματα και γλυπτά η Μακεδονική αρχιτεκτονική.

Παλιές κορνίζες φιλοξενούν πρόσωπα και γεγονότα μιας εποχής που έφυγε γεμίζοντας με νοσταλγία και θύμισες τον Επισκέπτη. Η γιαγιά πάντα με περηφάνια έλεγε πως ο Παύλος Μελάς ξαπόστασε για λίγο και αφού ήπιε νερό, έφυγε καβάλα στο άλογο του, έτσι σαν παραμύθι.

Από το 1999 το Αρχοντικό "Αθηνά" λειτουργεί ως παραδοσιακός ξενώνας, έξι αυτόνομων δωματίων, με υπεύθυνο τον εγγονό Ιωάννη Δ. Παπαδόπουλο.

Αξίζει να σημειωθεί ότι οι απαιτούμενες επεμβάσεις, οι οποίες προσφέρουν τις σύγχρονες ανέσεις στους επισκέπτες, έγιναν με απόλυτο σεβασμό στην παράδοση και την γραμμή του αρχοντικού.

Η σάλα του δευτέρου ορόφου, όπου οι παλιοί δέχονταν επίσημα τους επισκέπτες τους. Έπιπλα φερμένα από την Ευρώπη στις αρχές του 19ου αιώνα, περίτεχνα κιλίμια, πορσελάνες και φωτογραφίες ξαναζωντανεύουν την ατμόσφαιρα του παλιού Νυμφαίου.

Το δωμάτιο όπου βρισκόταν το παλιό εικονοστάσι, με θέα προς το δάσος και τις πλαγιές που υψώνονται από τη μια μεριά του Νυμφαίου, άλλοτε πάλλευκες από το χιόνι και άλλοτε σκεπασμένες με καταπράσινες φτέρες. Το δωμάτιο με μπρούτζινα παλιά κρεβάτια, για όσους θέλουν να ξυπνάνε νωρίς από τη μυρωδιά του ζεστού καφέ και το λαμπερό φως του ήλιου.

Το παραδοσιακό χειμερινό δωμάτιο με το τζάκι ( διακοσμητικό πλέον ) και τα ντουσέκια ή μιντέρια, στο οποίο κοιμόταν η οικογένεια. Μια ζωντανή εικόνα του παλιού καιρού, με τις

κόκκινες φλοκάτες, τα καλυμμένα με δαντέλα υφαντά μαξιλάρια και την παλιά μεσάντρα (ντουλάπα εντοιχισμένη).

Κάθε δωμάτιο έχει κρατήσει το δικό του χρώμα, με τα χειροποίητα υφαντά, τα μεταξένια παπλώματα, τα τζάκια, τους ουρανοί και γενικά με την διακόσμησή του. όσον αφορά το προσωπικό είναι έτοιμο να σας αναδείξει τη γνωστή μακεδονική φιλοξενία και να επιμεληθεί τη διαμονή σας.

Το Νυμφαίο και ο Ξενώνας "Αθηνά" σας περιμένουν για την απόδρασή σας στη φύση και στην εποχή του ονείρου.

#### **ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ**

Υπεύθυνος: Παπαδόπουλος Ιωάννης

Τηλ. & Fax: 23860 31141

Τηλ: 23860 24195

e-mail xenonas@panafonet.gr

### **ΛΙΓΑ ΛΟΓΙΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΡΙΟΧΗ**

Η μοναδικότητα των χρωμάτων και των εικόνων που αναδύονται μετατρέπει την περιοχή σε ένα ξεχωριστό αξιοθέατο, σε ένα από τα ομορφότερα σημεία της Ελλάδας. Και μάλιστα για όλες τις εποχές του χρόνου.

Ο επισκέπτης θα δυσκολευτεί να διαλέξει πότε και πού να πάει. Ο χειμώνας είναι καταπληκτικός στα χιονισμένα βουνά. Όρος Βαρνούνας, Τρικλάριο, Βίτσι, Βόρας. Όλα τα βουνά της Φλώρινας είναι ιδανικά για πεζοπορία, ορειβασία, ποδήλατο, ενώ στη Βίγλα Πισοδερίου λειτουργεί το γνωστό χιονοδρομικό κέντρο για να σας προσφέρει τις απολαύσεις τού σκι και του παιχνιδιού στο χιόνι.

Η βλάστηση, υπέροχη και σπάνια, αναδεικνύει την ορεινή Φλώρινα σε ένα από τα ωραιότερα ορεινά τοπία της Ευρώπης. Σκαρφαλωμένα στις πλαγιές των βουνών βρίσκονται τα μοναδικής ομορφιάς χωριά, όπως το Νυμφαίο, το Λέχοβο, το Αμύνταιο και πολλά ακόμα.

Όλα αξίζουν μια επίσκεψη την καταπράσινη άνοιξη, με τα πολλά χρώματα των λουλουδιών ανάμεσα στα πυκνά δάση. Από την άλλη, ο νομός Φλώρινας κατέχει το ρεκόρ του νομού των 6 λιμνών. Φυσικά, βασιλίσσες των λιμνών είναι οι πανέμορφες Πρέσπες. Απολαύστε τη Μικρή και τη Μεγάλη Πρέσπα, με την πανδαισία χρωμάτων και αρωμάτων και το ξεχωριστό κλίμα.

Καλοκαιρινή δροσιά και ταξίδι ψυχής. Εκεί, στο υγρό σύνορο της Ελλάδας, στη γειτονιά των Βαλκανίων, θα βρείτε τη φύση, τον πολιτισμό, μέσα από πολλές και σημαντικές εκδηλώσεις, αλλά και μέσα από τα σπορ κάθε είδους.

Τελευταία αφίσαμε την πόλη. Πόλη των καλλιτεχνών, ρομαντική και ιδιαίτερη. Τη Φλώρινα διάλεξε ο Αγγελόπουλος για να στολίσει τις ταινίες του. Το «Τοπίο στην ομίχλη» (τόσο όμορφο στη φθινοπωρινή πόλη) αλλάζει γρήγορα με το αισιόδοξο και περιηγητικό «Βλέμμα του Οδυσσέα». Περιπατήστε στις όχθες του ποταμού Σακουλέβα, μέσα στην πόλη της Φλώρινας, πλάι από τα γραφικά και σπάνιας τεχνικής Μακεδονίτικα παραδοσιακά και νεοκλασικά σπίτια. Σεργιανίστε στα στενά σοκάκια και ανασάνετε το Βαλκανικό άρωμα, τον παλμό της πόλης. Η Φλώρινα έχει για όλους και για όλα. Οικοτουρισμό πολλών εναλλακτικών δυνατοτήτων, διασκέδαση, φαγητό, εκδηλώσεις και φεστιβάλ, ηρεμία και ζωντάνια. Προορισμός για 4 εποχές...

## ΠΡΕΣΠΕΣ

### Η ΜΕΓΑΛΗ ΛΙΜΝΗ ΤΟΥ ΒΟΡΡΑ

Στην περιοχή των Πρεσπών το 1971 ο στρατιώτης στη σκοπιά του Πισοδερίου- ακριβώς απέναντι από το παλιό καταφύγιο- έλεγχε τις ταυτότητες και τις άδειες που είχαν από την κρατική ασφάλεια όσοι να επισκεφθούν την περιοχή.

Πρωτοπήγα στην περιοχή των Πρεσπών το 1971. Η «τροφογεωγραφία» είναι από τα κύρια χαρακτηριστικά του Έλληνα, και, δεδομένου ότι εγώ δεν αποτελώ εξαίρεση, φέρνω στη μνήμη μου τα μικρά τσιρόνια. Την εποχή εκείνη έχτιζαν στην Πρέσπα το κονσερβοποιείο, και μας είχαν κάνει λόγο για το πόσο αρέσουν τα τσιρόνια στους Γάλλους. Το εργοστάσιο, που μου είχε κάνει ιδιαίτερη εντύπωση, διέθετε και μια τεράστια φωτεινή ταμπέλα τοποθετημένη τόσο μακριά από το κτίριο που το βράδυ έφεγγε στη μέση του πουθενά.

Τι νόημα έχει να είναι αλλού η φωτεινή πινακίδα

Τη βλέπουν οι απέναντι και ζηλεύουν!

Σύμφωνα με την «στρατοκρατική» λογική εκείνων των χρόνων, οι «απέναντι» που «ζήλευαν» ήταν κάτοικοι της Νότιας Γιουγκοσλαβικής Δημοκρατίας της Μακεδονίας (FYROM)

Τη δεκαετία του '80 στα «τροφογεωγραφικά» προστέθηκαν οι τσουκνιδόπιτες, τα φασόλια φούρνου και οι μυζήθρες.

Πρέπει όμως να τονίσω ότι ακόμη δύο πράγματα με είχαν εντυπωσιάσει στη δεύτερή μου επίσκεψη. Το πρώτο από αυτά ήταν η εκπληκτική ομορφιά του χώρου σε συνδυασμό με τη μεγάλη βιολογική ποικιλότητα που το χαρακτήριζε. Το ενδιαφέρον των οικολόγων έχει κάνει την περιοχή των Πρεσπών πασίγνωστη μέσα και έξω από την Ελλάδα, αλλά όπως γίνεται συνήθως στη χώρα μας οι «αρμόδιου» έξω από κάθε γνώση της δομής και της λειτουργίας των οικοσυστημάτων στήριζαν τα πάντα στις στείρες απαγορεύσεις δημιουργώντας εχθρότητα στους κατοίκους.

Αξίζει, όμως, τον κόπο να σας πω μία ιστορία εκείνης της εποχής. Σ' ένα γάμο πήγαιναν εμπρός τα νταούλια τα κλαρίνα. Ξαφνικά πετάχτηκε ένας «οικολόγος» που είχε αφήσει το γάμο και ήταν στα πουρνάρια.

Σταματήστε το θόρυβο αμέσως!

Τι έγινε πατριώτη ;

Τρομάζουν τα πουλιά!

Την τελευταία φορά πήγα οργανωμένος. Φτάσαμε στο Γυναικείο Αγροτουριστικό Συνεταιρισμό του Αγίου Γερμανού, όπου θα μέναμε. Στο εστιατόριο Το τζάκι του Αγίου Γερμανού ομολογώ ότι εκστασιάστηκα με τα τηγανητά τσιρόνια, τα οποία, βέβαια, συνόδευσα με το κατάλληλο άσπρο ξηρό κρασί. Στο ίδιο εστιατόριο δοκίμασα μια ωραιότατη και απλούστατη πικάντικη σαλάτα με λάχανο, σέλινο και άλλα χορταρικά. Καθώς και ένα νόστιμο κατασκεύασμα που θα το παρομοιάζα με πιπεροκοπανιστή : πολτός από τις τοπικές κόκκινες πιπεριές με διάφορα αρωματικά και λάδι.

Ίσως ήταν καλύτερα αν συνόδευα τα παραπάνω εδέσματα με τις τοπικές πίτες, μόνο που δεν μου επιτρεπόταν αυτή η δοκιμή. Από την άλλη, η ποικιλία των ψητών ήταν άριστη επιλογή, παρ' όλο που τα τοπικά λουκάνικα- όπως είναι γνωστό- θέλουν γερό στομάχι.

Η πρώτη βόλτα περιλαμβάνει απαραίτητως το χωριό Ψαράδες. Δύο είναι οι κυριότερες παραστάσεις εδώ: Η πρώτη συνίσταται στην αναβάθμιση όλης της περιοχής με καινούρια

«παραλία», νέα εστιατόρια και νεόδμητο ξενοδοχείο με εκπληκτική θέα. Η δεύτερη αφορά στις τοπικές αγελάδες που εδώ και χρόνια «είναι μέσα στην καρδιά μου».

Φαίνεται, πραγματικά, περίεργο τη στιγμή που ο πληθυσμός των περιφημων πελεκάνων αυξάνεται και σύντομα θα κυνηγάνε και τρομάζουν τους τουρίστες, εμείς να συνεχίζουμε τις διαμαρτυρίες για την προστασία τους. Την ίδια ώρα, η μικρόσωμη καφέ «βραχυκερατική» αγελαδίτσα μια εντόπια φυλή, κινδυνεύει με εξαφάνιση. Από χίλια και παραπάνω ζώα που υπάρχουν στην περιοχή το 1964, σήμερα έχουν απομείνει λιγότερα από εκατό. Γιατί άραγε αδιαφορούμε για αυτήν την εξαφάνιση; Ίσως επειδή αντικαταστήσαμε τις μπριζόλες μας με εκείνες που προέρχονται από τις νέες τις λεγόμενες «βελτιωμένες» φυλές ( των τρελών αγελάδων) – ο πληθυσμός των «βελτιωμένων φυλών» στην περιοχή από πενήντα άτομα το 1964 σήμερα ξεπερνά τα πεντακόσια.

Θα θεωρηθεί «αιρετικό» να τονίσω ότι η καφέ αγελάδα της Πρέσπας είναι έν αιίδος στη χώρα μας που κινδυνεύει περισσότερο από τους πελεκάνους, την αρκούδα και τη φώκια. Το συγκεκριμένο είδος, μολονότι, περιλαμβάνει αγελάδες «γνωστικές», κινδυνεύει με εξαφάνιση, καθώς υποκαθίσταται σε ολοένα μεγαλύτερο βαθμό από τις ευρωπαϊκές (και «τρελές»)ξαδέρφες της. Όπως προχωρούσα είδα ότι στα μικρά λιβάδια όπου έβοσκαν οι αγελαδίτσες, στην άκρη ήταν μαζεμένα πολύ κόσμος και τα «καζάνια» έβραζαν για την παραγωγή τσίπουρου. Τα «βρασμένα» σταφύλια τα έριχναν στο χώμα και τα έτρωγαν οι αγελάδες, οι οποίες είχαν μεθύσει εντελώς. Τρελές αγελάδες είχα δει στην τηλεόραση. Όμως μεθυσμένες και να τρεκλίζουν, πρώτη φορά έβλεπα!

Κάνοντας βόλτα ο επισκέπτης θα περάσει, κάποια στιγμή, από το παλιό κτίριο της Κοινότητας. Παλιότερα, από τα μεγαλόφωνα του κτιρίου οι κάτοικοι έπαιρναν μηνύματα και μαθαίνουν αν κάποιος τους ζητούσε στο τηλέφωνο. Σε ελάχιστα χρόνια, ευτυχώς, το τηλέφωνο έφτασε σε όλα τα σπίτια.

## **ΠΕΡΙΗΓΗΣΗ ΣΤΟΥΣ ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΥΣ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΥΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΥΣ ΤΗΣ ΔΥΤΙΚΗΣ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑΣ**

Σπιτικές μαρμελάδες, λικέρ και γλυκά κουταλιού. Παραδοσιακές χυλοπίτες, τραχανάδες, πέτουρα, πίτες και βότανα. Αυθεντικές στολές, χειροτεχνήματα και ξενώνες για τη διαμονή των επισκεπτών.

Πρόκειται για αγροτουριστικούς συνεταιρισμούς που έχουν ιδρυθεί από γυναίκες, με κοινό στόχο τόσο την ανάδειξη των παραδοσιακών προϊόντων όσο και την οικονομική και πνευματική ανάπτυξη.

Τα επιδοτούμενα προγράμματα Leader I, II και τώρα Leader Plus (75%από την ΕΕ και 25% από το ελληνικό κράτος) έχουν βοηθήσει σημαντικά στην ανάπτυξη του αγροτουρισμού.

## **ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΒΕΛΒΕΝΤΟΥ**

Στο νομό Κοζάνης θα συναντήσουμε τον αγροτικό βιοτεχνικό συνεταιρισμό Βελβεντού, ο οποίος ιδρύθηκε το 1985 από τις γυναίκες της περιοχής.

Όταν πρωτοξεκίνησε ο συνεταιρισμός, οι γυναίκες ασχολούνται με την υφαντική τέχνη και το κέντημα. Ύφαιναν στους αργαλειούς και έφτιαχναν τα κεντήματα στα σπίτια τους. Σήμερα με περισσή φροντίδα οι γυναίκες του συνεταιρισμού παρασκευάζουν σπιτικά γλυκά κουταλιού και μαρμελάδες. Τα παραδοσιακά σπιτικά γλυκά που φτιάχνουν είναι κολοκύθα, πορτοκάλι και



σύκο, καθώς και δεκατέσσερα είδη μαρμελάδας όπως αγλάδι, ροδάκινο, φράουλα, κεράσι, πορτοκάλι, μανιτάρι, μήλο, βερίκοκο, βατόμουρο, καρότο με μέλι, κυδώνι με μέλι, σύκο και δαμάσκηνο. Βασικό χαρακτηριστικό είναι το έντονο άρωμά τους, το φυσικό τους χρώμα και τα ολόκληρα κομμάτια φρούτων που περιέχουν.

Η παραγωγή ξεκινάει το Μάιο και διαρκεί μέχρι τον Οκτώβριο τα τελευταία χρόνια η παραγωγή τους είναι σταθερή και ανέρχεται στα 80 – 100000 βάζα ετησίως ή, αλλιώς, σε 2000 βάζα ημερησίως, ανάλογα με το φρούτο. Το βατόμουρο, για παράδειγμα, θεωρείται σχετικά εύκολο φρούτο επειδή δεν έχει κουκούτσι. Μπορεί, όμως, να χρειάζεται καθαρίσμα, κάτι που απαιτεί αρκετό χρόνο. Το κυδώνι θεωρείται ιδιαίτερα χρονοβόρο εξαιτίας του απαιτούμενου καθαρίσματος.

Απέχει περίπου 170χλμ. από τη Θεσσαλονίκη και 400 χλμ. από την Αθήνα. Θα επικοινωνήσετε μαζί μας στο τηλέφωνο 2464031993

Για παραγγελίες : [www.in.gr/agro/products/](http://www.in.gr/agro/products/)

## **ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ**

Στον Άγιο Γεώργιο, έδρα του δήμου Ηρακλειωτών, 25 χλμ. από τα Γρεβενά, θα συναντήσετε τον Αγροτουριστικό Συνεταιρισμό Αγίου Γεωργίου, ο οποίος ιδρύθηκε το 1992. Αποτελείται από 18 μέλη, εκ των οποίων τα οκτώ είναι ενεργά. Από την ίδρυση του έχει παρουσιάσει αξιόλογη εξέλιξη. Αρχικά εντάχθηκε στο πρόγραμμα Leader I, του χορηγήθηκε χρηματοδότηση από τα προγράμματα του ΟΑΕΔ και τελικά οι γυναίκες έθεσαν τις βάσεις του συνεταιρισμού τους.

Είναι ο μοναδικός συνεταιρισμός σε ολόκληρη την Ελλάδα που παρασκευάζει στο εργαστήρι του με τον πλέον παραδοσιακό τρόπο πέτουρα, τραχανάδες (σταρένιο και ξινό) και σε μικρότερη ποσότητα, χυλοπίτες. Η Παρασκευή των προϊόντων στηρίζεται σε σπιτικές συνταγές που περνούσαν από γενιά σε γενιά. Χρησιμοποιούν μονάχα τοπικές αγνές πρώτες ύλες (αυγά, αλεύρι, γάλα) που προμηθεύονται από τους τοπικούς παραγωγούς ή και που παράγουν οι ίδιες. Το πέτουρα (χειροποίητες χυλοπίτες στην Παρασκευή των οποίων δεν επεμβαίνει μηχανή), που αποτελούν και την πιο δύσκολη παραγωγή (120- 150 κιλά ημερησίως), είναι αντιπροσωπευτικά προϊόντα του νομού Γρεβενών. Υπάρχουν δύο ειδών πέτουρα αυτά που γυναίκες κόβουν με μαχαίρι («ίσια»)κι αυτά που σπάνε με το χέρι («ακανόνιστα»).

Αν βρεθείτε στον Άγιο Γεώργιο τα Σαββατοκύριακα, τότε, που ο συνεταιρισμός είναι κλειστός, μπορείτε να τα προμηθευτείτε από το σούπερ μάρκετ του κυρίου Νικολάου Τζίκα (24620 41237) και από το παντοπωλείο της κυρίας Θεοδώρας Καραμεσίνη (24620 41206). Στις 17 Ιανουαρίου, όταν το χωριό γιορτάζει τον άγιο Γεώργιο το Νεομάρτυρα τον εν Ιωαννίνους, πλήθος κόσμου συγκεντρώνεται για τη γιορτή.

Απέχει 170 χλμ. από τη Θεσσαλονίκη και 442 χλμ. από την Αθήνα.

Θα επικοινωνήσετε μαζί τους το τηλέφωνο 24620 41615.

Για παραγγελίες : [www.in.gr/agro/prodyctws](http://www.in.gr/agro/prodyctws)

## **ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΨΑΡΑΔΩΝ**

Στα σύνορα της Ελλάδας με την ΠΓΔΜ, συγκεκριμένα, στις όχθες της Μεγάλης Πρέσπας, είναι χτισμένο το παραδοσιακό χωριό των Ψαράδων.

Με πρωτοβουλία της Νομαρχίας Φλώρινας χτίστηκε το 1990, ένα κτίριο με σκοπό να λειτουργήσει ως ξενοδοχείο. Επί τέσσερα χρόνια το κτίριο είχε εγκαταλειφθεί στη μοίρα του, μέχρι που μία ομάδα γυναικών αποφάσισε να του δώσει ζωή.

Το αποτέλεσμα ήταν να ιδρυθεί το 1994 ο Αγροτουριστικός Συνεταιρισμός Γυναικών Ψαράδων, ο οποίος αριθμεί 15 μέλη, εκ των οποίων τα έξι είναι ενεργά σήμερα. Οι γυναίκες ζήτησαν από τη νομαρχία να τους παραχωρήσει το οίκημα, βοηθώντας τες παράλληλα να το εξοπλίσουν.

Στο ξεκίνημα του ξενοδοχείου ήταν από τα ελάχιστα καταλύματα της περιοχής. Χτισμένο σε μια υπέροχη τοποθεσία με θέα στη λίμνη της Μεγάλης Πρέσπας αλλά και στ'α παραδοσιακά σπίτια των Ψαράδων, διέθετε μπαρ και εστιατόριο όπου σερβίρονταν μαγειρευτά φαγητά και ψητά της ώρας. Οι γυναίκες του συνεταιρισμού έφτιαχναν σπιτικές μαρμελάδες, πιπεριές Φλώρινας και χυλοπίτες.

Στο ξενοδοχείο Ψαράδες λειτουργεί αίθουσα σύνεδρων και σερβίρεται φαγητό κατόπιν παραγγελίας. Τον καφέ ή το ποτό σας μπορείτε να τα απολαύσετε στο σαλόνι με το μεγάλο τζάκι, ενώ στην αίθουσα με θέα στη λίμνη σερβίρεται πλήρες πρωινό.

Απέχει 228 χλμ. από τη Θεσσαλονίκη και 630 χλμ. από την Αθήνα.

Θα επικοινωνήσετε μαζί τους στο τηλέφωνο 23850 46015.

## **ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΑΓΙΟΥ ΓΕΡΜΑΝΟΥ**

Σε μικρή απόσταση από τους Ψαράδες (15 χλμ.) βρίσκεται ένα ακόμη παραδοσιακό χωριό, αυτό του Αγίου Γερμανού. Το 1985, οι γυναίκες του Αγίου Γερμανού καθώς και του διπλανού χωριού, του Λαιμού (2 χλμ.), ίδρυσαν το γυναικείο αγροτουριστικό συνεταιρισμό.

Το αντικείμενο του συνεταιρισμού αρχικά ήταν η υφαντική, που δεν απέδιδε όμως οικονομικά. Έτσι, μετά από δύο χρόνια, το 1987, μεσώ της νομαρχίας και με τη βοήθεια των μεσογειακών προγραμμάτων ΜΟΠ, οι γυναίκες του συνεταιρισμού αποφάσισαν να πάρουν τρία παλιά κτίρια, και να τα εκμεταλλευτούν ως αγροτουριστικά καταλύματα. Τα κτίρια, χαρακτηριστικά της τοπικής αρχιτεκτονικής του Αγίου Γερμανού (πέτρινα, με χαγιάτι και ξύλινη σκάλα), αποτελούνται από 10 συνολικά δωμάτια με θέα στο χωριό και στη λίμνη της Πρέσπας. Το ξεκίνημά τους στέφθηκε από επιτυχία και μετά από 4 χρόνια εντάχθηκε στο δυναμικό τους ένα ακόμη οίκημα (ιδίας αρχιτεκτονικής με τα προηγούμενα αλλά με πέτρινη εσωτερική αυλή), το οποίο αποτελείτε από 6 δωμάτια.

Από το 2000 τα πρώτα κτίρια λόγω ανακαίνισης παραμένουν κλειστά. Λειτουργεί μονάχα αυτό που βρίσκεται δίπλα από το δημοτικό σχολείο και διαθέτει έξι δωμάτια, δίκλινα και τρίκλινα, με κεντρική θέρμανση και δικό τους μπάνιο. Πρωινό σερβίρεται στο βοηθητικό χώρο του σπιτιού, εκεί όπου βρίσκεται και η κουζίνα. Σήμερα, ο συνεταιρισμός αποτελείτε από επτά μέλη δύο εκ των οποίων είναι ενεργά. Πρόκειται για τις κυρίες Αναστασία και Κούλα.

Απέχει 221 χλμ. Από τη Θεσσαλονίκη και 624 χλμ. από την Αθήνα.

Θα επικοινωνήσετε μαζί τους στο τηλέφωνο 23850 51320.

## **ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΑΝΩ ΚΑΛΛΙΝΙΚΗΣ «ΠΕΛΑΓΟΝΙΑ»**

Το Μάιο του 1997 ιδρύθηκε στη Φλώρινα ο Γυναικείος Αγροτουριστικός Συνεταιρισμός Άνω Καλλινίκης «Η Πελαγονία». Τα μέλη του συνεταιρισμού παρασκευάζουν πιστά αντίγραφα παραδοσιακών στολών. Η ονομασία Πελαγονία προέρχεται από το όνομα του κάμπου της Φλώρινας.

Αντικείμενο των γυναικών του συνεταιρισμού είναι η χειροτεχνική εργασία και συγκεκριμένα η κατασκευή παραδοσιακών φορεσιών τόσο της Φλώρινας όσο και άλλων περιοχών της Ελλάδας. Επιπλέον, ράβουν, φτιάχνουν είδη προικός, κρασί μακραμέ, αζούρια κ.α. Υφαίνουν σε παραδοσιακό αργαλειό και βάζουν οι ίδιες το μαλλί με τον παραδοσιακό τρόπο, δηλαδή στα καζάνια με τα ξύλα. Το κέντημα γίνεται στο χέρι, ενώ το ράψιμο στη μηχανή καθώς και οι φορεσιές των ορεινών χωριών είναι διαφορετικές από εκείνες των χωριών του κάμπου. Το ύφασμα στα ορεινά χωριά είναι πιο χοντρό λόγω του κρύου- το λεγόμενο σαγιάκι- αλλά και πιο στολισμένο, πιο φανταχτερό με χρυσά κεντήματα. Αντίθετα, το ύφασμα της στολής ενός χωριού του κάμπου είναι πιο ελαφρύ, συνήθως από βελούδο.

Ο νομός Φλώρινας είναι ιδιαίτερα πλούσιος σε παραδόσεις με αξιοσημείωτη ποικιλία φορεσιών. Τα επτά ενεργά μέλη του συνεταιρισμού αγωνίζονται καθημερινά να διατηρήσουν αυτή την παράδοση.

Απέχει 170 χλμ. από τη Θεσσαλονίκη και 573 χλμ. από την Αθήνα.

Θα επικοινωνήσετε μαζί τους στα τηλέφωνα 23850 46048 , 23318

Για παραγγελίες : [www.in.gr/agro/products](http://www.in.gr/agro/products)

## **ΑΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΝΥΜΦΑΙΟΥ «Η ΝΥΜΦΗ»**

Στον παραδοσιακό οικισμό του Νυμφαίου στο νομό Φλώρινας, τον Απρίλιο του 1994 ιδρύθηκε ο Αστικός Συνεταιρισμός Γυναικών «Η Νύμφη». Πρόκειται για το δεύτερο συνεταιρισμό, μετά το συνεταιρισμό της κοινότητας των Αμπελακίων Θεσσαλίας που αποδίδει μεγάλο ποσοστό των κερδών του (60%) στην κοινότητα –του Νυμφαίου, στην προκειμένη περίπτωση- για κοινωφελή έργα.

Το πρώτο έργο για το οποίο διέθεσαν χρήματα ήταν για να αναπαλαιωθεί η Νίκειος Σχολή. Επίσης, έχουν συνεισφέρει οικονομικά στην αποκατάσταση βρυσών, την κατασκευή πέτρινων μονοπατιών και παιδικής χαράς, στο ξωκλήσι του Προφήτη Ηλία κ.α.

Ο συνεταιρισμός αποτελείται από 75 μέλη εκ των οποίων τα 20 είναι ενεργά. Αρχικά έφτιαχναν μονάχα μαρμελάδες και γλυκά του κουταλιού. Σταδιακά, όμως, επεκτάθηκαν και σε άλλα είδη όπως τουρσιά, λικέρ, βότανα, χυλοπίτες και τραχανά, λιαστές ντομάτες, σάλτσες πιπεριάς, χειροποίητα ξυλόγλυπτα, πλεκτά, τερλίκια για τα πόδια, γλίτσες και διάφορα κοσμήματα, καθώς το Νυμφαίο έχει παράδοση στην αργυροχρυσοχοία.

Το μαγαζάκι του συνεταιρισμού «Η Νύμφη», το οποίο βρίσκεται στο κέντρο του Νυμφαίου λειτουργεί Παρασκευή, Σάββατο και Κυριακή και πιο συγκεκριμένα από τις 10 το πρωί ως το βράδυ, ενώ κατά τους καλοκαιρινούς μήνες λειτουργεί σε καθημερινή βάση.

Ο συνεταιρισμός διοργανώνει διάφορες εκδηλώσεις στον κοινοτικό ξενώνα Νεβσοκι με χορούς και παραδοσιακό γλέντι την παραμονή της Πρωτοχρονιάς. Γλέντι, επίσης, γίνεται και κατά τη διάρκεια της Αποκριάς, ενώ κάθε Δεκαπενταύγουστο πραγματοποιείται παζάρι στη Νίκειο Σχολή.

Απέχει 160 χλμ. από τη Θεσσαλονίκη και 570 χλμ. από την Αθήνα. Θα επικοινωνήσετε μαζί τους στο τηλέφωνο 23860 31117

Για παραγγελίες : [www.in.gr/agro/products](http://www.in.gr/agro/products)

## **ΝΟΜΟΣ ΠΡΕΒΕΖΑΣ**

### **Ο ΝΟΜΟΣ ΜΕ ΤΗΝ ΑΠΑΡΑΜΙΛΛΗ ΦΥΣΙΚΗ ΟΜΟΡΦΙΑ**

Αν κάνετε διακοπές στο νομό Πρέβεζας, θα έρθετε σε επαφή με τη φύση και την ιστορία. Θα περιηγηθείτε τον αρχαιολογικό χώρο της Νικόπολης, της Κασσώπης, καθώς και το Νεκρομαντείο, ενώ θα γνωρίσετε τον απaráμιλλο πλούτο του Αμβρακικού.

### **ΑΜΒΡΑΚΙΚΟΣ ΚΟΛΠΟΣ**

Πρόκειται για ένα κλειστό κόλπο ανάμεσα στη Στερεά Ελλάδα και την Ήπειρο, ο οποίος αποτελεί έναν ιδιαίτερα σημαντικό υγρότοπο. Εδώ έγινε το 31 π. Χ. ναυμαχία του Ακτίου, στην οποία νίκησε ο Οκτάβιος και ηττήθηκαν ο Αντώνιος και η Κλεοπάτρα.

Χρειάστηκαν περίπου δύο εκατομμύρια χρόνια για να δημιουργηθεί αυτό το μαγευτικό σύμπλεγμα που αποτελείται από λιμνοθάλασσες, καλαμιώνες, αλμυροβάλτους, πυκνά δάση, λουρονησίδες φτιαγμένες από κοχύλια. Το γλυκό νερό προέρχεται από τους ποταμούς Λούρο και Άραχθο που εκβάλλουν εκεί, ενώ το αλμυρό από ένα άνοιγμα του Ιονίου. Τον υγρότοπο προτιμούν πολλές πάπιες και οι φαλαρίδες, αλλά δεν λείπουν και πολλά σπάνια είδη, όπως ο αργυροπελεκάνος, ο κραυγαετός, ο στικταετός κ.ά. Έχουν παρατηρηθεί περί τα 200 είδη πουλιών, εκ των οποίων τα 71 προστατεύονται από ευρωπαϊκή νομοθεσία. Ο Αμβρακικός είναι πολύ γνωστός και για τα δελφίνια του, τα οποία είναι σχετικά εύκολα να δει κανείς.

Στην πεδινή έκταση που περιβάλλει τον κόλπο οι καλλιέργειες είναι πλούσιες. Από εδώ ξεκινούν τα τεράστια περιβόλια με τα εσπεριδοειδή, ενώ τέσσερις λόφοι αποτελούν σημείο αναφοράς: του Προφήτη Ηλία, του Μαυρουβουνίου, της Σαλαώρας και της Στρογγυλής. Πηγή πλούτου για την περιοχή είναι το ψάρεμα. Ποιος δεν γνωρίζει τη γάμπαρη (γαρίδα) του Αμβρακικού, τις γλώσσες, τα χέλια τη σαρδέλα-παπαλίνα και τα πέντε είδη κεφάλου που αναγνωρίζονται ως τα πεντανόστιμα «πετάλια». Εδώ όμως φωλιάζει και ο ήταυρος, ένα ιδιαίτερα σπάνιο είδος ερωδίου. Τα φτερά του έχουν χρώμα καφεκίτρινο, όλο κηλίδες και ραβδώσεις, και έτσι είναι «αόρατος» όταν στέκεται ακίνητος ανάμεσα στα καλάμια. Το τραγούδι του μοιάζει με φύσημα σε στόμιο μπουκαλιού και ακούγεται τα ήσυχα βράδια και τα πρωινά της άνοιξης.

### **ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΘΕΣΠΩΤΙΚΟΥ «Η ΜΙΚΡΗ ΛΑΚΚΑ ΣΟΥΛΙ»**

Ο Συνεταιρισμός ιδρύθηκε το 1995 και αριθμεί 17 δραστήρια μέλη. Σκοπός του είναι η οικονομική και κοινωνική ανάπτυξη των μελών του. Στεγάζεται σε ένα όμορφο πέτρινο κτίριο στο ιστορικό κέντρο του Θεσπρωτικού.

Το Θεσπρωτικό βρίσκεται νοτιοανατολικά του Σουλίου, και απέχει 36 χιλιόμετρα από την πόλη της Πρέβεζας. Είναι ημιορεινή περιοχή και οι περισσότεροι έχουν ως κύρια ενασχόληση τη γεωργία και την κτηνοτροφία. Την προσπάθεια των γυναικών για την ίδρυση του Συνεταιρισμού στήριξαν οικονομικά η Εταιρεία Ανάπτυξης Αμβρακικού (ΕΤΑΝΑΜ), η Νομαρχιακή Αυτοδιοίκηση, το υπουργείο Γεωργίας καθώς και το Ινστιτούτο Εργασίας της ΓΣΕΕ.

Οι γυναίκες ασχολούνται με την παραδοσιακή κουζίνα και παρασκευάζουν πολλά είδη γλυκών του κουταλιού, τοπικά ζυμαρικά, πίτες και μεγάλη ποικιλία γλυκών ταψιού.

Πληροφορίες και παραγγελίες προϊόντων: τηλ: 26830 32686

## **ΝΟΜΟΣ ΑΡΤΑΣ**

### **ΟΙ ΔΙΑΚΟΠΕΣ ΣΤΟ ΝΟΜΟ ΕΙΝΑΙ ΞΕΧΩΡΙΣΤΕΣ**

Μπορείτε να ξεκινήσετε τη βόλτα σας από το ιστορικό γεφύρι. Ωστόσο η φυσική ομορφιά του νομού σας περιμένει να την ανακαλύψετε. Η περιήγηση στο μαγικό κόσμο των υγρότοπων και η επαφή με τη σπάνια χλωρίδα και πανίδα θα είναι αξέχαστες εμπειρίες.

Το ιστορικό γεφύρι της Άρτας αποτελεί σύμβολο της πόλης και τόπο συνάντησης των κατοίκων της. Δημιουργήθηκε το 1606, ενώ από τον 3<sup>ο</sup> αιώνα π.Χ. υπήρχε γεφύρι στην πλάτη του ποταμού. Ας όψονται τα δύο φράγματα που κατασκευάστηκαν στο Πουρνάρι για την παραγωγή υδροηλεκτρικής ενέργειας. Το χωμάτινο φράγμα είναι το δεύτερο μεγαλύτερο στην Ελλάδα.

Η τεχνητή λίμνη που σχηματίστηκε επιδρά θετικά στο περιβάλλον και είναι πολύ όμορφη, αφού τα υψώματα που την περιβάλλουν είναι πνιγμένα στο πράσινο και καθρεφτίζονται στα ήρεμα νερά της. Ένα από τα ωραιότερα σημεία βρίσκεται στο χωριό Κάτω Καλεντίνη, ακολουθώντας τον κατηφορικό χωματόδρομο προς Μηλιάνα.

Οι οικισμοί, τα λιβάδια, τα πέτρινα σπίτια και η ησυχία είναι τα στοιχεία που θα ενθουσιάσουν τον επισκέπτη. Επίσης σε μικρή απόσταση βρίσκεται η εγκαταλειμμένη Μονή των Μελατών, που χρονολογείται το 1797. Ο δρόμος που περνά απέξω φτάνει κοντά στο ποτάμι. Η λίμνη είναι ακόμη πιο ωραία αν την κοιτάξει κανείς από ψηλά, ακολουθώντας το δρόμο προς Δίστρατο, Τραπεζάκι, Φτέρη, ενώ συνεχίζοντας για Βαθύκαμπο, Μακρύκαμπο, Λεπιανά, Μικροσπηλιά θα συναντήσει τα Τζουμέρκα και τα όρη Αθαμανών. Η λίμνη χάνεται και ο Αραχθός ξαναγίνεται ποτάμι.

