

ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΗΠΙΩΝ ΜΟΡΦΩΝ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ ΣΤΗΝ ΚΡΗΤΗ ΜΕ
ΕΙΔΙΚΗ ΑΝΑΦΟΡΑ ΣΤΟΝ ΤΟΥΡΙΣΜΟ ΕΥΕΞΙΑΣ
ΤΗΣ
ΕΜΜΑΝΟΥΕΛΑ ΔΡΑΚΑΚΗ

ΤΜΗΜΑ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ
ΣΧΟΛΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΚΑΙ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ

ΑΤΕΙ ΚΡΗΤΗΣ

ΕΠΟΠΤΕΥΩΝ ΚΑΘΗΓΗΤΗΣ: ΜΟΛΥΜΠΙΑΚΗΣ ΚΩΝ/ΝΟΣ

2007

ΠΕΡΙΕΧΟΜΕΝΑ

	Σελ.
ΠΕΡΙΛΗΨΗ.....	3
ΕΙΣΑΓΩΓΗ.....	4
 ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1^ο	
1.1 Ο Τουρισμός στην Ελλάδα.....	6
1.2 Μαζικός Τουρισμός	7
1.3 Εντοπισμός του Προβλήματος.....	9
1.4 Αειφόρος Τουριστική Ανάπτυξη.....	9
 ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2^ο	
2.1 Μορφές Νέου Τουρισμού.....	14
2.2 Ήπιες Μορφές Τουρισμού.....	14
2.3 Κατηγορίες Ήπιου Τουρισμού.....	16
2.3.1 Αγροτουρισμός.....	16
2.3.1.α Αγροτουρισμός στην Κρήτη.....	17
2.3.2 Θρησκευτικός τουρισμός.....	21
2.3.2.α Μονή Τοπλού.....	21
2.3.2.β Μονή Αρκαδίου.....	24
2.3.3 Περιβαλλοντικός Τουρισμός – Οικοτουρισμός.....	24
2.3.3.α Οικοτουρισμός στην Κρήτη.....	25
2.3.3.β Το φαράγγι της Σαμαριάς.....	26
2.3.4 Τουρισμός Υγείας (Θεραπευτικός - Ιαματικός τουρισμός).....	28
2.3.5. Θεματικά Πάρκα.....	29
2.3.6 Γαστρονομικός Τουρισμός.....	30
2.3.6.α Κρητική Διατροφή.....	30
2.3.6.β Τυροκομικά προϊόντα της Κρήτης.....	32
2.3.7 Αθλητικός Τουρισμός.....	33
 ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3^ο	
3.1. Τουρισμός Υγείας – Εισαγωγή.....	36
3.2 Διάκριση τουρισμού υγείας.....	36
3.3 Χαρακτηριστικά - Κατηγορίες Τουρισμού Υγείας.....	37

3.4 Κοινωνική - Οικονομική Σημασία.....	37
3.5 Λουτροπόλεις - Πάρκα Υγείας και Αναψυχής.....	38
3.6 Κέντρα Υδροθεραπείας.....	38
3.6.α Υδροθεραπεία με ιαματικό νερό (Λουτροθεραπεία).....	38
3.6.β Υδροθεραπεία με θαλάσσιο νερό (Θαλασσοθεραπεία).....	39
3.6.γ Κέντρα Κλιματοθεραπείας.....	40
3.7 Ευρώπη και ΗΠΑ.....	40
3.8 Ελλάδα – Κρήτη.....	42

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4^ο

4.1 Τουρισμός Ευεξίας – Γενικά.....	43
4.2 Χρησιμότητα, Εξελίξεις & Προοπτική του Τουρισμού ευεξίας στα ξενοδοχεία.....	46
4.3 Φάσμα του τουρισμού ευεξίας.....	48
4.4 Το παράδειγμα της Ελβετίας.....	49
4.5. Τουρισμός ευεξίας στην Κρήτη.....	50
4.5.α. Ιστορική Αναδρομή.....	50
4.5.β. Ανάπτυξη τουρισμού ευεξίας στην Κρήτη.....	51
4.5.γ Λουτροθεραπεία στην Κρήτη.....	53

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5^ο (CASE STUDIES)

5.1. Six Senses Spa – Ξενοδοχείο Elounda Peninsula.....	54
5.2. Ελούντα Blue Palace.....	56
5.3 Royal Mare Thalasso / SPA Center.....	57
5.4 Candia Maris.....	61