### **Ο ΥΓΡΟΤΟΠΟΣ ΤΗΣ ΡΟΔΙΑΣ**

Στο βορειοδυτικό Αμβρακικό βρίσκεται ο υγρότοπος της Ροδιάς, ο μεγαλύτερος ενιαίος καλαμιώνας των Βαλκανίων, ο οποίος προστατεύεται από τη διεθνή σύμβασης Ramsar. Σε αυτή την πανέμορφη λιμνοθάλασσα διαχειμάζει ο μεγαλύτερος πληθυσμός υδρόβιων πουλιών στην Ελλάδα (περίπου 100.0000). Εδώ σταθμεύουν και αναπαράγονται περί τα 250 είδη πουλιών και συναντάται η Τρίτη σε μέγεθος αποικία αργυροπελεκάνων στην Ευρώπη.

Θεωρείται ο καλύτερος χελότοπος της χώρας μας. Το τοπίο μαγεύει τον επισκέπτη: Οι καλαμιώνες, τα νούφαρα και τα νερόκρινα εναλλάσσονται με αλμυρόβαλτους, ανοιχτές εκτάσεις με νερό και μικρές κλειστές υφάλμυρες λίμνες. Διασχίζοντας με τα «πριάρια» (τα παραδοσιακά σκάφη του Αμβρακικού) τους καλαμιώνες και τις νησίδες με τις αρμυρήθρες, ο επισκέπτης θα γνωρίσει από κοντά τους φτερωτούς κατοίκους τους, που κάθε εποχή είναι και διαφορετικοί. Ο υγρότοπος είναι γνωστός και για τη μεγάλη ιχθυοπαραγωγική ικανότητά του. Η επίσκεψη στη λιμνοθάλασσα της Ροδιάς ενδείκνυται όλες τις εποχές του χρόνου.

Το Κέντρο Υγροτόπων Ροδιάς στο χωριό Στρογγυλή- 15 λεπτά με το αυτοκίνητο από την Άρτα- διοργανώνει την περιήγηση στον υγρότοπο. Το Κέντρο Υποδοχής και Ενημέρωσης στεγάζεται στο παλιό πέτρινο σχολείο της κοινότητας Στρογγυλής, στην είσοδο του χωριού. Ιδρύθηκε πρόσφατα από την Ιερά Μονή Προφήτη Ηλία Πρέβεζας, με σκοπό την προστασία αλλά και την ανάδειξη της μεγάλης αξίας του υγρότοπου. Υπάρχει η δυνατότητα- κατόπιν συνεννόησης- να γευματίσετε στην ψαροκαλύβα μέσα στη λιμνοθάλασσα. Θα δοκιμάσετε

νοστιμότητα προϊόντα της λιμνοθάλασσας, όπως χέλι, κέφαλος, και αθερίνα, καθώς και σαλάτα εποχής και ντόπιες πίτες.

Η περιήγησή σας θα περιλαμβάνει τα σημαντικότερα αξιοθέατα της περιοχής και θα ολοκληρωθεί στο χώρο με τους νεροβουβάλους, οι οποίοι, όντας εξαφανισμένοι από τη δεκαετία του '50, επέστρεψαν πριν από λίγο καιρό στην περιοχή όπου ζούσαν εδώ και πολλούς αιώνες.

### **ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΠΕΤΑ**

Βρίσκεται στο Πέτα, μόλις οκτώ χιλιόμετρα από την Άρτα. Ιδρύθηκε το 1994 από 20 μέλη, που αρχικά έφτιαχναν μόνο παραδοσιακά κεντήματα.

Το 1996, με τη βοήθεια του LEADER, οι γυναίκες του συνεταιρισμού στράφηκαν και στην Παρασκευή παραδοσιακών γλυκών.

**Πληροφορίες :** Τηλ:26810 83234

### **ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΟΙΚΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΒΙΓΛΑΣ**

Ο Γυναικείος Συνεταιρισμός ιδρύθηκε το 1999 στη Βίγλα του Δήμου Αμβρακικού. Αριθμεί 15 μέλη τα οποία με πολύ μεράκι και αγάπη για την παράδοση δραστηριοποιούνται στην κατασκευή παραδοσιακών υφαντών, κεντημάτων, έργων χειροτεχνίας καθώς και παραδοσιακών στολών όλων των ειδών. Μπορείτε να τον επισκεφθείτε καθημερινά.

**Πληροφορίες:** Τηλ:26810 24377

## **ΝΟΜΟΣ ΘΕΣΠΡΩΤΙΑΣ**

### **ΙΔΑΝΙΚΟΣ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΔΙΑΚΟΠΕΣ ΚΟΝΤΑ ΣΤΗ ΦΥΣΗ**

Το λιμάνι της πρωτεύουσας Ηγουμενίτσας σφύζει από ζωή. Ο νομός όμως είναι κατεξοχήν ορεινός, με τις δυτικές οροσειρές της Πίνδο που χαμηλώνουν δυτικά προς τη θάλασσα. Ανάμεσα στις οροσειρές υπάρχουν οι κοιλάδες, τις οποίες διασχίζουν οι ποταμοί Καλαμάς και Αχέρωντας.

### **ΠΕΖΟΠΟΡΙΚΕΣ ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΧΑΡΑΥΓΗ- ΑΓΙΑ ΜΑΡΙΝΑ**

Η Λαγγάβιτσα είναι παραπόταμος του ποταμού Καλαμά και πηγάζει από το όρος Μουργκάνα. Οι πηγές της ονομάστηκαν από τους ντόπιους «μάνα του νερού», επειδή

είναι πλούσιες και αστείρευτες, ακόμη και το καλοκαίρι. Δίπλα της δημιουργήθηκαν πολλά μικρά χωριά που διατηρούν ακόμη τον παραδοσιακό τους χαρακτήρα. Η περιοχή δέχεται ελάχιστους επισκέπτες και παραμένει η πιο άγνωστη της Ηπείρου. Το φαράγγι της Λαγγάβιτσας όμως μπορεί να αποζημιώσει με το παραπάνω τον επισκέπτη, καθώς συνδυάζει τη φυσική ομορφιά με την ανθρώπινη δραστηριότητα. Στα τοιχώματα του φαραγγιού έχουν σκαφτεί μυλαύλακα που οδηγούν το νερό χιλιόμετρα μακριά.

Πέτρινα γεφύρια σωριασμένα σήμερα μέσα στο νερό, αλλά και ένα που αψηφά το χρόνο, παλιά μονοπάτια, μύλοι και πεζούλες χωραφιών συνοδεύουν τον πεζοπόρο.

Η διαδρομή διαρκεί περίπου τρεις ώρες; Από τη Χαραυγή έως την Αγία Μαρίνα και είναι σχετικά εύκολη. Δεν υπάρχει χαραγμένο μονοπάτι, αλλά διακρίνονται οι αναλημματικοί τοίχοι των παλιών μονοπατιών. Μπορείτε να βαδίσετε μέσα στα στεγνά σήμερα μυλαύλακα. Σε ορισμένα σημεία τρυπούν τα βράχια σε μεγάλο ύψος πάνω από το ποτάμι για να διατηρήσουν την κλάση τους. Πάνω στα πλατάνια σώζονται κρεμασμένες από τα κλαδιά μεταλλικές κατασκευές, που χρησίμευαν στη μεταφορά του νερού από τα αυλάκια στα παρακείμενα χωράφια! Υπάρχουν ενοικιαζόμενα δωμάτια, ενώ φαγητό θα βρείτε στη Χαραυγή και στη Λεπτοκαρυά.

Μπορείτε να επισκεφθείτε στο τέλος της διαδρομής το μοναστήρι της Αγίας Μαρίας και να θαυμάσετε τα βάθρα της μεγάλης γέφυρας που ένωσε κάποτε τις όχθες του ποταμού δίπλα στο παλιό μοναστήρι. Στη δεξιά όχθη σώζεται ακόμη ένας τύπος γεφυριού που φέρει μυλαύλακο και χτίστηκε για τη μεταφορά του νερού. Η διαδρομή από και προς την περιοχή με το αυτοκίνητο είναι πολύ όμορφη, γιατί περνά μέσα από τα πυκνά δάση της περιοχής.

Το καλοκαίρι γίνονται πολλά πανηγύρια με τοπικά έθιμα, ιδίως το Δεκαπενταύγουστο, τα οποία αξίζει να παρακολουθήσετε.

### **ΣΚΑΛΑ ΚΕΡΑΜΙΤΣΑΣ**

Ο λιθόστρωτος δρόμος, που οδηγούσε κάποτε από τα Γιάννενα στο λιμάνι της Σαγιάδας και από κει στην Κέρκυρα, περνούσε από την περίφημη «Σκάλα της Κεραμίτσας». Από την Κέρκυρα τα προϊόντα μεταφέρονταν στο λιμάνι της Βενετίας και από εκεί σε ολόκληρη την Ευρώπη. Μέχρι σήμερα σώζεται σε καλή κατάσταση το καλντερίμι από τη Δάφνη έως τα Αχούρια της Κεραμίτσας. Το λιθόστρωτο είναι κατασκευασμένο στην απόκρημνη πλαγιά του όρους Λάγγαρη

και έχει πλάτος πάνω από δύο μέτρα. Οι μεγάλοι αναλημματικοί τοίχοι που το υποστηρίζουν δείχνουν τη σημασία που είχε το έργο για την εποχή κατά την οποία κατασκευάστηκε. Οι Τούρκοι εκμεταλλεύθηκαν όλο τον πληθυσμό της περιοχής από τη Λάρισα έως τη Σαγιάδα για να κατασκευάσουν αυτό το καλντερίμι το 1716, όταν σχεδίαζαν τη μεγάλη επίθεσή τους εναντίον της Κέρκυρας.

Είναι μια ευχάριστη διαδρομή. Από τη Δάφνη, ένα χωριουδάκι πνιγμένο στο πράσινο και στα νερά, όπου μπορείτε να θαυμάσετε έναν παλιό νερόμυλο σε πλήρη λειτουργία, ανηφορίστε προς την κοιλάδα που σχηματίζεται κάτω από την Κεραμίτσα. Το φιδωτό καλντερίμι θυμίζει πολύ τη σκάλα του Βραδέτου στα Ζαγοροχώρια. Είναι μία εύκολη διαδρομή για όλη την οικογένεια, διάρκειας περίπου δύο ωρών με την επιστροφή. Φαγητό θα βρείτε στις ονομαστές ψησταριές της Δάφνης δίπλα στο ομώνυμο ποταμάκι και κάτω από βαθύσκιατα πλατάνια. Μπορείτε να επισκεφθείτε λίγο πιο πάνω το μοναστήρι του Αγίου Μηνά στο χωριό Κόκκινο Λιθάρι, που είναι χτισμένο πάνω σε έναν απόκρημνο βράχο. Κάποτε το μοναστήρι αυτό χρησιμοποιούνταν για να απομονώνουν τους επικίνδυνους τρελούς από τα γύρω χωριά. Σε κοντινή απόσταση βρίσκεται επίσης η Μονή Γερομερίου, η σημαντικότερη της Θεσπρωτίας αλλά και μία από τις αξιόλογες σε ολόκληρη την Ήπειρο. Μπορείτε να κοιμηθείτε σε πανδοχείο στους Φιλιάτες, την έδρα του δήμου της περιοχής. Στην πόλη λειτουργεί το Κέντρο Ιστορικών Μελετών Θεσπρωτίας, όπου ύστερα από συνεννόηση (τηλ. 26640 51428) θα πάρετε πληροφορίες για την ιστορία της ευρύτερης περιοχής και θα δείτε το αρχείο από παλιούς πρωτότυπους χάρτες, παλιές φωτογραφίες και λιθόγραφα.

## ΠΑΛΙΑ ΣΑΓΙΑΔΑ

Η Σαγιάδα είναι ένα ψαροχώρι λίγο από την Ηγουμενίτσα. Χτίστηκε το 1950, όταν οι κάτοικοι του παλιού χωριού που κήκε από τους Γερμανούς κατέβηκαν από το βουνό στην πεδιάδα. Σήμερα τα ερείπια της Παλιάς Σαγιάδας βρίσκονται πάνω στο βουνό και μπορείτε να επισκεφθείτε από ένα παλιό μονοπάτι που ξεκινά από τη θάλασσα και καταλήγει στα εξακόσια μέτρα περίπου πάνω από την επιφάνειά της. Το χωριό χτίστηκε κατά τη βυζαντινή περίοδο, αλλά μεγάλοι καταστρεπτικοί σεισμοί (όπως αυτός του 1872) άλλαξαν την εικόνα του. Το κέντρο του έρημου σήμερα πετρόκτιστο χωριού με την πλακόστρωτη πλατεία, τις εκκλησίες και την αγορά εντυπωσιάζει τον επισκέπτη.

Οι αρχιτεκτονικές επιρροές από τα Επτάνησα και την εποχή της Ενετοκρατίας είναι έντονες στο χωριό αυτό που διαφέρει από εκείνα που συναντά κανείς στην ορεινή Ήπειρο.

Μπορεί κανείς να συνεχίσει από ένα ανηφορικό μονοπάτι προς τη σπηλιά της Αγίας Παρασκευής προς την κορυφή του βουνού. Η θέα στο λιμάνι της Σαγιάδας και την Κέρκυρα στο βάθος είναι πολύ όμορφη. Η διαδρομή είναι εύκολη και διαρκεί περίπου δύο ώρες.

Στις 26 Ιουλίου στην πλατεία του παλιού χωριού γίνεται ένα παραδοσιακό πανηγύρι

Όπου συμμετέχουν η χορωδία και το χορευτικό συγκρότημα του Δήμου Σαγιάδας μαζί με γνωστές «ζυγιές» με κλαρίνα. Τον Αύγουστο στον ίδιο χώρο καταλήγει το φεστιβάλ τραγουδιού, μία οργανωμένη προσπάθεια για τη διατήρηση της παράδοσης που διασχίζει όλη την παραμεθόρια Ήπειρο. Δοκιμάστε φρέσκο ψάρι και γαρίδες στην παραλία της Σαγιάδας.

Αν αναζητάτε οργανωμένη παραλία, κατευθυνθείτε προς την παραλία Κεραμίδι. Στη Σκάλα της Σαγιάδας μπορεί κανείς να επισκεφθεί το Κέντρο Πληροφόρησης για τα στενά και το δέλτα του ποταμού Καλαμά και να ενημερωθεί για τους υγρότοπους της περιοχής.



## ΣΤΕΝΑ ΚΑΛΑΜΑ

Ο ποταμός Καλαμάς διασχίζει όλο το βορειοδυτικό τμήμα της Ηπείρου πριν καταλήξει στο Ιόνιο Πέλαγος λίγο πάνω από την Ηγουμενίτσα. Ανάμεσα στα χωριά Βροσύνα και Πέντε Εκκλησιές υπάρχει ένα μεγάλο φαράγγι, μέσα στο οποίο κυλά ο ποταμός. Σε ένα σημείο στενεύει τόσο ώστε δημιουργήθηκε ο μύθος ότι κάποτε ο ένας καβαλάρης πήδηξε με το άλογο του από τη μία πλευρά στην άλλη. Το μέρος λέγεται Φαραγγοπήδημα. Στην έξοδο του φαραγγιού σώζονται τα βάρθρα μιας τεράστιας γέφυρας η οποία υπήρχε εκεί. Η γέφυρα χτίστηκε από τους ρωμαϊκούς χρόνους και γκρεμίστηκε από τον ποταμό και τους ανθρώπους πολλές φορές. Την τελευταία φορά την γκρέμισαν οι Τούρκοι, μετά την αποτυχημένη επανάσταση του Διονυσίου το 1611. Οι κάτοικοι την ξανάφτιαξαν το 1628 κυριολεκτικά πάνω στα βάρθρα από τις παλαιότερες φάσεις, έτσι που μοιάζει με τεράστιο περίεργο γλυπτό στη μέση του ποταμού. Σε όσους αρέσουν τα πέτρινα γεφύρια, η επίσκεψη σε αυτή τη μοναδική γέφυρα κρίνεται απαραίτητη.

Στα βράχια πάνω από το ποτάμι βρίσκονται τα ερείπια της Οσδίνας, μιας πόλης που ερημώθηκε κατά την Τουρκοκρατία και σήμερα σώζονται μόνο οι εκκλησίες της. Προτείνεται η επίσκεψη στη νεκρόπολη της Οσδίνας, όπου μπορεί κανείς να θαυμάσει κανείς τα αρχαία τείχη που συμπληρώνονται από τα βυζαντινά και τα νεότερα. Η θέα προς το φαράγγι από τα βράχια της έρημης πόλης είναι φανταστική. Η διαδρομή διαρκεί πέντε ώρες και σε ορισμένα σημεία είναι δύσκολη. Γενικώς, το χειμώνα είναι δύσκολη και επικίνδυνη. Το καλοκαίρι όμως γίνεται εξαιρετικά απολαυστική. Θα βρείτε φαγητό στο Πολύδροσο και στη Βροσύνα. Μπορεί κανείς να γνωρίσει τμηματικά την περιοχή, κατεβαίνοντας κάτω από το χωριό Πολύδροσο και βαδίζοντας στη δεξιά όχθη του ποταμού μέχρι το Φαραγγοπήδημα. Μία άλλη διαδρομή ξεκινά από τη γέφυρα της Μπολιάνας στο νότιο τμήμα του ποταμού και συνεχίζει στην αριστερή όχθη του μέχρι τα «Σπυροπηγάδια», ένα όμορφο μέρος με πηγές που τρέχουν κάτω από τα πλατάνια, διαμορφωμένο για τα καλοκαιρινά πανηγύρια των κατοίκων της περιοχής.

## ΙΠΠΑΣΙΑ ΣΤΟ ΜΕΣΟΒΟΥΝΙ

Ο Ιππικός Όμιλος «Ο Πήδαςος» ιδρύθηκε το 1998 στο Μεσοβούνι Μαργαριτίου. Τα μέλη του από το Μάρτιο μέχρι το Σεπτέμβριο διαθέτουν τα άλογα τους προκειμένου να γίνουν ιππικές δραστηριότητες στην περιοχή. Διοργανώνονται μαθήματα(για αρχάριους και προχωρημένους) και περίπατοι στον υγροβιότοπο του Καλαμά, στο Μεσοβούνι, στον Αχέροντα και στη Σελλιάνη.

Πληροφορίες: Τηλ: 26650 27728, 6932029995, 6932482909

## ΓΛΥΚΗ- ΜΥΛΟΙ ΣΟΥΛΙΟΥ

Η Γλυκή βρίσκεται στο νοτιοανατολικό τμήμα της Θεσπρωτίας, δίπλα στον ποταμό Αχέρωντα. Η περιοχή είναι συνδεδεμένη με πανάρχαιους μύθους και παραδόσεις και ενδείκνυται για μία πολυήμερη επίσκεψη με σκοπό την πεζοπορία. Πάνω από τη Γλυκή βρίσκονται τα χωριά του Σουλίου, τα οποία μπορείτε να επισκεφθείτε από την περίφημη «Σκάλα της Τζαβέλενας». Πρόκειται για ένα μονοπάτι που περνά από την αριστερή όχθη του Αχέροντα, πάνω από το φαράγγι, και καταλήγει στη Σαμονίβα. Από εκεί έχετε τη δυνατότητα να περιηγηθείτε το Κούγκι και το κάστρο της Κιάφας.

Εναλλακτικά, μπορείτε να συνεχίσετε ως το Τρίκαστρο του Νομού Ιωαννίνων και να θαυμάσετε από ψηλά και τη συνέχεια του φαραγγιού Αχέροντα. Τη διαδρομή που προτείνουμε εδώ μπορείτε να κάνετε μόνο το καλοκαίρι και αφορά στην ανάβαση του ίδιου του Αχέροντα και του παραπόταμου του, «Ντάλα ρέμα», μέσα από τα πλατάνια μέχρι τις πηγές του Αχέροντα, που βρίσκονται στην αρχή του φαραγγιού και είναι εντυπωσιακές. Τεράστιοι όγκοι πολύ κρύου νερού ξεπηδούν μέσα από τα βράχια ακόμη και το καλοκαίρι.

Στη συνέχεια θα περάσετε μέσα στην κοίτη του ποταμού και σε ορισμένα σημεία ίσως χρειαστεί να κολυπήσετε. Μόλις διασχίσετε το φαράγγι, το οποίο είναι πολύ στενό και βαθύ και ένα από τα ομορφότερα της Ελλάδας, θα φτάσετε στη συμβολή του ρεύματος με τον Αχέροντα. Εκεί θα στρέψετε αριστερά και θα ξεφύγετε από τον κύριο όγκο των τουριστών που κατακλύζουν την περιοχή.

Μετά θα περάσετε κάτω από μια τσιμεντένια γέφυρα και θα συνεχίσετε ανηφορίζοντας μέσα από την κοίτη, την οποία έχει σμιλέψει το νερό μέσα στο βράχο. Όλη η πορεία είναι ανάβαση μέσα σε ένα ονειρικό περιβάλλον που θυμίζει μουσείο σύγχρονης τέχνης με αγάλματα σμιλεμένα στο βράχο! Θα φτάσετε στο τέλος της διαδρομής (περίπου τρεις ώρες χωρίς ιδιαίτερη δυσκολία). Εκεί σας περιμένει ο αναστηλωμένος μύλος του Ντάλα μέσα σε μικρούς καταρράκτες. Πανύψηλα πλατάνια και αρκετός χώρος για ξεκούραση θα σας αποζημιώσουν για την πορεία που έχετε ήδη κάνει. Καλό είναι να φροντίσετε να σας περιμένει εκεί κάποιος για να πάτε οδικώς στο Σούλι, όπου μπορείτε να φάτε ή να μείνετε, ή να γυρίσετε στις ταβέρνες της Γλυκής δίπλα στον Αχέροντα.

## **ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΑ ΚΑΤΑΛΥΜΑΤΑ**

### **ΑΧΕΡΩΝ ΣΠΡΙΝΓΚΣ**

Στη Γλυκή, 500 μ. πριν από τις πηγές του Αχέροντα και με θέα το ποτάμι, το ξενοδοχείο διαθέτει οκτώ δωμάτια (με ψυγείο, κλιματισμό, τηλεόραση και όλες τις ανέσεις). Δημιουργήθηκε με επιδότηση από το πρόγραμμα LEADER II και λειτουργεί εδώ και τρία χρόνια ως αγροτουριστική επιχείρηση.

Υπάρχει επίσης ταβέρνα κατά μήκος του ποταμού που λειτουργεί όλο το χρόνο και σερβίρει τοπικό φαγητό. Για τους λάτρεις της φύσης διοργανώνονται διαδρομές ράφτινγκ στις πηγές του Αχέροντα.

Πληροφορίες: τηλ: 26660 41127, 41900-1

### **ΖΗΓΟΥ ΓΙΑΝΝΟΥΛΑ**

Νεόχτιστος ξενώνας με παραδοσιακό στιλ στο Μεσοβούνι. Αποτελείται από δύο μεζονέτες και τρία στούντιο. Υπάρχει αγρόκτημα 35 στρεμμάτων και ελαιώνας.

Οι επισκέπτες απολαμβάνουν βόλτες στο αγρόκτημα, μία δωρεάν εκδρομή στην ευρύτερη περιοχή. Σερβίρεται τοπικό πρωινό. Επιδοτήθηκε από το Β΄ ΚΠΣ.

**Πληροφορίες :** τηλ: 26650 22573

## **ΚΥΠΡΙΑΝΟΥ ΑΙΚΑΤΕΡΙΝΗ**

Επτά δωμάτια στο 2ο χλμ. του δρόμου Ηγουμενίτσας- Δρέπανου σε περίοπτη θέση και 100 μ. από τη θάλασσα. Το κατάλυμα ανεγέρθηκε το 1992, όταν εντάχθηκε σε ένα Πρόγραμμα Αγροτουρισμού. Στο πλαίσιο της αγροτουριστικής δραστηριότητας, οι ιδιοκτήτες ασχολούνται με την καλλιέργεια κηπευτικών και όσοι επισκέπτες έχουν το μεράκι μπορούν να παρακολουθήσουν ή να ασχοληθούν, εάν έχουν τη διάθεση. Τα προϊόντα που καλλιεργούνται διατίθενται στους πελάτες δωρεάν.

## **ΛΙΟΠΙΑΡΗΣ ΚΥΡΙΑΚΟΣ**

Στην Καταβόθρα, 18 χλμ. από την Πάργα, θα βρείτε δύο πλήρως εξοπλισμένα διαμερίσματα, που χτίστηκαν με επιδότηση από Πρόγραμμα για Νέους Αγρότες στο πλαίσιο της Β'ΚΠΣ. Σερβίρονται τοπικό πρωινό και φαγητό με πολλές σπιτικές πρώτες ύλες στην ταβέρνα.

**Πληροφορίες:** Τηλ : 26650 94545

## **ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟ ΕΛΕΑΤΑΝ**

Δημιουργήθηκε με επιδότηση ενός Προγράμματος Αγροτουρισμού το 1998. Βρίσκεται στο χωριό Χρυσανγή (Βελλιανή) 4 χλμ. από την Παραμυθιά. Λειτουργεί από το 2000. Διαθέτει οκτώ επιπλωμένα διαμερίσματα (δίκλινα και τετράκλινα) με όλες τις ανέσεις. Αποτελεί αφετηρία για πολλές ημερήσιες εκδρομές στη Γλυκή και στον ποταμό Αχέροντα (10 χλμ.), στην Πάργα (36χλμ.), στα Σύβοτα (37χλμ.). Η ταβέρνα σερβίρει ψητά στα κάρβουνα και παραδοσιακό φαγητό κατόπιν παραγγελίας.

**Πληροφορίες:** τηλ: 26660 23019, 25050

## **ΤΣΙΡΩΝΗ ΒΑΣΙΛΙΚΗ**

Με επιδότηση του ΠΕΠ δημιουργήθηκαν το 2000 τρία δίκλινα διαμερίσματα στη Γλυκή, στις Πηγές του ποταμού Αχέροντα. Είναι πλήρως εξοπλισμένα και έχουν θέα στο ποτάμι. Υπάρχει κτήμα 4,5 στρεμμάτων με ελιές και ζώα, στο οποίο μπορείτε να κάνετε βόλτα.

**Πληροφορίες :** Τηλ: 26660 41127

## **ΧΡΥΣΑΝΘΗ & ΣΠΥΡΟΣ ΚΑΤΕΡΗΣ**

Πρόκειται για ένα νεόκτιστο συγκρότημα στο ήσυχο περιβάλλον ενός ελαιώνα στα Σύβοτα. Διαθέτει πλήρως εξοπλισμένες διαμπερείς μεζονέτες, που φιλοξενούν από 4 έως 6 άτομα. Η δημιουργία τους το 1999 εντάχθηκε σε πρόγραμμα επιδότησης Νέων Αγροτών.

**Πληροφορίες:** Τηλ: 26650 93302

## **NOMOS ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ**

### **Ο ΝΟΜΟΣ ΤΟΥ ΒΟΥΝΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΑΣ**

Το μεγαλύτερο μέρος του νομού είναι ορεινό. Μάλιστα, η οροσειρά της Πίνδου δεσπόζει στην περιοχή. Η σπάνια γλωρίδα και πανίδα προστατεύεται στους εθνικούς δρυμούς του Βίκου-Αώου και της Βάλια Κάλντα.

### **ΓΙΑΝΝΕΝΑ**

Οι οξύληκτοι μιναρέδες του Κάστρου, που υψώνονται πάνω από τις κορυφές των δέντρων στις όχθες της λίμνης, αποτελούν ορόσημο της πανέμορφης πρωτεύουσας. Ειδυλλιακά κουρνιασμένα στις όχθες της λίμνης Παμβώτιδας, με τα βουνά της Πίνδου να διαφαίνονται πίσω από το νησί της λίμνης, τα Γιάννενα είναι ένα πραγματικά πανέμορφο μέρος. Επί Τουρκοκρατίας άκμασαν ως κέντρο τεχνών και χειροτεχνίας, κυρίως αργυροχοίας. Ακόμη και σήμερα τα γιαννιώτικα ασημικά συγκαταλέγονται στα καλύτερα της χώρας, ενώ θα συναντήσετε τεχνίτες να εργάζονται στα μικρά τους εργαστήρια. Δείγματα της δουλειάς τους μπορείτε να δείτε στο παράρτημα του Βυζαντινού Μουσείου, στο Κάστρο, το οποίο περιέχει υπέροχα έργα βυζαντινής τέχνης. Στο Κέντρο Παραδοσιακής Βιοτεχνίας (ΚΕΠΑΒΙ) στην παραλίμνια περιοχή υπάρχουν εκπληκτικά αντικείμενα, καθώς και μία αναπαράσταση εργαστηρίου αργυροχόου. Δίπλα στο Βυζαντινό Μουσείο βρίσκετε το Φετιχιέ Τζαμί της Νίκης (είναι κλειστό για το κοινό) με τον τάφο του Αλή πασά. Επίσης, μέσα στο φρούριο βρίσκεται το Μουσείο Λαϊκής Τέχνης, που στεγάζεται στο Τζαμί του Ασλάν πασά. Αξίζει να το επισκεφθείτε για να δείτε το τζαμί του 1619. Η συλλογή του μουσείου περιλαμβάνει τοπικές ενδυμασίες, κοσμήματα και άλλα είδη τέχνης και χειροτεχνίας από την πόλη. Στο κέντρο των Ιωαννίνων, στην περιοχή Λιθαρίτσια, θα συναντήσετε το Αρχαιολογικό Μουσείο, το οποίο είναι απαραίτητο να επισκεφθείτε αν σκοπεύετε εθνικής οδού Ιωαννίνων –Αθηνών, τηλ. 26510 92128.

### **ΤΟ ΝΗΣΙ**

Μην παραλείψετε να επισκεφθείτε το νησί, που βρίσκεται στο μέσο της λίμνης, με κάποιο από τα караβάκια που εκτελούν τακτικά δρομολόγια από την προβλήτα μπροστά στα τείχη του Κάστρου. Υπάρχει ένας μόνος μικρός οικισμός σε αυτό, οι κάτοικοι του οποίου κερδίζουν τα προς το ζην από την αλιεία και τον τουρισμό. Τόσο οι επισκέπτες όσο και οι κάτοικοι της πόλης πηγαίνουν συχνά στο νησάκι για φαγητό. Το φημισμένο ντόπιο έδεσμα είναι τα βατραχοπόδαρα, που είναι ιδιαίτερα νόστιμα και εξάγονται στη Γαλλία. Μπορείτε να περιηγηθείτε το νησί με τα πόδια, ακολουθώντας το μονοπάτι. Η περιοχή είναι παρθένα, γι' αυτό δεν αποκλείεται να δείτε ή να ακούσετε αηδόνια, καθώς και αμπελοουργούς στα καλάμια, βραχοκιρκίνεζα, δρυοσκολάπτες και διάφορα είδη υδρόβιων πτηνών. Το μοναδικό αξιοθέατο του νησιού είναι το Μουσείο του Αλή πασά, που στεγάζεται την πρώην Μονή Αγίου Παντελεήμονα. Η μονή κατασκευάστηκε το 16<sup>ο</sup> αιώνα, όμως το σημερινό κτίσμα είναι σύγχρονη ανακατασκευή. Εδώ δολοφονήθηκε ο Αλή πασάς. Η βίαιη αυτή ιστορία έρχεται σε πλήρη αντίθεση με το ειδυλλιακό τοπίο.

## ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΓΥΝΑΙΚΕΙΟΣ ΗΠΕΙΡΩΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ

Ιδρύθηκε το 1998 έπειτα από αιτημάτων γυναικών της ευρύτερης περιοχής των Ιωαννίνων. Σκοπός του είναι η οικονομική και κοινωνική ανάπτυξη των μελών του σε συμμετοχή στην παραγωγή, τη μεταποίηση και την εμπορία παραδοσιακών προϊόντων. Στεγάζεται σε κατάλληλα εξοπλισμένο εργαστήριο, στη δημιουργία του οποίου συνέβαλαν όλα τα μέλη του συνεταιρισμού. Το πρόγραμμα επιδοτήθηκε από το Leader II. Οι γυναίκες φτιάχνουν πίτες με χειροποίητο φύλλο, ζυμαρικά, μαρμελάδες και γλυκά του κουταλιού χωρίς συντηρητικά. Όλα τα προϊόντα είναι φτιαγμένα με αγνά υλικά, σύμφωνα με ηπειρώτικες συνταγές. Ο συνεταιρισμός αναλαμβάνει επίσης την τροφοδοσία εκδηλώσεων. Θα βρείτε τα προϊόντα σε καταλύματα του Ζαγορίου, στο νησί, σε σουπερ μάρκετ στα Γιάννενα κ.ά., αλλά μπορείτε επίσης να τα παραγγείλετε και να σας τα στείλουν.

**Πληροφορίες:** Εθνικής Αντιστάσεως 207, Επαρχιακή οδός Κατσικά –Κουτσελίου, Ιωάννινα, τηλ: φαξ: 26510 91180

## ΣΠΗΛΑΙΟ ΠΕΡΑΜΑΤΟΣ

Στα περίχωρα των Ιωαννίνων θα συναντήσετε το μεγαλύτερο σε έκταση σπήλαιο της Ελλάδας και ταυτόχρονα ένα από τα ωραιότερα των Βαλκανίων. Βρίσκεται στη βόρεια άκρη της λίμνης των Ιωαννίνων, σε απόσταση τεσσάρων χιλιομέτρων από τα Ιωάννινα, στο λόφο Γκορίτσα της κωμόπολης του Περάματος. Το σπήλαιο ανακαλύφθηκε τυχαία την περίοδο του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου από ένα βοσκό που αναζητούσε καταφύγιο την ώρα του βομβαρδισμού. Το κομμάτι του σπηλαίου που είχε έκταση αρκετών χιλιομέτρων, ενώ το ανεξερεύνητο είναι πολύ μεγαλύτερο συγκρότημα σπηλαίων στη χώρα. Οι επισκέπτες μπορούν να δουν το σπήλαιο, αλλά χωρισμένοι σε ομάδες και με ξεναγό. Ωρες λειτουργίας: 8 π.μ.-7 μ.μ. καθημερινά.

Πληροφορίες: Τηλ: 26510 81521

## ΖΙΤΣΑ

Η περιοχή αυτή εκτείνεται βορειοδυτικά του λεκανοπεδίου και απέχει 26 χιλιόμετρα από τα Γιάννενα. Πολλοί επιλέγουν τη Ζίτσα ως τόπο κατοικίας τους ενώ εργάζονται στα Γιάννενα, διότι δεν απέχει πολύ από αυτά και είναι μία ζωντανή πόλη. Το κλίμα της περιοχής, καθώς και τα ανάγλυφο του εδάφους ευνοούν την αμπελουργία, ενώ η Ζίτσα φημίζεται για το κρασί της. Αξίζει να επισκεφθείτε το Μοναστήρι του Προφήτη Ηλία και το γειτονικό οινοποιείο.

## ΓΚΛΙΝΑΒΟΣ ΜΟΝΑΣΤΗΡΙ- ΖΙΤΣΑ ΑΕ

Πρόκειται για την οικογενειακή επιχείρηση του οινολόγου Λευτέρη Γκλίβανου, στην οποία συμμετέχουν ενεργά όλα τα μέλη της. Το οινοποιείο βρίσκεται δίπλα στη Μονή του Προφήτη Ηλία (του 17ου αιώνα), σε μία έκταση 70 στρεμμάτων και σε υψόμετρο 700 μέτρων. Στην περιοχή ευδοκούν διάφορες ποικιλίες σταφυλιών, η καλύτερη από τις οποίες είναι η λευκή Ντεμπίνα, που φέρει και την Ονομασία Προέλευσης Ανωτέρας Ποιότητας. Η Ντεμπίνα είναι γηγενής ελληνική ποικιλία κρασοστάφυλων από την αρχαιότητα. Δίνει ένα φρουτώδες κρασί με

λεπτό και φρέσκο άρωμα. Καλλιεργούνται, επίσης, δύο ερυθρές γηγενείς ποικιλίες, το Βλάχικο και το Μπεκάρι, καθώς και οι γαλλικές ποικιλίες Cabernet Sauvignon και Chardonnay. Το οινοποιείο είναι επισκέψιμο Δευτ.- Παρ., 9 π.μ.-3 μ.μ. και τα Σαββατοκύριακα κατόπιν συνεννόησης.

Πληροφορίες: Τηλ: 26580 22212, [www.glivanos.gr](http://www.glivanos.gr), [ge@glivanos.gr](mailto:ge@glivanos.gr)

## **ΜΕΤΣΟΒΟ**

Για να πάτε από τη Θεσσαλία στην Ήπειρο θα διασχίσετε το δρόμο με το μεγαλύτερο υψόμετρο στην Ελλάδα , στα 1707 μέτρα . Στη διαδρομή σας θα συναντήσετε το Μέτσοβο , μια πανέμορφη ορεινή κωμόπολη χτισμένη στις πλαγιές της βόρειας Πίνδου . Το χειμώνα προσελκύει πλήθος επισκεπτών λόγω του χιονοδρομικού κέντρου και το καλοκαίρι διότι ενδείκνυται για πεζοπορία . Στις περισσότερες ταβέρνες σερβίρονται ντόπια εδέσματα , όπως πρόβειο τυρί με έντονη γεύση , θηράματα και δυνατό κόκκινο κρασί . Η ανάπτυξη των τεχνών και της χειροτεχνίας αντανακλάται στα εκπληκτικά κεντήματα , στα ασημικά και στις ξυλόγλυπτες μαγκούρες ή γκλίτσες , των βοσκών . Σχεδόν όλοι οι ηλικιωμένοι άντρες του χωριού κρατούν γκλίτσες , ενώ κάποιοι φορούν σκούρες πτυχωτές φουστάνελες και παραδοσιακά τσαρούχια . Υπό αυτές τις συνθήκες χτίστηκαν τα μεγαλοπρεπή αρχοντικά που βλέπουμε σήμερα .