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΑ.....	63
--------------------------	-----------

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ.....	66
-----------------------	-----------

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ.....	67
--------------------------	-----------

ΠΕΡΙΛΗΨΗ

Είναι γεγονός ότι για την χώρα μας ο τουρισμός αποτελεί την «βαριά» βιομηχανία αφού η εισροή κεφαλαίων από την εν λόγω δραστηριότητα υπερβαίνει τις αντίστοιχες εισροές από κάθε άλλη οικονομική δραστηριότητα. Οι εξελίξεις στον τομέα του τουρισμού είναι ραγδαίες και σε συνδυασμό με την τεράστια αλλαγή που έχει παρατηρηθεί στο φυσικό περιβάλλον και τις κλιματολογικές συνθήκες διαφαίνεται η ανάγκη να δημιουργηθεί ένα νέο ρεύμα ξεφεύγοντας από το κλασικό μοντέλο του μαζικού τουρισμού. Έχουν λοιπόν στις μέρες μας αναπτυχθεί νέες μορφές του λεγόμενου ήπιου τουρισμού βασισμένες ασφαλώς στην φιλικότητα προς το περιβάλλον, στο σεβασμό των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών των τοπικών κοινωνιών αλλά και της φέρουσας ικανότητας του τόπου υποδοχής των τουριστών. Η προσαρμογή στις νέες τάσεις του ήπιου τουρισμού έχει δημιουργήσει πρόσφορο έδαφος να δημιουργηθούν πολλές νέες κατηγορίες τουρισμού από τις οποίες μια από τις σημαντικότερες είναι και τουρισμός υγείας. Ο τουρισμός υγείας ασφαλώς είναι δραστηριότητα η οποία έχει ξεκινήσει από τα αρχαία χρόνια και περιλάμβανε κυρίως ταξίδια σε λουτροπόλεις. Στις μέρες μας ο τουρισμός υγείας γνωρίζει μεγάλη άνθιση σε παγκόσμιο επίπεδο και αφορά τουρισμό για θεραπευτικούς λόγους αλλά επίσης και για λόγους ευεξίας. Στην Κρήτη έχει δοθεί ιδιαίτερο βάρος, από τους επιχειρηματίες οι οποίοι δραστηριοποιούνται στο νησί, στον τομέα του τουρισμού υγείας και αυτό έχει σαν αποτέλεσμα να υπάρχουν την δεδομένη στιγμή τα σημαντικότερα κέντρα θαλασσοθεραπείας που ασχολούνται με τον τουρισμό για θεραπευτικούς λόγους με ιδιαίτερο βέβαια βάρος στον τουρισμό ευεξίας.

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Τουρισμός είναι το 'φαινόμενο που πηγάζει από την παροδική επίσκεψη (ή διαμονή μακριά από την κύρια διαμονή) εκτός της μόνιμης κατοικίας για τον οποιοδήποτε λόγο πέραν του επαγγελματικού'.

Ο τουρισμός με τη σύγχρονη του μορφή αποτελεί ένα οικονομικό και κοινωνικό φαινόμενο, η ανάπτυξη του οποίου μετά το τέλος των εχθροπραξιών του Β' Παγκόσμιου Πολέμου έχει προσελκύσει ολοένα και περισσότερο το ενδιαφέρον τόσο των αναπτυγμένων χωρών, όσο και των αναπτυσσομένων, δηλαδή αυτών που για ίδιους ή διαφορετικούς λόγους δεν έχουν κατορθώσει ακόμα να διακόψουν το φαύλο κύκλο της φτώχειας και της μιζέριας τους. Αν και ο τουρισμός σε καμιά περίπτωση δεν μπορεί να αποτελέσει πανάκεια για την αντιμετώπιση όλων των οικονομικών και κοινωνικών προβλημάτων των χωρών που επιχειρούν να τον αναπτύξουν, έχει αποδειχτεί στην πράξη ότι κάτω από προϋποθέσεις μπορεί να συμβάλει σημαντικά στην οικονομική τους ανάπτυξη ή και μεγέθυνση. Αυτός άλλωστε είναι και ο λόγος που η ανάπτυξη του επιδιώκεται ολοένα και περισσότερο κυρίως από τις αναπτυσσόμενες χώρες.