## **ΑΡΧΟΝΤΙΚΟ ΣΤΟ ΜΕΤΣΟΒΟ**

Λειτουργεί ως μουσείο, μέσα από το οποίο οι επισκέπτες γνωρίζουν τον τρόπο ζωής των πλούσιων κατοίκων του Μετσόβου. Αποτελεί από τρεις ορόφους, περίτεχνα διακοσμημένους με έπιπλα, χαλιά, ασημικά, κοσμήματα και ενδυμασίες. Είναι ανοιχτό καθημερινά εκτός Πέμπτης. Γίνεται ξενάγηση κάθε μισή ώρα.

Πληροφορίες :Τηλ:26560 41084

## **ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΟ ΚΑΤΩΓΙ & ΣΤΡΟΦΥΛΙΑ ΑΕ**

Η οινοπαραγωγική προσπάθεια στο Μέτσοβο ξεκίνησε τη δεκαετία του 1960 από τον Ευάγγελο Αβέρωφ με τον ερυθρό οίνο Κατώγι – Αβέρωφ και Στροφυλιά

έχουν συγχωνευτεί και έχουν αμπελώνες σε όλη την Ελλάδα. Το οινοποιείο του Μετσόβου είναι επισκέψιμο καθημερινά εκτός Σαββάτου και Κυριακής. Τηλεφωνήστε για να κανονίσετε να συμμετάσχετε και σε κάποια γευσιγνωσία. Το επισκέπτονται πολλοί μαθητές και φοιτητές.

Πληροφορίες: Τηλ:26560 41684, [www.katogi-strofilia.gr](http://www.katogi-strofilia.gr)

## **ΖΑΓΟΡΟΧΩΡΙΑ ΚΑΙ ΦΑΡΑΓΓΙ ΤΟΥ ΒΙΚΟΥ**

Βόρεια των Ιωαννίνων, προς τα ελληνοαλβανικά σύνορα, σε μια έκταση 1000 τετρ. χλμ. εκτείνεται η περιοχή του Ζαγορίου. Αποτελείται από 46 Ζαγοροχώρια, τα οποία χαρακτηρίζονται από τη μοναδική τους αρχιτεκτονική τους και ενώνονται με μονοπάτια που μπορείτε να ακολουθήσετε απολαμβάνοντας το μαγευτικό τοπίο. Χωριά όπως το Μονοδέντρι, το Τσεπέλοβο και το Πάπιγκο προσελκύουν συνεχώς εκδρομείς. Το πιο εντυπωσιακό φυσικό αξιοθέατο της περιοχής είναι το φαράγγι του Βίκου, μήκους 12 χλμ. Σε πολλά σημεία οι πλαγιές του υψώνονται κατακόρυφα μέχρι και 950 μ., αλλού ανοίγουν και ενώνονται με κατάφυτα λιβάδια, ενώ τις κατάλληλες εποχές του χρόνου μπορείτε να κολυμπήσετε στον ποταμό Βοϊδομάτη. Αν είστε σε καλή φυσική κατάσταση, μπορείτε να διασχίσετε το φαράγγι με τα πόδια σε μία μέρα στις αρχές ή στα τέλη καλοκαιριού. Το χειμώνα συνήθως δεν είναι βατό, καθώς και τον Απρίλιο και το Μάιο, όταν λιώσουν τα χιόνια και τα ρυάκια μεταμορφώνονται σε ορμητικούς χείμαρρους. Προτού ξεκινήσετε, φροντίστε να πάρετε πληροφορίες για τις συνθήκες που επικρατούν και ενημερώστε κάποιο δικό σας άτομο για το που σκοπεύετε να κινηθείτε.

### **ΠΑΠΙΓΚΟ**

Ένα από τα ωραιότερα χωριά του Ζαγορίου, γνωστό ως οικισμός από το 14ο αιώνα. Είναι χτισμένο στους πρόποδες της Αστράκας και αποτελείται από δύο «μαχαλάδες», το Μεγάλο και το Μικρό Πάπιγκο (απέχουν 4 χλμ. ο ένας από τον άλλο).

Περιηγηθείτε την πλατεία, τις εκκλησίες και τα αρχοντικά και θαυμάστε τις πέτρινες βρύσες και τα σπίτια με τις περίτεχνες πόρτες. Όλα είναι χτισμένα σύμφωνα με την παραδοσιακή αρχιτεκτονική. Επισκεφθείτε, ακολουθώντας μικρούς δρόμους και μονοπάτια, τις πηγές του Βοϊδομάτη, το φυσικό κολυμβητήριο στο «Ρογκοβό» και το καταφύγιο του Ορειβατικού Συλλόγου στην Αστράκα. Ενδιαφέρον παρουσιάζουν οι εκκλησίες του Αγίου Βλασίου (19ου αιώνα) –με σπάνια αρχιτεκτονική και αγιογραφίες-, της Κοίμησης της Θεοτόκου (18ου αιώνα), του Αγίου Γεωργίου (18ου αιώνα), και των Αγίων Ταξιαρχών (19ου αιώνα), καθώς και το παραδοσιακό γεφύρι στην είσοδο του χωριού. Το Πάπιγκο απέχει 62 χλμ. από τα Γιάννενα.

### **ΤΣΕΠΕΛΟΒΟ**

Το αρχοντικό χωριό, γνωστό από τον αιώνα. Βρίσκεται 51 χλμ. από τα Γιάννενα, στα 1080 μέτρα. Το 1868 ήταν πρωτεύουσα των τουρκικών αρχών του Ζαγορίου. Το χωριό είναι βυθισμένο στο βουνό και περιτριγυρισμένο από δάση. Το πρώτο σχολείο του λειτούργησε το 1700. Επισκεφθείτε το Ναό του Αγίου Νικολάου (1708) και τη Μονή της Ρογκοβού, που χτίστηκε μεταξύ του 1028 και του 1034. Δείτε επίσης τις εκκλησίες της Κοιμήσεως της Θεοτόκου, της Κάτω Παναγιάς και του Αγίου Νικολάου, αλλά και τα αρχοντικά των οικογενειών Κέντρου, Παπάζογλου, Βαζίμα και Τσαβαλιά. Μπορείτε να κάνετε στάση στο καφέ Ίρις στην κεντρική πλατεία, όπου θα δοκιμάσετε χειροποίητα γλυκά ταψιού της κυρίας Γούση και θα αγοράσετε τσίπουρο, γλυκά και τραχανά.

## ΜΕΛΙΣΣΟΚΟΜΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ – ΤΟ ΣΠΙΤΙ ΤΗΣ ΜΕΛΛΙΣΣΑΣ

Το ζεύγος Δέμκα που κατάγεται από τη Θεσσαλονίκη εγκαταστάθηκε στο Τσεπέλοβο και το 2002 ξεκίνησε μια επιχείρηση με μελισσοκομικά προϊόντα. Έχουν 140 μελίσσια και παράγουν ανθόμελο, βασιλικό πολτό, γύρη και κερί. Με μεράκι, αποφασιστικότητα και τις απαραίτητες γνώσεις- ως τεχνολόγοι γεωπόνου- αναπτύσσουν συνεχώς την επιχείρησή τους. Ετοιμάζουν ένα νέο ιδιόκτητο εργαστήριο με σκοπό τη μεγαλύτερη παραγωγή και τη δημιουργία νέων προϊόντων. Το μαγαζί είναι ανοιχτό όλο το χρόνο και θα το βρείτε στην είσοδο του χωριού, πάνω στο δρόμο.

Πληροφορίες: Τηλ: 26530 81187, moses@air.gr

## ΚΑΠΕΣΟΒΟ

Το χωριό βρίσκεται σε αμφιθεατρική θέση στην άκρη της Μεσαρίας, σε υψόμετρο 1100 μέτρων, και απέχει 43 χιλιόμετρα από τα Γιάννενα. Ο επισκέπτης μπορεί να δει τα μεγάλα πέτρινα σπίτια του χωριού και να επισκεφθεί το Ναό του Αγίου Νικολάου (1793). Επίσης, στο Καπέσοβο ενδιαφέρον παρουσιάζουν η Βιβλιοθήκη, το Λαογραφικό Μουσείο και το Πολιτιστικό Κέντρο. Σε κοντινή απόσταση μία πέτρινη σκάλα οδηγεί στο Βραδέτο.

## ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ – Η ΣΤΕΡΝΑ

Οι αδερφές Γιάννα και Έλλη Παπαγεωργίου, ορμώμενες από την αγάπη τους για το χωριό και την επιθυμία να κάνουν κάτι το δικό τους, αποφάσισαν να ξεκινήσουν μία επιχείρηση στον τόπο τους. Η επιχείρηση λειτουργεί από το 1998 και βρίσκεται στην πλατεία του χωριού. Το όνομα της προέρχεται από τη στέρνα του 1848 που βρίσκεται στο κέντρο του μαγαζιού. Παράγουν κρασί, τσίπουρο και ξύδι. Μαζεύουν επίσης μανιτάρια, όπως βασιλομανίταρα (πορτσίνι), καθαρέλλες και μορχέλλες, τα οποία αποξηραίνουν. Από φρούτα της περιοχής φτιάχνουν λικέρ, γλυκά κουταλιού και ταψιού και μαρμελάδες. Αξίζει να δοκιμάσετε το «πισ τι», γλύκισμα με καρύδι, πορτοκάλι και κονιάκ, το τοπικό «σμπέκι» με καρύδια βουτηγμένα στη μουσταλευριά, το ξακουστό κυδωνόπαστο και τους τραχανάδες.

Πληροφορίες: Τηλ: 26510 33570, 6977 202817

## ΚΟΝΙΤΣΑ

Μια κωμόπολη γεμάτη ζωή, σε μία πανέμορφη τοποθεσία στα 600 μέτρα, με άγρυπνο φρουρό από πάνω της το βουνό Τραπεζίτσα και με θέα στον ποταμό Αώο, και παράλληλα ένα δημοφιλές ορειβατικό κέντρο.



## **ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΠΡΟΙΝΤΑ – ΖΑΧΑΡΟΠΛΑΣΤΕΙΑ ΘΩΜΑ ΝΙΚΟΛΑΟΥ**

Ο Κονιτσιώτης Θωμάς Νικολάου ζούσε στην Αθήνα πριν αποφάσισε να γυρίσει στον τόπο του. Η οικογένειά του ασχολούνταν με τη ζαχαροπλαστική και έτσι δημιούργησε και ο ίδιος ένα εργαστήριο ζαχαροπλαστικής στη Γραβίτσια Κόνιτσας. Παρασκευάζει Σκερ Μπουρέκ, παραδοσιακό χειροποίητο γλυκό από απόσταγμα αγριοτριανταφυλλιάς με αμύγδαλο και Κλωστάρι γεμιστό, Ηπειρώτικος μπακλαβάς με καρύδια.

**Πληροφορίες:** Το ζαχαροπλαστείο «Νέκταρ» βρίσκεται στην κεντρική πλατεία της Κόνιτσας. Τηλ:26550 23920, [omlena@otenet.gr](mailto:omlena@otenet.gr) ,[www.konitsas.biz/glikanikolaoy](http://www.konitsas.biz/glikanikolaoy)

## **ΕΡΓΑΣΤΗΡΙΟ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΠΡΟΙΟΝΤΩΝ «ΜΑΡΜΕΛΩΔΙΑ» ΚΑΙ ΕΚΘΕΤΗΡΙΟ «ΣΥΝΑΝΤΗΣΗ»**

Με μεράκι, κέφι και επιμονή η οικογένεια Παπαμιχαήλ λειτουργεί από το 2002 ένα νέο εργαστήριο, συνεχίζοντας την οικογενειακή παράδοση από τις αρχές του 20ού αιώνα. Το εργαστήριο παραγωγής παραδοσιακών προϊόντων, στην είσοδο της πόλης, είναι ανοιχτό για το κοινό. Παράγει 22 γλυκά κουταλιού, 30 είδη μαρμελάδας (δοκιμάστε οπωσδήποτε το μήλο ρετσέλι με μούστο και ζάχαρη), 15 είδη τουρσιού σε γλυκόξινη άλμη χωρίς συντηρητικά. Επιπλέον, φτιάχνουν πίτες, όπως «πεπέκι» με τυρί, κολοκύθι και καλαμποκίσιο αλεύρι χωρίς αβγό. Η οικογένεια καλλιεργεί λαχανικά τα οποία χρησιμοποιεί για την παρασκευή γλυκά και σάλτσες. Επίσης μαζεύουν άγρια φρούτα της περιοχής, ενώ αξιοποιούν την τοπική παραγωγή της Κόνιτσας.

**Πληροφορίες:** Τηλ: 26550 25004, 26550 22234

## **ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΟ ΠΑΡΚΟ «ΜΠΟΥΡΑΖΑΝΙ»**

Στα 1200 στρέμματα του πάρκου, 12 χλμ. από την Κόνιτσα, έχετε τη μοναδική ευκαιρία να σας ξεναγήσουν ανάμεσα σε ελάφια, πλατόνια, αγριοπρόβατα, ζαρκάδια και άλλα ζώα. Μπορείτε να φιλοξενηθείτε στο παραδοσιακό ξενοδοχείο με όλες τις ανέσεις (εστιατόριο με νοστιμότητα εδέσματα κυνηγιού, μπαρ καφέ, αθλητικές εγκαταστάσεις και συνεδριακός χώρος) στην κατάφυτη κοιλάδα του Αώου ή στο πέτρινο «Σπίτι του Ποταμού», ακριβώς στην κοίτη του .

**Πληροφορίες:** Τηλ: 26550 61283, 61320, [www.bourazani.gr](http://www.bourazani.gr)

## **ΜΟΛΥΒΟΣΚΕΠΑΣΤΗ**

Αξίζει να επισκεφθείτε το χωριό ακριβώς δίπλα στα ελληνοαλβανικά σύνορα, με πανοραμική θέα στην Πίνδο και στις κορυφές Σμόλικα και Γκαμήλα. Βρίσκεται σε απόσταση 20 χιλιομέτρων από την Κόνιτσα, στη συμβολή των ποταμών Αώου και Σαρανταπόρου, στην ανατολική πλευρά της Νεμέτσικας. Περισσότεροι από είκοσι ναοί της Βυζαντινής και Μεταβυζαντινής Περιόδου σώζονται στο χωριό που είχε χαρακτηριστεί βυζαντινός διατηρητέος χώρος. Οι λιγοστοί κάτοικοί του προσπαθούν να κρατήσουν ζωντανό το χωριό τους, δημιουργώντας προϋποθέσεις για τους

νέους ώστε να μην το εγκαταλείψουν, ενώ δίνουν κίνητρα και σε αυτούς που έφυγαν για να επιστρέψουν. Με αυτό το σκεπτικό ίδρυσαν έναν αγροτικό συνεταιρισμό, λειτουργούν έναν κοινοτικό ξενώνα με μία ταβέρνα, ένα καφενείο με τοπικά γλυκά και μεζέδες και διοργανώνουν πολιτιστικές εκδηλώσεις όλο το χρόνο και γιορτές του τσίπουρου κάθε Νοέμβριο.

### **ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΟΙΝΟΠΟΙΗΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΜΟΛΥΒΟΣΚΕΠΑΣΤΗΣ**

Ιδρύθηκε το 1992 και έχει ως κύρια δραστηριότητά του την παραδοσιακή απόσταξη τσίπουρου, ενός προϊόντος άρρηκτα συνδεδεμένου με την ιστορία και τις παραδόσεις του χωριού. Σκοπός του συνεταιρισμού είναι η οικονομική ενίσχυση των κατοίκων- παραγωγών μέσα από την αξιοποίηση του τσίπουρου. Παράλληλα δραστηριότητα είναι η Παρασκευή παραδοσιακών προϊόντων, όπως γλυκά του κουταλιού, ζυμαρικά, λικέρ κ.α. από τις γυναίκες του χωριού. Μπορείτε να επισκεφθείτε το παραδοσιακό κτίριο του συνεταιρισμού, όπου στεγάζονται το αποστακτήριο, το εκθετήριο και το πωλητήριο.

**Πληροφορίες:** Για καθημερινές ξεναγήσεις, τηλ: 6977 779917, 26510 24106

### **ΚΟΙΝΟΤΙΚΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ «ΔΙΠΑΛΙΤΣΑ»**

Μπορείτε να μείνετε δίπλα στο συνεταιρισμό σε ένα σύγχρονο κτίσμα έξι δωματίων με ξύλινα ταβάνια και πατώματα, παραδοσιακή διακόσμηση και εκπληκτική θέα. Επίσης, έχετε τη δυνατότητα να ξεκουραστείτε στο καθιστικό με το τζάκι και να γευτείτε το πρωινό, που αποτελείται από προϊόντα των γυναικών του συνεταιρισμού. Το φαγητό σερβίρεται στην ταβέρνα με το τζάκι και την παραδοσιακή διακόσμηση, που βρίσκεται στο ισόγειο. Δοκιμάστε οπωσδήποτε αγριογούρουνο, κοντοσουβλι, προβατίνα στα κάρβουνα και τους νοστιμότατους μεζέδες που συνοδεύονται με τσίπουρο. Στον ίδιο χώρο μπορείτε από το πρωί να πιείτε και καφέ.

**Πληροφορίες:** Τηλ: 26550 24814

### **ΤΥΡΟΚΟΜΕΙΟ ΙΔΡΥΜΑΤΟΣ ΜΙΧΑΗΛ ΤΟΣΙΤΣΑ**

Λειτουργεί από το 1958. Δημιουργήθηκε με σκοπό να αποτελέσει μια τυροκομική σχολή και όχι απλώς για να δώσει εργασία σε κάποιους κατοίκους του Μετσόβου. Ο ιδρυτής και εμπνευστής του, ο Ενάγγελος Αβέρωφ, έστειλε νεαρούς Μετσοβίτες κτηνοτρόφους για τυροκομικές σπουδές στην Ιταλία. Εκεί απέκτησαν το απαραίτητο θεωρητικό υπόβαθρο, το οποίο συνδύασαν με την εμπειρία τους στην τυροκομία. Έτσι, παρήγαγαν τυρί πολύ καλής ποιότητας με πρώτη ύλη το γάλα από την περιοχή. Το τυροκομείο παράγει τυριά, όπως το φημισμένο μετσοβονέ, παρμεζάνα και γραβιέρα, καθώς και φρέσκο βούτυρο. Απασχολεί 16 άτομα και δίνει ζωή στην περιοχή, αφού συνεργάζεται με 100 κτηνοτρόφους που το προμηθεύουν με γάλα. Κάθε Παρασκευή, από τις 8 π.μ. μέχρι τη 1μ.μ., μπορείτε να αγοράσετε προϊόντα από το τυροκομείο, ενώ καθημερινά αυτά διατίθενται στα μαγαζιά στον κεντρικό δρόμο του Μετσόβου.

**Πληροφορίες:** Τηλ: 2656 41235

## **ΟΡΕΙΒΑΤΙΚΟ ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΑΣΤΡΑΚΑΣ**

Από το Πάπιγκο ανηφορίσετε με τα πόδια στο βουνό της Τύμφης. Έπειτα από 5,5 χλμ. ή 2,5 ώρες θα φτάσετε στο μοναδικό καταφύγιο της περιοχής ανάμεσα στις κορυφές Λάπατος και Αστράκα. Εκεί μπορείτε να φάτε και να κοιμηθείτε. Είναι πλήρως ανακαινισμένο και φιλοξενεί 50 άτομα. Λειτουργεί από 1 Μαΐου έως 31 Οκτωβρίου και κατόπιν συνεννόησης τον υπόλοιπο χρόνο.

**Πληροφορίες:** Τηλ: 6973 223100

## **ΠΑΠΙΓΚΟ: ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΚΟΥΖΙΝΑ**

### **ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ ΤΣΟΥΜΑΝΗΣ ΝΙΚΟΣ**

Η οικογενειακή επιχείρηση βρίσκεται στην πλατεία του Μεγάλου Πάπιγκου. Θα δοκιμάσετε τοπικά εδέσματα, όπως πίτες, γίδα βραστή, γιουβαρλάκια, χορτόσουπα, αρνάκι γάστρας, τηγανιά χοιρινή και συκωταριά αρνίσια. Φημίζεται και για τα ορεκτικά του, κυρίως για τις πατάτες φούρνου και τη φασολάδα σκορδαλιά. Θα πιείτε σπιτικό κρασί, ενώ διατίθεται και μεγάλη ποικιλία εμφιαλωμένων. Όσο για τα γλυκά, μην παραλείψετε να δοκιμάσετε γιαούρτι με γλυκά κουταλιού, πασπαλισμένο με καβουρντισμένο αμύγδαλο.

**Πληροφορίες:** Τηλ: 26530 41893, [tsoumnik@otenet.gr](mailto:tsoumnik@otenet.gr)

## **ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ ΚΑΦΕ ΑΔΕΡΦΩΝ ΙΩΑΝΝΙΔΗ**

Στην είσοδο του χωριού θα συναντήσετε το καφέ-εστιατόριο των τριών αδερφών Ιωαννίδη. Ανοίγει καθημερινά για καφέ-ο ελληνικός γίνεται στο μπρίκι- και μετά τη 1 μ.μ. σερβίρεται φαγητό. Δοκιμάστε οπωσδήποτε τις φημισμένες αλευρόπιτες, τις κρεατόπιτες, καθώς και το κρέας που είναι ντόπιο από ζώα ελευθέρως βοσκής. Το βράδυ διασκεδάστε ακούγοντας ευχάριστη μουσική στο μπαρ του Αλέξανδρου, στο κέντρο της πλατείας. Στεγάζεται σε ένα κτίσμα του 1874, στο οποίο η οικογένεια Ιωαννίδη είχε από τότε παντοπωλείο και καφενείο.

**Πληροφορίες:** Τηλ : 26530 41124

## **ΝΟΜΟΣ ΧΑΝΙΩΝ**

### **ΟΙ ΟΜΟΡΦΙΕΣ ΤΗΣ ΔΥΤΙΚΗΣ ΚΡΗΤΗΣ**

Ο νομός Χανίων είναι μια από τις ωραιότερες περιοχές του νησιού, το γεμάτο ζωή λιμάνι των Χανίων, που αντανακλά την ενετική κληρονομιά της πόλης. Η πολυσύχναστη αγορά, όπου πωλούνται φρέσκα και νοστιμότητα προϊόντα, τα ενδιαφέροντα μουσεία και οι γύρω παραλίες κάνουν την περιοχή έναν πολύ δημοφιλή προορισμό.

Η νότια ακτή της Κρήτης είναι μια σειρά από δαντελωτές τσόχες και προεξοχές γης, με βουνά και φαράγγια που καταλήγουν θεαματικά στη θάλασσα. Δυτικά από τον Ψηλορείτη κατηφορίζει το Κουρτελιώτικο φαράγγι μέσα από ένα μαγευτικό τοπίο μέχρι την παραλιακή Πίσω Μονή Πρέβελης (Ιωάννη του Θεολόγου), που χρονολογείται μεταξύ του 17<sup>ου</sup> και 19<sup>ου</sup> αιώνα. Η επόμενη μεγάλη κωμόπολη προς τα δυτικά, η Χώρα Σφακιών, βρίσκεται στο φαράγγι της Ίμβρου, το οποίο είναι εξίσου πανέμορφο με αυτό της Σαμαριάς, αλλά δέχεται πολύ λιγότερους επισκέπτες.

### **ΒΑΜΟΣ Α.Ε : ΤΟ ΟΡΑΜΑ ΤΗΣ ΠΑΡΕΑΣ ΒΑΜΙΑΝΩΝ**

Το 1995 μια παρέα δέκα ατόμων που ζούσαν στην Αθήνα αποφάσισαν να επιστρέψουν στη γενέτειρά τους, τη Βάμο. Από συγκυρία ενώθηκαν όλοι μαζί και αποφάσισαν να ζωντανέψουν το χωριό.

Τον Ιούλιο του 1995, σε ένα χώρο που υπήρχε από τις αρχές του αιώνα και λειτουργούσε ως καπηλειό δημιούργησαν μία ταβέρνα. Παράλληλα, αναστήλωσαν τρία παλιά σπίτια, τα οποία άνηκαν στις οικογένειές τους. Τα σπίτια αυτά λειτούργησαν ως ξενώνες το 1996. Οι ξενώνες αυτοί διαθέτουν τζάκι, κάποιοι ξυλόσομπα, εξοπλισμένη κουζίνα, μικρό ψυγείο, τηλεόραση, κλιματισμό και δικό τους μπάνιο.

Στη συνέχεια δημιούργησαν ένα παντοπωλείο, εκεί όπου οι γυναίκες του χωριού έφτιαχναν παραδοσιακά προϊόντα (γλυκά του κουταλιού, μαρμελάδες, ζυμαρικά, σαπούνι).

Το 1997 λειτούργησαν άλλα τρία σπίτια- ξενώνες, καθώς και το καφέ «Λιακωτό», όπου σερβίρεται το πρωινό. Την ίδια χρονιά, διαπιστώνοντας τη μεγάλη ζήτηση των παραδοσιακών προϊόντων, έφτιαξαν μια οικοτεχνία, όπου παρήγαγαν τα προϊόντα συστηματικά και τα προωθούσαν και εκτός του παντοπωλείου (στην Κρήτη, στην Αθήνα, και στην υπόλοιπη Ελλάδα)

Στη συνέχεια άνοιξαν και δεύτερο παντοπωλείο στην αγορά των Χανίων, «Το Μυροβόλο», ενώ παράλληλα άρχισαν να διοργανώνουν μια σειρά πολιτιστικών εκδηλώσεων στην αίθουσα εκθέσεων «Το Ξόμπλι». Επίσης, διαμόρφωσαν ένα φανταστικό μουσείο στη αίθουσα «Φάμπρικα»- παλιό ελαιοτριβείο. Δημιούργησαν ακόμη ένα αγρόκτημα με βιολογικές καλλιέργειες (ελιές, κηπευτικά), καθώς και μια μικρή μονάδα κτηνοτροφίας, που εξυπηρετούσε τις ανάγκες της εταιρείας.

Την ίδια χρονιά μια ομάδα τριάντα ανθρώπων από όλη την Κρήτη, με βάση τη «Βάμος α.ε.», σύστησαν την εταιρεία «ΜΙΝΩΑ ΤΕΡΨΗ Α.Ε.», με στόχο να προωθήσουν τα κρητικά παραδοσιακά προϊόντα και εκτός Κρήτης.

Το 2000, μαζί με 16 ακόμη εταιρείες που κινούνται στο χώρο του εναλλακτικού τουρισμού, των παραδοσιακών προϊόντων και επαγγελμάτων, δημιούργησαν το δίκτυο αγροτουρισμού «Αποκόρωνα Κρήτης», για να κάνουν την επαρχία του Αποκόρωνα ένα ολοκληρωμένο κέντρο αγροτουρισμού.

Σήμερα, έχοντας περάσει οκτώμιση χρόνια από τότε που ξεκίνησαν δειλά δειλά την προσπάθειά τους οι δέκα Βαμιανοί, διαπιστώνουν ότι είναι πρωτοπόροι σε αυτό το κομμάτι ανάπτυξης της περιφέρειας.

Το χωριό Βάμος είναι η πρωτεύουσα του ομώνυμου δήμου που αριθμεί 3000 κατοίκους. Τα τελευταία χρόνια έχουν έρθει στο χωριό πολλοί αλλοδαποί, κυρίως Άγγλοι και Γερμανοί, οι οποίοι είτε αγοράζουν παλιά πέτρινα σπίτια και τα αναστηλώνουν είτε αγοράζουν έτοιμες κατοικίες είτε χτίζουν από την αρχή. Οι κάτοικοι του χωριού ασχολούνται κυρίως με τη γεωργία και την κτηνοτροφία, ενώ πολλοί δουλεύουν ως εργάτες, λόγω της οικοδομικής δραστηριότητας. Γέννημα θρέμμα του Βάμου ήταν ο Δημήτριος Λαμπράκης, ο οποίος σε ηλικία 20 ετών έλαβε μέρος στη Μακεδονικό Αγώνα, αφού διακρίθηκε για τις υπηρεσίες που πρόσφερε κατήλθε στο δημοσιογραφικό στίβο με προτροπή του Ελευθερίου Βενιζέλου.

## ΜΙΑ ΝΥΧΤΑ ΚΑΙ ΜΙΑ ΜΕΡΑ ΣΤΗ ΒΑΜΟ

Η οικογένεια Φραντζεσκάκη, από τους δημιουργούς της Εταιρείας Διατήρησης της Παράδοσης και Ανάπτυξης του Αποκόρωνα «Βάμος α.ε», με υποδέχτηκε στη Βάμο. Φάγαμε στην ταβέρνα του «Μαρουβά» φάβα, οφτό, κρέας τσιγαριστό με στάκα, σαλάτα και τηγανητές πατάτες. Διανυκτέρευσα στη «Φάμπρικα», μια από τις κατοικίες όπου φιλοξενούνται επισκέπτες και απολαμβάνουν τη ζεστή ατμόσφαιρα με το τζάκι στο σαλόνι.

Η επόμενη μέρα ήταν ηλιόλουστη, μα με δυνατό αέρα Παρέα με το Σπύρο Φραντζεσκάκη επισκεφθήκαμε το παντοπωλείο «Το Μυροβόλο» με τα παραδοσιακά προϊόντα, περάσαμε από το καφέ «Λιακωτό» για ένα καφεδάκι και μεταβήκαμε στο πρώην παρθεναγωγείο, το οποίο από το 1995 λειτουργεί ως δημοτικός ξενώνας- σήμερα φιλοξενεί καθηγητές και μαθητές που συμμετέχουν στα νέα προγράμματα του Κέντρου Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Βάμου. Η αποστολή του κέντρου είναι τετραπλή εκπαίδευση και η αγωγή των παιδιών, η επιμόρφωση των εκπαιδευτών, η περιβαλλοντική έρευνα, καθώς και η παραγωγή εκπαιδευτικού υλικού.

Σε κοντινή απόσταση βρίσκονται οι ξενώνες «Γεράνι 1, 2 και 3», που έχουν θέα στα Λευκά Όρη. Διαγωνίως του παρθεναγωγείου βρίσκεται το «Αγιόκλημα», ένα νεοκλασικό σπίτι που μετατράπηκε σε ξενώνα. Κάτω από τη «Φάμπρικα» υπάρχει ένα παλιό ελαιοτριβείο, το οποίο λειτουργεί ως «πολυχώρος» τέχνης τους καλοκαιρινούς μήνες.

Από την πάνω πλευρά του κεντρικού δρόμου βρίσκεται το εργαστήριο, όπου οι γυναίκες του χωριού παρασκευάζουν παραδοσιακά προϊόντα.

Ανηφορίζοντας στον κεντρικό δρόμο περάσαμε από το ειρηνοδικείο, τον αστυνομικό σταθμό, φτάσαμε στην αγορά με τα καφεενεδάκια, τα παντοπωλεία και λίγο πιο πάνω συναντήσαμε το σχολείο, όπου οι μικροί μαθητές έπαιζαν στο προαύλιο.

Προχωρήσαμε οδικώς 2 χλμ. έξω από τη Βάμο και φτάσαμε στο Καρύδι. Εκεί βρίσκεται η Μονή του Αγίου Γεωργίου Καρυδίου. Οι πρώτες πληροφορίες γι' αυτή αναφέρονται σε έγγραφο του 1600 ενώ το 1829 απέκτησε άδεια για την εκμετάλλευση του καρπού της ελιάς. Το 1923 όμως, το ελαιοτριβείο διαλύθηκε και σήμερα σώζονται μονάχα οι καμάρες του. Στη μονή ζει ο αρχιμανδρίτης πατήρ Δωρόθεος, ο οποίος με τη συνδρομή των ιερέων της μητρόπολης και άλλων λίγων δωρητών προσπαθεί να τη λειτουργήσει αποτελεσματικά.

Μια γεμάτη και ενδιαφέρουσα μέρα ολοκληρώθηκε στην ταβέρνα του «Μπλουμοσήφη» στο Βάμο. Εκεί μας περίμενε ένα δελεαστικότατο τραπέζι, με κόκκορα κρασάτο ελευθέρας βοσκής με χυλοπίτες, αρνάκι με πατάτες ψημένο στον ξυλόφουρνο, ομελέτα με χοιρινό καπνιστό, ντάκος, σαλάτες και ντόπιο κρασί.

## ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Μεσώ του τουριστικού γραφείου της «Βάμου α.ε.» μπορείτε να συμμετάσχετε σε γεωργικές ασχολίες και σε διάφορες άλλες δραστηριότητες (να μαζέψετε χόρτα, να μαγειρέψετε, να λάβετε μέρος στον τρύγο, να δείτε πώς παράγουν μέλι κλπ.). Επίσης θα γνωρίσετε τα ήθη και τα έθιμα της περιοχής- με περιπάτους σε μέρη ιδιαίτερου φυσικού κάλλους- , καθώς και τα κρητικά προϊόντα.

**Επικοινωνία: Τουριστικό γραφείο: 28250 23251, 23352**

Ταβέρνα: 28250 83220 Φαξ: 23100 Κινητό: 6936 500670-3

[Vamousae@otenet.gr](mailto:Vamousae@otenet.gr), [www.vamousae.gr](http://www.vamousae.gr)

## Η ΒΑΜΟΣ ΑΕ ΤΗΣ ΠΑΡΑΔΟΣΗΣ ΚΑΙ ΤΗΣ ΑΝΑΠΤΥΞΗΣ

'...Μια προσπάθεια για να δοθεί η δυνατότητα να συνδυαστούν οι διακοπές με τον πολιτισμό και η κουλτούρα με την ψυχαγωγία'

Έτσι σκέφτηκε η παρέα των δέκα Βαμιανών και ίδρυσε τη Βάμος α.ε. που άρχισε τη δραστηριότητά της το 1995.

Το χωριό Βάμος είναι ένας οικισμός του Νομού Χανίων για τον οποίο βρίσκουμε αναφορές από το 12ο αιώνα. Επί Τουρκοκρατίας ήταν έδρα του Νομού Σφακίων. Είναι κτισμένο σε λόφο με θέα τα Λευκά Όρη και τη Χερσόνησο του Ακρωτηρίου, μέσα σε ένα τοπίο άγριο που σε προκαλεί να το κατακτήσεις. Ό,τι απέμεινε από τον οικισμό της Τουρκοκρατίας είναι η παλιά γειτονιά με τα καλντερίμια και τα εγκαταλειμμένα παραδοσιακά σπίτια. Οι δέκα Βαμιανοί με προσοχή και αγάπη αναπαλαιώσαν 14 από αυτά τα σπίτια. Τα προσάρμοσαν στις απαιτήσεις της σημερινής ζωής, αλλά η πέτρα και το ξύλο παρέμειναν κυρίαρχα όπως και όταν πρωτοκτίστηκαν. Η επίπλωση είναι από ντόπια υλικά και γενικότερα ο διάκοσμος διατηρεί το τοπικό χρώμα.

Η πορεία στο χρόνο είχε ξεκινήσει.

## ΟΙ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Δεδομένης της φιλοσοφίας που διέπει τους ανθρώπους της Βάμος αε, η διαμονή σε έναν παραδοσιακό ξενώνα δεν θα σήμαινε και σπουδαία πράγματα, αν δεν συνοδευόταν από όλα εκείνα που δεν είναι απλώς διαφορετικά από όσα κάνει κανείς στην πόλη. Είναι αυτά που σε φέρνουν σε επαφή με πράγματα αρχέγονα, όπως είναι η γη με τα γεννήματά της, το σκάλισμα του αμπελιού, το μάζεμα της ελιάς, το άπτημα των σταφυλιών και στο τέλος της ημέρας το ποτήρι του κρασιού που μόνος σου έφτιαξες και που κάνει τον κάματο της ημέρας ευλογία.

### Μαθήματα

Έτσι λοιπόν μπορείτε να μάθετε να μαγειρεύετε κρητικά φαγητά, να συμμετέχετε σε γεωργικές εργασίες, να διδαχθείτε ντόπιους χορούς αλλά και την πλούσια κρητική διάλεκτο, να γνωρίσετε τα έθιμα και τα ήθη του τόπου.

Τα μαθήματα γίνονται για ομάδες μεγαλύτερες των 12 ατόμων. Οι τιμές είναι:

- Προγράμματα τριών ωρών (απόγευμα) με ένα γεύμα: € 20.54/άτομο
- Προγράμματα έξι ωρών (πρωί) με δύο γεύματα: € 29.34/άτομο

### Εκδηλώσεις Τέχνης

Έχετε επίσης τη δυνατότητα να παρακολουθήσετε μουσικές και λογοτεχνικές βραδιές, θεατρικές παραστάσεις, από καλλιτέχνες Έλληνες και ξένους. Όλα αυτά συμβαίνουν:

Στο 'Λιακωτό', από όπου η θεά πάνω από τις στέγες του χωριού είναι μοναδική. Το κτίσμα είναι των αρχών του προηγούμενου αιώνα και το 1910 λειτουργούσε ως παντοπωλείο και καφενείο. Σήμερα είναι χώρος τέχνης και καφέ.

Στη 'Φάμπρικα', που κάποτε ήταν λιοτρίβι. Σήμερα είναι η μόνιμη στέγη έργων τέχνης και αντιγράφων μουσείων και εκεί γίνονται οι περισσότερες εκδηλώσεις τέχνης.

### **Παραδοσιακά προϊόντα**

Στο 'μυροβόλο' οινοπαντοπωλείο (αναπαλαιωμένο κτίσμα) θα βρείτε παραδοσιακά προϊόντα που οι άνθρωποι της Βάμος παρασκευάζουν:

- Λάδι και σαπούνι σπιτικό, φτιαγμένο με λάδι
- Ζυμαρικά και τραχανά ξινόχοντρο
- Γλυκά του κουταλιού και μαρμελάδες
- Κρασί, τσικουδιά, πετιμέζι και ξίδι

## **ΟΙ ΞΕΝΩΝΕΣ**

Είναι τα αναπαλαιωμένα παραδοσιακά σπίτια της παλιάς γειτονιάς του Βάμου. Καθένα από αυτά έχει το δικό του όνομα, παρμένο από τη γύρω φύση. Το χειμώνα τα σπίτια ζεσταίνονται με τζάκια και ξυλόσομπες.

'Ντυμένοι' με ξύλο και επιπλωμένοι με παραδοσιακού ύφους έπιπλα, οι 14 ξενώνες σάς περιμένουν.



### **'Αγγέλαμος'** (άγριο στάχυ)

Χωρητικότητα: 5 άτομα

Περιγραφή: 2 δωμάτια (το ένα με δύο κρεβάτια -ένα διπλό και ένα μονό- και το άλλο με δύο μονά), πολυκουζινάκι, λουτρό, καθιστικό, τηλεόραση, τζάκι, μπαλκόνι. Υπάρχει επίσης αυλή.

Τιμή: 75 €

### **'Αγιόκλημα'** (όνομα λουλουδιού)

Χωρητικότητα: 4 άτομα

Περιγραφή: 2 δωμάτια (το ένα με διπλό κρεβάτι και το άλλο με δύο μονά), πολυκουζινάκι, λουτρό, καθιστικό, τηλεόραση, ξυλόσομπα. Υπάρχει επίσης αυλή.

Τιμή: 60€.

Σημείωση: με το όνομα 'Αγιόκλημα' υπάρχουν 2 ξενώνες.

### **'Αροσμαρί'** (δενδρολίβανο)

Χωρητικότητα: 3 έως 4 άτομα

Περιγραφή: διώροφο με εσωτερική σκάλα. Στον πάνω όροφο ένα διπλό κρεβάτι και κάτω ένα μονό (ή δύο). Ο χώρος είναι ενιαίος και διαθέτει πολυκουζινάκι, λουτρό, καθιστικό, τηλεόραση, τζάκι. Υπάρχει επίσης αυλή με κήπο και θεά στα Λευκά Όρη.

Τιμή: 75€ και 100 €.

Σημείωση: με το όνομα 'Αροσμαρί' υπάρχουν 4 ξενώνες.

### **'Απανεμίδι'** (όπου δεν χτυπάει ο άνεμος)

Χωρητικότητα: 7 άτομα

Περιγραφή: διώροφο με εσωτερική σκάλα. Στον κάτω όροφο υπάρχουν δύο δωμάτια (το ένα με δύο κρεβάτια -ένα διπλό και ένα μονό- και το άλλο με ένα διπλό) και στον πάνω όροφο ένα διπλό κρεβάτι. Υπάρχουν επίσης καθιστικό, τηλεόραση, τζάκι, κουζίνα, λουτρό.

Τιμή: 75€.

### **'Λέσκα'** (τόπος ξεκούρασης των αγριμιών)

Χωρητικότητα: 4 άτομα

Περιγραφή: ενιαίος χώρος με σόφα (πατάρι), φούρνο, πατητήρι, τηλεόραση, καθιστικό, τζάκι. Στη σόφα (πατάρι) και στο πατητήρι υπάρχει από ένα διπλό κρεβάτι.

Τιμή: 75€.

**'Γαλήνωση'** (τόπος γαλήνης)

Χωρητικότητα: 3 άτομα

Περιγραφή: διώροφο με εσωτερική σκάλα και σόφα (πατάρι) όπου υπάρχει ένα διπλό κρεβάτι. Στον κάτω όροφο υπάρχει ένα μονό κρεβάτι. Ο χώρος είναι ενιαίος και διαθέτει επίσης καθιστικό, κουζίνα, λουτρό, ξυλόσομπα. Υπάρχει επίσης αυλή.

Τιμή: 55€.

**'Αγρουλίδα'** (άγρια ελιά)

Χωρητικότητα: 2 έως 3 άτομα

Περιγραφή: διώροφο με εσωτερική σκάλα και σόφα (πατάρι) όπου υπάρχει ένα διπλό κρεβάτι. Ο χώρος είναι ενιαίος και διαθέτει καθιστικό (με δυνατότητα τοποθέτησης ενός μονού κρεβατιού), τηλεόραση, κουζίνα, τζάκι, λουτρό. Υπάρχει επίσης αυλή.

Τιμή: 60€.

Σημείωση: με το όνομα 'Αγρουλίδα' υπάρχουν 4 ξενώνες.

Για κάθε επιπλέον άτομο στον ξενώνα η χρέωση είναι:

- έως δύο χρόνων δωρεάν
- από δύο έως δέκα χρόνων 12€.
- από 10 χρόνων και άνω, 15€.

(Οι τιμές των ξενώνων αφορούν μόνο στον ύπνο)

**'Παρθεναγωγείο'**

Χωρητικότητα: 21 άτομα

Περιγραφή: Είναι το παλιό παρθεναγωγείο του Βάμου που αναπαλαιώθηκε και λειτουργεί ως ξενώνας. Έχει χώρο υποδοχής με καθιστικό, κοινόχρηστη κουζίνα και μεγάλη αυλή.

Διαθέτει οκτώ ανεξάρτητα δωμάτια, εκ των οποίων:

- Τρία δίκλινα με δύο μονά κρεβάτια το καθένα
- Ένα δίκλινο με διπλό κρεβάτι
- Δύο τρίκλινα με ένα διπλό κρεβάτι και ένα μονό το καθένα
- Ένα τρίκλινο με τρία μονά κρεβάτια
- Ένα τετράκλινο με διπλό κρεβάτι και δύο μονά

Τιμή:

- Δίκλινο με πρωινό 55€.
- Δίκλινο με πρωινό και επιπλέον άτομο 65€.
- Δίκλινο χωρίς πρωινό 40€.
- Τρίκλινο χωρίς πρωινό 50€.
- Τετράκλινο με πρωινό 75€.

**Κρητικό φαγητό**

Στη 'στέρνα του Μπλουμοσήφη' (κτίσμα του 1905) λειτουργεί η ταβέρνα που σερβίρει παραδοσιακά πιάτα της κρητικής κουζίνας και ντόπιο κρασί.

Γεύματα: Η τιμή του κάθε γεύματος αρχίζει από 10€. το άτομο.

## Πρακτικές πληροφορίες

Δεν μένει λοιπόν παρά να σας πούμε πού είναι και πώς θα πάτε σε αυτό τον όμορφο τόπο.

Το χωριό Βάμος βρίσκεται στο Νομό Χανίων, απέχει 25χλμ. από τα Χανιά και 32χλμ. από το Ρέθυμνο. Στο χάρτη θα βρείτε το συγκεκριμένο σημείο.

Για οποιαδήποτε επιπλέον πληροφορία, επικοινωνήστε με τα γραφεία της εταιρείας Βάμος αε στα τηλέφωνα (28250) 23250, 23100.



## Η «ΜΗΛΙΑ» ΤΟΥ ΗΛΙΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΠΕΤΡΑΣ

### ο οικισμός του χθες...

Δώδεκα πέτρινα σπίτια, όχι βενετσιάνικα ούτε τούρκικα αλλά γνήσια κρητικά, που είχαν για τοίχους το βράχο, και στα ταβάνια τους ξύλινα δοκάρια, «φύτρωσαν» στην άκρη μιας μικρής κοιλάδας στο Νομού Χανίων.

Ποιοι τα έκτισαν; Άγνωστο παραμένει μέχρι σήμερα. Ξέρουμε όμως ότι το 16ο αιώνα κάποιοι τα κατοικούσαν, ενώ το 17ο αι. ερημώθηκαν εξαιτίας λοιμού. Κατά τη διάρκεια του Β' Παγκοσμίου Πολέμου αποτέλεσαν το καταφύγιο κάποιων οικογενειών, κυνηγημένων από τους Γερμανούς. Κατόπιν, έμειναν έρμια του χρόνου, να καταρρέουν πέτρα την πέτρα, στη μικρή σιωπηλή κοιλάδα.

...Και του σήμερα

Σήμερα τα ερείπια έγιναν ξανά σπίτια που σφύζουν από ζωή. Η κοιλάδα πρασίνισε από τις καλλιέργειες. Οι άνθρωποι επέστρεψαν και το ρολόι του χρόνου ξανάρχισε να χτυπά δημιουργικά. Η «Μηλιά» του ήλιου και της πέτρας.

### ΤΙ ΘΑ ΒΡΕΙΤΕ ΣΤΗ ΜΗΛΙΑ

#### Το ιστορικό της αναδημιουργίας



Το 1982 οι τοίχοι των πέτρινων σπιτιών ήταν ένα μέτρο μόνο πάνω από τη γη. Ερείπια παντού. Ο οικισμός, με συνολική έκταση 1.500 στρέμματα, αγοράστηκε και άρχισε η αναστήλωσή του. Με σεβασμό στο περιβάλλον, ξεκίνησε η χρονοβόρα διαδικασία της αποκατάστασης των σπιτιών, προκειμένου να αποκτήσουν τη μορφή που είχαν κάποτε. Τα υλικά, πέτρα και ξύλο, συγκεντρώθηκαν με επιμονή και υπομονή από τη γύρω περιοχή.

Τα απαιτούμενα κεφάλαια ήταν μεγάλα. Στην ιδιωτική πρωτοβουλία υπήρξε αρωγός το Κοινοτικό Πρόγραμμα INTERREG I. Κάτω από τον έλεγχο του Οργανισμού Ανάπτυξης Δυτικής Κρήτης δημιουργήθηκαν τα εξής:

- Δώδεκα πέτρινα σπίτια, με τζάκια, ταράτσες και θέα στο φαράγγι
- Καλλιέργειες με σπωροφόρα δένδρα
- Ελαιώνες

• Λαχανόκηποι

• Ένα δάσος με καστανιές, που συνεχώς μεγαλώνει με τη φύτευση νέων δένδρων

Θα βρείτε...

1. Προϊόντα που καλλιεργούνται με παραδοσιακό τρόπο, χωρίς χημικά, όπως τα κηπευτικά, οι ελιές, τα φρούτα κ.λπ.

2. Προϊόντα που παρασκευάζονται με παραδοσιακό τρόπο, όπως μαρμελάδες, τυρί, τσικουδιά κ.λπ.

3. Θέρμανση από τζάκι και παλιά μαντεμένα «στόφα».

4. Νερό από δύο πηγές. Το ζεστό νερό για το μπάνιο ζεσταίνεται με ξύλα σε μεγάλους κεντρικούς βραστήρες, κάθε απόγευμα.

5. Ησυχία και ανανέωση ψυχής.

6. Απόλυτο σεβασμό στο περιβάλλον.

Δεν θα βρείτε...

1. Ηλεκτρισμό. Η γεννήτρια που υπάρχει παρέχει ρεύμα για φωτισμό μόνο τη χειμερινή περίοδο και μόνο μερικές ώρες το βράδυ.

2. Κεντρική θέρμανση.

3. Αυτοκίνητα. Εκατό μέτρα πριν από τον οικισμό υπάρχει ένας χώρος όπου οι επισκέπτες αφήνουν τα αυτοκίνητά τους.

4. Σκουπίδια. Στη Μηλιά ισχύει η εξής διαδικασία: ό,τι τρώγεται πάει στην κουζίνα, ό,τι φυσικό δεν τρώγεται από τους ανθρώπους γίνεται φαγητό για τα ζώα του κτήματος, ενώ για όλα τα υπόλοιπα βρίσκονται τρόποι εναλλακτικής χρήσης.

5. Κομμένα λουλούδια ή φυτά. Το «πιστεύω» των ανθρώπων της Μηλιάς είναι ο θαυμασμός για τη φύση, έτσι όπως είναι πλασμένη και όχι στο βάζο.

6. Έλλειψη σεβασμού στο περιβάλλον.

## ΜΕ ΤΙ ΘΑ ΑΣΧΟΛΗΘΕΙΤΕ

Κάθε νέα μέρα στη Μηλιά φέρνει μαζί της και μια σειρά εργασιών και ασχολιών. Η ζωή εδώ δεν περιστρέφεται γύρω από το άτομο-επισκέπτη. Ο τελευταίος αποτελεί μέρος του συνόλου και έχει την ευχέρεια να συμμετάσχει στις καθημερινές δουλειές του αγροκτήματος (όπως η φροντίδα των ζώων, το σκάλισμα και το πότισμα των καλλιεργειών κ.λπ.) ή να ξεκουραστεί... παρακολουθώντας τους υπόλοιπους να δουλεύουν.

Κάθε εποχή στον οικισμό έχει και τις δικές της απαιτήσεις: να μαζευτούν οι ελιές, οι ντομάτες, να πήξει το τυρί, να γίνει η τσικουδιά, να σκαλιστούν τα κηπευτικά, να παρασκευαστούν τα γλυκά του κουταλιού και οι μαρμελάδες.

### Πεζοπορία

Τα πεζοπορικά μονοπάτια σάς προσκαλούν να τα διαβείτε και μέσα από το μικρό φαράγγι σας οδηγούν στο δάσος με τις καστανιές. Και όχι μόνο. Σε μιάμιση ώρα είστε στο σπήλαιο της Αγίας Σοφίας, καθώς και στο Τοπολιανό φαράγγι. Σε δύο ώρες βρίσκεστε στο Σηρικάρι, ένα γραφικό χωριό σε υψόμετρο 500μ. που πήρε το όνομά του από το επάγγελμα του σηρικάρη, δηλαδή αυτού που ασχολείται με τα μεταξωτά υφάσματα. Τον τελευταίο καιρό ετοιμάζεται και ένα καινούριο πεζοπορικό μονοπάτι, μήκους 16χλμ., που σε πέντε ώρες θα σας φέρνει στο χωριό Μελισσιά.

### Εκδρομές

Η Φαλάσσαρνα, η Πολυρρήνια, το Ελαφονήσι και η Παλαιοχώρα είναι προορισμοί στους οποίους μπορείτε να φτάσετε εύκολα και γρήγορα. Τόποι με ξεχωριστή ιστορία, που συναντάτε σε κάθε σας βήμα, σας δίνουν επιπλέον τη δυνατότητα να κολυμπήσετε, να λιαστείτε και να ανανεωθείτε στη θάλασσα της Κρήτης.

### Μαθήματα

Στη Μηλιά προσφέρεται και η δυνατότητα της μάθησης. Ομάδες 20 έως 25 ατόμων (μαθητών σχολείων ή όχι) έχουν τη δυνατότητα να μάθουν τα μυστικά της παραδοσιακής κρητικής μαγειρικής, της παραδοσιακής βιολογικής καλλιέργειας κηπευτικών, της παρασκευής γλυκών και άλλων παρεμφερών. Το μόνο που προαπαιτείται είναι η έγκαιρη ενημέρωση των ανθρώπων της Μηλιάς για το χρόνο της διαμονής της ομάδας και το συγκεκριμένο αντικείμενο της μάθησης.

## Πρακτικές πληροφορίες

Η Μηλιά απέχει 55χλμ. από τα Χανιά και παραμένει ανοιχτή όλον το χρόνο. Για να είναι ευχάριστη η διαμονή σας στη Μηλιά, σημειώστε τα παρακάτω:

- Τα σπίτια είναι 13, συνολικής χωρητικότητας 29 ατόμων.
- Κάθε σπίτι δέχεται δύο έως τέσσερα άτομα.
- Διαθέτουν λουτρό.
- Έξι από τα σπίτια έχουν καθιστικό.

### Τιμές

- Δωμάτια

€47 το δίκλινο με ξυλόσομπα (με πρωινό).

€56 για ένα μεγαλύτερο δίκλινο με ξυλόσομπα ή τζάκι (με πρωινό). Η πληρωμή γίνεται και με όλες τις πιστωτικές κάρτες.

### •Γεύματα

Η τιμή των γευμάτων είναι γύρω στα €15 το άτομο.

Το πρωινό και τα γεύματα σερβίρονται σε συγκεκριμένες ώρες. Αν όμως στη διάρκεια της ημέρας θέλετε να πιείτε ένα από τα ονομαστά κρητικά ροφήματα, έχετε τη δυνατότητα -και την ευχαρίστηση- να το ετοιμάσετε μόνοι σας στην τραπεζαρία του οικισμού. Απλώς, το σημειώνετε στην ειδική καρτέλα για να σας χρεωθεί.

### Η βασική αρχή της Μηλιάς

Πριν αρχίσετε να ετοιμάζετε τις βαλίτσες σας, πρέπει να έχετε υπόψη σας τη βασικότερη ίσως αρχή που διέπει τη ζωή στη Μηλιά, έτσι όπως διατυπώνεται από τους ανθρώπους της: «Γνωρίζοντας ότι οποιαδήποτε απερίσκεπτη πράξη προς το περιβάλλον έχει το αντίτιμό της, προσπαθούμε να είμαστε ταπεινοί σε ό,τι πράττουμε. Κρατώντας ζωντανή την παράδοση, χωρίς να κλείνουμε τα μάτια στο παρόν και στο μέλλον, προάγουμε τον πολιτισμό στην πιο απλή μορφή του. Θεωρούμε ανάγκη στις μέρες μας να θυμούνται οι γεροντότεροι και να μαθαίνουν οι νεότεροι πώς βίωναν οι προγενέστεροί τους».

**Πληροφορίες:** Για ό,τι επιπλέον θέλετε να μάθετε, μπορείτε να επικοινωνείτε με τα τηλέφωνα/φαξ:(28210) 46774, (28220) 51569.

## ΓΑΒΑΛΟΧΩΡΙ

Το χωριό Γαβαλοχώρι απέχει μόλις 5 χλμ. από το Βάμο και 25 από τα Χανιά, είναι χτισμένο πάνω στο λόφο. Τα σπίτια του χρονολογούνται στο 18<sup>ο</sup> αιώνα και κατοικείται κυρίως από ξένους. Είναι ένα μεγάλο χωριό, με ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα λαϊκή αρχιτεκτονική, που διατηρείται σε πολύ καλή κατάσταση. Στον οικισμό, που προστατεύεται ως παραδοσιακός, σώζονται πολλά ενδιαφέροντα κτίσματα, όπως ένα δίκλιτο θολωτό ελαιοτριβείο (18<sup>ο</sup>ς αιώνας), οι ναοί της Παναγίας και του Αγίου Σεργίου, το παλιό σχολείο και πολλές κατοικίες.

Το 1092, εγκαταστάθηκε στο Γαβαλοχώρι ο Φίλιππος Γαβαλάς, στον οποίο οφείλεται και η σημερινή ονομασία του χωριού. Επισκεφθήκαμε το Γυναικείο Αγροτουριστικό Συνεταιρισμό, έπειτα από μια μικρή στάση σε τοποθεσία με ενετικά πηγάδια, όπου ήταν κάποτε το υδραγωγείο του χωριού.

Ο συνεταιρισμός ιδρύθηκε το 1993 με χρηματοδότηση από το πρόγραμμα Leader I και την υποστήριξη της Νομαρχίας Χανίων. Αποτελείται από 40 μέλη, τα οποία ασχολούνται κυρίως με το κοπανέλι: ένα παραδοσιακό εργόχειρο με ύφασμα βαμβακερό που κατασκευάζεται πάνω σε ένα μαξιλάρι με ξυλάκια. Οι γυναίκες φτιάχνουν, επίσης, γλυκά του κουταλιού, κουλούρια, ξινόχοντρο,, σαπούνι, συσκευάζουν βότανα, ενώ διαθέτουν και πέντε κατοικίες τις οποίες νοικιάζουν στους επισκέπτες.

**Τηλέφωνο:**28250 22038. **Για παραγγελίες:** [www.in.gr/agro/products](http://www.in.gr/agro/products).

## ΧΩΡΙΟ ΦΡΕΣ

### ΜΙΑ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΗ ΧΕΙΡΟΠΟΙΗΤΗΣ ΥΦΑΝΤΙΚΗΣ

Φτάνοντας στο Φρες κάναμε στάση στην πλατεία, στον καφενέ «Τα Λευκά Όρη» του κυρ Μιχάλη για μια τσικουδιά. Προορισμός μας ήταν το εργαστήρι του συνεταιρισμού «Νέοι Πολίτες Ορεινού Αποκόρωνα»

Εδώ και τρία χρόνια ο συνεταιρισμός ξεκίνησε να λειτουργεί το εργαστήρι υφαντών «Ο Γαλώνης». Νέοι άνθρωποι, σε συνεργασία με τις μεγαλύτερες κυρίες του χωριού, έμπειρες στην τέχνη της υφαντικής, έφτιαξαν το εργαστήρι με σκοπό την αναβίωση της χειροποίητης υφαντικής. Ανέσυραν παλιά σχέδια και τα αντέγραψαν ή τα «ξεσήκωσαν», όπως λένε. Έβγαλαν τους αργαλειούς που είχαν χρόνια να «χτυπήσουν»- δηλαδή να δουλέψουν-, ενώ κατασκεύασαν και καινούριους, στηριζόμενοι πάντα στην παλιά δομή. Έτσι, στήθηκε μια μικρή αγροτουριστική επιχείρηση. Τα σχέδια που φτιάχνουν είναι πιστά αντίγραφα των παλιών αλλά και καινούριες κουρελούδες, πατανίες (καλύμματα καναπέδων), σακούλια του βοσκού και διάφορα υφαντά με κεντήματα, όπως τραπεζομάντιλα, πετσέτες, ποδιές κ.α.

Το υφαντήριο έχει ενταχθεί στο πρόγραμμα στήριξης νέων ελεύθερων επαγγελματιών του ΟΑΕΔ και χρηματοδοτείται. Επομένως στόχος είναι η ενασχόληση με την επεξεργασία μαλλιού, της πρώτης ύλης για τα υφαντά.

Το Φρες απέχει 35 χλμ. από τα Χανιά και 7 χλμ. από τη Βάμο

**Τηλέφωνα:** 28250 71092 και 6973 554266

## ΝΟΜΟΣ ΡΕΘΥΜΝΟΥ

### Ο ΤΟΠΟΣ ΠΟΥ ΦΙΛΟΞΕΝΕΙ ΤΙΣ ΤΕΧΝΕΣ

Το Ρέθυμνο, η πρωτεύουσα του νομού, αποτελεί έναν αγαπημένο τουριστικό προορισμό. Χαρακτηρίζεται από την αρχιτεκτονική του που είναι σαφέστατα επηρεασμένη από ενετικά και τούρκικα στοιχεία, αλλά και από την έντονα παραδοσιακή κουλτούρα του.

Κυρίαρχο χαρακτηριστικό του Ρεθύμνου είναι η Φορτέτζα, ένα ενετικό κάστρο που χτίστηκε το 16<sup>ο</sup> αιώνα. Εδώ διοργανώνεται κάθε χρόνο το Αναγεννησιακό Φεστιβάλ Θεάτρου και Μουσικής. Απέναντι από την είσοδο του κάστρου βρίσκεται η παλιά φυλακή που σήμερα στεγάζεται το Αρχαιολογικό Μουσείο, ενώ νότια του μουσείου βρίσκεται το παλιό κομμάτι της πόλης, με αμέτρητα ιστορικά κτίσματα.

Η ζωή στην πόλη επικεντρώνεται γύρω από την κρήνη Ριμόντι, στο άκρο ενός πολυσύχναστου δρόμου, που είναι γεμάτος καφετέριες και μαγαζιά.

Μετά το Ρέθυμνο αξίζει να επισκεφθείτε τα Ανώγεια, μια ορεινή κωμόπολη γνωστή για τις μαντινάδες, τις οποίες οι κάτοικοι, φορώντας κρουσομάντιλο και στιβάνια, συνοδεύουν με τη λύρα τους. Μην παραλείψετε να κάνετε μία στάση στη Μονή Αρκαδίου, που χτίστηκε πριν από το 14<sup>ο</sup> αιώνα, και διατέλεσε σπουδαίο πνευματικό και επαναστατικό κέντρο κατά την Τουρκοκρατία. Στην επανάσταση του 1866, για να γλιτώσουν από το στρατό του Μουσταφά πασά, οι πολιορκημένοι ανατίναξαν την πυριτιδαποθήκη της μονής και θάφτηκαν κάτω από τα ερείπια.

Τέλος, στη νοτιοανατολική πλευρά του Γκουχτα βρέθηκε το μινωικό μέγαρο του Βαθύπετρου, κοντά στις παραδοσιακές Άνω Αρχάνες, που είναι χτισμένες σε εύφορη περιοχή, με πολλά νερά και εκτεταμένους αμπελώνες.

### ΤΟ ΣΠΙΤΙ ΤΩΝ ΚΟΥΡΗΤΩΝ

Ένα αληθινό κρητικό σπίτι!

Έχετε περάσει ποτέ λίγες μέρες σε ένα αληθινά παραδοσιακό κρητικό σπίτι; Εάν όχι, τότε υπάρχει η ευκαιρία να το κάνετε ακόμη και για ένα σαββατοκύριακο. Θα χρειαστεί μόνο να ταξιδέψετε 25 χλμ από το Ρέθυμνο, στους πρόποδες του Ψηλορείτη εκεί όπου βρίσκεται το Σπίτι των Κουρήτων. Πρόκειται για ένα πετρόκτιστο αγροτικό αρχοντικό του 1750. Το διατηρητέο κτίσμα χαρακτηρίζεται από όλα τα στοιχεία της κρητικής αρχιτεκτονικής: το φουννόσπιτο, τη λαξευτή σε βράχο δεξαμενή, τις πέτρινες γούρνες και πεζούλες, τους οντάδες, τις πήλινες καμινάδες, την πολεμίστρα, τις σταμνοστάτες, τα πανάρχαια πιθάρια.



Η τοποθεσία στα Τζανακιανά του ιστορικού χωριού Μαργαρίτες είναι καταπληκτική. Το φυσικό περιβάλλον θα σας μαγέψει με την απaráμιλλη ομορφιά του. Θα δείτε χαράδρες κατάφυτες με θάμνους και οριζοντιόκλαδα κυπαρίσσια, παρθένα δάση με ενδημικά, θεραπευτικά και αρωματικά φυτά (κυρίως ρίγανη, φασκόμηλο, μελισσόχορτο και δεντρολίβανο).

Προτείνουμε λοιπόν να αφήσετε για λίγο στην άκρη τις υποχρεώσεις σας και να κάνετε μία ολιγοήμερη απόδραση στις Μαργαρίτες. Θα χαλαρώσετε, θα βρεθείτε κοντά στη φύση, θα μαζέψετε βότανα και χόρτα. Εάν σας αρέσει η μαγειρική θα συμμετάσχετε στην προετοιμασία

του φαγητού και των σπιτικών γλυκών του κουταλιού. Εάν πάλι σας ενδιαφέρει να επισκεφθείτε αρχαιολογικά και ιστορικά μνημεία και άλλα αξιοθέατα, οι επιλογές είναι πολλές και περιγράφονται στη σελίδες 'Δραστηριότητες' που ακολουθεί. Απολαυστικός είναι επίσης ο περίπατος εντός του χωριού όπου μπορείτε να παρακολουθήσετε την κατασκευή κεραμικών στα κεραμεία, και να δοκιμάσετε τη ρακή και τους παραδοσιακούς μεζέδες στα καφενεία.

## ΔΙΑΜΟΝΗ

### Οι οντάδες

Υπάρχουν 7 δίπατα διαμερίσματα με ξύλινη εσωτερική σκάλα που μπορούν να φιλοξενήσουν από 2 έως 4 άτομα. Όλα διαθέτουν, ψυγείο, τηλεόραση, αυτόνομη θέρμανση και κρεβάτια αντίκες που βρίσκονται στον πάνω όροφο. Τα πατώματα είναι ξύλινα, και οι οροφές επίσης.

### Δίκλινο δωμάτιο

Υπάρχει ένα δίκλινο δωμάτιο με ξύλινο πάτωμα και ξύλινη οροφή. Διαθέτει, ψυγείο, τηλεόραση, αυτόνομη θέρμανση και κρεβάτι αντίκα.

### Σαλόνι - Αυλή

Για τις ώρες χαλάρωσής σας μπορείτε να απολαύσετε το καφέ, το ποτό ή το φαγητό σας στο κεντρικό σαλόνι του Σπιτιού. Επίσης, υπάρχει μία ευχάριστη πέτρινη αυλή για το καλοκαίρι.

### Πρωινό

Στο κεντρικό σαλόνι του σπιτιού, σερβίρεται πλούσιο σπιτικό πρωινό με τοπικές γεύσεις. Μεταξύ άλλων θα δοκιμάσετε νόστιμες μαρμελάδες, ελιές, ντάκο, μέλι και βότανα (μαλοτύρα, ματζουράνα, δίκταμο) της περιοχής.

### Γεύματα

Στη μαγειρική του Σπιτιού χρησιμοποιούνται τοπικά προϊόντα όπως βότανα και ξηροί καρποί. Στο μενού υπάρχουν νόστιμα πιάτα όπως το χαρακτηριστικό ψητό κατσίκι στις κληματόβερρες, και η παραδοσιακή και πεντανόστιμη σαλάτα με μέλι και αρωματικά βότανα. Θα βρείτε επίσης πολλές κρητικές και Μινωϊκές γεύσεις.

## ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ]

### Περιήγηση στη φύση

Εάν σας αρέσει η επαφή με τη φύση, μπορείτε να περπατήσετε ή να κάνετε ποδήλατο στο κυπαρισσόδασος και στους θαμνώνες αρωματικών-θεραπευτικών φυτών και βοτάνων. Επίσης υπάρχουν πεζοπορικές διαδρομές στις χαράδρες με τα εξωκλήσια. Σε κοντινή απόσταση βρίσκονται οι παραλίες του Πανόρμου όπου θα βρείτε ψαροταβέρνες για να φάτε κάτι μετά το περπάτημα ή το κολύμπι.

### Αρχαιολογικός τουρισμός

Μπορείτε να κάνετε μία περιήγηση στους μινωϊκούς οικισμούς: Μαργαρίτες, Ελεύθερνα, Σύβριτος, Μοναστηράκι, Αποδούλου. Η διαδρομή είναι μήκους 20 χιλιομέτρων.

### Θρησκευτικός τουρισμός

Μπορείτε να ακολουθήσετε το δρόμο των μοναστηριών του Ψηλορείτη. Θα περάσετε από τα ακόλουθα:

- Μετόχι της Μονής Καρακάλου του Αγίου όρους (Μαργαρίτες)
- Μονή Δισκουρίου (το ιερό των Διόσκουρων στην αρχαιότητα) στο Γαράζο
- Μονή του Αγίου Αντωνίου στο Βενί

- Μονή Χαλέπας
- Μονή Βώσακου
- Μονή Αρκαδίου

#### **Πολιτιστικός Τουρισμός**

Κατά τη διαμονή σας στο χωριό Μαργαρίτες, μπορείτε να επισκεφθείτε:

- το Λαογραφικό Μουσείο όπου υπάρχουν: χάρτης των κεραμικών της Ελλάδας που κατασκεύασαν οι κάτοικοι του χωριού και δείγματα κεραμικών από όλη την Ελλάδα.
- το Διεθνές Κέντρο Κεραμικής όπου λειτουργούν 30 κεραμεία.
- τα καζάνια ρακής και τους φούρνους των κεραμικών που δε λειτουργούν πια.

Συνεδριακός Τουρισμός

'Το σπίτι των Κουρήτων' διατίθεται για σεμινάρια (έως 25 άτομα) το χειμώνα και μεγαλύτερου αριθμού το καλοκαίρι.

#### **Μελλοντικά σχέδια**

Στα άμεσα σχέδια της ιδιοκτήτριας Αναστασίας Φρυγανάκη είναι η διοργάνωση μαθημάτων στα ακόλουθα θέματα:

- Ελληνική Γλώσσα
- Κρητικός πολιτισμός (χορός, μουσική, όργανα, φορεσιές)
- Κεραμική
- Κρητική διατροφή και κουζίνα
- Παρασκευή αρωματικού ελαιόλαδου με βότανα και αρωματικά φυτά

#### **Πληροφορίες**

Δημιουργός του ξενώνα είναι η κυρία Αναστασία Φρυγανάκη, φιλόλογος, ιδρύτρια και πρόεδρος του Ομίλου UNESCO Ρεθύμνου, μέλος της ΔΟΛΤ (Διεθνής Οργάνωση Λαϊκής Τέχνης), της ΟΔΕΓ (Οργάνωση Διεθνοποίησης της Ελληνικής Γλώσσας). Συμμετέχει στην ομάδα εργασίας της Νομαρχιακής Αυτοδιοίκησης Τουρισμού και δραστηριοποιείται στην προώθηση των εναλλακτικών μορφών τουρισμού.

#### **Επικοινωνία**

Για να κάνετε κράτηση μπορείτε να τηλεφωνήσετε στα: 28310 55828, 28340, 92350, 92359 και 6945722052.

#### **Πως θα φτάσετε**

Θα ξεκινήσετε από το Ρέθυμνο. Παίρνετε την Εθνική Οδό Ρέθυμνου-Ηρακλείου. Όταν φτάσετε στην ταμπέλα 'Πέραμα' θα στρίψετε δεξιά και μετά θα ακολουθήσετε τις ταμπέλες για 'Μαργαρίτες'. Η εναλλακτική είναι να πάρετε πάλι την Εθνική Οδό, αλλά να στρίψετε δεξιά στη ταμπέλα 'Σφακάκι'. Αυτή η διαδρομή περνάει μέσα από τα χωριά: Σταυρωμένος, Βιράν Επισκοπή και Αλεξάνδρου το Χάνι. Όταν φτάσετε στο τελευταίο θα ακολουθήσετε τις ταμπέλες για το χωριό 'Μαργαρίτες'.

## **ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ ΕΝΑΡΓΩΝ**

Στην περιοχή του ορεινού Μυλοποτάμου, του Νομού Ρεθύμνου, βρίσκεται το χωριό Αξός, στους πρόποδες του Ψηλορείτη που απέχει 44 χλμ. από το Ηράκλειο και 42 χλμ. από το Ρέθυμνο.

Πριν από μερικά χρόνια ο Γιάννης Παπαδάκης και η γυναίκα του η Φανή αισθάνθηκαν την ανάγκη να επιστρέψουν στις ρίζες τους. Σε μία έκταση 30 στρεμμάτων στο χωριό Αξός έχτισαν το σπίτι τους και στη συνέχεια έφτιαξαν και άλλους χώρους φιλοξενίας και υποδοχής. Το 2001 το αγρόκτημα Έναργων λειτούργησε κανονικά.

Στο περιβάλλον καλλιεργούν κηπευτικά, χωρίς χημικά και φυτοφάρμακα, από τους αμπελώνες παίρνουν σταφίδα και παρασκευάζουν κρασί, ενώ έχουν ελαιώνες, πορτοκαλιώνες και άλλα

οπωροφόρα και καρποφόρα δέντρα, καθώς και αυτοφυή αρωματικά φυτά. Η φάρμα διαθέτει κότρες, φραγκόκοτες, γαλοπούλες, πάπιες, χήνες, άλογα, πρόβατα και κατσίκες.

Βρισκόμαστε στις ρίζες του Ψηλορείτη, στο αγρόκτημα Έναργον. Τα οφτά σιγοψήνονται στην υπαίθρια ψησταριά, το ζυμωτό ψωμί μπαίνει στον ξυλόφουρνο για να ψηθεί και η τσικουδιά σερβίρεται με λουκουμάδες και πετιμέζι. Γεύσεις φυσικές, απλές, και πλούσιες από προϊόντα της φύσης που παρασκευάζονται με κέφι. Η μυρωδιά του αέρα της γης, των λουλουδιών και των αρωματικών φυτών, του έρωτα, της ρίγανης και της μαντζουράνας πλημμυρίζουν την ατμόσφαιρα.

Το αγρόκτημα Έναργον βρίσκεται σε μια έκταση 30 στρεμμάτων και, εκτός από τη φάρμα και τους αμπελώνες, περιλαμβάνει 13 διαμερίσματα, τα οποία μπορούν να φιλοξενήσουν από δύο έως έξι άτομα. Οι τιμές των δωματίων κυμαίνονται από 68 ευρώ (δίκλινο) έως 102 ευρώ (πεντάκλινο) χωρίς πρωινό.

Οι κατοικίες είναι διάροφες, χτισμένες με παραδοσιακά υλικά και έχουν βεράντα από την οποία η θέα είναι εκπληκτική. Τα δωμάτια διαθέτουν κεντρική θέρμανση, τζάκι, ευρύχωρο μπάνιο, πλήρως εξοπλισμένη κουζίνα, τηλέφωνο, χρηματοκιβώτιο και σεσουάρ. Κάθε δωμάτιο έχει διαφορετική διακόσμηση και το όνομά του είναι συνυφασμένο με την ιστορία της περιοχής.

Υπάρχουν και κάποιοι κοινόχρηστοι χώροι, ένα άνετο σαλόνι με διαφορετική τηλεόραση, βιβλιοθήκη και δισκοθήκη, που προσφέρονται για κουβέντα και χαλάρωση δίπλα από μεγάλο τζάκι το χειμώνα και μια βεράντα με θέα στα βουνά και στο ποτάμι- επίσης, οι πελάτες έχουν πρόσβαση στο διαδίκτυο. Υπάρχει ακόμη ένα παραδοσιακό καφενείο που σερβίρει πολλών ειδών καφέ, σπιτικά ποτά, ενώ διαθέτει και επιτραπέζια παιχνίδια.

## ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟΥ

Μπορείτε να συμμετάσχετε στην προετοιμασία του φαγητού, από την συλλογή των πρώτων υλών μέχρι και το τελικό μαγείρεμα. Επίσης, έχετε τη δυνατότητα να μαζέψετε πορτοκάλια και λεμόνια, να τσίσετε τα ζώα, να παρακολουθήσετε τη διαδικασία της τυροκομίας, να φτιάξετε ψωμί και να ψήσετε στον ξυλόφουρνο.