Η αναπτυξιακή πορεία του τουρισμού σε παγκόσμιο επίπεδο υπήρξε ομολογουμένως εντυπωσιακή, αφού από το 1997 αδιαφιλονίκητα αναγνωρίζεται πλέον ως η μεγαλύτερη βιομηχανία του κόσμου. Είναι η πρώτη σε παγκόσμιο επίπεδο, έχοντας ξεπεράσει την αυτοκινητοβιομηχανία, ενώ βρίσκεται πολύ ψηλότερα από τις βιομηχανίες χημικών, τροφίμων ή καυσίμων. Ιδιαίτερο χαρακτηριστικό της ακόμη, είναι ότι αποτελεί τη μόνη ίσως δραστηριότητα που έχει πραγματικά παγκόσμια διάσταση. Οι παράγοντες εκείνοι που συνέβαλαν σε αυτό ήταν κατά κύριο λόγο η αύξηση του εισοδήματος των ανθρώπων, ο περισσότερος ελεύθερος χρόνος στη διάθεση τους για διακοπές και ξεκούραση, η ραγδαία τεχνολογική εξέλιξη στα μέσα μαζικής μεταφοράς και ιδιαίτερα στα αεροπλάνα και τέλος η απλούστευση των διατυπώσεων εισόδου-εξόδου στις χώρες υποδοχής και φιλοξενίας τουριστών. Ειδικότερα σε ότι αφορά την εντυπωσιακή εξέλιξη των μεταφορικών μέσων, θα πρέπει να ειπωθεί ότι αυτά συνέβαλαν στο να αυξηθεί η εμβέλεια του διεθνούς τουρισμού, με την έννοια ότι με το πέρασμα του χρόνου ολοένα και περισσότεροι άνθρωποι επισκέπτονται πιο απομακρυσμένους τουριστικούς προορισμούς. Η τάση αυτή είχε σαν αποτέλεσμα να αλλάξουν βαθμιαία οι κατευθύνσεις ροών του διεθνούς τουριστικού ρεύματος.

Σύμφωνα με τις προβλέψεις του Παγκόσμιου Οργανισμού Τουρισμού (ΠΟΤ), η δραστηριότητα αυτή αναμένεται να αυξηθεί σημαντικά μέσα στα επόμενα χρόνια, φθάνοντας το 2020 τα 1.6 δισεκατομμύρια αφίξεις από 665 εκατομμύρια που ήταν το 1999, καταγράφοντας δηλαδή μια εντυπωσιακή μέση ετήσια αύξηση 4,3%. Η Ευρώπη είχε πάντοτε τη μερίδα του λέοντος στην παγκόσμια τουριστική κίνηση με ποσοστό γύρω στο 64%, το οποίο προβλέπεται να διατηρήσει, έστω και ελαφρά μειωμένο, τα επόμενα χρόνια.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 1^ο

1.1 Ο Τουρισμός στην Ελλάδα

Μέσα στο έντονα αυτό ανταγωνιστικό περιβάλλον, η Ελλάδα κατέχει μια εξαιρετικά προνομιούχα θέση με μοναδικά ανταγωνιστικά πλεονεκτήματα.

Τα κυριότερα από αυτά είναι:

- Μια πολύ υψηλή και θετική αναγνωρισιμότητα. Η ΕΛΛΑΔΑ ως χώρα είναι γνωστή και ευμενώς αποδεκτή σε μεγάλο ποσοστό κατοίκων του πλανήτη.
- Οι μοναδικές ιστορικές και πολιτισμικές καταβολές της, που ασκούν παγκόσμια γοητεία.
- Οι εξαιρετικές φυσικές ομορφιές και το ήπιο, φιλικό στον άνθρωπο, μεσογειακό κλίμα.
- Τέλος η παρουσία της μέσα στην Ευρώπη, τον κύριο προορισμό του παγκόσμιου τουρισμού, και η άμεση γειτνίασή της με άλλες χώρες ιδιαίτερου τουριστικού ενδιαφέροντος.

Ο ελληνικός τουρισμός, είναι ένας από τους δυναμικότερους κλάδους της ελληνικής οικονομίας, ο οποίος συνεισφέρει περίπου το 18% στο ΑΕΠ και απασχολεί περίπου 700.000 εργαζομένους σε πολύ μεγάλο αριθμό μικρών και μεσαίων επιχειρήσεων, ιδιαίτερα στην περιφέρεια.

Ακολουθώντας, έναν εντυπωσιακό ρυθμό ανάπτυξης κατά τις δεκαετίες 1960 και 1970, και μια σταθερά ανοδική πορεία τις δεκαετίες 1980 και 1990, ο ελληνικός τουρισμός αποτελεί σήμερα μια από τις βασικότερες πηγές εσόδων για την ελληνική οικονομία.

Σήμερα, υπάρχουν νέες ευκαιρίες για τον ελληνικό τουρισμό, οι οποίες μπορούν να αξιοποιηθούν, με τα κατάλληλα βήματα. Για παράδειγμα η προσέλκυση ξένων επενδύσεων, ο διαρκής εκσυγχρονισμός όλων των τουριστικών επιχειρήσεων και η ανάπτυξη μιας σειράς υποστηρικτικών τουριστικών υποδομών θα ευνοήσουν την εξέλιξη ειδικών μορφών τουρισμού και θα αμβλύνουν την έντονη εποχικότητα που χαρακτηρίζει τη ζήτηση για τη χώρα. Ο θαλάσσιος τουρισμός είναι ένας από τους σημαντικότερους τομείς του τουρισμού, γεγονός που δεν οφείλεται αποκλειστικά στην ύπαρξη χιλιάδων νησιών στην Ελλάδα. Το σύνολο των εσόδων της χώρας μας από τον τουρισμό είναι μεγαλύτερο από το σύνολο της αξίας των εξαγωγών μας,

τόσο προϊόντων όσο και υπηρεσιών, και καλύπτει περίπου το 40% του ελλείμματος του ισοζυγίου των εξωτερικών μας πληρωμών.

Στην Κρήτη ο τουρισμός είναι μια σημαντική οικονομική δραστηριότητα που κατέχει την κυρίαρχη θέση στον τριτογενή τομέα. Η Κρήτη, από τότε που εμφανίστηκε στην τουριστική αγορά, αποδείχθηκε μια αξιόλογη περιοχή υποδοχής του τουριστικού ρεύματος και γρήγορα καθιερώθηκε ως παραδοσιακός προορισμός οργανωμένου μαζικού τουρισμού. Η Κρήτη είναι σε θέση να αναπτύξει ποιοτικό τουρισμό και ν' ανταποκριθεί στην αναπτυσσόμενη ζήτηση για πολιτικά τουριστικά προϊόντα συνδυάζοντας τις πολιτιστικές της ευαισθησίες και τον οικονομικό δυναμισμό του τουρισμού. Μέσα σ' αυτό, το πλαίσιο μπορούν ν' αναπτυχθούν νέες μορφές τουρισμού, όπως: εκπαιδευτικός τουρισμός, μοναστηριακός τουρισμός, συνεδριακός τουρισμός, αθλητικός τουρισμός, αγροτικός τουρισμός, πολιτισμικός τουρισμός, εσωτερικός τουρισμός κ.λ.π.

1.2 Μαζικός Τουρισμός

Μέχρι τώρα γνωρίζαμε τον μαζικό τουρισμό, τα τρία “s” (sea – sun – sun) όπως χαρακτηριστικά αποκαλείται και στα οποία στις μέρες έχει προστεθεί και ένα τέταρτο, το sex.

Ο μαζικός τουρισμός χαρακτηρίζεται από την ομαδική συμμετοχή των τουριστών στις διάφορες φάσεις της τουριστικής δραστηριότητας. Ο χαρακτήρας του μαζικού τουρισμού οφείλεται στον τρόπο οργάνωσης του ταξιδιού καθώς και στον επιλεγμένο τόπο διακοπών. Ο μαζικός τουρισμός προήλθε από την μεγάλη άνοδο των εισοδημάτων μετά την Βιομηχανική Επανάσταση. Πριν από αυτή, τα ταξίδια πολιτιστικού ή ψυχαγωγικού χαρακτήρα ήταν αποκλειστικό προνόμιο λίγων εκλεκτών περιηγητών, συνήθως αριστοκρατών.