Εκτός του αγροκτήματος μπορείτε να κάνετε βόλτα με ποδήλατα βουνού, ιππασία, ή, να περπατήσετε σε μονοπάτια (εύκολα ή δύσκολα). Ακόμη αξίζει τον κόπο να πάτε μέχρι το εκκλησάκι των Αγίων Αποστόλων, απ' όπου η θέα είναι πανοραμική. Εναλλακτικά, μπορείτε να επισκεφθείτε το χωριό Αξός που απέχει 1,5 χλμ. από το αγρόκτημα. Άλλα ορεινά χωριά στη γύρω περιοχή είναι το Βενί (4 χλμ), τα Ζωντανά (3,5 χλμ), η Λειβάδα (3 χλμ), τα Ανώγια (7 χλμ), τα Λειβάδια (7χλμ) και το Γαράζο (8 χλμ). Ενδιαφέρον παρουσιάζει και το σπήλαιο του Σφεντόνη, το οποίο βρίσκεται βορειοανατολικά του χωριού Ζωντανά, στη θέση Σκαφίδια, στους βόρειους πρόποδες του Ψηλορείτη στα 630μέτρα. Η Μονή της Διοσκουρίου απέχει 4 χλμ. από το αγρόκτημα, ενώ η Μονή της Χαλέπας 2 χλμ.- ο δρόμος είναι αγροτικός και θα χρειαστείτε όχημα 4x4.



## ΜΕΛΛΟΝΤΙΚΑ ΣΧΕΔΙΑ

Οι ιδιοκτήτες υποστηρίζουν ότι δύσκολα επιβιώνει μια μονάδα με λίγα διαμερίσματα-χρειάζονται τουλάχιστον 25 κατοικίες και συμπληρωματικές δραστηριότητες. Ο Γιάννης και η Φανή σκοπεύουν στο μέλλον να φτιάξουν δέκα ακόμη κατοικίες μια μικρή συνεδριακή αίθουσα, έναν εκθεσιακό χώρο που θα φιλοξενεί παλιά αντικείμενα, όπως έναν ξύλινο χαρουπόμυλο ή ακόμη και τμήματα από το ελαιοτριβείο κ.ά., καθώς και ένα μικρό θέατρο και χώρους για άθληση και παραδοσιακά υπαίθρια παιχνίδια.

## ΔΙΑΤΡΟΦΗ

Οι άνθρωποι του Έναργον δίνουν ιδιαίτερη έμφαση στην κρητική διατροφή. Χρησιμοποιούν πρώτες ύλες και προϊόντα από τα αγρόκτημα και την περιοχή, τα οποία είναι βιολογικής καλλιέργειας. Τα φαγητά μαγειρεύονται με παραδοσιακές τεχνικές και συνταγές. Το τραπέζι μας είναι έτοιμο, στρωμένο. Ο Γιάννης διαλέγει από την κάβα ένα κρασί του Λυραράκη Syrah Κουσιφόλι, ντόπια ποικιλία. Η Αφροδίτη σερβίρει τα πρώτα πιάτα: απάκι (χοιρινό στο ξίδι με μυρωδικά, που καπνίζεται στο τζάκι), τουρσί κοκκινογούλι δική τους παραγωγής, λαχανοντολμάδες, κρητικά λουκάνικα και εξαιρετικό σπανάκι με φέτα. Για κυρίως πιάτο δοκιμάζουμε κουνέλι με καρύδια και δεντρολίβανο, αρνί μαγειρεμένο με άγρια χόρτα, αίγα τσιγαριστή, ομελέτα με κουσοχέρι (τυρί) και πράσινη σαλάτα με άγρια και ήμερα χόρτα και ξινό ροδι.

Για επιδόρπιο προτείνουν το γαστριν, ένα είδος μπακλαβά χωρίς ζάχαρη, με ξηρούς καρπούς, πετιμέζι, μέλι, σουσάμι καβουρδισμένο, σπόρους παπαρούνας και πιπέρι. Για το τέλος μурτηράσι. Πρόκειται για ηδύποτο με βάση τη ρακί. Τα υπόλοιπα υλικά είναι επισφράγιστο μυστικό της συνταγής Έναργον!

Για περισσότερες πληροφορίες: 28340 61611 και 61818

Ή επισκεφθείτε τις διευθύνσεις [info@cretenatyrall.com](mailto:info@cretenatyrall.com) και [www.enargon.gr](http://www.enargon.gr).

## ΓΑΜΟΣ ΣΤΑ ΑΝΩΓΕΙΑ

Κυρίαρχο στοιχείο του κρητικό γάμου είναι τα χαρίσματα (ή η χάρη). Οι πιο κοντινοί συγγενείς χαρίζουν στη νύφη από μια χρυσή λίρα, περασμένη σε κόκκινη κορδέλα, ενώ οι υπόλοιποι δίνουν χρήματα. Μετά τη λήξη της τελετής του γάμου, στην αυλή της εκκλησίας, ο ιερέας και οι νεόνυμφοι σέρνουν ένα χορό με ίσια βήματα- όπως ο σιγανός- και ακολουθούν συγγενείς, φίλοι και βέβαια όποιος άλλος θέλει.

Κατόπιν το ψικι- όπως ονομάζεται η ακολουθία του γαμπρού και της νύφης- με τους νεόνυμφους να επιστρέφουν στο σπίτι του γαμπρού. Εκεί η μητέρα του (που δεν έχει παραστεί στο γάμο) υποδέχεται τη νύφη στο νέο της σπίτι με μία κούπα μέλι, για να μελώσει τις παραστάδες της πόρτας και να είναι γλυκιά η νέα τους ζωή.

# ΝΟΜΟΣ ΗΡΑΚΛΕΙΟΥ

## Η ΚΟΙΤΙΑ ΤΟΥ ΜΙΝΩΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ

Η πρωτεύουσα του νομού, το Ηράκλειο, ισοπεδώθηκε από τους βομβαρδισμούς στο Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο, με αποτέλεσμα σήμερα ν' αντικρίζει κανείς κυρίως τσιμεντένια κτίρια, ωστόσο, διατηρεί το δικό της ξεχωριστό χαρακτήρα, αλλά και το δικό της θησαυροφυλάκιο, το πολύ ενδιαφέρον αρχαιολογικό μουσείο της.

### ΑΡΟΛΙΘΟΣ

Η αγάπη και το πάθος του Γιώργου Σαλούστρου είναι η κρητική παράδοση. Στόχος του ήταν και είναι η προβολή της. Έζησε το μεγαλύτερο μέρος της ζωής του στον τόπο καταγωγής του, στα Ανώγεια Μυλοποτάμου, όπου δημιούργησε τις προϋποθέσεις για να πραγματοποιήσει, το 1986, το όνειρό του. Να φτιάξει ένα παραδοσιακό κρητικό χωριό, τον Αρόλιθο. Πρόκειται για ένα τουριστικό συγκρότημα, το οποίο αναπαριστά ένα κρητικό χωριό. Περιλαμβάνει το εργαστήριο του σιδερά, δύο παραδοσιακά σπίτια, ένα καφενείο, το εστιατόριο και την ταβέρνα, όπου οργανώνονται μουσικές βραδιές με τη συνοδεία της κρητικής λύρας την πλατεία με το εκκλησάκι της Αναλήψεως, το Μουσείο Αγροτικής Ιστορίας και Λαϊκής Τέχνης και, τέλος, τα δωμάτια για τους επισκέπτες.

Κάνω μια βόλτα στην πλατεία, επισκέπτομαι το εκκλησάκι της Αναλήψεως, εκεί όπου τελούνται γάμοι και βαπτίσεις, και απολαμβάνω τη θέα της επαρχίας Μαλεβιζίου από τη βεράντα της καφετέριας. Ο Μιχάλης, ο γιος του ιδρυτή του Αρόλιθου, με ξεναγεί στο χωριό. Μαζί με τα τρία αδέρφια του συμμετέχει στην επιχείρηση. «Λοιπόν ας κατηφορίσουμε, να πάμε στο καφενείο και στο σιδερά- δικό του χωριού». Βρισκόμαστε στην πλατεία Μακρομιχάλη, η οποία πήρε το όνομα της από τον παππού του Μιχάλη. Εκεί είναι το σιδεράδικο, το «Λασιθιώτη», το εργαστήριο του μπάμπια- Δημήτρη, ο οποίος κατασκευάζει γεωργικά εργαλεία, τσάπες, αξίνες, μασιές για τα τζάκια κ.ά.

Το καφενείο του χωριού είναι γραφικότατο, με τα χρωματιστά του τραπεζάκια στην αυλή. Η θερμοκρασία έχει ανέβει στους 20 βαθμούς και ας είναι Ιανουάριος. Είναι το ιδανικό σημείο, λοιπόν, για ένα γλυκό του κουταλιού. Ο Μανωλιός – είναι ένας από τους γάτους του χωριού- έχει τη δική του θέση πάνω στην καρέκλα και η κυρία Ματίνα μας σερβίρει κυδώνι, γκρέιπ φρουτ και βανίλια υποβρύχιο.

Ας προχωρήσουμε όμως παρακάτω, να δούμε τα δύο παραδοσιακά σπίτια, τα οποία αναπαριστούν το σπιτάκι της Κρήτης του περασμένου αιώνα.

Επισκεπτόμαστε πρώτα το σπίτι μιας εύπορης οικογένειας ( π.χ., του δημάρχου, του παπά ή του δασκάλου). Μπαίνουμε στο πόρτεγο (σαλόνι) με τον καναπέ που προορίζεται για τους μουσαφίρηδες, την κασέλα με τα προικιά, τις αναμνηστικές φωτογραφίες στους τοίχους.

Μια καμάρα χωρίζει το πόρτεγο από την κουζίνα του σπιτιού. Εκεί βλέπουμε το πιθάρι όπου αποθήκευαν το λάδι, το φανάρι που προστάτευε το φαγητό και λίγο πιο πέρα το νεροχύτη.

Δίπλα στην κουζίνα είναι η κρεβατοκάμαρα, με το υπερυψωμένο κρεβάτι, το λεγόμενο τρίποδο.

Το δεύτερο σπίτι αναπαριστά μια αγροτική κατοικία. Μπαίνοντας στο πόρτεγο βλέπουμε τον αργαλειό, στο βάθος την παρασιτιά (τζάκι) και δίπλα το νεροχύτη και τα ντουλάπια της κουζίνας.

Η δεύτερη αίθουσα, η οποία χωρίζεται με καμάρα, περιλαμβάνει τον οντά του σπιτιού, στο κάτω μέρος του οποίου είναι το κατώγι (αποθήκη) με τα πιθάρια του λαδιού, ενώ στο πάνω μέρος το κρεβάτι. Απέναντι από τον οντά βρίσκεται το πατητήρι για το κρασί που, όταν δεν το χρησιμοποιούσαν, το μετέτρεψαν σε κρεβάτι. Δίπλα είναι η γωνιά για τις αγελάδες και τα γαιδουράκια, μαζί με τη ματζαδούρα (ταίστρα) και τη φωλιά της όρνιθας όπου γεννάει τα αβγά της.

Έχω όμως και άλλα πολλά να δω, οπότε συνεχίζουμε για το Μουσείο Αγροτικής Ιστορίας και Λαϊκής Τέχνης. Το μουσείο δημιουργήθηκε τη διετία 1997- 1999, με βάση την προσωπική συλλογή του Γιώργου Σαλούστρου και με τη βοήθεια των αναπτυξιακών προγραμμάτων της Ευρωπαϊκής ένωσης αλλά και του τοπικού φορέα ανάπτυξης Τεμένους Ηρακλείου. Εκτίθενται έργα κρητικής χειροτεχνίας, κεντητά και υφαντά στολίδια, φορεσιές με πλουμιστά στολίδια, έργα ξυλογλυπτικής τέχνης, εκκλησιαστικά είδη λαξεμένα στο χέρι, κρητικά όπλα και φυσιγγια από τον Α΄ Παγκόσμιο Πόλεμο κ.α. Σε κάποιες αίθουσες αναπαρίσταται και ένα κρητικό σπίτι με τα κυρίως του μέρη, ενώ αλλού συναντάμε αναπαραστάσεις των παραδοσιακών και των αγροτικών επαγγελμάτων της εποχής (σαμαράς, γεωργός, σιδεράς, καλαθάς, ξυλουργός, αγγειοπλάστης, βαρελάς). Επίσης μπορούμε να δούμε το μητάτο (το σπίτι των βοσκών), όπου τυροκομούσαν, το ρακοκάζανο, όπου γινόταν η παραγωγή της ρακής και το αλώνι, όπου τοποθετούσαν τα στάχνα μετά το θέρος για να αλωνίσουν.

Επιστρέφω στην πλατεία Μακρομιάλη. Τα κελαηδίσματα των πουλιών και τα νιαουρίσματα του Μανώλη με συντροφεύουν. Η κυρία Ματίνα προσφέρει τσικουδιά και μεζεδάκι. Θα τσουγκρίσουμε τα ποτήρια μας και εγώ θα συνεχίσω την ημέρα μου έχοντας περάσει υπέροχα...

## ΔΙΑΜΟΝΗ

Ο Αρόλιθος διαθέτει 36 δωμάτια, δίκλινα και τρίκλινα, με δικό τους μπάνιο, μπαλκόνι ή αυλή, κλιματισμό, ψυγείο, τηλεόραση, ενώ δέκα από αυτά διαθέτουν και τζάκι. Οι τιμές είναι 50 ευρώ για το δίκλινο (με πρωινό) και από 64 έως 75 ευρώ για το τρίκλινο. Η ταβέρνα λειτουργεί από Πέμπτη έως Δευτέρα, με ζωντανή μουσική και την καταπληκτική λύρα από το γνήσιο λυράρη Νικηφόρο Αεράκη και την παρέα του. Ο Αρόλιθος διαθέτει αίθουσα συναντήσεων χωρητικότητας 30 ατόμων.

## ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ

Παρακολουθώντας τα προγράμματα εκμάθησης κρητικής κουζίνας θα μάθετε να ζυμώνετε και να ψήνετε το ψωμί στον ξυλόφουρνο, αλλά και να μαγειρεύετε κρητικά πιάτα, όπως κατσικά κοκκινιστή, χορτόπιτα και πολλά άλλα. Γι' όσους ενδιαφέρονται για τη χειροτεχνία, παραδίδονται μαθήματα κεραμικής, υφαντικής και σιδηρουργίας.

Ο Αρόλιθος απέχει 11 χλμ. από το Ηράκλειο και 24 χλμ. από τα Ανώγεια. Βρίσκεται στον παλιό εθνικό δρόμο Ηρακλείου- Ρεθύμνου.

Για να επικοινωνήσετε, απευθυνθείτε στο τηλέφωνο 2810 821050, στο φαξ 2810 821051 ή στείλτε e-mail στο [arolithos@otenet.gr](mailto:arolithos@otenet.gr), ενώ για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε το σχετικό δικτυακό τόπο ([www.arolithosvillage.gr](http://www.arolithosvillage.gr))

## **ΚΑΡΤΕΡΟΣ Ο ΕΠΙΜΕΝΩΝ... ΝΙΚΑ!**

Η Άννα Μπαστάκη και ο Βαγγέλης Γραμματάκης παντρεύτηκαν το 1979. Καθώς οι οικογένειές τους είχαν κάποια προϊστορία με τα άλογα, αποφάσισαν να φτιάξουν μια σχετική επιχείρηση. Το όνειρο τους; Ένα αγρόκτημα όπου ο κόσμος θα έρχεται σε επαφή με τη φύση. Τότε ο αγροτουρισμός ήταν κάτι πολύ πρωτοποριακό. «Δεχόμασταν μια γενική αποδοκιμασία» εξομολογείτε η Άννα. Όλοι έλεγαν: «Μα τι κάνετε; Εδώ ο κόσμος ψάχνει μια δουλειά ξεκούραστη και εσείς ξανααγυρνάτε στα άλογα;».

Αναγκάζονταν να πηγαίνουν μέχρι τη Χερσόνησο (30 χλμ. από το Ηράκλειο) και τα Μάλια (35 χλμ), να έχουν μαζί τους ένα πόني και επιτόπου να οργανώνουν εκδρομές με τους τουρίστες.

Έτσι ξεκίνησαν την επιχείρησή τους. Μέσα στη φάρμα γεννήθηκαν τα τέσσερα παιδιά τους. Η Μαριάννα βγήκε δεύτερη στους πανελλαδικούς αγώνες ιππικής δεξιοτεχνίας (dressage) το 2001, ενώ οι τρεις γιοι του ασχολούνται με τη φάρμα κοντά στα άλογα.

## **ΒΟΛΤΑ ΣΤΟΝ ΚΑΡΤΕΡΟ**

Βρέθηκα Κυριακή μεσημέρι στη φάρμα του Καρτερού, όπου υπήρχε έντονη κινητικότητα. Παιδάκια, μπαμπάδες και μαμάδες, παρέες νεαρών παιδιών απολάμβαναν την ηλιόλουστη μέρα στη φάρμα με τα άλογα. Οι αγροτοδιακοπές αποτελούν ένα πλούσιο πακέτο που απευθύνεται σε κάθε ελληνική οικογένεια. Περιλαμβάνει διαμονή, παραδοσιακό πρωινό, δύο γεύματα, ιππασία, αγροτικές εργασίες, ζύμωμα ψωμιού και ιπποκομική (βούρτσισμα, πλύσιμο, σέλωμα, ζέσταμα των αλόγων). Η τιμή είναι 250 ευρώ το άτομο για επτά μέρες.

Το αγρόκτημα απέχει 300μ. από τη θάλασσα (γι ‘ αυτό δεν κατάφερε να ενταχθεί σε κάποιο επιδοτούμενο πρόγραμμα αγροτουρισμού), καταλαμβάνοντας έκταση 25 στρεμμάτων, ενώ εκεί κοντά βρίσκονται και τα δωμάτια. Είναι συνολικά δεκατέσσερα, δίκλινα και τρίκλινα, και έχουν λιτή διακόσμηση και δικό τους μπάνιο. Στο αγρόκτημα γίνονται πολλές ιππικές και αγροτικές δραστηριότητες. Επιθυμία της οικογένειας Γραμματικάκη είναι οι επισκέπτες να έρχονται σε επαφή με τα άλογα και της ζωής ενός αγροκτήματος. Να συμμετέχουν δηλαδή στην καλλιέργεια των λαχανικών, στην περιποίηση των ζώων, στο μαγείρεμα, στο ζύμωμα και το ψήσιμο του ψωμιού, στο πάτημα των σταφυλιών, στο μάζεμα των ελιών κλπ. Ανάλογα με την εποχή.

## **ΙΠΠΑΣΙΑ ΚΑΙ ΕΚΔΡΟΜΕΣ**

Το TRAIL είναι ένα εκδρομικό πακέτο που περιλαμβάνει επτά μέρες ιππασίας. Οι συμμετέχοντες ξεκινούν με άλογα από τον Καρτερό και, μέσα από μονοπάτια που έχει φτιάξει η οικογένεια Γραμματικάκη με την Περιφέρεια Ηρακλείου, κατευθύνονται προς τη νότια Κρήτη. Διανυκτερεύουν πέντε νύχτες και μετά επιστρέφουν. Υπάρχουν επίσης οι μονοήμερες εκδρομές ιππασίας (45 ευρώ), όπως επίσης και οι βόλτες για μια ώρα (17 ευρώ).

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει το πρόγραμμα του αγροκτήματος για παιδιά με ειδικές ανάγκες. Συνοδευόμενα από τους δασκάλους και τους γιατρούς τους, μένουν στο αγρόκτημα και έρχονται σε επαφή με τη φύση και τα ζώα. Παίρνουν μέρος στις αγροτικές εργασίες και κάνουν θεραπευτική ιππασία και εργασιοθεραπεία.

Το αγρόκτημα απέχει 8 χλμ. από το Ηράκλειο, 2 χλμ. από το αεροδρόμιο και μόλις 300μ. από τη θάλασσα. Μπορείτε να επικοινωνήσετε στο τηλέφωνο 2810 380244 και στο φαξ 2810 381074 ή στην ηλεκτρονική διεύθυνση [grammatikaki@hotmail.com](mailto:grammatikaki@hotmail.com).

## Η ΦΑΡΜΑ ΣΤΟΝ ΚΑΡΤΕΡΟ ΤΗΣ ΚΡΗΤΗΣ

Η προσπάθεια ξεκίνησε το 1978 και η φιλοσοφία στην οποία στηρίχτηκε ήταν ότι: εμείς ως οικογένεια τηρούμε και βιώνουμε τα ήθη, τα έθιμα και τις παραδόσεις και αυτό το ίδιο θέλουμε να το δώσουμε στους επισκέπτες μας. Έτσι, το μικρό 'μετόχι' του παππού (λίγο έξω από το Ηράκλειο της Κρήτης) σιγά σιγά άρχισε να εξελίσσεται χωρίς καθόλου να αλλοιώνεται, να μεγαλώνει χωρίς να αλλάζει!

Η φιλοσοφία έγινε στόχος και για την επίτευξή του η οικογένεια Γραμματικάκη ξεκίνησε τη δημιουργία ενός αγροκτήματος που θα συνέχιζε την παράδοση. Έτσι, το 1978, το 'μετόχι' του παππού άνοιξε τις πόρτες του σε όσους θέλουν να ζήσουν την κρητική παράδοση ως καθημερινότητα του 21ου αιώνα.

Τα παλιά οικογενειακά εργαλεία που χρησιμοποιούνταν για τις γεωργικές εργασίες, μαζί με άλλα από διάφορες περιοχές της Κρήτης, κοσμούν γωνιές του αγροκτήματος. Μελλοντικός στόχος είναι η δημιουργία μέσα στο αγρόκτημα μουσείου, στο οποίο θα εκτίθενται τα παραπάνω, καθώς και η πλούσια συλλογή αντικειμένων που μαρτυρούν την ιστορία του αλόγου.

Ο φούρνος του αγροκτήματος, όπου ψήνονται όλα τα φαγητά, είναι κτισμένος με ειδικά πυρότουβλα, παρμένα από άλλους παλιούς φούρνους, ενώ ο 'πάτος' του είναι φτιαγμένος με ειδική πέτρα που 'πυρώνει'.

Το πεταλωτήριο είναι παραδοσιακό, η κατεργασία του μετάλλου γίνεται στη φωτιά και τα άλογα πεταλώνονται με προσοχή και φροντίδα.

Τα άλογα! Κυρίαρχες μορφές στο αγρόκτημα είναι οι 50 εκπρόσωποι των φυλών Ανδραβίδας, Θεσσαλίας, Κρήτης και Σκύρου. Κάθε πρωί αφήνονται να καλπάζουν ελεύθερα μέχρι τη θάλασσα.

Το αγρόκτημα βρίσκεται 6χλμ. ανατολικά του Ηρακλείου, στη θέση Καρτερός. Από το αεροδρόμιο του Ηρακλείου απέχει 2χλμ. και από τη θάλασσα 400 μέτρα.

Αλλά ας δούμε τις λεπτομέρειες αυτού του δημιουργήματος μιας οικογένειας που αγαπά τον τόπο της και θέλει να κάνει κάθε επισκέπτη κοινωνό αυτής της αγάπης.

## ΤΑ ΑΛΟΓΑ

Τα 50 άλογα του αγροκτήματος είναι το καμάρι της οικογένειας Γραμματικάκη και η χαρά των επισκεπτών. Δεν είναι λοιπόν περίεργο το γεγονός ότι οι περισσότερες δραστηριότητες στρέφονται γύρω από αυτά.

### Άλογο και παιδί

Εντυπωσιακή η σχέση τους. Το παιδί αυθόρμητα πάει στο άλογο και το άλογο με τη σειρά του αυθόρμητα προσέχει το παιδί. Όπως διηγείται η κ. Γραμματικάκη, ο μικρός της γιος μεγάλωσε τριγυρίζοντας στα πόδια των αλόγων χωρίς ποτέ να του συμβεί το παραμικρό. Δεν είναι λοιπόν τυχαίο που το αγρόκτημα είναι μονίμως γεμάτο από παιδιά. Από την Κρήτη, από την υπόλοιπη Ελλάδα αλλά και από την Αγγλία έρχονται παιδιά. Για να γνωρίσουν τα άλογα, να ζήσουν λίγο μαζί τους, να έλθουν κοντά σε κάποιο άλλο ζωντανό πλάσμα, διαφορετικό από εκείνα, αλλά τόσο συναρπαστικό.

### Θεραπευτική ιπασία

Ναι, υπάρχει και τέτοιου είδους ιπασία. Τα τελευταία χρόνια, κάθε καλοκαίρι μία σχολή παιδιών με ειδικές ανάγκες (αυτιστικά) έρχονται από την Αγγλία στο αγρόκτημα και οι δασκάλες τους δηλώνουν με ενθουσιασμό ότι κάθε φορά τα παιδιά παρουσιάζουν βελτίωση. Παιδί που όλο το χρόνο στην Αγγλία κρατά τα μάτια του κλειστά, μόλις φτάσει στο αγρόκτημα, τρέχει με ολάνοιχτα τα μάτια κατευθείαν στα άλογα.



### **Μαθαίνοντας το άλογο**

Τι είναι σαμάρι; Τι είναι χαλινός; Πώς εκπαιδεύεται ένα πουλάρι; Πώς επικοινωνείς με ένα άλογο; Πώς πεταλώνεται ένα άλογο; Στο αγρόκτημα οι ερωτήσεις έχουν τις απαντήσεις τους. Εκεί λειτουργεί ένα πλήρες και παραδοσιακό πεταλωτήριο, όπου οι επισκέπτες έχουν την ευκαιρία να δουν πώς γίνεται η κατεργασία του πετάλου στη φωτιά, πώς κόβεται και λιμάρεται το νύχι του αλόγου, πώς γίνεται το πετάλωμα. Επιπλέον, μαθαίνει κανείς πώς να περιποιείται ένα άλογο, πώς να το κουρεύει και τι σημαίνει ιπποκομία.

### **Μαθήματα ιππασίας**

Είναι αδύνατον να ζεις ανάμεσα στα άλογα και να μην απολαμβάνεις την ιππασία. Έτσι, παραδίδονται μαθήματα, η τιμή των οποίων είναι:

- 15€ για τη μία ώρα
- 25€ για τις δύο ώρες

### **Αμαξάδα**

Όταν φτάνει το τέλος της ημέρας και προτού ο ήλιος χαθεί, άλλοι ανεβαίνουν στις άμαξες και άλλοι στα άλογα, και όλοι μαζί φεύγουν, έτσι, χωρίς σκοπό, μόνο για την απόλαυση. Όταν γυρίσουν με το σούρουπο, στην ταβέρνα τούς περιμένει νόστιμο, κρητικό φαγητό.

### **Εκδρομή με άλογα**

Εκδρομή οκτώ ημερών για ομάδες έμπειρων αναβατών οργανώνεται από το αγρόκτημα. Προσφέρεται έτσι η δυνατότητα να γνωρίσετε ένα κομμάτι της Κρήτης, όπως κανένας εποχούμενος ταξιδιώτης δεν μπορεί. Στο χάρτη βλέπετε τη διαδρομή. Το πρόγραμμα της κάθε ημέρας έχει ως εξής:

• Ημέρα 1η: Άφιξη στο αεροδρόμιο και μεταφορά στο αγρόκτημα με λεωφορείο. Δείπνο στην παραδοσιακή ταβέρνα του κτήματος.

• Ημέρα 2η: Επίσκεψη στην Κνωσό και στο Αρχαιολογικό Μουσείο του Ηρακλείου. Το απόγευμα ένα test-riding για τη γνωριμία με τα άλογα και την επιλογή εκείνου που θα αποτελεί τη συντροφιά σας τις ημέρες του ταξιδιού.

• Ημέρα 3η: Αναχώρηση με τον οδηγό που θα σας συνοδεύσει όλες τις ημέρες. Το μεσημέρι επίσκεψη στο μοναστήρι του Αγκαράθου.

Το ταξίδι συνεχίζεται μέσα από ελαιώνες, στενά μονοπάτια και ήσυχα μέρη. Διανυκτέρευση στο Αρκαλοχώρι.

• Ημέρα 4η: Αναχώρηση από το Αρκαλοχώρι και το μεσημέρι άφιξη στο χωριό Καστελλιανά. Το απόγευμα μέσα από τα Αστερούσια Όρη φτάνετε στο χωριό Τσούτσουρος: ένα μικρό ψαροχώρι στο Λιβυκό πέλαγος με θαυμάσια παραλία. Διανυκτέρευση.

• Ημέρα 5η: Ξανά στα άλογα και ακτή ακτή φτάνετε το μεσημέρι στον Κερατόκαμπο. Εδώ, πριν από το γεύμα έχετε τη δυνατότητα να κολυμπήσετε. Το απόγευμα, αφού διασχίσετε μία πεδιάδα, φτάνετε στο χωριό Βιάννος, όπου και διανυκτερεύετε.

• Ημέρα 6η: Από το Βιάννο και διασχίζοντας ένα από τα ωραιότερα μέρη της Κρήτης φτάνετε στο Καστέλλι, όπου και η διανυκτέρευση.

Στην περιοχή υπάρχουν ο αρχαιολογικός χώρος Λύτος, παλιές εκκλησίες, μικροί λόφοι και παραδοσιακοί οικισμοί.

• Ημέρα 7η: Από το Καστέλλι και μέσα από αγρούς και στενά μονοπάτια, επιστροφή στο κτήμα το απόγευμα.

• Ημέρα 8η: Πρωινό στο κτήμα και αναχώρηση για το αεροδρόμιο με το λεωφορείο του κτήματος.

Τιμή εκδρομής: 500€ έως 530€

Περιλαμβάνει: μεταφορά από και προς το αεροδρόμιο, διατροφή και διαμονή για όλες τις ημέρες.

### **Διαμονή και διατροφή**

Ξενώνας:

Ο Ξενώνας που υπάρχει στο αγρόκτημα λέγεται 'Σεμέλη' και μπορεί να φιλοξενήσει μέχρι 37 άτομα.

Τα δωμάτια και οι τιμές τους είναι οι εξής:

Δωμάτια:	Τιμή/δωμάτιο
(περιλαμβάνει πρωινό)	
6 δίκλινα	35€ + ΦΠΑ
3 τρίκλινα	40€ + ΦΠΑ
4 τετράκλινα (με κουζίνα)	45€ + ΦΠΑ

(Για οργανωμένες ομάδες άνω των 15 ατόμων η τιμή διαμορφώνεται ως εξής: Τιμή κατ' άτομο με πλήρη διατροφή: 20€ + ΦΠΑ)

Τα δωμάτια διαθέτουν λουτρό, αλλά δεν έχουν θέρμανση. Θα βρείτε όμως τζάκι στο καθιστικό κάθε ορόφου. Υπάρχει μια μεγάλη αίθουσα για εκδηλώσεις, με τζάκι και κουζίνα. Ο ακάλυπτος χώρος του ξενώνα, που είναι 2.000τ.μ., είναι γεμάτος με πορτοκαλιές και μανταρινιές και το καλοκαίρι γίνεται κήπος λαχανικών.

### **Ταβέρνα:**

Το ψωμί ζυμώνεται στο χέρι και ψήνεται στον παραδοσιακό ξυλόφουρνο. Τα λαχανικά καλλιεργούνται στο κτήμα και είναι απολύτως απαλλαγμένα από φάρμακα και λιπάσματα (χρησιμοποιείται μόνο κοπριά). Τα φαγητά ψήνονται πάντα στον ξυλόφουρνο και σερβίρονται το καλοκαίρι κάτω από την κληματαριά (μέχρι 300 άτομα) και το χειμώνα μέσα στην ταβέρνα (μέχρι 100 άτομα).

Τιμή γεύματος: 12€. κατ' άτομο

Για οργανωμένες ομάδες, η τιμή είναι μικρότερη.

### **Πληροφορίες**

Για περισσότερες πληροφορίες, μπορείτε να επικοινωνείτε με την κ. Γραμματικάκη στο τηλέφωνο (2810) 380244.

## **ΝΟΜΟΣ ΛΑΣΙΘΙΟΥ**

### **Ο ΝΟΜΟΣ ΜΕ ΤΙΣ ΑΝΤΙΘΕΣΕΙΣ**

Στο ανατολικό άκρο της Κρήτης ο νομός Λασιθίου ξαφνιάζει με τις έντονες αντιθέσεις του. Πίσω από την εκτυφλωτική λάμψη των παγκοσμίως γνωστών παραθαλάσσιων τουριστικών θέρετρων, με τις υπερπολυτελείς ξενοδοχειακές μονάδες, στα ανόθευτα από τον τουρισμό ορεινά χωριουδάκια, χτυπά η καρδιά της παράδοσης και της γνήσιας κρητικής φιλοξενίας.

Πρωτεύουσα του νομού είναι ο Άγιος Νικόλαος, μια σύγχρονη κοσμοπολίτικη κωμόπολη που είναι χτισμένη στη θέση της αρχαίας πόλης Λατώ προς Καμάρα. Πήρε το όνομά της από το ομώνυμο βενετσιάνικο κάστρο, που «έπεσε» στα χέρια των Τούρκων και καταστράφηκε ολοσχερώς. Πολύ ενδιαφέρον θα βρείτε το Αρχαιολογικό Μουσείο στην Κωνσταντίνου Παλαιολόγου, την Κουνδούρειο Δημοτική Βιβλιοθήκη, καθώς και το Λαογραφικό Μουσείο, που στεγάζεται στο ισόγειο του λιμεναρχείου δίπλα στη γέφυρα της διώρυγας που συνδέει τα νερά της λίμνης Βουλιωμένης (σήμα κατατεθέν του Άγιου Νικολάου) με το Κρητικό πέλαγος. Κατά τη διάρκεια των θερινών μηνών τουριστικά σκάφη πραγματοποιούν καθημερινά εκδρομές στην Ελούντα και τη Σπιναλόγκα, τέως νησί των λεπρών! Ανήμερα της γιορτής των Αγίων Πάντων- και μόνο

τότε- μπορείτε να επισκεφθείτε και το ομώνυμο νησάκι, στο οποίο λειτουργεί εκτροφείο κρητικού αίγαγρου.

### **ΣΗΤΕΙΑ**

Η πόλη αυτή βρίσκεται εκτός των καθιερωμένων τουριστικών προορισμών, οπότε κάλλιστα προσφέρεται για όσους θέλουν να πάρουν μια γεύση από την αληθινή Κρήτη. Πηγή πλούτου στην περιοχή δεν είναι οι τουρίστες αλλά οι σταφίδες. Κάθε χρόνο τον Αύγουστο γίνεται η γιορτή της σουλτανίνας, ένα ξεφάντωμα με μουσική, παραδοσιακούς χορούς και άφθονο κρητικό κρασί. Μην παραλείψετε να επισκεφθείτε τα ερείπια του ενετικού φρουρίου του 13<sup>ου</sup> αιώνα, το οποίο έχει μερικώς ανακαινιστεί και λειτουργεί ως ανοικτό θέατρο. Στο μικρό Λαογραφικό Μουσείο θα θαυμάσετε τι μινωικό άγαλμα από ελεφαντόδοντο. Εξαιρετική είναι η θέα από τα ερείπια του ενετικού φρουρίου στο λόφο Λιόπετρο αλλά και από το χωριό Ρούσσα Εκκλησία, που πήρε το όνομά του από την εκκλησία του Αγίου Νικολάου, από τα θεμέλια της οποίας αναβλύζουν νερά. Μπορείτε, επίσης, να πάτε το Οινοποιείο της Ένωσης Αγροτικών Συνεταιρισμών Σητείας στο 3<sup>ο</sup> χλμ. της εθνικής οδού προς το Ηράκλειο, όπου πραγματοποιούνται ξεναγήσεις στο εκθετήριο- μουσείο τοπικών προϊόντων και στις εγκαταστάσεις του οινοποιείου καθώς και εκπαιδευτικές προβολές. Επιπλέον θα δοκιμάσετε κρασί, τσικουδιά και λάδι.

### **ΙΕΡΑΠΕΤΡΑ**

Είναι ο κύριος οικισμός στη νότια ακτή της ανατολικής Κρήτης και μάλιστα φημίζεται ως η νοτιότερη πόλη της Ευρώπης. Ωστόσο είναι μάλλον μια μεγάλη κωμόπολη παρά πόλη, αφού ο πληθυσμός της δεν ξεπερνά τους 8000 κατοίκους. Είναι χτισμένη στη θέση της αρχαίας Ιεράπετρας, μιας από τις σπουδαιότερες πόλεις της Κρήτης. Έχει μακράιωνη ιστορία και υπέστη καταστροφές, κατάφερε όμως να διατηρήσει στοιχεία και μνημεία του παρελθόντος, όπως το



ενετικό φρούριο Καλές του 13<sup>ου</sup> αιώνα και το τζαμί στην παλιά πόλη, με τα χαμηλά σπιτάκια και τις λουλουδιασμένες αυλές. Στην οδό Ναπολέοντος βρίσκεται το μικρό σπίτι στο οποίο κατέλυσε, όπως λένε, ο Βοναπάρτης κατά την επιστροφή του από την Αίγυπτο.

Η Ιεράπετρα είναι μια πλούσια πόλη με κύριους πόρους τον τουρισμό, τα θερμοκήπια και τις μπανάνες, η ανάπτυξη των οποίων ευνοείται από το γλυκό κλίμα που επικρατεί εδώ σχεδόν όλο το χρόνο.

## **ΟΡΟΠΕΔΙΟ ΛΑΣΙΘΙΟΥ (ΤΖΕΡΜΙΑΔΟ)**

Η φύση γιορτάζει στο εύφορο οροπέδιο του Λασιθίου (υψόμετρο 817.850μ.) στο βορειοδυτικό άκρο της Δίκτης. Στο γόνιμο έδαφος του καλλιεργούνται πρώτης ποιότητας οπωροκηπευτικά, γνωστά σε όλη την Ελλάδα- ιδίως οι πατάτες. Στην ευρύτερη περιοχή του οροπεδίου, που κατοικείται από τα νεολιθικά χρόνια, βρίσκονται διάσπαρτα δεκαέξι χωριουδάκια. Το μεγαλύτερο και η πρωτεύουσα της επαρχίας είναι το Τζερμιάδο με το φρούριο. Κοντά στο χωριό εντοπίστηκαν ερείπια υστερομινωικού οικισμού, καθώς και νεολιθικοί τάφοι. Από εδώ έχετε πανοραμική θέα στους αμέτρητους ανεμόμυλους, σήμα κατατεθέν του οροπεδίου. Ελάχιστοι από αυτούς λειτουργούν ακόμη και σήμερα . Κοντά στο χωριό Πινακκίνο, όπου υπάρχει και η Μονή της Βιδιανής (15<sup>ου</sup> αι.), σώζονται 24 ερειπωμένοι πέτρινοι αλευρόμυλοι, από τους οποίους έχουν ανακατασκευαστεί οι τρεις.

## **ΔΙΚΤΑΙΟ ΑΝΤΡΟ**

Το Δικταίο Άντρο (σπήλαιο Ψυχρού) βρίσκεται 1 χλμ. νοτιοδυτικά από το χωριό Ψυχρό, σε υψόμετρο 1.025 μέτρων. Σύμφωνα με το μύθο, που επαναλαμβάνεται και από ορισμένους σύγχρονους συγγραφείς, στο σπήλαιο του Ψυχρού γεννήθηκε ο Δίας και μεταφέρθηκε στο Ιδαίο Άντρο, όπου θήλασε από τη γίδα Αμαλθεία, κάτω από την προστασία και την επίβλεψη των ποιμένων Κουρίτων. Σύμφωνα με άλλη παράδοση εδώ έγινε η ένωση του Δία με την Ευρώπη. Η ταύτιση του σπηλαίου με το Δικταίο Άντρο αμφισβητείται σήμερα από πολλούς. Το βέβαιο είναι ότι υπήρξε τόπος λατρείας από τη Μεσομινωική έως την Αρχαϊκή Εποχή τουλάχιστον, ενώ εξακολούθησε να είναι πολυσύχναστο και στα ρωμαϊκά χρόνια. Συστηματικές ανασκαφές από Άγγλους αρχαιολόγους έφεραν στο φως αρχιτεκτονικά ευρήματα (βωμό, τέμενος, διαχωριστικό τείχος), καθώς και πλούσια αφιερώματα και αναθέματα (ειδώλια, διπλούς πέλεκεις , όπλα κ.α), πολλά από τα οποία εκτίθενται στο Αρχαιολογικό Μουσείο Ηρακλείου.

## **ΤΟΠΙΚΑ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ**

Πέρα από τις πάμπολλες φυσικές ομορφιές της και την υπέροχη φιλοξενία των κατοίκων της, η Κρήτη φημίζεται και για τα τοπικά παραδοσιακά προϊόντα της, όπως το λάδι, τα τυροκομικά (γραβιέρα, κεφαλογραβιέρα, ανθότυρο- φρέσκος και ξηρός-, μυζήθρα, ξινομυζήθρα και γιαούρτι), το μέλι – ιδιαίτερα το θυμαρίσιο- , τα αρτοσκευάσματα (παξιμάδια «μεθυσμένα», «τραγανά» και «κριθαρένια», κουλούρια και κρητικές μπουκιές), καθώς και τα αρωματικά φυτά και βότανα με τις εξαιρετικές τους ιδιότητες. Ο Αγροτουρισμός επισκέπτεται χαρακτηριστικούς αγροτουριστικούς συνεταιρισμούς και αγροκτήματα, παρακολουθεί από κοντά τη διαδικασία παραγωγής των προϊόντων τους και προτείνει συνταγές.

## ΒΡΑΒΕΥΜΕΝΟ ΒΙΟΛΟΓΙΚΟ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟ



Ο Μανόλης Ψυλλάκης σπούδασε ελαιοκομία στην Ισπανία και στη συνέχεια επέστρεψε στον τόπο του για να ασχοληθεί με την βιολογική καλλιέργεια. Η προσπάθεια της τυποποίησης και της εμφιάλωσης του βιολογικού ελαιολάδου ξεκίνησε το 2000, με τη δημιουργία μιας μονάδας μέσα στο αγρόκτημα που είχε φτιάξει ο παππούς του. Το αγρόκτημα βρίσκεται στους λόφους της περιοχής Κολυμπαρίου, στα όρια των επαρχιών Κισσάμου και Σέλινου. Ανήκει στην Κίσαμο και εντάσσεται στον κόκκινο χάρτη της περιοχής Οθνομασίας Προέλευσης (ΠΟΠ). Το 1992 μετατράπηκε σε συστηματική βιολογική καλλιέργεια. Η παραγωγή κυμαίνεται ανάλογα με τη σοδειά κάθε χρονιάς, από 15 έως 20 τόνους.

Το 2003 το βιολογικό λάδι του αγροκτήματος («BIONOSTOS») βραβεύτηκε από το Διεθνές Συμβούλιο Ελαιολάδου, που χρηματοδοτείται από την Ευρωπαϊκή Ένωση. Ήταν η πρώτη χρονιά που βραβεύτηκε βιολογικό ελαιόλαδο, και μάλιστα ελληνικό. Το ίδιο βραβείο τις προηγούμενες χρονιές απονεμήθηκε σε ένα «συμβατικό» ελαιόλαδο, αυτό της Ένωσης Γεωργικών Συνεταιρισμών Σητείας.

**Πληροφορίες:** τηλ. 28240 83200 και 6972 604121

## ΓΑΛΑΚΤΟΚΟΜΙΚΑ ΠΡΟΙΟΝΤΑ

Ο μοναδικός βοσκός της Αζού στην περιοχή του Μυλοποτάμου του Νομού Ρεθύμνου, ο Μιχάλης Κουτάντος μας έδειξε τον παραδοσιακό τρόπο με τον οποίο παράγεται το τυρί. Από το γάλα που ζεσταίνεται και πήζει στο καζάνι μέχρι την τοποθέτηση του τυριού στα τουπιά (τυροτουπιά), όπου ωριμάζει για εκατό ημέρες. Η φημισμένη κρητική γραβιέρα είναι ένα παραδοσιακό σκληρό τυρί που παρασκευάζεται από πρόβειο γάλα ή μείγματά του με γίδινο. Η μυζήθρα και ο ανθότυρος παρασκευάζονται με το υγρό που μένει μέσα στο καζάνι αφού έχει αφαιρεθεί η «μπάλα» για την κατασκευή των άλλων τυριών. Το τυροκομείο που επισκεφθήκαμε βρίσκεται μέσα στο Αγρόκτημα Έναργον.

Απέχει 44 χλμ. από το Ηράκλειο και 42 από το Ρέθυμνο.

Για περισσότερες πληροφορίες τηλεφωνήστε στα 28340 61611 και 61818, στείλτε e-mail στο [info@cretenatural.com](mailto:info@cretenatural.com) ή επισκεφθείτε την ηλεκτρονική διεύθυνση [www.enagron.gr](http://www.enagron.gr).

## ΜΕΛΙ

Αφήνοντας πίσω μας την πόλη του Ηρακλείου ακολουθούμε τον αυτοκινητόδρομο για τις Σίσσες Ρεθύμνου Κρήτης. Εκεί η οικογένεια Ρασούλη, που έχει πολυετή πείρα στη μελισσοκομία δημιούργησε μια σύγχρονη μονάδα επεξεργασίας και τυποποίησης μελιού, με σκοπό την ανανέωση και τη διεύρυνση της ποικιλίας των προϊόντων της, τα οποία ονόμασε «ORINO». Εκτός από το θυμαρίσιο μέλι παράγει παστέλι (φιστίκι, αμύγδαλο, σουσάμι, κοκτέιλ), μαντολάτο, βασιλικό πολτό και μέλι με φυσική κηρύθρα. Τονίζουν το γεγονός ότι στο παστέλι και στο μαντολάτο χρησιμοποιούν μέλι και όχι ζάχαρη και γλυκόζη.

Από τη μονάδα επεξεργασίας πηγαίνουμε μαζί με το Γιώργο Ρασούλη στα μελίσσια. Αυτά τοποθετούνται σε μέρη χωρίς υγρασία, που τα χτυπά πολλές ώρες ο ήλιος. Οι κυψέλες έχουν διαφορετικά χρώματα για να μπορούν οι μέλισσες που έχουν τη δυνατότητα να βλέπουν χρώματα, να τις αναγνωρίζουν. Μέσα σε κάθε κυψέλη είναι δυνατόν να κατοικούν μέχρι και ένα εκατομμύριο μέλισσες. Το θυμάρι- ένα από τα καλύτερα μελισσοκομικά φυτά- ανθίζει το καλοκαίρι.

## **ΑΡΤΟΣΚΕΥΑΣΜΑΤΑ**

Στο νομό Ηρακλείου και συγκεκριμένα στον Κρουσώνα λειτουργεί ο Αγροτικός Οικοτεχνικός Συνεταιρισμός Γυναικών «Η Κρουσανιώτισσα». Τα προϊόντα που παράγονται εκεί είναι νοστιμότητα και θα ικανοποιήσουν ακόμα και τους πιο απαιτητικούς. Ενδεικτικά αναφέρουμε: καλιτσούνια με μυζήθρα και προζύμι, κουλουράκια διαίτης με καρτό ή κρασάτα, παξιμάδια αμυγδάλου, πορτοκαλιού, ντάκο σε μπουκιές, γαμοκούρα, κουλούρια πλουμιστά, ξεροτήγανα, κριθαροκούρα και πολλά άλλα.

## **ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΟΙΚΟΤΕΧΝΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ**

### **«Η ΚΡΟΥΣΑΝΙΩΤΙΣΣΑ»**

Απέχει 23 χλμ. από την πόλη του Ηρακλείου.

Μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί τους στο τηλέφωνο 2810 711989, από τις 8π.μ ως τις 3μ.μ.  
**Για παραγγελίες [www.in.gr/agro/productw/tst10.htm](http://www.in.gr/agro/productw/tst10.htm)**

## **ΒΙΟΤΕΧΝΕΙΑ ΠΑΡΑΓΩΓΗΣ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΩΝ ΕΔΕΣΜΑΤΩΝ**

### **«ΤΟ ΞΑΘΕΡΙ»**

Μετά τον Κρουσώνα κατευθυνόμαστε προς την Αγία Ειρήνη. Ακολουθώντας ένα χωματόδρομο φτάνουμε στη βιοτεχνία παρασκευής παραδοσιακών γλυκών και εδεσμάτων «Το Ξαθέρι» (που σημαίνει το εκλεκτότερο). Από εκεί η θέα είναι εκπληκτική προς την επαρχία Μαλεβιζίου, την επαρχία Τεμένους στο βάθος και το Ηράκλειο στα αριστερά. Η Μαρία Δουλγεράκη- Πιτσικάκη, δημοσιογράφος, ζωγράφος και πρόεδρος του συνδέσμου γυναικών επιχειρηματιών Κρήτης δημιούργησε τη βιοτεχνία «Ξαθέρι» πριν από τέσσερα χρόνια. Με αγάπη και με πολύ μεράκι πήρε τις συνταγές τις γιαγιάς της και χρησιμοποιώντας αγνά υλικά, χωρίς συντηρητικά φτιάχνει παραδοσιακά γλυκά και εδέσματα. Τα «μεθυσμένα» εκτός από το κρητικό ελαιόλαδο είναι ζυμωμένα και με κρασί που δίνει μια ιδιαίτερη γεύση. Τα «τραγανά» είναι ζυμωμένα με πορτοκάλι, σταφίδα και αμύγδαλο, τα «κριθαρένια λαδερά» με τσικουδιά και κονιάκ. Το αλεύρι που χρησιμοποιείται για την παρασκευή τους είναι κριθαρένιο, αλεσμένο σε πετρόμυλο. Τα «ξαθερίνια» έχουν κρεμμύδι, σκόρδο και ελιές, οι «κρητικές μπουκιές» είναι φτιαγμένες με μαστίχα, το κέικ με πορτοκάλι και ντόπια αυγά, ενώ τα «ξορμπλιστά» κουλούρια έχουν καρύδια, δείγμα καλής τύχης.

Τα προϊόντα «Ξαθέρη» διατίθενται στην Κρήτη, στην υπόλοιπη Ελλάδα και στο εξωτερικό.  
Απέχει 26 χλμ. από την πόλη του Ηρακλείου.  
Μπορείτε να επικοινωνήσετε μαζί τους στα τηλέφωνα 2810 711794 και 762991

## **ΑΡΩΜΑΤΙΚΑ ΦΥΤΑ**

Στη Λαγούτα, ένα χωρίο νότια του Ηρακλείου, μπορεί κανείς να συναντήσει την Άννα Χαραλαμπίκη- Γσατσάκη, αγρότισσα στο επάγγελμα. Θα τη βρει κανείς στο χωράφι με το αγαπημένο της δίκταμο ή έρωντα, όπως ονομάζουν αυτό το μοναδικό φυτό που ευδοκimeί αποκλειστικά στην Κρήτη.

## ΠΕΛΛΟΠΟΝΗΣΟΣ ΝΟΜΟΣ ΗΛΕΙΑΣ

### ΑΓΡΟΚΤΗΜΑ ΣΤΗ ΝΕΡΑΪΔΑ ΗΛΕΙΑΣ

Στην ορεινή Ηλεία υπάρχουν ακόμα νεράιδες! Κρυμμένες στα πυκνά φυλλώματα των δέντρων, ανάμεσα στις πανύψηλες, βελανιδιές και έλατα, δίπλα στα νερά του Ενιπέα και τις παγωμένες πηγές, οι κάτοικοι του χωριού Νεραΐδα ορκίζονται πως τις νύχτες με φεγγάρι οι νεράιδες κυκλοφορούν ακόμα. Η ορεινή Ηλεία είναι μια από τις περιοχές που ο τουρισμός δεν έχει αλλοιώσει. Η ζωή συνεχίζεται σε ορισμένες περιοχές της όπως πριν από 50 χρόνια. Η φύση είναι τόσο πλούσια, που εκπλήσσει τον επισκέπτη, τον μαγεύει και του 'κλέβει το μυαλό', όπως ακριβώς κάνουν οι νεράιδες που σύμφωνα με τους θρύλους της περιοχής, ζουν εδώ ακόμα. Είναι μία περιοχή που δεν έχει μεγάλη οικονομική ανάπτυξη, με κύριες δραστηριότητες τη γεωργία και την κτηνοτροφία και με ανθρώπους εξαιρετικά φιλικούς και φιλόξενους

#### **Το σπιτικό φαγητό της κυρίας Ελένης**

Στο αγρόκτημα θα γευτείτε σπιτικό, παραδοσιακό, νόστιμο και αγνό φαγητό. Αυτά που καλλιεργούνται στο κτήμα, χωρίς λιπάσματα και χημικά, αποτελούν τα υλικά για τα φαγητά που φτιάχνει η θεία Ελένη για τους επισκέπτες. Χρησιμοποιούνται τα λαχανικά, τα φρούτα και τα βότανα όπως ρίγανη, θρούμπι, χαμομήλι και τσάι του βουνού. Μπορείτε να δοκιμάσετε σπιτικά τυριά, χυλοπίτες και λαζάνια, ζυμωτό ψωμί. Τα αυγά είναι από τις κότες αγροκτήματος. Αδύνατον να αντισταθεί κανείς στα υπέροχα πρωινά, με τα σπιτικά κέικ και κουλουράκια, το ψωμί που ψήνεται στο τζάκι πασπαλισμένο με αγνό ελαιόλαδο και ρίγανη. Τα γεύματα είναι μια γευστική πανδαισία.

#### **Οι Γεύσεις....**

Κόκορας κρασάτος ή αρνάκι κοκκινιστό με χυλοπίτες, πίτες, χοιρινό παστό ή ψητό με θρούμπι, λαδερά, χωριάτικα λουκάνικα, ομελέτες και μοναδικές τηγανητές πατάτες. Δοκιμάστε επίσης το κρασί και το τσίπουρο. Γεύσεις τόσο γνωστές που έχουμε όμως ξεχάσει κι όταν τις ξαναθυμόμαστε, μας γυρίζουν πίσω στο χρόνο!

#### **Μαγειρική**

Η θεία Ελένη είναι πάντα διαθέσιμη να σας μνήσει στα γαστρονομικά μυστικά της. Έτσι θα μάθετε πώς να ζυμώνετε τις χυλοπίτες, πως γίνεται ο κόκορας κρασάτος, πως τηγανίζονται οι πίτες, πως χρησιμοποιείται το θρούμπι, πως παστώνουμε τις ελιές και το χοιρινό κά.

#### **Με μία κιθάρα τα βράδια**

Ο Δημήτρης, ταλαντούχος μουσικός, εγκατέλειψε την Αθήνα και ασχολείται με τις δουλειές του κτήματος, τις καλλιέργειες, τα κλαδέματα. Είναι ο άνθρωπος που θα σας δείξει τις βασικές καλλιεργητικές εργασίες και θα λύσει τις απορίες σας σχετικά με τα φυτά, τις ελληνικές ποικιλίες, τα οπωροφόρα, τα λαχανικά, τα κλαδέματα, τα φυτικά λιπάσματα κλπ.

Τα βράδια παίρνει την κιθάρα και, τραγουδώντας χωρίς μικρόφωνο, δημιουργεί μία μοναδική ατμόσφαιρα. Πολλές φορές οι φίλοι που επισκέπτονται το αγρόκτημα και ξέρουν να παίζουν κάποιο μουσικό όργανο, το έχουν μαζί τους και συμμετέχουν στο γλέντι. Τις καλοκαιρινές νύχτες με φεγγάρι τα τραγούδια είναι οι μοναδικοί ήχοι που καλύπτουν τα νερά του Ενιπέα.

#### **Βόλτες, εκδρομές, εξερευνήσεις στην περιοχή**

Το αγρόκτημα της Νεραΐδας είναι ιδανικό για περιπάτους. Στο 1,5 χλμ υπάρχει ένας καταρράκτης και ένα φαράγγι, ενώ μια βόλτα στο ποτάμι Ενιπέας είναι πολύ ενδιαφέρουσα επιλογή. Η απόσταση από το χωριό Νεραΐδα είναι 2 χλμ. Εκεί θα βρείτε μικρά παραδοσιακά καφενεία, θα αγοράσετε εξαιρετικό τσίπουρο, τυρί, αυγά και κρέας. Επίσης, θα βρείτε έναν παλιό μύλο όπου μέχρι πρόσφατα άλεθαν με τον παραδοσιακό τρόπο. Υπάρχει επίσης μια οικογένεια βοσκών που ζει στα περίχωρα, χωρίς ρεύμα εδώ και πενήντα χρόνια, η οποία ακολουθεί τον

παραδοσιακό τρόπο παρασκευής τυριού και θα σας διαθέσει εξαιρετικό τυρί. Επίσης, κοντά στο κτήμα βρίσκεται το πολύ όμορφο ξωκλήσι του Αγίου Γεωργίου, ενώ στα 10 χλμ το εξαιρετικά ενδιαφέρον μοναστήρι της Κρεμαστής.

Σε ακτίνα από 2 έως 5 χλμ, υπάρχουν τα χωριά Λατζόι, Μηλιές, Χελιδόνι, Κρουονέρι. Προσφέρονται για βόλτες και φαγητό. Η Αρχαία Ολυμπία απέχει μόλις 20 χλμ. Ενδιαφέροντα είναι επίσης, από αρχαιολογικής άποψης, το χωριό Κουμάνι, στη θέση Κουτερη και το Παλιόκαστρο όπου υπάρχουν τα απομεινάρια της αρχαίας ακρόπολης του Λασιώνος. Κάθε χρόνο, δεκαπενταύγουστο, Πάσχα και Αποκριές, ο Πολιτιστικός Σύλλογος του Δήμου Φολόης διοργανώνει πολιτιστικές εκδηλώσεις.

### **Ο Ερύμανθος ποταμός**

Διασχίζει στο μεγαλύτερο μέρος του τον Νόμο Ηλείας και αποτελεί σημείο αναφοράς για την περιοχή και μεγάλη προοπτική για την ανάπτυξη του εναλλακτικού τουρισμού και των αθλημάτων περιπέτειας. Είναι ο 3ος ποταμός στην Ευρώπη καταλληλότερος για ραφτινγκ, λόγω των ορμητικών νερών του και τον διασχίζουν οι εμπειρότεροι ραφτερς απ' όλη την Ευρώπη.

Την Κυριακή στις 23 Μαΐου, πραγματοποιείται η διάνοιξη του Ολυμπιακού μονοπατιού από την Αρχαία Ψωφίδα μέχρι την Ολυμπία. Η ενέργεια αυτή αποσκοπεί στην ανάδειξη της πολιτιστικής κληρονομιάς και των αρχαίων πόλεων εν όψει της Ολυμπιάδας του 2004.

### **Παραλίες**

Οι παραλίες Επιτάλιο και Κατάκολο, έξω από τον Πύργο, βρίσκονται σε απόσταση περίπου 30 χλμ, από το Αγρόκτημα της Νεράιδας, για όσους αναζητούν τη θάλασσα.

### **Το δάσος της Φολόης**

Το δρυοδάσος της Φολόης είναι μία προστατευόμενη περιοχή από το Δίκτυο NATURA 2000. Βρίσκεται σε υψόμετρο 688μ. στο όρος Φολόη της Ηλείας και καταλαμβάνει έκταση 33.000 στρεμμάτων. Η διέλευση των ποταμών Ερύμανθου και Ηλειακού Λάδωνα δημιουργεί ένα μοναδικό περιβάλλον. Είναι το μοναδικό αυτοφυές δάσος πλατύφυλλης δρυός στα Βαλκάνια, με γηραιές συστάδες με βελανιδιές (*Quercus* sp.). Θεωρείται μία από τις «196 σημαντικές περιοχές για τα πουλιά της Ελλάδας» από το Δίκτυο Natura 2000 με αναπαραγόμενα είδη τον Φιδαετό, τον Χρυσαιετό, τον Πετρίτη, τον Μπούφο, την Αλκυόνη, τον Λευκονώτη και τον Μουστακοτσιροβάκο. Στο ευρύτερο βιότοπο του δάσους απαντώνται αλκυόνες και βίδρες. Το οικοσύστημα της περιοχής είναι τυπικά μεσογειακό και χαρακτηρίζεται από μεγάλη ποικιλία φυτών και ζώων. Παράγει 550 κμ<sup>3</sup> ξυλείας από τα οποία το 80% είναι καυσόξυλα και το 20% τεχνική ξυλεία για την παραγωγή σπόρων Μαύρης Πεύκης.

### **Οικοτουρισμός**

Είναι μια μορφή τουρισμού που μπορεί να δώσει διεξόδους στην περιοχή. Γι' αυτό τον λόγο αυτό έχει μελετηθεί ο σχεδιασμός ενός δασικού χωριού. Κεντρικός άξονας μίας οικοτουριστικής ανάπτυξης είναι και η διάνοιξη δικτύου μονοπατιών, η ίδρυση λαογραφικού μουσείου και μουσείου φυσικής ιστορίας κ.ά.

### **Μελλοντικά σχέδια για το αγρόκτημα**

Στα άμεσα σχέδια ανάπτυξης του αγροτουρισμού στο αγρόκτημα είναι η δημιουργία:

(1) μιας πετρόκτιστης πισίνας ολυμπιακών διαστάσεων στους κήπους του αγροκτήματος, πάνω στην ροή του νερού της πηγής το οποίο θα είναι τρεχούμενο και ανανεούμενο φυσικά. Το νερό της πηγής θα κατεβαίνει από τα βουνά, θα περνάει από την πισίνα και θα φεύγει από την άλλη μεριά

(2) ενός κοινόχρηστου χώρου που θα περιλαμβάνει εκτός από τον χώρο των πρωινών και του εστιατορίου, ένα μικρό σαλόνι με τζάκι για τις ώρες της ανάπαυλας, και μια βιβλιοθήκη.

(3) ενός εκθετηρίου που θα διαθέτει σε εποχιακή βάση βότανα, γλυκά, μαρμελάδες, ζυμαρικά και όλα τα προϊόντα που παρασκευάζει ή συλλέγει η θεία Ελένη.

### **Πως θα φτάσετε**

Για τη συντομότερη διαδρομή, ακολουθούμε την Εθνική Οδό με κατεύθυνση την Τρίπολη μέχρι τη σήραγγα του Αρτεμισίου. Στη συνέχεια, πορευόμαστε με κατεύθυνση την Αρχαία Ολυμπία δια μέσου του Ερύμανθου. Εναλλακτικά, ακολουθούμε την Εθνική Οδό ως τον Πύργο.

Μετά τον Πύργο, περίπου στα 10 χλμ αφήνουμε την Εθνική και στρίβουμε αριστερά στο σημείο της Παλαιοβαρβάσαινας. Συνεχίζουμε ευθεία με κατεύθυνση το Λατζόι, διασχίζουμε το χωριό και συνεχίζουμε πάντα ευθεία με κατεύθυνση τη Νεράιδα. Στο σημείο που συναντάμε το γεφύρι του ποταμού, στρίβουμε αριστερά ακολουθώντας παντά τη σήμανση για τη Νεράιδα. Συναντάμε το κτήμα 2 χλμ πριν φτάσουμε στο χωριό.

### **Πληροφορίες**

Για να κλείσετε τη διαμονή σας στο αγρόκτημα «Κάμπος Νεράιδας» θα επικοινωνήσετε με την κυρία Ελένη Βουρλούμη στο τηλ. 6938 226463. Αν είστε μεγάλη παρέα πρέπει να κλείσετε έγκαιρα προκειμένου να σας διατεθούν όσα σπίτια χρειαστείτε.

## **ΝΟΜΟΣ ΛΑΚΩΝΙΑΣ**

### **Ο ΝΟΜΟΣ ΤΟΥ ΒΟΥΝΟΥ ΚΑΙ ΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΑΣ**

Αν κάνετε διακοπές στη Λακωνία, θα έχετε την ευκαιρία να περιηγηθείτε το Μυστρά, τη Μονεμβασιά και τη Μάνη. Οι φυσικές ομορφιές του νομού, το ακρωτήρι του Ταινάρου, το Τηγάνι, τα Σπήλαια του Διρού, καθώς και άλλοι ενδιαφέροντες προορισμοί θα σας συναρπάσουν και θα σας κόψουν την ανάσα.

### **ΜΟΥΣΕΙΟ ΤΗΣ ΕΛΙΑΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΛΑΔΙΟΥ**

Μοναδικό στον είδος του στην Ελλάδα, βρίσκεται στην καρδιά της Λακωνίας, μια από τις σημαντικότερες ελαιοπαραγωγούς περιοχές της χώρας μας. Στεγάζεται στο κτίριο της παλιάς Ηλεκτρικής Ενέργειας Σπάρτης. Στον πάνω όροφο του μουσείου παρουσιάζεται η ιστορία της ελιάς και αναδεικνύεται η πολύπλευρη σημασία της σε τομείς όπως η οικονομία, η διατροφή, η υγιεινή, η λατρεία και τα έθιμα. Στον κάτω όροφο έχει κανείς τη δυνατότητα να γνωρίσει την εξέλιξη της τεχνολογίας των ελαιοτριβείων στην Ελλάδα από τους μεταβυζαντινούς χρόνους έως το πρώτο μισό του 20<sup>ου</sup> αιώνα. Εκτίθενται μηχανισμοί που έχουν διασωθεί ή αποκατασταθεί, αντίγραφα και μεγάλες κινούμενες μακέτες. Που βοηθούν τους επισκέπτες να γνωρίσουν τις τεχνικές παραγωγής του λαδιού, όπως αυτές παραδίδονται επί αιώνες στον τόπο μας. Η έκθεση προβλέπεται να ολοκληρωθεί με την εγκατάσταση στον υπαίθριο χώρο τριών ελαιοτριβείων. Το ένα είναι των προϊστορικών, το άλλο των αρχαίων και το τρίτο των βυζαντινών χρόνων, και θα τίθενται σε λειτουργία στο πλαίσιο εκπαιδευτικών προγραμμάτων. Η επιτυχία του ΜΕΕΛ διαφάνηκε ήδη στο πρώτο τετράμηνο της λειτουργίας του ( Ιανουάριος- Απρίλιος 2003), κατά το οποίο προσέλκυσε 2732 επισκέπτες, ενώ η προσέλευση κατά το τρέχον έτος ανέρχεται σε 5254 επισκέπτες, εκ των οποίων περίπου το 50 % είναι σχολικές μονάδες. Το μουσείο εντάσσεται στο Δίκτυο Μουσείων του Πολιτιστικού Ιδρύματος Ομίλου Πειραιώς, το οποίο περιλαμβάνει τρία ακόμη μουσειαία και επεκτείνεται διαρκώς αποσκοπώντας στη δημιουργία μουσειών τα οποία θα αποτελούν ζωντανούς οργανισμούς που θα συμβάλουν στην ενίσχυση της ελληνικής περιφέρειας.

**Πληροφορίες:** τηλ 2731089315, φαξ: 2731089325, Διεύθυνση: Όθωνος – Αμαλίας 129, ΤΚ 23100, Σπάρτη. Ημέρες και ώρες λειτουργίας: Καθημερινά εκτός Τρίτης και αργιών, 10:00-16:00.

### **ΔΗΜΟΤΙΚΟ ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΚΟΥΜΟΥΣΤΑΣ**

Το πέτρινο καταφύγιο στο χωριό Κουμουστά, με πολλή όμορφη θέα στο φαράγγι προσφέρεται για εναλλακτικές διακοπές. Είναι ιδανικό για νεανικές παρέες που θέλουν να βιώσουν την περιπέτεια και να μείνουν κοντά στη φύση. Πρόκειται για ένα ενιαίο δωμάτιο στο οποίο μπορούν να μείνουν μέχρι έντεκα άτομα. Διαθέτει κουκέτες, τζάκι, και κουζινάκι. Δεν έχει ρεύμα, όπως πουθενά στην Κουμουστά, ενώ παρέχονται μόνο κουβέρτες. Για να πάτε πρέπει προηγουμένως να επικοινωνήσετε με το δημαρχείο Ξηροκαμπίου στην Κουμουστά, στο τηλ 2731035243.



## **ΤΑ ΤΣΙΝΤΖΙΝΑ ( ΠΟΛΥΔΡΟΣΟ ) ΚΑΙ Ο ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΣ ΞΕΝΩΝΑΣ ΤΟ «ΣΧΟΛΑΡΧΕΙΟ»**

Το παλαιότερο γνωστό μνημείο του χωριού είναι ο σπηλαιώδης ναός του Αγίου Ιωάννη, στον οποίο οι τοιχογραφίες χρονολογούνται από το 1333 ή το 1335 μ.Χ. Από την πλατεία των Τσιτζίτων ξεκινούν 9 πεζοπορικά μονοπάτια, με διαφορετικό βαθμό δυσκολίας, χαρτογραφημένα και σηματοδοτημένα. Τα περισσότερα από αυτά καταλήγουν σε πηγές ή σε εκκλησίες. Η γύρω περιοχή προσφέρεται για ορειβασία και ποδήλατο βουνού.

### **ΤΟ ΣΧΟΛΑΡΧΕΙΟ**

Το αναπαλαιωμένο σχολαρχείο του 1891 είναι σήμερα ένας πέτρινος ξενώνας με 11 δωμάτια ( 7 δίκλινα, 1 τρίκλινο και 3 τετράκλινα) όλα με αυτόνομο μπάνιο και θέρμανση. Υπάρχει επίσης μια όμορφη αίθουσα με τζάκι. Ο ξενώνας αποτελεί στέκι πεζοπόρων και ορειβατών οι οποίοι τον προτιμούν για τη ζεστή και φιλική ατμόσφαιρά του. Σερβίρεται πολύ καλό πρωινό, όπου περιλαμβάνει μεταξύ άλλων τηγανίτες, σπιτικές μαρμελάδες και μέλι από την περιοχή του Πάρνωνα.

Πληροφορίες: τηλ:27310 96276, 6937707017, [www.sholarxio.com/en/index.htm](http://www.sholarxio.com/en/index.htm)

### **Η ΤΑΒΕΡΝΑ ΤΗΣ ΜΑΝΤΩΣ**

Στη Μαντώ δε θα φάτε μόνο τα φαγητά της ώρας που θα βρείτε στον κατάλογο, αλλά και τα παραδοσιακά φαγητά που φτιάχνει η ίδια. Οι γεύσεις μοναδικές: Κόκορας ντόπιος με χυλοπίτες, τραχανάς, πρωτογιάχνι ( τοπική συνταγή με μακαρονάδα), αρνί στη γάστρα με ντόπια τυριά, κιούρμπασι γεμιστό με κεφαλοτύρι, ντολμάδες με αρνί, σύγκλινο και λουκάνικα ντόπια και κυρίως ψωμί χωριάτικο που ζυμώνει η Μαντώ.

Πληροφορίες : τηλ: 2731096286

### **Η ΤΑΒΕΡΝΑ ΤΟΥ ΓΙΑΝΝΟΥΛΗ**

Αξίζει να επισκεφτείτε την ταβέρνα του Γιαννούλη που έχει παράδοση ετών και φημίζεται για τη νόστιμη και υγιεινή κουζίνα της. Χαρακτηριστικό είναι το σύνθημα του ιδιοκτήτη: « Τίποτα δεν έχουμε έτοιμο, αλλά ψήνονται και μαγειρεύονται επιτόπου παρουσία σας». Δοκιμάστε τα πρωτογιάχνια και τις υπέροχες μακαρονάδες.

Πληροφορίες: τηλ: 27310 96216.

### **ΚΑΡΥΕΣ ( ΑΡΑΧΟΒΑ)**

Είναι ένα παραδοσιακό χωριό στους πρόποδες του Πάρνωνα, σε υψόμετρο 950 τμ, ανάμεσα σε καστανιές και καρυδιές. Από τις Καρυές έχουν πάρει το όνομά τους και οι Καρυάτιδες του Ερέθκειου. Πολλά από τα σπίτια παραμένουν παραδοσιακά, ενώ υπάρχει και η γραφική πλατεία με τον αιώνιο πλάτανο. Αξίζει να επισκεφθείτε το Εκκλησιάκι της Κοιμήσεως της Θεοτόκου ( Παναγίας) και το Ναό της Αγίας Παρασκευής που χτίστηκαν το 1900. Οι κάτοικοι του χωριού ασχολούνται κυρίως με τη γεωργία, την κτηνοτροφία και τη μελισσοκομία. Στο δημοτικό σχολείο που ιδρύθηκε το 1938, φοιτούν 24 παιδιά, ενώ στο νηπιαγωγείο 5. Οι Καρυές απέχουν 37 χλμ από την Τρίπολη.

## ΤΟΠΙΚΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ

Στις Καρυές θα βρείτε μεγάλη ποικιλία τοπικών προϊόντων όπως: κάστανα, καρύδια, βιολογικό λάδι και ελιές, τσάι, ρίγανη, μέλι, τυρί, γλυκά, ζυμαρικά, χωριάτικο ψωμί και παξιμάδια. Μπορείτε να τα προμηθευτείτε από το φούρνο της Σταυρούλας Δαλακούρα « Το Ασπροσίτι» ( τηλ 2731095159,95387)

### ΑΓΡΟΤΙΚΟΣ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΣ ΚΑΣΤΑΝΟΠΑΡΑΓΩΓΩΝ ΠΑΡΝΩΝΑ & ΛΟΙΠΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΜΕ ΚΕΛΥΦΟΣ ΠΑΡΝΩΝΑ

Η πρότυπη μονάδα επεξεργασίας και συσκευασίας κάστανου, καρυδιών και αμυγδάλων, δημιουργήθηκε το 2000 με επιδότηση 40% από το LEADER II. Με κατάλληλη τεχνογνωσία ο συνεταιρισμός διακινεί προϊόντα άριστης ποιότητας στο εσωτερικό και το εξωτερικό. Μπορείτε να επισκεφτείτε το εργοστάσιο- που βρίσκεται λίγο πριν την είσοδο στις Καρυές – καθημερινά και να προμηθευτείτε προϊόντα.

**Πληροφορίες:** τηλ: 27310 95171

### Η ΤΑΒΕΡΝΑ ΤΟΥ ΤΑΚΗ ΚΟΥΤΣΟΓΙΩΡΓΑ

Εδώ θα δοκιμάσετε εκλεκτούς μεζέδες και παραδοσιακά φαγητά τα οποία συνοδεύονται με νότιο κρασί. Μην παραλείψετε να δοκιμάσετε τα τυριά παραγωγής του ιδιοκτήτη και τα υπέροχα σπιτικά γλυκά. Βρίσκεται στην Πλατεία Ράχης.

**Πληροφορίες:** τηλ: 2731095350

### ΓΙΟΡΤΗ ΚΑΣΤΑΝΟΥ ΣΤΗΝ ΑΡΝΑ ΛΑΚΩΝΙΑΣ

Στις ψηλότερες κορυφές του Ταΰγετου στην Αρνα Λακωνίας, 35 χλμ. από το Γύθειο, διοργανώνεται το τελευταίο Σαββατοκύριακο του Οκτωβρίου 30-31, η «ΓΙΟΡΤΗ ΤΟΥ ΚΑΣΤΑΝΟΥ».

Στην πλατεία του χωριού οι επισκέπτες θα δοκιμάσουν ψητά και βραστά κάστανα, θα γευτούν εδέσματα με κάστανο, και θα διασκεδάσουν με παραδοσιακή μουσική. Επίσης, θα έχουν την ευκαιρία γνωρίσουν τους ντόπιους παραγωγούς και να αγοράσουν τα προϊόντα τους.

Σκοπός της γιορτής είναι η συγκέντρωση των Αρνωτών όλης της Ελλάδας και οι προσέλκυση επισκεπτών. Παρ' ότι οι μόνιμοι κάτοικοι δεν ξεπερνούν τους 130 το χωριό δραστηριοποιείται σημαντικά με τη διοργάνωση πολιτιστικών εκδηλώσεων που δίνουν ζωή στο χωριό.

Όσοι επισκέπτες μείνουν στο ΑΡΧΟΝΤΙΚΟ ΓΕΩΔΗ θα συμμετάσχουν σε μια εξόρμηση σε ιδιόκτητο κτήμα, θα μαζέψουν κάστανα, και θα απολαύσουν τις παραδοσιακά εδέσματα που θα προσφέρει ο ξενώνας. Οι εκδηλώσεις του ξενώνα θα γίνουν τα Σάββατα 23 & 30 Οκτωβρίου και 6 Νοεμβρίου.