Πολλοί τουριστικοί προορισμοί στην Ελλάδα και αλλού, έχουν ως στόχο τη συνεχή αύξηση του οικονομικού κέρδους που αποφέρει ο τουρισμός, έτσι συχνά προσανατολίζονται στην αναζήτηση ολοένα και μεγαλύτερου αριθμού τουριστών χρησιμοποιώντας ως μοντέλο τουριστικής ανάπτυξης τον μαζικό τουρισμό. Όμως, η μεγάλη πληθυσμιακή συγκέντρωση σε περιοχές με συγκεκριμένες περιβαλλοντικές και κοινωνικές δυνατότητες δημιουργεί διαταραχές στις συνήθειες της τοπικής κοινωνίας και δυσλειτουργίες όπως: συνωστισμό, μόλυνση του περιβάλλοντος, κατασπατάληση ή καταστροφή φυσικών και πολιτιστικών πηγών και ανταγωνισμό

μεταξύ τοπικού πληθυσμού και τουριστικής βιομηχανίας για την χρησιμοποίηση αγαθών πρώτης ανάγκης (π.χ. νερό), έργων υποδομής (δρόμοι, νοσοκομεία, κ.λ.π.), τόπων αναψυχής (μουσεία, πάρκα, παραλίες κ.λ.π.). Αυτές οι αρνητικές επιπτώσεις εμποδίζουν την συνεχή και ομαλή διεξαγωγή της τουριστικής διαδικασίας αφού σύμφωνα με έρευνες του Παγκόσμιου Οργανισμού Τουρισμού (Π.Ο.Τ.) η πλειοψηφία των τουριστών σήμερα επιθυμεί να επισκέπτεται περιοχές με υψηλή περιβαλλοντική ποιότητα και έντονα στοιχεία τοπικού πολιτισμού.

Συνεπώς ο τουρισμός έχει μεγάλη οικονομική, κοινωνική και περιβαλλοντική επίδραση στα μέρη υποδοχής τουριστών. Αυτή η περιβαλλοντική υποβάθμιση έχει σαν αποτέλεσμα να καθίστανται οι τουριστικοί προορισμοί λιγότερο ελκυστικοί.

Ο τουρισμός μπορεί να έρθει σε αντίθεση με το περιβάλλον καταστρέφοντας έτσι το υπόβαθρο ανάπτυξης του. Θα πρέπει να γίνει αντιληπτό ότι οι έννοιες τουρισμός και περιβάλλον είναι αλληλένδετες.

Η «κατανάλωση της ευχαρίστησης» εκτιμάται ότι αποτελεί πλέον το σημαντικότερο σημείο εστίασης του ανθρώπινου ενδιαφέροντος. Τα τελευταία χρόνια έχουν ήδη διαπιστωθεί αρκετές αλλαγές που σηματοδοτούν μία νέα εποχή στον τουρισμό. Οι αλλαγές αυτές είναι αποτέλεσμα άλλων ευρύτερων αλλαγών που συμβαίνουν στην οικονομία, στους θεσμούς, στην τεχνολογία, στο περιβάλλον, στις αξίες που διαμορφώνουν τις επιλογές του καταναλωτή γενικότερα, και άρα του τουρίστα. Παρατηρείται μία κόπωση σε μεγάλο αριθμό τουριστών από τα προϊόντα του μαζικού τουρισμού. Ο καταναλωτής γίνεται περισσότερο απαιτητικός, αναζητά νέα προϊόντα και η επιλογή για τόπο προορισμού είναι περισσότερο συνειδητή. Ευαισθητοποίηση σε θέματα ποιότητας περιβάλλοντος, αποφυγή περιοχών με προβλήματα ρύπανσης, περιοχών υπέρ- εμπορευματοποιημένων. Ο καταναλωτής – τουρίστας επιθυμεί και απαιτεί περισσότερο αυθεντικές εμπειρίες. Η μετάβαση έτσι, από ένα παθητικό μοντέλο τουρισμού όπου ο καταναλωτής – επισκέπτης γίνεται αντικείμενο περιποιήσεων, σε ένα νέο όπου ο τουρίστας διεκδικεί ένα πιο ενεργό ρόλο κατά την παραμονή του και αφορά την προσωπική του αναψυχή, ψυχαγωγία είναι γεγονός και ζητούμενο. Στην κατεύθυνση αυτή οι εναλλακτικές μορφές ορίζονται ως «*το αντίθετο του μαζικού τουρισμού*». Συγκροτείται από ποιοτικά στοιχεία, σχεδιάζεται τοπικά, ελέγχεται σε όλες τους τις διαστάσεις, θέτει σε κίνηση πολλαπλές τοπικές δραστηριότητες, εμπεριέχει αξίες, αναδεικνύει τις ιδιαιτερότητες της περιοχής, τη φύση την τοπική ιστορία τον πολιτισμό.