**Πληροφορίες για τη διαμονή και την επίσκεψή σας:** ΞΕΝΩΝΑΣ ΓΕΩΔΗ Κα Βαβούλη Ελευθερία τηλ. 210 5056263, 6978 550925 και στους δικτυακούς τόπους: <http://www.geodi.gr/> , <http://www.arna.gr/>

## ΤΟ ΑΡΧΟΝΤΙΚΟ «ΓΕΩΔΗ»

### Η ΑΛΛΗ ΠΛΕΥΡΑ ΤΟΥ ΤΑΪΓΕΤΟΥ

Τι συμβαίνει όταν ένας γιατρός και μια φαρμακοποιός ψάχνουν αφορμές για να επιστρέφουν ξανά και ξανά στο αγαπημένο τους χωριό; Αποφασίζουν να φτιάξουν έναν ξενώνα που κάθε Σαββατοκύριακο τους "τραβάει" στον Ταΰγετο. Το δημιουργημά τους όμως είναι τόσο όμορφο και οι ίδιοι τόσο φιλόξενοι που προβλέπω ότι σύντομα πολλοί θα ανακαλύψουν την 'Αρνα.

"Δεν μπορεί να έχεις γράψει για τόσους ξενώνες στην Ελλάδα και να μη γράψεις γι' αυτόν της 'Αρνας", μου έτρωγε τα αυτιά φέτος το Πάσχα ο πεθερός μου: έντονα τοπικιστής (με την καλή έννοια), ένιωθε πολύ ωραία που άνοιξε επιτέλους ένας ξενώνας στο γειτονικό στη Λεμονιά (Ρόζοβα) χωριό. Με τα πολλά πήγα, αν και κατά βάθος πίστευα πως κάποιος αποφάσισε να κάνει απλώς ενοικιαζόμενα δωμάτια εδώ πάνω στην 'Αρνα. Απόλαυσα τη διαδρομή μέσα στο υπέροχο ανοιξιάτικο τοπίο όπου κυριαρχούσαν οι ανεμώνες, με τη σκέψη ότι άξιζε τον κόπο ακόμα και να πω έναν καφέ στη γραφικότερη πλατεία της 'Αρνας με τα πλατάνια. Δεν έφτασα ποτέ στην πλατεία. "Καρφώθηκα" στη "Γεωδή" που βρίσκεται στην είσοδο του χωριού και δεν μου έκανε καρδιά να φύγω.

Αιτία γι' αυτό ο γιατρός (Χ. Παπαγεωργίου) και η φαρμακοποιός (Ε. Βαβούλη), οι ιδιοκτήτες του ξενώνα, που μπορούν για ώρες να σου μιλούν για το χωριό, τον Ταΰγετο, τη φύση, την ανάγκη τους να δεθούν με κάποιον τρόπο με το αγαπημένο τους χωριό και για τα μελλοντικά τους σχέδια

Κτισμένο σε ένα κατάφυτο περιβάλλον εξαιρετικής θέας στις παρυφές του Ταΰγету, σας προσφέρει μοναδικές στιγμές ηρεμίας και χαλάρωσης μακριά από τους έντονους ρυθμούς της πόλης στο χωριό Άρνα Λακωνίας σε υψόμετρο 804 μέτρων.

Σε ένα χώρο υψηλής αισθητικής όπου το παραδοσιακό και το μοντέρνο συμπλέκονται διαλεκτικά δημιουργήσαμε συνθήκες θαλπωρής και φιλόξενης οικειότητας.

Από κάθε γωνιά του κήπου μπορεί κανείς να απολαύσει τη θέα που απλόχερα χαρίζει το τοπίο, καθώς και τον Λακωνικό κόλπο, που κλέβει τη ματιά του επισκέπτη στο βάθος του ορίζοντα.

Διανύετε 225 χλμ. από Αθήνα έως Σπάρτη. Για να φτάσετε στο χωριό Άρνα (39 χλμ. από την Λακωνική πρωτεύουσα) παίρνετε το δρόμο για Γύθειο και ακολουθείτε την ταμπέλα για Ποταμιά, Λιαντίνα, Βασιλική μέσα σε πεύκα, καστανιές, κερασιές, μηλιές και πλατάνια.

Βάση του ξενώνα υπήρξε ένα παλιό διώροφο πέτρινο σπίτι του χωριού, ενώ δίπλα του προστέθηκε και ένα καινούργιο παράσπιτο. Το κεντρικό έχει τέσσερα δωμάτια στον επάνω όροφο και το παράσπιτο ένα (το πιο μεγάλο) για οικογένειες. Στο ισόγειο υπάρχει το όμορφο πέτρινο καθιστικό με το τζάκι, το μοναστηριακού ύφους τραπέζι για το πρωινό και η κουζίνα. Ένα ελαφρύ country ύφος διαπνέει όλους του χώρους. Γήινα χρώματα, λουλούδια, αντίκες, αλλά και σύγχρονα κομμάτια στο σαλόνι.

Ο ξενώνας διαθέτει τρία δίκλινα, δύο τρίκλινα και ένα ανεξάρτητο τετράκλινο δωμάτιο με σοφίτα στο σπίτι του κήπου. Κάθε δωμάτιο διαθέτει το δικό του ξεχωριστό χαρακτήρα. Έτσι μπορεί κανείς να διαλέξει ανάμεσα σε κεράσι λωτό, κάστανο, μήλο, κυδώνι και βατόμουρο. Ονόματα που χαρακτηρίζουν την ιδιαίτερη προσέγγιση στη διακόσμηση τους. Σε όλα τα δωμάτια υπάρχουν όλα όσα αναζητά ένας απαιτητικός επισκέπτης.

Στα δωμάτια το χρωματικό παιχνίδι ορίζεται από τα φρούτα που είναι ζωγραφισμένα στην πόρτα του καθενός από τον Βασίλη Σολιδάκη. Τι θα πάρετε λοιπόν; "Κάστανο" που μαζί με το "Μήλο" έχουν την ωραιότερη θέα στον κόλπο του Γυθείου και στον Ταΰγετο και φυσικά τον ανάλογο χρωματισμό;

Το "Κεράσι" (ή κερασάκι χαϊδευτικά), που είναι το μικρότερο δωμάτιο; Το "Κυδώνι" που έχει ενταγμένη στη διακόσμησή του και την παλιά πέτρα του σπιτιού ή σας χρειάζεται ο "Λωτός" που

είναι πανέμορφος και αρκετά μεγάλος; Αν θέλετε την ανεξαρτησία σας δεν έχετε παρά να ζητήσετε το "Βατόμouro", το τετράκλινο δωμάτιο του παράσπιτου.

Οι λεπτομέρειες στην επίπλωση και οι πινελιές πολυτέλειας, το πρωινό που είναι ιδιαίτερο προσεγμένο (must η μαρμελάδα από κίτρινη κολοκύθα με ξερά βερίκοκα και φιστίκια Αιγίνης, αλλά και οι ντόπιες γεύσεις), η θεϊκή αυλή που βλέπει θάλασσα και Ταΰγετο, η φιλοξενία... Κάτι τρέχει ξαφνικά εκεί ψηλά στα 800 μ., στα πόδια του βουνού.

Το σαλόνι προσφέρεται για στιγμές περισυλλογής και ξεκούρασης είτε μπροστά στο τζάκι, είτε πίσω από τις τζαμένιες πόρτες του ξενώνα από όπου ατενίζει κανείς την πανέμορφη Μάνη.

Το ξημέρωμα βρίσκει τους επισκέπτες του ξενώνα στο μοναστηριακό τραπέζι να γεύονται το πρωινό τους.

Φρέσκοι χυμοί, φρούτα εποχής της περιοχής, χειροποίητες μαρμελάδες, γιαούρτι, μέλι, ροφήματα και βότανα, φρέσκα αυγά και τις παραδοσιακές λαλαγγίδες με τυρί, τοπικά γλυκά, αποτελούν ένα ιδανικό ξεκίνημα για μια μέρα μακριά από την καθημερινότητα.

## APNA

Αν και άγνωστη στους ταξιδιώτες του Ταΰγέτου, είναι ένα από τα ωραιότερα χωριά του που αγναντεύουν τη θάλασσα του Γυθείου. Απέχει 45 χλμ. από τη Σπάρτη και είναι χτισμένη σε υψόμετρο 800 μ. Σήμα κατατεθέν η πλατεία της με τα πλατάνια και τα τρεχούμενα νερά που ζωντανεύει κυρίως τα καλοκαίρια με την επιστροφή πολλών Αθηναίων αλλά και μεταναστών από Αμερική και Καναδά. Από εδώ και από τη γειτονική Κοτσατίνα ξεκινούν πολλά μονοπάτια προς την καρδιά του βουνού, ενώ βατοί χωματόδρομοι σε φέρνουν σε άγνωστα μοναστήρια και ξωκλήσια.

Οι ιδιοκτήτες του ξενώνα "Γεωδή" μπορούν να σας προτείνουν τις καλύτερες εξορμήσεις. Αν ψάχνετε για αφορμή ταξιδιού, προγραμματίστε ένα τον Ιούνιο όταν οι κερασιές της Άρνας και της γειτονικής Κοτσατίνας θα είναι κατακόκκινες και τα κεράσια τους πεντανόστιμα.

Θα φτάσετε μέσω Σπάρτης και θα στρίψετε στη διασταύρωση του δρόμου για Γύθειο, ακολουθώντας τη διαδρομή προς Πετρίνα-Άρνα. 2105021716, 6978550925. Η τιμή του δίκλινου είναι 130€ με πρωινό.

### Η γύρω περιοχή

Αναζητήστε την εμπειρία αυτής της διαμονής και χαρείτε:

- Τη γραφική πλατεία του χωριού όπου βρίσκεται ο μεγαλύτερος πλάτανος στην Ελλάδα.
- Το βυζαντινό μοναστήρι της Γόλας
- Τα σπήλαια του Διρού
- Τα χωριά της Μάνης
- Τον ιστορικό και πανέμορφο Μυστρά
- Το γραφικό Γύθειο
- Τη Μονεμβασιά και την Ελαφόνησο
- Διάφορες off road διαδρομές με 4x4
- Μονοπάτια για πεζοπορία στον Ταΰγετο

### Γενικές Πληροφορίες

30 χλμ από Γύθειο, 39 χλμ από Σπάρτη  
Τιμές 100 – 17 ευρώ με πλούσιο πρωινό  
Τηλ. Κρατήσεων  
Τηλ. «Ξενώνα Γεωδή» 27310 20703  
Υπεύθυνη Κρατήσεων  
κα Βαβούλη  
Τηλ. 6978 55 09 25  
Τηλ. 210 50 56 263  
Fax. 210 50 16 375

## **ΝΟΜΟΣ ΑΡΚΑΔΙΑΣ**

### **ΙΔΑΝΙΚΟΣ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ ΟΛΟΧΡΟΝΙΣ**

Μόλις 165 χλμ. από την Αθήνα, η πρωτεύουσα Τρίπολη βρίσκεται στο κέντρο του οροπεδίου της Αρκαδίας . Από εκεί ανηφορήστε για τα ορεινά χωριά ή κατευθυνθείτε προς το Παράλιο Άστρος, το σημαντικότερο θερινό θέρετρο της Αρκαδίας. Επισκεφθείτε και το Λεωνίδιο , μια από τις παλαιότερες ναυτικές πόλεις της Ελλάδας και πρωτεύουσα της επαρχίας Κυνουρίας. Ο νομός είναι ιδανικός προορισμός όλες τις εποχές του χρόνου.

### **ΟΡΕΙΝΗ ΑΡΚΑΔΙΑ**

Η ορεινή Αρκαδία είναι μια περιοχή άγριας φυσικής ομορφιάς μες πολύ πράσινο και άφθονα νερά. Είναι ένας πολύ κοντινός τόπος διαφυγής για τους κατοίκους της πρωτεύουσας. Διαθέτει μάλλον καλούς δρόμους που άλλοτε προσεγγίζουν τα παραδοσιακά χωριά της και άλλοτε οδηγούν μέσα σε αυτά. Όλη η περιοχή αποτελεί αναφορά στην Τουρκοκρατία και κυρίως στην επανάσταση του 1821 . Μουσεία , μοναστήρια, εκκλησίες, όλα μπορούν να συνδεθούν με αυτή την περίοδο. Αν πάλι, είστε λάτρεις κυρίως της φύσης και όχι τόσο της ιστορίας, έχετε τη δυνατότητα επιλογής ανάμεσα σε πεζοπορία, ορειβασία, σκι, ράφτινγκ ακόμη και παρατήρηση πουλιών

### **ΒΥΤΙΝΑ**

Λιγότερο από 200 χλμ. χωρίζουν την Αθήνα από το ορεινό χωριό που είναι σκαρφαλωμένο στο όρος Μαίναλο, σε υψόμετρο 1.033 μέτρων. Πολυδιαφημισμένη από παλιά χάρη στο πολύ καλό κλίμα της – κάποτε λειτουργούσε και σανατόριο στην περιοχή- είναι ιδανικό σημείο για εξορμήσεις στα γύρω γραφικά χωριά και στο χιονοδρομικό κέντρο του Μαινάλου. Σε αυτά τα χωριά μπορείτε να ψωνίσετε τοπικά προϊόντα , όπως μέλι, χυλοπίτες, τυροκομικά, γλυκά κ.α. Μια απογευματινή βόλτα για τσίπουρο στη Ζατούνα, στο καφενείο του μπάρμπα Νικήτα, συστήνεται ανεπιφύλακτα, αφού έχει την ατμόσφαιρα και τη διακόσμηση του 1950.

### **ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ**

#### **ΒΥΤΙΝΑ- ΛΙΜΠΟΒΙΣΙ (17 ΧΛΜ.)**

Το Λιμποβίσι είναι ένα χωριό κυριολεκτικά χωμένο μέσα στις ρεματιές του Μιανάλου, σε υψόμετρο 1.200 μέτρων. Ο επισκέπτης αισθάνεται πως μια επίσκεψη εδώ σχεδόν επιβάλλεται, αφού βρίσκεται τόσο κοντά και προσφέρει την ευκαιρία να περπατήσει στα χώματα που πάτησαν ο Γέρος του Μοριά και η οικογένειά του. Εκτός από το αναπαλαιωμένο σπίτι των Κολοκοτροναίων, την εκκλησία του Αϊ – Γιάννη του Προδρόμου και μια πηγή με πραγματικά κρύο νερό (το χωριό είναι όντως πνιγμένο στο έλατο), το Λιμποβίσι δεν έχει να προσφέρει τίποτα άλλο.

Αξίζει όμως να κάνετε τη διαδρομή μέχρι το χωριό, αφού θα αντικρίσετε ένα από τα πιο όμορφα τοπία της περιοχής. Στο δρόμο προς την Ολυμπία υπάρχει αριστερά η διασταύρωση για Στεμνίτσα. Ο παλιός αλλά ασφαλτωμένος δρόμος διασχίζει το μοναδικής ομορφιάς ελατόδασος, περνά από το εγκαταλελειμμένο- εξαιτίας των συχνών κατολισθήσεων- Πυργάκι και τη γεμάτη

ζωή και όμορφη Ελάτη και συναντά τη διασταύρωση για Λιμποβίσι. Σε απόσταση τεσσάρων χιλιομέτρων από εκεί βρίσκεται το χωριό.

## Ο ΞΕΝΩΝΑΣ 1821

Θεωρείται ένας από τους ομορφότερους παραδοσιακούς ξενώνες στη Ελλάδα. Το κτίριο στο οποίο στεγάζεται είναι των αρχών του 20<sup>ου</sup> αιώνα, χτισμένο σύμφωνα με την παραδοσιακή αρχιτεκτονική και αισθητική, από ντόπια λευκή μαρμαρόπετρα. Εδώ παλαιότερα στεγαζόταν το Δημοτικό Σχολείο των Άνω Δολιανών. Απέχει οδικώς δύο ώρες από την Αθήνα και δεκαπέντε λεπτά από την Τρίπολη. Η θέα που προσφέρει στα γύρω βουνά και τον κάμπο της Τρίπολης κυριολεκτικά κόβει την ανάσα. Ο ξενώνας διαθέτει έξι άνετα δωμάτια και τέσσερις μεγάλες μεζονέτες και μπορεί να φιλοξενήσει συνολικά τριάντα άτομα. Κάθε δωμάτιο είναι εντελώς ξεχωριστό, διακοσμημένο με ιδιαίτερο γούστο και μεράκι, προσφέροντας όλες τις ανέσεις για μια υπέροχη διαμονή. Δίπλα στον ξενώνα, σε ένα πανέμορφο κτίριο του 1853, λειτουργεί το εστιατόριο, όπου θα απολαύσετε υπέροχες τοπικές λιχουδιές, σε μια ιδιαίτερη ζεστή ατμόσφαιρα. Με ορμητήριο τον ξενώνα το χειμώνα μπορείτε να κάνετε μοναδικές βόλτες στο βουνό, και το καλοκαίρι να κολυμπήσετε στις υπέροχες παραλίες της Κυνουρίας και της Αργολίδας, που απέχουν μόλις 50 λεπτά. Στους φυσιολάτρες που αγαπούν τα σπορ, ο ξενώνας προσφέρει τη δυνατότητα να επιλέξουν δραστηριότητες, όπως ιππασία, ποδήλατο βουνού και τοξοβολία. Στο γειτονικό οινοποιείο Τσελέπου θα έχετε την ευκαιρία για μια εξόρμηση γευσιγνωσίας στα τοπικά κρασιά.

**Πληροφορίες:** τηλ 2710 234080, διεύθυνση : Άνω Δολιανά Αρκαδίας 220 13, Καστρί, φαξ: 2710 234031 ,<http://www.1821-traditional-house.gr>

## ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΞΕΝΑΓΗΣΕΙΣ ΑΣΤΑ ΑΝΩ ΔΟΛΙΑΝΑ

Στα Άνω Δολιανά δραστηριοποιείται η Vita Activa. Η «ψυχή» της τοπικής και ιδιωτικής αυτής πρωτοβουλίας είναι ο Γιώργος Καραγιάννης, νυν κάτοικος, που εγκατέλειψε την Αθήνα για να επιστρέψει στη γενέτειρα των γονιών του. Με ιδιαίτερη θέρμη και ενθουσιασμό αναλαμβάνει να ξεναγήσει με μοναδικό τρόπο τους επισκέπτες της περιοχής. Οι εκδρομές που διοργανώνει τόσο για μεμονωμένα άτομα όσο και για γκρουπ τουριστών έχουν ως αντικείμενο την προβολή της περιοχής. Έτσι, μπορεί κανείς να επισκεφθεί τη ρωμαϊκή έπαυλη του Ηρώδου του Αττικού όπου το ευρύ κοινό δεν έχει πρόσβαση ή να ξεναγηθεί στα αρχαία ευρήματα, να επισκεφθεί μοναστήρια της περιοχής, τοπικά οινοποιεία, να δοκιμάσει την τοπική κουζίνα, να περπατήσει στα χωριά της περιοχής ή να κάνει μοναδικούς φυσιολατρικούς περιπάτους (η περιοχή βρίσκεται πάνω στο μονοπάτι E4), στο δάσος με τους δενδρόκεδρους (το οποίο έχει χαρακτηριστεί μνημείο της φύσης) και στο σημαντικό υδροβιότοπο του Μουστου.

Επίσης, ο ταξιδιώτης μπορεί να κάνει τοξοβολία, ποδήλατο βουνού και άλλες αθλητικές, αλλά και αγροτουριστικές δραστηριότητες, όπως συμμετοχή σε καλλιέργεια, συγκομιδή, επεξεργασία, τυποποίηση γεωργικών προϊόντων (κεράσια, βύσσινα, ελιές, ανάλογα με την εποχή).

Πληροφορίες: Γιώργος Καραγιάννης, τηλ 2710 226.993, 6972 582 918

## ΤΟ ΟΙΚΟΛΟΓΙΚΟ ΜΟΝΟΠΑΤΙ ΠΑΝ ΣΤΟ ΛΕΟΝΤΑΡΙ

Στους πρόποδες του Ταυγέτου, εκεί όπου ξεκινούν την πορεία τους οι ποταμοί Ευρώτας και Αλφειός, στο χωριό Λεοντάρι, επισκεφθείτε το κτήμα της οικογένειας Σμυρνή. Το Λεοντάρι είναι ένα γραφικό και ιστορικό χωριό που μετρά τις πληγές του που οφείλονται στην εγκατάλειψη της υπαίθρου και την αστυφιλία. Απέχει 40 χλμ. από την Τρίπολη, ακολουθώντας το δρόμο προς Καλαμάτα, ενώ βρίσκεται 5 χλμ. περίπου μετά τη Μεγαλόπολη μέσω του επαρχιακού δικτύου. Το κτήμα των αδερφών Δημήτρη και Νίκου Σμυρνή είναι ένας ζωτικός χώρος «αναγέννησης» όχι μόνο του χωριού αλλά και της ευρύτερης περιοχής. Οι αδερφοί Σμυρνή προσπαθούν με αγάπη και επιμονή να διατηρήσουν ζωντανό τον τρόπο ζωής ενός αγροκτήματος με όλες τις αγροτικές δραστηριότητες. Όπως μας λένε οι ίδιοι, είναι ικανοποιημένοι και δεν λαχταρούν την αστική ζωή.

Στα 150 στρέμματα του οικογενειακού τους κτήματος, ή αλλιώς στο Οικολογικό Μονοπάτι Παν, όπως το αποκαλούν, καλλιεργούνται ελιές, αμπέλια, βότανα, δημητριακά και αρωματικά φυτά. Το κτήμα έχει νοτιοδυτικό προσανατολισμό και βρίσκεται στην πλαγιά απέναντι από το Λύκαιο Όρος. Όλες οι καλλιεργητικές εργασίες στο κτήμα γίνονται σύμφωνα με τις αρχές και τους κανόνες της βιολογικής γεωργίας.

Επίσης, η οικογένεια Σμυρνή ασχολείται με τη νομαδική μελισσοκομία. Σε μια μονάδα 400 κυψελών, παράγονται μέλι, γύρη, βασιλικός πολτός και γενετικό υλικό (βασιλισσες) που στέλνονται σε όλη την Ελλάδα. «Αποφασίσαμε να κρατήσουμε ζωντανό το μοντέλο της γεωργίας που γνωρίσαμε στα παιδικά μας χρόνια και να το συνδυάσουμε με τη σημερινή πραγματικότητα». Έτσι περιγράφουν οι αδερφοί Σμυρνή το σκεπτικό της δημιουργίας «του μικρού οικοσυστήματος», όπως το αποκαλούν., «όπου τα προϊόντα, παραγόμενα σε μικρή κλίμακα, συσκευάζονται σε εγκεκριμένα συσκευαστήρια σύγχρονων προδιαγραφών μέσα στο κτήμα». Στο κτήμα και στις αγροτικές του δραστηριότητες συμμετέχει όλη η οικογένεια Σμυρνή. Μαζί με το προσωπικό που δουλεύει στο κτήμα είναι συνολικά 15 άτομα.

### ΠΕΡΙΠΑΤΟΣ ΣΤΟ ΚΤΗΜΑ

Η ατμόσφαιρα στο κτήμα είναι γαλήνια και ήρεμη και η ζωή εδώ κυλά σε «φυσικούς ρυθμούς». Περνώντας το πέτρινο κατάφλι, δίπλα στη σκιά ενός μεγάλου πουρναριού, ο επισκέπτης φτάνει σε ένα υπέροχο χώρο υποδοχής και ενημέρωσης. Εκεί, στην αυλή, κάτω από τα πουρνάρια στρώνονται τα τραπέζια με τα παραδοσιακά φαγητά φτιαγμένα από προϊόντα βιολογικής καλλιέργειας και μαγειρεμένα από τις γυναίκες της οικογένειας. Κατά την επίσκεψή σας, δοκιμάστε γευστικές σπιτικές πίτες, φρέσκες σαλάτες, ζυμωτό ψωμί, τυριά που μοσχοβολάνε και ένα γουρουνόπουλο στη σούβλα που λιώνει στο στόμα» ενώ από το τραπέζι δεν θα λείπει το κόκκινο κρασί που παράγει η οικογένεια Σμυρνή. Για επιδόρπιο απολαύστε σπιτικά γλυκά: τραγανές σιροπιαστές δίπλες και νοστιμότατους κουραμπιέδες που θα σας θυμίσουν τα παιδικά σας χρόνια. Η βόλτα μέσα στο αγρόκτημα είναι υπέροχη καθώς περνάμε μέσα από το συσκευαστήριο μελιού και αρωματικών φυτών, το εργαστήριο ζυμαρικών και το οινοποιείο όπου – αντίστοιχα- φτιάχνονται τα σπιτικά ζυμαρικά και το κρασί «Θυρσοφόρος» που διατίθενται στο εμπόριο. Κατεβαίνοντας την πλαγιά, ανάμεσα σε ελιές και αμπέλια, βλέπουμε τα ζώα στο καθαρό και άνετο περιβάλλον τους: τις κότες, τις πάπιες, τις χήνες, τις γαλοπούλες, τα περιστέρια, τα γουρούνια και τις κατσίκες.

Πιο κάτω υπάρχει το υπαίθριο Μελισσοκομικό Μουσείο, με παλιές κυψέλες και αντικείμενα που χρησιμοποιούνται κατά την επεξεργασία του μελιού σε διάφορα μέρη της Ελλάδας. Οι αδερφοί Σμυρνή οραματίζονται να γίνει ένα πρότυπο Μελισσοκομικό Μουσείο που θα παρουσιάζει την παραγωγική διαδικασία του μελιού αλλά και την ιστορία του στην Ελλάδα. Ο

περίπατος μας συνεχίζεται στα παλιά πέτρινα κτίρια που αναπαλαιώνονται για να λειτουργήσουν ως χώροι φιλοξενίας στο άμεσο μέλλον, και στο υπαίθριο θέατρο που διαμορφώνεται για τη διοργάνωση πολιτισμικών εκδηλώσεων. Οι αδερφοί Σμυρνή επιθυμούν το θέατρο να γίνει «ένα σημείο πολιτισμικής αναφοράς» για την περιοχή. Ήδη όμως όσοι επισκέπτονται το κτήμα, με οργανωμένες ξεναγήσεις, μπορούν να παρακολουθήσουν μουσικές εκδηλώσεις.

## ΤΑ ΠΡΟΪΟΝΤΑ ΤΟΥ ΚΤΗΜΑΤΟΣ

Η καλλιέργεια της γης και η μελισσοκομία γίνονται με παραδοσιακό τρόπο, χωρίς τη χρήση χημικών ή λιπασμάτων, και τα **προϊόντα** τυποποιούνται σε επιλεγμένα υλικά (γυαλί, σελοφάν) και διατίθενται για κατανάλωση σε μικρές ποσότητες» (Νίκος Σμυρνής)

**Αρκαδικά βότανα και ακκλυντικά «Αρκαδικό Κάλλος» :** « Καλλιεργούμε στο κτήμα βότανα που ταιριάζουν στις κλιματολογικές συνθήκες της περιοχής. Αφού τα συλλέξουμε και τα αποξηράνουμε με φυσικό τρόπο, τα συσκευάζουμε». «Από την αρχαιότητα η ‘ομορφιά’ ήταν υπόθεση της φύσης. Έχοντας τις πρώτες ύλες αγνές και με συνταγές που έρχονται από πολύ παλιά, στόμα με στόμα, από γενιά σε γενιά, δημιουργούμε τα προϊόντα ομορφιάς»

**Θυρσοφόρος οίνος:** Από τα αμπέλια μας που καλλιεργούνται παλιές ελληνικές ποικιλίες (Μαυρούδι, Σκυλοπνίχτης) και γαλλικές με κυρίαρχη ποικιλία το Cadernet Sauvignon, παράγεται ο εκλεκτός οίνος Θυρσοφόρος». Το κρασί ζυμώνεται και ωριμάζει σε δρύινα βαρέλια.

**Ελιές- Λάδι:** «Ελιές **Καλαμών** σε θρούμπη, παρασκευασμένες με τον παραδοσιακό τρόπο, μετατρέπονται σε ελαιόλαδο »

**Αλεύρι:** «Διατίθεται αλεύρι ολικής άλεσης, αλεσμένο παραδοσιακά σε νερόμυλο της περιοχής , σε συσκευασία του ενός κιλού »

**Βιολογικά Ζυμαρικά:** « Παρασκευάζονται από σκληρό σιτάρι βιολογικής καλλιέργειας, ελληνικής προέλευσης, χωρίς φυτοφάρμακα και ορμόνες, μη μεταλλαγμένο, καθώς και από αβγά από κότες ελευθέρως βοσκής που ζουν στο κτήμα, βιολογικής κτηνοτροφίας. Επίσης, χρησιμοποιείται γάλα αιγοπρόβειο από ζώα που ελέγχονται για τις συνθήκες υγιεινής διαβίωσης, σύμφωνα με τις αρχές της βιολογικής κτηνοτροφία, και που βόσκουν στην άγρια βλάστηση της περιοχής.

## ΕΠΙΣΚΕΨΕΙΣ

Το κτήμα είναι ανοιχτό για το κοινό το οποίο μπορεί να κάνει περιπάτους στα 150 στρέμματα του, και να δοκιμάσει την παραδοσιακή κουζίνα τ΄της οικογένειας Σμυρνή. Για τους μαθητές μικρούς και μεγάλους, αλλά ειδικά για τους μαθητές του λυκείου που διδάσκονται το μάθημα της περιβαλλοντικής εκπαίδευσης στο κτήμα είναι ένας διασκεδαστικός αλλά και ενδιαφέρον προορισμός. Οι μαθητές βλέπουν από κοντά τις αγροτικές δραστηριότητες, τη μελισσοκομία, την εκτροφή των ζώων και μαθαίνουν τη βιολογική καλλιέργεια.

Για να επισκεφθείτε το Αγρόκτημα Σμυρνή ή να οργανώσετε μια εκδρομή φίλων, συλλόγου ή σχολείου, μπορείτε να επικοινωνήσετε με τους Δημήτρη και Νίκο Σμυρνή στα τηλέφωνα: 27910 61112, 27910 61214, 27910 61788, 6945 472281, 6976 885547, 6944 277327.



## **ΔΙΑΜΟΝΗ**

Αν κάποιος θέλει να φιλοξενηθεί μπορεί να μείνει στο χωριό Λεοντάρι, στον ξενώνα του χωριού που ανήκει στο Σύλλογο Λεονταριτών. Ο ξενώνας λειτουργεί όλο το χρόνο, διαθέτει 17 δωμάτια και οι τιμές του κυμαίνονται από 25 σε 45 € (με πρωινό. Για περισσότερες πληροφορίες μπορείτε να επικοινωνήσετε με τον κύριο Βασίλη Κουτρούμάνο στα τηλέφωνα 27910 61108, 27910 61109.

## **Ο ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΣΤΟ ΚΤΗΜΑ**

Οι αδερφοί Σμυρνή αναπτύσσουν το κτήμα της στην κατεύθυνση του αγροτουρισμού. Έχουν ήδη ξεκινήσει την κατασκευή μονάδας φιλοξενίας προκειμένου να μένουν στο κτήμα όσοι επιθυμούν. Σήμερα υπάρχει η δυνατότητα φιλοξενίας των ξένων του Λεονταρίου. Επίσης, προσπαθούν να αναπτύξουν το υπαίθριο θέατρο ώστε να μπορεί να φιλοξενεί συχνά πολιτιστικές εκδηλώσεις. Σκοπός των αδερφών Σμυρνή είναι η καθιέρωση ενός φεστιβάλ το οποίο θα ξεκινά κάθε άνοιξη με τις «γιορτές της άνοιξης» και θα τελειώνει με τη «γιορτή του τρύγου».

## ΝΟΜΟΣ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ

### ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟΣ ΚΑΙ ΦΥΣΙΚΟΣ ΠΛΟΥΤΟΣ

Ο νομός παρουσιάζει έντονο αρχαιολογικό ενδιαφέρον με τις αρχαίες πόλεις της Κορίνθου , της Νεμέας, της Σικυώνος και τους άλλους αρχαιολογικούς χώρους , σε κοντινή απόσταση από της Αθήνα, αποτελεί ιδανικό προορισμό για μια ολιγοήμερη απόδραση σε βουνό, θάλασσα ή λίμνη.

### ΟΡΕΙΝΗ ΚΟΡΙΝΘΙΑ

Η Ευρωστίνη ή Ζαχόλη είναι από τα σημεία της ορεινής Κορινθίας που ελάχιστοι γνωρίζουν σε αντίθεση με τα Τρίκαλα που τα τελευταία χρόνια έχουν γίνει εξαιρετικά δημοφιλή. Στις ταβέρνες της περιοχής θα απολαύσετε αγνό, χωριάτικο φαγητό με εκλεκτούς μεζέδες, άγρια χόρτα του βουνού, πίτες και φασολάδα από τα παραδοσιακά και βραβευμένα φασόλια Ζαχόλης, όλα συνοδευόμενα από υπέροχο ντόπιο κρασί.

Μην αμελήσετε να φάτε στην ταβέρνα Η Ζαχόλη του Λούη Μπερλέμη, στο χωριό της Ευρωστίνας, δύο βήματα από τον ξενώνα, και να γευθείτε ότι πιο αγνό έχει να προσφέρει η περιοχή. Απίθανα σπιτικά πιάτα, όπως αρνάκι γκιούλμπασι, οι πιπεριές γεμιστές με τυρί, οι φρέσκιες σαλάτες και το σπιτικό κρασί, αλλά και το ντόπιο γιαούρτι με μέλι για επιδόρπιο θα σας μείνουν αξέχαστα.

**Πληροφορίες:** τηλ: 27430 32847, 31661

Αν θέλετε να πάτε λίγο πιο μακριά, στη λίμνη Δόξα στον αρχαίο Φενέο, η παραφοσιακή ταβέρνα «Το κουτούκι του Στάικου» με υπέροχη θέα στη λίμνη θα σας δώσει την ευκαιρία να γευθείτε σπιτικά μαγειρευτά φαγητά, αγριογούρουνο, ζαρκάδι, ελάφι, στρουθοκάμηλο, λαγό στιφάδο, κόκορα κρασάτο και πολλούς παραδοσιακούς ,εξέδες με βαρελίσιο κρασί.

**Πληροφορίες:** τηλ: 27470 41166, 6946 651070

### ΞΕΝΩΝΑΣ ΤΗΣ ΕΥΡΩΣΤΙΝΑΣ

Την προσοχή των επισκεπτών του χωριού τραβά ο παραδοσιακός και οικογενειακός ξενώνας Ευρωστίνα της κυρίας Κωνσταντίνας Δενδρινέλλη. Η ιδιοκτήτρια δεν λείπει ούτε μια στιγμή και αφιερώνει όλη τη φροντίδα της στην υποδοχή των καλεσμένων, οι οποίοι έρχονται και ξανάρχονται λέγοντας πολύ απλά «δεν πάμε μια βόλτα στην Κωνσταντίνα». Στο πλαίσιο του αγροτουρισμού, φιλοξενία προσφέρουν και τα υπόλοιπα μέλη της οικογένειας. Αυτοί οι άνθρωποι θα σας μιλήσουν και για την περιοχή και θα σας φέρουν πιο κοντά στην ιστορία και την παράδοσή της.

Ο ξενώνας, αν και είναι νεόκτιστος, διατηρεί στοιχεία της παραδοσιακής αρχιτεκτονικής. Εναρμονισμένος με την περιοχή και το γύρω περιβάλλον, βρίσκεται το καταπράσινο ορεινό τοπίο σε ύψος 700 μ. , στους πρόποδες του επιβλητικού Μαύρου όρους (ύψους 1756μ), μόλις 15 χλμ. από την παραλία Δερβενίου, στο κέντρο της ιστορικής Ζαχόλης(ή Ευρωστίνας).

Είναι ιδανικός για οικογένειες με παιδιά καθώς προσφέρει ανοιχτούς και ασφαλείς χώρους. Διαθέτει μια ευχάριστη αυλή με θέα, όπου μπορείτε να απολαύσετε την ηρεμία και να πάρετε το σπιτικό πρωινό σας . Την άνοιξη η αυλή γεμίζει πολύχρωμα και μυρωδάτα λουλούδια.

Ανάμεσα στον καφέ και στο τρίτο κομμάτια από το μυρωδάτο κέικ , όλοι οι επισκέπτες συστήνονται , συζητούν και προτείνουν κοντινές εκδρομές. Το βράδυ η όμορφη ατμόσφαιρα μεταφέρεται στο σαλόνι του σπιτιού δίπλα από το τζάκι. Εκεί μαζεύονται οι παρέες για να απολαύσουν το ντόπιο κρασί ή το τσίπουρο, να παίξουν σκάκι ή τάβλι, να συζητήσουν ή να διαβάσουν.

Ο ξενώνας διαθέτει πέντε δωμάτια, δύο μονόχωρα και τρία δίχωρα (τα τέσσερα από αυτά έχουν τζάκι). Υπάρχουν δωμάτια με μονά και διπλά κρεβάτια. Τα δωμάτια που αποτελούνται από κρεβατοκάμαρα και καθιστικό , ξεχωριστά, έχουν καναπέδες που γίνονται κρεβάτια και προσφέρονται για οικογένειες ή παρέες.

**Πληροφορίες:** τηλ: 2743032122, 6977 316809, 367365, φαξ: 27430 32740

### **ΔΙΑΔΡΟΜΕΣ ΣΤΗΝ ΠΕΡΙΟΧΗ**

Η περιοχή συνδυάζει τη γοητεία της μεγαλειώδους άγριας ορεινής φύσης με τη γαλήνη της θέας προς τον Κορινθιακό Κόλπο. Η πρόσβαση στην παραλία του Δερβενίου (γνωστή ως Αγία Τριάδα) γίνεται άνετα σε δεκαπέντε λεπτά. Η υπόλοιπη περιοχή, εκτός από τη φυσική ομορφιά που τη χαρακτηρίζει, προσφέρεται και για ενδιαφέρουσες τοπικές «αποδράσεις». Δίπλα βρίσκεται το πανέμορφο Ρέμα των Μύλων με τις διαδοχικές λιμνούλες, γεμάτες βέστροφες, και τα πανύψηλα πλατάνια. Ένας πιο μακρινός περίπατος δύο χιλιομέτρων θα σας οδηγήσει στην Παναγία την Καταφυγιώτισσα, μια μικρή παλιά εκκλησία που βρίσκεται μέσα σε έναν απότομο βράχο. Πολύ κοντά υπάρχει και ο ιστορικός ναός του Αγίου Γεωργίου με τον καταπληκτικό ξυλόγλυπτο τέμπλο και τους δεκαεπτά τρούλους του, μνημείο μοναδικό στο είδος του.