1.3 Εντοπισμός του Προβλήματος

Κάθε τόπος προορισμού έχει συγκεκριμένη τουριστική ικανότητα. Αυτό συνεπάγεται ότι η περιοχή έχει όρια ανεκτικότητας, τα οποία αν ξεπεραστούν, οδηγούν σε σημαντική υποβάθμιση του χαρακτήρα και της ποιότητας της περιοχής ή σε δυσαρέσκεια των επισκέπτη.

Οι επιπτώσεις του μαζικού τουρισμού έχουν αντίκτυπο σε τρία περιβάλλοντα:

α) Ακτογραμμές. Ο τουρισμός επιφέρει μεγάλες πιέσεις στους ευαίσθητους παράκτιους πόρους μπορεί να ρυπαίνει μέσω της αποβολής μερικώς επεξεργασμένων αποβλήτων από τα ξενοδοχεία, καθώς επίσης με την απρόσεκτη διαχείριση αποβλήτων των πλοίων. Είδαμε πρόσφατα το παράδειγμα του πλοίου που βυθίστηκε στην Σαντορίνη και την μόλυνση που προκλήθηκε στην ευρύτερη περιοχή από τα καύσιμα του πλοίου.

β) Βουνά. Πιέσεις δέχονται τα εδάφη, το νερό και τα δάση ειδικά λόγω του χειμερινού τουρισμού.

γ) Ιστορικά και Αστικά Περιβάλλοντα. Αρχιτεκτονική «ρύπανση» προέρχεται από την κατασκευή μεγάλων συχνά ακαλαίσθητων ξενοδοχειακών μονάδων που είναι εκτός της κλίμακας των υφιστάμενων κτιρίων και έτσι αποτυγχάνουν να δώσουν ομοιομορφία στην περιοχή. Επίσης ιστορικά μνημεία βρίσκονται σε κίνδυνο εξαιτίας της αλόγιστης και χωρίς όριο επισκεψιμότητας των αρχαιολογικών χώρων.

1.4 Αειφόρος Τουριστική Ανάπτυξη

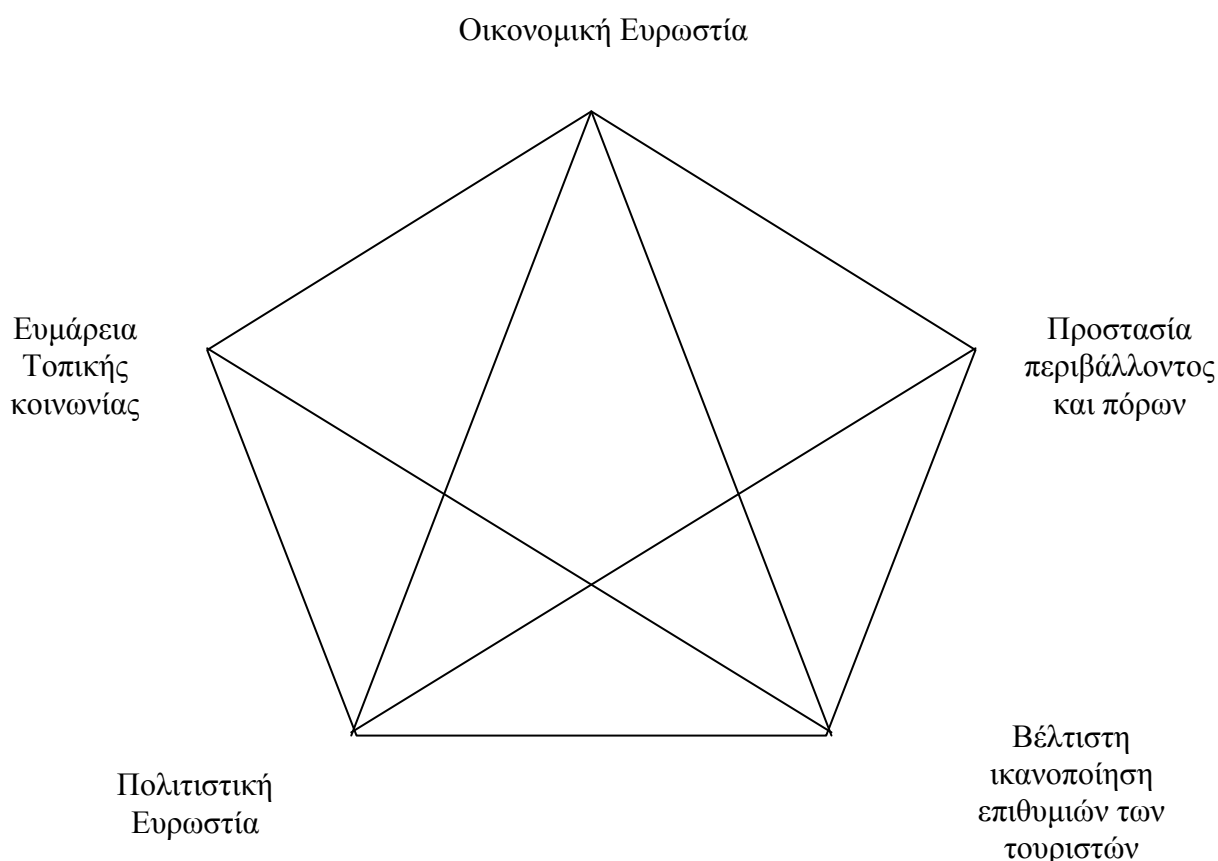
Σε μια εποχή λοιπόν αυξημένης συνειδητοποίησης των αρνητικών επιπτώσεων της μόλυνσης του πλανήτη, ο τουρισμός θεωρείται ένας από τους ενόχους. Ο τουρισμός δεν αποτελεί μια φιλική προς το περιβάλλον βιομηχανία – και σ' αυτό συμβάλλουν οι μεταφορές, η τοπική υπερανάπτυξη και η εξάντληση των φυσικών πόρων. Τα διεθνή συνέδρια που εστιάζουν σ' αυτό το θέμα έχουν διατυπώσει αρκετές προτάσεις, που συχνά συνοψίζονται με τον όρο «αειφορικός τουρισμός».