Περίπου 4 χιλιόμετρα πιο πέρα θα συναντήσετε την ιστορική Ιερά Μονή του Προφήτη Ηλία, του 14<sup>ου</sup> αιώνα. Ακόμη ανατολικότερα (7 χλμ.), στο χωριό Πύργος, σας περιμένει ο πρόσφατα αναπαλαιωμένος Πύργος του Κορδή στο ισόγειο του οποίου στεγάζεται το Λαογεαφικό Μουσείο με εκθέματα από την περιοχή. Προχωρώντας στα ορεινά και περνώντας από το πανέμορφο δάσος του Σαραντάπηχου (ύψος 1300μ), στον κάμπο του Φενεού μπορείτε να επισκεφθείτε το ιστορικό Μοναστήρι του Αγίου Γεωργίου με το κρυφό σχολειό, δίπλα στην τεχνητή λίμνη του φράγματος «Δόξα» και σε απόσταση μόλις 14 χλμ. από τον ξενώνα.

Αν θελήσετε να συνεχίσετε την περιήγηση σας στην ευρύτερη περιοχή, μια βόλτα στη μαγευτική Καστανιά ή τη λίμνη Κλειτορία είναι σίγουρα μια πολύ καλή επιλογή. Μετά την Καρυά της Ζηρίας αρχίζει μια άγνωστη στους περισσότερους όμορφη και άγρια περιοχή. Είναι τα βουνά του Σαραντάπηχου που ,μαζί με το Μαυρύορος , φτιάχνουν ένα πέταλο ψηλών κορυφών. Εδώ θα συναντήσετε σπάνια ζώα, όπως ο μπούφος και ο αγριόγατος, καθώς και όμορφα φυτά , όπως άγριες ορχιδέες που βρίσκονται σε μεγάλη ποικιλία.

### **ΤΡΙΚΑΛΑ ΚΟΡΙΝΘΙΑΣ**

Βρίσκονται στους πρόποδες του όρους Κυλλήνης, γνωστότερου ως Ζήρεια, σε υψόμετρο 1000μ. Είναι ένα μέρος που συνδυάζει την ορεινή γαλήνη αλλά και την περιπέτεια με δραστηριότητες στις χιονισμένες βουνοκορυφές της Ζήρειας. Το χωριό απέχει 30 χλμ. από το Ξυλόκαστρο και αποτελείται από τρεις συνοικίες : τα Άνω , τα Μεσαία και τα Κάτω Τρίκαλα. Πέντε μόλις χιλιόμετρα από τα Άνω Τρίκαλα βρίσκεται το οροπέδιο της Ζήρειας- μια βόλτα που δεν πρέπει να παραλείψετε. Διασχίζοντας ένα γυμνό αλλά εντυπωσιακό τοπίο θα φτάσετε στη μικροσκοπική λίμνη Δασίου που προσφέρεται για ένα μοναδικό πικνικ κάτω από τα έλατα. Στις φημισμένες ταβέρνες τω

Μεσαίων Τρικάλων, τα «7 Αδέρφια» και τα «3 Πλατάνια», σερβίρουν υπέροχα σπιτικά φαγητά.

### **ΤΟ ΚΑΤΑΦΥΓΙΟ ΕΡΜΗΣ**

Μόλις 148 χλμ. από την Αθήνα, μέσα στα έλατα και σε πλήρη αρμονία με το φυσικό περιβάλλον, βρίσκεται το καταφύγιο Ερμής. Διαθέτει ανεξάρτητα «μπαγκαλοου» με τζάκι και κεντρική θέρμανση, ψυγείο, τηλέφωνο και τηλεόραση, εστιατόριο και έναν ευχάριστο και ζεστό χώρο για καφέ. Υπάρχουν, επίσης, τρεις ξύλινες μικρές κατοικίες- ιδανικές για παρέες ή οικογένειες- με πολυκουζινάκι, ψυγείο, τηλέφωνο, τηλεόραση, τζάκι αλλά και τζακούζι στο μπάνιο. Κρίνεται ως ιδανική επιλογή τόσο για το χειμώνα όσο και για το καλοκαίρι, αφού βρίσκεται στο βουνό αλλά και μόλις 27 χλμ. από τις παραλίες του Ξυλοκάστρου. Έχοντας ως έδρα σας το Καταφύγιο μπορείτε να επισκεφθείτε τα γύρω μοναστήρια του Αγίου Βλασίου και της Παναγίας, το ναό του Αγίου Γερασίμου, καθώς και τη λίμνη Δασίου. Οι κοντινοί περίπατοι μέσα στη φύση είναι μια εναλλακτική λύση. Να σημειώσουμε ότι υπάρχει η δυνατότητα και για άτομα με ειδικές ανάγκες.

**Πληροφορίες:** τηλ: 27430 91452, 91121, 6937 725714, φαξ: 27430 91451

### **«ΜΥΣΑΙΟΝ»**

Παραδοσιακό νεόχτιστο ξενοδοχείο στο κέντρο των Μεσαίων Τρικάλων, με προσεγμένη αισθητική και διακόσμηση. Διαθέτει δώδεκα ευρύχωρα δωμάτια (τα δύο είναι σουίτες) όλα με τζάκι, αυτόνομη θέρμανση, ατομικά μπαλκόνια με θέα το βουνό και τον Κορινθιακό Κόλπο. Επίσης, διαθέτει μεγάλη αίθουσα πρωινού, σαλόνι με τζάκι, εστιατόριο και μπαρ. Εδώ μπορείτε να απολαύσετε πλούσιο πρωινό με παραδοσιακά σπιτικά εδέσματα, γιαούρτι, λουκουμάδες, μαρμελάδες αλλά και κάποια διεθνή εδέσματα, όπως ομελέτες, μπέικον, λουκάνικα, δημητριακά. Το σπιτικό φαγητό συνοδεύεται από το δικής τους παραγωγής κρασιού ποικιλίας Cabernet Sauvignon. Υπάρχει η δυνατότητα εξυπηρέτησης ατόμων με ειδικές ανάγκες.

**Πληροφορίες:** τηλ: 27430 91141, 6977 431697, φαξ: 27430 29166, [www.mysaion.gr](http://www.mysaion.gr)

### **«ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟ ΖΗΡΕΙΑ»**

Βρίσκεται στα Μεσαία Τρίκαλα, σε ένα εξαιρετικό φυσικό τοπίο με έλατα, με θέα στον Κορινθιακό Κόλπο και τα βουνά της Κυλλήνης. Διαθέτει 14 δωμάτια, όλα με κεντρική θέρμανση, τζάκι και τηλεόραση. Επίσης, υπάρχει καθιστικό με τζάκι όπου μπορείτε να απολαύσετε τοπικές γεύσεις και σπιτικά εδέσματα όπως κέικ (τη συνταγή του οποίου δεν πρόκειται να σας την αποκαλύψουν!), σταφιδόψωμο, μαρμελάδες και άλλες λιχουδιές, ενώ η πλακόστρωτη αυλή με τα λουλούδια είναι ιδανική για το καλοκαίρι. Το ξενοδοχείο απέχει 30μ. από την πλατεία, ενώ διαθέτει και χώρο στάθμευσης.

**Πληροφορίες:** τηλ: 27430 91227, 6944 831571, φαξ: 27430 91440

## «ΞΕΝΩΝΑΣ ΧΕΛΥΔΟΡΕΑ»

Ο Ξενώνας βρίσκεται στα μεσαία Τρίκαλα. Διαθέτει 15 δωμάτια, τα πέντε από τα οποία είναι δίκλινα, τα έξι στούντιο με τζάκι και τα υπόλοιπα τέσσερα σουίτες με τζάκι. Τα δωμάτια έχουν αυτόνομη θέρμανση, τηλεόραση και δικό τους μπάνιο. Η εσωτερική διακόσμηση του κάθε δωματίου είναι διαφορετική και ιδιαίτερη προσεγμένη, καθώς έχουν χρησιμοποιηθεί φυσικά υλικά για την κατασκευή: πέτρα, ξύλο στα ταβάνια και στα πατώματα, και μάρμαρο. Όλα τα δωμάτια έχουν μπαλκόνι με θέα στον Κορινθιακό και στη Ζήρεια. Το καθιστικό του ξενώνα είναι φιλόξενο και ζεστό με το τζάκι στο μέσο, προσφέροντας όμορφες στιγμές ξενοιασιάς και ξεκούρασης, με συντροφιά τους ήχους απαλής μουσικής. Στην τραπεζαρία θα απολαύσετε τον πλούσιο παραδοσιακό μπουφέ το πρωί και τις σπιτικές γεύσεις και το βιολογικό κρασί του ξενώνα το βράδυ. Το μπαρ σερβίρει όλες τις ώρες ροφήματα, ποτά, γλυκά και άλλες λιχουδιές. Οργανώνονται εκδρομές και αθλητικές δραστηριότητες με εκπαιδευμένες οδηγούς κατόπιν συνεννόησης, ενώ, αν θέλετε να κινηθείτε ανεξάρτητα, θα σας προτείνουν πολλές εκδρομές που μπορείτε να κάνετε μόνοι σας με τη βοήθεια ενός χάρτη. Μέσω του καλού οδικού δικτύου μπορείτε να κινηθείτε μέσα από τα βουνά της Ζήρειας προς την Αρκαδία, τα Καλάβρυτα και τη λίμνη Στυμφαλίας.

**Πληροφορίες:** τηλ: 27430 9144-5, 27430 28691, 27430 26142, 210 6854173,  
<http://www.web-greece.gr/hotels/helydorea/index.htm>

## **ΝΟΜΟΣ ΑΡΓΟΛΙΔΑΣ**

### **ΤΟΠΟΣ ΦΗΜΙΣΜΕΝΩΝ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΩΝ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΩΝ ΔΡΩΜΕΝΩΝ**

Η ανθρώπινη παρουσία στο νομό χρονολογείται από το 8000 π.Χ. Σήμερα μπορείτε να επισκεφθείτε τους αρχαιολογικούς χώρους των Μυκηνών, του Άργους, Της Επιδαύρου και της Τίρυνθας. Τα σοκάκια του Ναυπλίου περιμένουν να τα εξερευνήσετε τον Ιούλιο όλα τα βλέμματα είναι στραμμένα στην Αρχαία Επίδαυρο και στην μοναδική γιορτή του αγροτουρισμού που γίνεται στο λιμάνι της.

### **ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΙΑΚΟ ΛΑΟΓΡΑΦΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ**

Ιδρύθηκε το 1974, με σκοπό την έρευνα, τη διάσωση και την προβολή του νεότερου πολιτισμού της Πελοποννήσου και ευρύτερα ολόκληρης της Ελλάδας. Το 1981 απέσπασε το Ευρωπαϊκό Βραβείο του Μουσείου της Χρονιάς για την προσφορά του στη μελέτη του νεότερου ελληνικού πολιτισμού, για την ποιότητα του έργου του, την εκπαιδευτική και καινοτόμο έκθεση του και για πρωτοτυπία των εκπαιδευτικών του προγραμμάτων.

Κούκλες και κουδουνίστρες, ξύλινα αλογάκια και μαριονέτες, φιγούρες του θεάτρου σκιών, ακόμη και μια παιδική στράτα πλεγμένη με βέργες λυγαριάς εκτίθενται στο κτίριο της παλιάς αποθήκης του σιδηροδρομικού σταθμού και στην πλατφόρμα της, που παραχωρήθηκε από το Δήμο Ναυπλίου στο Πελοποννησιακό ΛΑΟΓΡΑΦΙΚΟ ΙΔΡΥΜΑ. Εκεί δημιουργήθηκε το πρώτο παιδικό μουσείο της Ελλάδας με το όνομα Σταθμός, που άνοιξε τις πόλες του το 1989.

Από αυτόν το χώρο περνούν χιλιάδες παιδιά, που λαμβάνουν μέρος στα εκπαιδευτικά προγράμματα τα οποία διοργανώνει κάθε χρόνο το μουσείο. Μαθαίνουν πως φτιάχνεται το ύφασμα, γνωρίζουν την πόλη τους και τα μυστικά της, καθώς και το φυτικό και το θαλάσσιο περιβάλλον της περιοχής τους. Τέλος, μουντάνε στο θέατρο σκιών, φτιάχνοντας φιγούρες του Καραγκιόζη και παίζοντας με αυτές.

**Πληροφορίες:** τηλ: 27520 28379, 28947, [www.ipml.ee.duth.gr/pli/pligr.html](http://www.ipml.ee.duth.gr/pli/pligr.html)

### **ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΗ ΤΑΒΕΡΝΑ «ΤΟ ΠΕΡΙΒΟΛΙ»**

Η οικογενειακή ταβέρνα των Ρώτα δεν είναι απλώς μια καλή ταβέρνα στην αρχαία Επίδαυρο. Αποτελεί σημείο αναφοράς για κάθε επισκέπτη αλλά και για τους ντόπιους, αφού η ευρύτερα γνωστή ονομασία της είναι η «ταβέρνα με τα μπουρεκάκια»

Μάλιστα, την περίοδο του Μουσικού Ιουλίου και του Πανηγυριού του Αγροτουρισμού παρατηρείται κοσμοσυρροή για τους περίφημους μεζέδες. Οι παραδοσιακές σπεσιαλιτέ δεν περιορίζονται μόνο στα φημισμένα μπουρεκάκια, αλλά και σε άλλα εδέσματα. Θα βρείτε υπέροχα πρωτότυπα πιάτα της ελληνικής κουζίνας και προπάντων, θα τα απολαύσετε σε ένα ειδυλλιακό περιβάλλον με λεμονιές και πορτοκαλιές της αργολικής γης, που θα σας μεθύσουν με τα αρώματα τους. Βρίσκεται στο δρόμο προς το Μικρό Θέατρο της Επιδαύρου, 100μ. από το λιμάνι.

**Πληροφορίες:** Νίκος Ρώτας, τηλ: 27530 41500, 6947 845010

## **ΝΟΜΟΣ ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ**

### **ΙΔΑΝΙΚΟΣ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΔΙΑΚΟΠΕΣ ΚΟΝΤΑ ΣΤΗ ΦΥΣΗ**

Ο νομός παρουσιάζει εξαιρετικό ενδιαφέρον από ιστορικής και αρχαιολογικής άποψης . Μπορείτε να επισκεφθείτε τη γραφική Κορώνη, τη Μεθώνη με το εντυπωσιακό κάστρο της και την αρχαία Μεσσήνη, με ιστορία από τον 4ο αιώνα π.Χ. καθώς και την ιστορική Πύλο και το νησί της Σφακτηρίας.

### **ΕΚΔΡΟΜΕΣ ΣΤΟ ΒΟΥΝΟ**

Αν θέλετε να ξεφύγετε από τη θάλασσα και τις παραλίες , έχετε τη δυνατότητα να περιηγηθείτε στα βόρεια της Χώρας, σε μια κοιλάδα με ένα πυκνό δάσος από βάλανιδες. Από τη Χώρα θα πάτε στη Μεταξάδα, από όπου ξεκινά ένας κακοτράχαλος χωματόδρομος. Η κοιλάδα έχει μήκος τουλάχιστον 15 χλμ και από τη Μεταξάδα στενεύει όλο και περισσότερο, ανηφορίζοντας προς το τέλος της. Από εκεί και πέρα η διαδρομή γίνεται πιο ενδιαφέρουσα. Θα συναντήσετε ένα οροπέδιο και θα το διασχίσετε – για αρκετά χιλιόμετρα ο δρόμος μοιάζει με μονοπάτι μέσα στο δάσος. Στη συνέχεια το δάσος οδηγεί σε μια κοιλάδα με πολλά χωράφια βρώμης, ένδειξη ότι κάπου κοντά υπάρχει κατοικημένη περιοχή. Πράγματι, έπειτα από λίγο θα φτάσετε στο χωριό Μάλη, όπου θα διαπιστώσετε ότι όλα τα σπίτια είναι πέτρινα. Πολλά από αυτά είναι εγκαταλειμμένα, αλλά λιγοστές οικογένειες συνεχίζουν να ζουν εκεί όλο το χρόνο, ενώ κόσμος από τα Φιλιατρά ανεβαίνει το καλοκαίρι. Είναι από τα πιο όμορφα χωριά της Μεσσηνίας.

Επιστρέφοντας στο λιμάνι της Πύλου, το καλύτερο σημείο για να απολαύσετε από ψηλά το μαγευτικό τοπίο είναι η κορυφή του Αγίου Νικολάου. Εκεί θα φτάσετε έπειτα από πεζοπορία 15 λεπτών από την εκκλησία, όπου θα πάτε με αυτοκίνητο. Η θέα είναι πραγματικά εντυπωσιακή, ιδιαίτερα όταν δύει ο ήλιος.

### **Η ΛΙΜΝΟΘΑΛΑΣΣΑ ΤΗΣ ΓΙΑΛΟΒΑΣ**

Είναι η σημαντικότερη περιοχή διαχείμασης σε ολόκληρη την Ελλάδα για τους αργυροτσικνιάδες, το σπανιότερο είδος ευρωπαϊκού ερωδιού. Για την προστασία της περιοχής, η Ελληνική Ορνιθολογική Εταιρεία συνέταξε μια πρόταση για το πρόγραμμα LIFE με τη χρηματοδότηση της Ευρωπαϊκής Επιτροπής, η οποία τέθηκε σε εφαρμογή το 1997. Μερικές ενέργειες που έχουν γίνει είναι η δημιουργία κέντρου επισκεπτών, κρυφών παρατηρητηρίων πουλιών και ενός βοτανικού μονοπατιού, η προστασία των ακτών γύρω από τον υγρότοπο όπου φωλιάζουν οι θαλάσσιες χελώνες και η εφαρμογή προγράμματος περιβαλλοντικής εκπαίδευσης στα σχολεία της Μεσσηνίας. Ένα τόσο μεγάλης κλίμακας σχέδιο θεωρείται πραγματικά πρωτοποριακό για την Ελλάδα. Οι τουρίστες που επισκέπτονται την περιοχή εντυπωσιάζονται από τη βιοποικιλότητα της. Εκτός από 262 είδη πουλιών που έχουν καταμετρηθεί ως τώρα, υπάρχουν επίσης ο αφρικανικός χαμαιλέοντας και η θαλάσσια χελώνα. Πάνω από 35 ψαριατοί περνούν στη διάρκεια της φθινοπωρινής αποδημίας και κάθε χειμώνα τουλάχιστον ένας από αυτούς μένει εδώ.

Ο σπάνιος βασιλαετός και ο σταυραετός είναι ακόμη δυο χειμερινοί επισκέπτες του υγρότοπου. Η ανοιξιάτικη αποδημία προσφέρει εκπληκτικό θέαμα, καθώς περνούν χιλιάδες παρυδάτινα πτηνά και ερωδιοί. Ανάμεσά τους και η σπάνια χαλκόκοτα. Περίπου 2000 τέτοια πουλιά ( 10- 15 % ολόκληρου του ευρωπαϊκού πληθυσμού) περνούν από τη λιμνοθάλασσα.

## **NOMOS AXAIAS**

### **Ο ΝΟΜΟΣ ΜΕ ΤΗΝ ΑΠΑΡΑΜΙΛΛΗ ΦΥΣΙΚΗ ΟΜΟΡΦΙΑ**

Μόλις 219 χλμ από την Αθήνα, η συνεχώς αναπτυσσόμενη πρωτεύουσα του νομού, η Πάτρα, σφύζει από ζωή και έχει έντονη πολιτιστική και οικονομική δραστηριότητα. Εάν όμως θέλετε να αφήσετε πίσω σας τα μεγάλα αστικά κέντρα, τα ορεινά χωριά του νομού, ο Χελμός και το φαράγγι του Βουραϊκού – μεταξύ άλλων- σας περιμένουν.

### **ΜΟΥΣΕΙΑΚΟ ΣΥΓΚΡΟΤΗΜΑ ΥΔΡΟΚΙΝΗΣΗΣ ΕΦΤΑΠΙΤΑΣ**

Βρίσκεται στην παραποτάμια περιοχή του Μεγανίτη, μεταξύ των δήμων Αιγίου και Συμπολιτείας. Είναι ένα κέντρο περιβαλλοντικής μελέτης της βιομηχανικής τεχνολογίας με υδροκίνηση και στεγάζεται σε ένα διατηρητέο κτίριο του 17<sup>ου</sup> αιώνα. Στις εγκαταστάσεις του περιλαμβάνονται ένα ελαιοτριβείο και μια μονάδα παραγωγής ηλεκτρικής ενέργειας. Στο πλαίσιο εκπαιδευτικών προγραμμάτων, μαθητές όλων των βαθμίδων κάνουν δραστηριότητες που σχετίζονται με την παρατήρηση της χλωρίδας, της πανίδας και του ποταμού. Οι μαθητές απολαμβάνουν τη φύση και ταυτόχρονα ευαισθητοποιούνται με την αναγκαιότητα διαφύλαξης του περιβάλλοντος.

**Πληροφορίες:** τηλ./φαξ: 26910 20253, 6973203997, 6972014455, [museumofwater@msn.com](mailto:museumofwater@msn.com),  
Διεύθυνση: Οικισμός Εφτάπιτας, Αιγιάλεια, Μητροπόλεως 73, ΤΚ 25100, Αίγιο

### **ΑΙΓΙΑΛΕΙΑ**

Η συγκεκριμένη περιοχή συνδυάζει τις χάρες του βουνού και τις θάλασσας και διαθέτει ακτές με υπέροχες παραλίες. Δίπλα από αυτές ξεκινούν καταπράσινες πλαγιές που τις αγκαλιάζουν τα αμπέλια και οι ελαιώνες και πιο ψηλά εντυπωσιακά βουνά με τα παρθένα δάση, τα μυθικά σπήλαια και τα άγνωστα χωριά.

### **Ο ΤΟΠΟΣ ΤΗΣ ΜΑΥΡΗΣ ΣΤΑΦΥΔΑΣ « ΒΟΣΤΙΤΣΑ»**

Από την Αθήνα ακολουθείτε την εθνική οδό προς Πάτρα. Έπειτα από περίπου 1,5 ώρα ( 160 χλμ) φτάνετε στο Διακοφτό, μια όμορφη κωμόπολη που βρέχεται από τον Κορινθιακό Κόλπο. Εδώ κυριαρχεί το άρωμα των δεντροκλήπων, ενώ τα σπίτια είναι διάσπαρτα, ανάμεσα σε περιβόλια με λεμονιές, πορτοκαλιές και μουσμουλιές. Είστε στην περιοχή των εσπεριδοειδών και των σταφίδων. Η φημισμένη μαύρη σταφίδα, η οποία διατηρεί την ονομασία προέλευσης « Βαστίτσα», καλλιεργείται παντού στις πλαγιές της Αιγιάλειας και η ποιότητά της θεωρείται η καλύτερη στον κόσμο. Το φθινόπωρο θα δείτε πώς συλλέγεται και απλώνεται προσεκτικά στον ήλιο για να ξεραθεί. Μπορείτε να την προμηθευτείτε από τα τοπικά μαγαζιά.



## ΕΠΙΣΚΕΨΗ ΣΕ ΟΙΝΟΠΟΙΕΙΟ

Οι αμπελώνες ξεκινούν από τις ακτές και τους χαμηλούς λόφους πάνω από τον Κορινθιακό Κόλπο και φτάνουν ως την ορεινή ενδοχώρα. Η ζώνη αυτή θεωρήθηκε κατάλληλη για αμπελοκαλλιέργεια από τον περιηγητή Πausανία ( 2<sup>ος</sup> αι. μ.Χ. ). Στην περιοχή παράγεται πολύ καλό κρασί. Αν σας ενδιαφέρει για τη διαδικασία παραγωγής, μπορείτε να πάτε στο οινοποιείο της Οινοφόρου, το οποίο βρίσκεται στην πλαγιά του λόφου του Αιγίου, στο χωριό Σελινούς, και συνδυάζει τη μοναστηριακή λιτότητα με τη σύγχρονη τεχνολογία. Υπάρχουν φυσικές υπόγειες κάβες για την παλαίωση του κόκκινου κρασιού.

**Πληροφορίες:** τηλ: 26910 29415

## Η ΧΑΡΑΔΡΑ ΤΟΥ ΒΟΥΡΑΪΚΟΥ

Στο Διακοφτό θα μείετε στο φημισμένο οδοντωτό σιδηρόδρομο που διασχίζει τη χαράδρα του Βουραϊκού, ακολουθώντας μια υπέροχη διαδρομή. Ο οδοντωτός κατασκευάστηκε από την κυβέρνηση Τρικούπη το 1896. Εάν σκύψετε, θα διαπιστώσετε ότι οι περισσότερες ράγες φέρουν ανάγλυφη την ημερομηνία κατασκευής τους. Σας πηγαίνει πρώτα στη Ζαχλωρού και έπειτα στα Καλάβρυτα, καλύπτοντας μια απόσταση 22χλμ, σε μια ώρα.

Αν σας αρέσει το περπάτημα, το πέρασμα από το φαράγγι του Βουραϊκού, το οποίο προστατεύεται ως μοναδικό μνημείο της φύσης και αποτελεί μέρος του διευρωπαϊκού ορειβατικού μονοπατιού E<sub>4</sub>, είναι μια θαυμάσια εμπειρία. Υπάρχει ένα δρομάκι παράλληλα με τις γραμμές του τρένου που ακολουθεί τα κρυστάλλινα νερά του Βουραϊκού. Όποιος αποφασίσει να περάσει το φαράγγι περπατώντας, θα διανύσει 22χλμ, και θα νιώσει όλο το μεγαλείο της φύσης ( ο Σύλλογος Ορειβασίας- Χιονοδρομίας-Αναρρίχησης Καλαβρύτων οργανώνει κάθε Μάιο πεζοπορία στο φαράγγι.

**Πληροφορίες:** τηλ: 2692022346

## ΚΑΛΑΒΡΥΤΑ

Θα φτάσετε στην ορεινή πόλη στους πρόποδες του Χελμού, σε υψόμετρο 750 μέτρα, στις όχθες του ποταμού Βουραϊκού, είτε με τον οδοντωτό σιδηρόδρομο από το Διακοφτό, είτε ακολουθώντας το δρόμο Αθήνα- Πούντα- Καλάβρυτα. Τα τελευταία χρόνια η όμορφη πόλη χτισμένη στα ερείπια της αρχαίας Κύναιθας, παρουσιάζει ραγδαία τουριστική ανάπτυξη στο χιονοδρομικό κέντρο του Χελμού. Η σημερινή πόλη με τα όμορφα πετρόχτιστα κτίρια αποτελεί κόσμημα της περιοχής. Θα βρείτε καταλύματα με πολύ καλή υποδομή. Με αφετηρία τα Καλάβρυτα μπορείτε να κάνετε πεζοπορία, ορειβασία, ιππασία και χειμερινά σπορ στο χιονοδρομικό κέντρο που απέχει μόλις 14 χλμ.

Κάντε μια βόλτα στα μαγαζάκια του κεντρικού πεζόδρομου για να αγοράσετε αγνά παραδοσιακά προϊόντα. Η τοπική παραγωγή είναι πραγματικά μεγάλη: εξαιρετική φέτα και μυζήθρα, χυλοπίτες και τραχανάς, γλυκό αγριοβύσσινο κ.α.

## ΧΕΛΜΟΣ

Από τα Καλάβρυτα συνεχίζετε προς την Κλειτορία, περνώντας από τα εντυπωσιακά και μυθικά «Σπήλαια των Λιμνών». Η Κλειτορία, η οποία διαθέτει ένα Λαογραφικό Μουσείο και το « Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Κλειτορίας», αποτελεί αφετηρία για περιηγήσεις στα νότια του Χελμού. Η κοντινή λίμνη του Λάδωνα προσφέρεται για ράφτινγκ και κανο-καγιακ.

Ο Χελμός ( 2355μ) είναι ένα από τα πιο ωραία βουνά της Ελλάδας και αποτελεί θαυμάσιο προορισμό για ορειβάτες και περιπατητές. Η ανάβαση δεν είναι δύσκολη από την κορυφή της « Νεραϊδοράχης», η θέα είναι φανταστική. Οι ορειβάτες μπορούν να περπατήσουν την απόκρημνη χαράδρα της Στύγας, μέχρι τα «Υδατα Στυγός». Η γλωρίδα και η πανίδα του ορεινού όγκου και ο καταρράκτης «Υδατα Στυγός» αποτελούν ένα μοναδικό βιότοπο. Το χειμώνα μπορείτε να πάτε στο Χελμό για να κάνετε νυχτερινά σπορ και να περπατήσετε στα ορεινά μονοπάτια, σε ένα παραμυθένιο και χιονισμένο τοπίο.

## ΠΗΓΕΣ ΤΟΥ ΑΡΟΑΝΙΟΥ ΠΟΤΑΜΟΥ- ΠΛΑΝΗΤΕΡΟ

Στην ορεινή αυτή περιοχή η ελεύθερη βοσκή είναι παράδοση. Θα συναντήσετε τσοπάνηδες με τα κοπάδια τους και ανθρώπους φιλικούς που αγαπούν τον τόπο τους. Χάρη σε αυτούς τα χωράφια δίνουν πλούσιους καρπούς και τα κοπάδια που βόσκουν στις πλαγιές του Χελμού περίφημα κρέατα και τυριά. Από τα πιο όμορφα χωριά της περιοχής είναι το Πλανητερό και ένα πολύ ιδιαίτερο μέρος, οι πηγές του Αροανού ποταμού.

Τα παλιά χρόνια λειτουργούσαν εδώ μύλοι και νεροτριβές, δείγματα εξαιρετικής ντόπιας αρχιτεκτονικής. Οι γέροντες του χωριού λένε πως οι μύλοι είχαν τακτικούς πελάτες ακόμα και χωρικούς από μακρινές περιοχές. Εκεί άλεθαν δημητριακά, έπλεναν ρούχα κτλ. Ο μύλος αποτελούσε τόπο συνάντησης και ήταν το ιδανικό μέρος για να μάθει κανείς τα νέα της περιοχής. Η Ένωση Μύλων, Νεροτριβών και Ιχθυοτροφείων ιδρύθηκε από τους κατοίκους του Πλανητερού και σήμερα διαθέτει το μοναδικό νερόμυλο της περιοχής.

Κοντά στο Πλανητερό θα συναντήσετε ένα μαγικό τοπίο: σε ένα μοναδικό δάσος, κάτω από αιωνόβια πλατάνια, βρίσκονται οι πηγές του Αροανίου ποταμού. Δίπλα στα κρυστάλλινα νερά του λειτουργούν ιχθυοτροφεία πέστροφας και σολωμού. Στο ιχθυοτροφείο και ταβέρνα « Πλανητερός» μπορείτε να παρακολουθήσετε τη διαδικασία παραγωγής, να απολαύσετε φρέσκο ψάρι και να ενημερωθείτε για τη διαμονή στην περιοχή( τηλ 26920 31689. Στα διπλανά μαγαζιά θα βρείτε βότανα και μέλι ελάτου.

## ΣΟΥΔΕΝΑ-ΑΡΧΑΙΟΙ ΛΟΥΣΟΙ

Ανεβαίνοντας προς το χιονοδρομικό κέντρο, ο αριστερός δρόμος οδηγεί στο χιονοδρομικό, ενώ αν συνεχίσετε ευθεία, θα δείτε μπροστά σας την κοιλάδα των Σουδενών. Ο δρόμος είναι κατηφορικός και περνώντας από τους Άνω Λουσούς φτάνει στον παραδοσιακό οικισμό των Σουδενών ή Κάτω Λουσών. Στο εργαστήριο του Γιώργου Γκλαβά, το οποίο βρίσκεται πάνω στον κεντρικό δρόμο που συνδέει τους Άνω και Κάτω Λουσούς, μπορείτε να αγοράσετε μέλι εξαιρετικής ποιότητας. Έχετε τη δυνατότητα να το επισκεφτείτε, να μείνετε στους δύο πάνω ορόφους που είναι ξενοδοχείο με παραδοσιακή διακόσμηση, καθώς και να παρακολουθήσετε τη διαδικασία παραγωγής μελιού.

**Πληροφορίες:** τηλ: 29620 83444, 2610 523776

## ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΕΣ ΔΙΑΚΟΠΕΣ

Θέλετε να κάνετε ένα διάλειμμα από την αστική καθημερινότητα; Αναζητάτε ξεκούραση και χαλάρωση σ' ένα ήρεμο περιβάλλον; Επιζητάτε την επαφή με τη φύση; Θέλετε να γνωρίσετε την αγροτική ζωή και τα παραδοσιακά προϊόντα; Εάν η απάντηση είναι καταφατική, τότε οι αγροτουριστικές διακοπές αποτελούν για εσάς μια ολοκληρωμένη πρόταση.

Θα έχετε τη δυνατότητα να επιλέξετε τη διαμονή σε μικρές μονάδες εναρμονισμένες με το περιβάλλον και την τοπική αρχιτεκτονική. Θα μπορέσετε να εμπλουτίσετε τη διαμονή σας στην ύπαιθρο με ποικίλες δραστηριότητες. Μπορείτε να παρακολουθήσετε μια αναβίωση ενός εθίμου, μια παραδοσιακή γιορτή. Μπορείτε να παρακολουθήσετε μαθήματα παραδοσιακής κουζίνας ή να συμμετέχετε στην παραγωγή κάποιου προϊόντος.

Εάν είστε τέτοιοι τύποι σε πολλές περιοχές της Ελλάδας θα βρείτε τα λεγόμενα «σπορ κοντά στη φύση», τα οποία προσφέρονται για όλα τα επίπεδα. Οι επιλογές είναι πολλές συνεπώς είναι σίγουρο ότι θα βρείτε κάποια δραστηριότητα που να ταιριάζει με τα γούστα σας.

Τολμήστε λοιπόν αυτό το είδος διακοπών! Όλοι οι κάτοικοι είναι πρόθυμοι να σας οδηγήσουν σ' ένα «ταξίδι» στη φύση και στην παράδοσή τους. Αφεθείτε στη μαγεία του!

## ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Επιχειρήστε ... Αγροτουριστικά. Πως να οργανώσετε τη δική σας Αγροτουριστική Επιχείρηση, Στέλλας Ασκέλη, Εκδόσεις «Κέρκυρα»
2. Ανεξερεύνητη Πελοπόννησος Ψημένος, Εκδόσεις «Road»
3. Ανεξερεύνητη Κρήτη, Ψημένος, Εκδόσεις «Road»
4. Εναλλακτικές μορφές τουρισμού, Μανώλης Σφακιανάκης, Εκδόσεις «Ελλην»
5. Αγροτουρισμός και ανάπτυξη, Καλδής Παναγιώτης, Εκδόσεις «ΟΕΔΒ»
6. Μεσηνία.
7. Τουριστικός Οδηγός « Νομός Αχαΐας... για όλες τις εποχές»
8. Αγροτουρισμός – Αγροτουριστικοί συνεταιρισμοί και προοπτικές. Μια πρώτη διερεύνηση στο Νομό Χανίων, «ΕΛΛΩΤΙΑ», Χανιά.
9. Εναλλακτικές Μορφές Τουρισμού Υπαίθρου. Αποστολόπουλος Κ., Θεοδωροπούλου Ε., Τσακατούρα Α., 2000.
10. Οργάνωση και Διοίκηση Γεωργικών Επιχειρήσεων: Ζιωγάνας Χ., Σολδάτος Π., Κιτσοπανίδης Γ., Βαϊνάς Α., Γαβριηλίδης Σ., 2000.
11. Αγροτουριστικές Επιχειρήσεις. Σκανδάλης Β., Σαμαρά Μ., Τζιτότζου - Μηλιώνη Ε., Έκδοση Π.Ι., 2000.
12. Αγροβιοτεχνίες. Λαμπρινός Γ., Μανωλοπούλου Ε., Μοσχοπούλου Α., Δημητρουλάκης Μ., 2000.
13. Εμπορία (marketing) Προϊόντων Αγροτουρισμού και Αγροβιοτεχνίας. Χανιωτάκης Ι., Καραθανάση Β., Παντουβάκη Μ., Ταγκαλάκη Α., 2000.
14. Αγροτική Παράδοση και Λαϊκή Τέχνη. Πολυμέρου - Καμηλάκη Α., Ανδρίτσου Ε., Θανόπουλος Γ., 2000.
15. Αγροτουρισμός και Ανάπτυξη. Καλδής Παναγιώτης, Θεοδωροπούλου Ελένη, Αλεξόπουλος Γεώργιος, Γιαννουζάκου Αλεξία. Έκδοση Π.Ι.
16. Εναλλακτικές Μορφές Τουρισμού Υπαίθρου. Αποστολόπουλος Κων/νος, Θεοδωροπούλου Ελένη, Τσακατούρα Αλίκη. Έκδοση Π.Ι
17. Οδηγός Καταλυμάτων Πελοποννήσου - Αγροτουριστικές Επιλογές. Βιβλίο – Οδηγός της ΑΓΡΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΗ ΑΕ. Νέλλη Καφή, Εκδόσεις ΚΕΡΚΥΡΑ (2005).
18. «Αγροτουρισμός» - Μηνιαία έκδοση της Αγροτουριστικής ΑΕ
19. Ο αγροτικός τουρισμός ποιότητας. Γιώργος Αγοραστάκης. ΠΡΩΤΗ ΕΚΔΟΣΗ : CRF ΟΑΔΥΚ 1996
20. Περιβάλλον και τοπική ανάπτυξη. Γιώργος Αγοραστάκης. ΠΡΩΤΗ ΕΚΔΟΣΗ : ΝΟΜΑΡΧΙΑ ΧΑΝΙΩΝ 2003
21. Οδηγός Καταλυμάτων Πελοποννήσου. Αγροτουριστικές Επιλογές, «Αγροτουριστική ΑΕ».
22. Οδηγός Καταλυμάτων Ηπείρου Αγροτουριστικές Επιλογές - Η Ήπειρος με άλλα μάτια, «Αγροτουριστική ΑΕ».