Κρίνεται λοιπόν επιτακτική η ανάγκη να δημιουργηθούν νέες προοπτικές προκειμένου να αποτελεσματοθεί η κατάσταση στην οποία έχει περιέλθει ο τουρισμός στις μέρες μας.

Ο Muller (1994) εντοπίζει την έννοια της αειφόρου τουριστικής ανάπτυξης μέσα στους στόχους μιας τουριστικής ανάπτυξης κοινωνικά και περιβαλλοντικά συμβατής που εμπεριέχει το στοιχείο της ποιοτικής ανάπτυξης. Ορίζει την ποιοτική ανάπτυξη σαν κάθε αύξηση της ποιότητας ζωής η οποία επιτυγχάνεται με την μειωμένη χρήση

μη ανανεώσιμων πόρων αλλά και την αποφυγή υψηλής πίεσης πάνω στο φυσικό περιβάλλον και τους ανθρώπους. Σχηματικά η αειφόρος τουριστική ανάπτυξη αποδίδεται με το παρακάτω διάγραμμα 1 το «μαγικό πεντάγωνο» το οποίο περιλαμβάνει τα εξής στοιχεία:

Διάγραμμα 1. Το «μαγικό πεντάγωνο» της τουριστικής ανάπτυξης



(πηγή: Muller, 1994)

Ο ίδιος ομιλεί και για σημαντικές δυσκολίες στην επίτευξη του στόχου της αειφόρου τουριστικής ανάπτυξης, αναφέροντας επιχειρήματα που έχουν να κάνουν τόσο με την διαρκή πίεση που η τουριστική ζήτηση επιβάλλει έως και επιχειρήματα που σχετίζονται με την φιλοσοφία του σύγχρονου τουρίστα ο οποίος επιζητά το μέγιστο της απόλαυσης και κατανάλωσης των πόρων.

Χρειάζεται λοιπόν εξισορρόπηση των αναγκών των τουριστών, του τοπικού πληθυσμού και του φυσικού περιβάλλοντος και αυτό μπορεί να επιτευχθεί μέσω της αειφόρου τουριστικής ανάπτυξης.

Προσπαθώντας να δώσουμε έναν ορισμό για τον αειφορικό ανάπτυξη θα λέγαμε ότι πρόκειται για την ανάπτυξη που πραγματοποιείται σε μια περιοχή ή χώρα για να

αντιμετωπιστούν οι τωρινές ανάγκες, χωρίς να θέτει σε κίνδυνο την ικανότητα των μελλοντικών γενεών να αντιμετωπίσουν τις δικές τους.

Ο αειφόρος τουρισμός εξαρτάται από :

- α) Την εκπλήρωση των αναγκών του πληθυσμού στην περιοχή υποδοχής τουριστών.
- β) Ικανοποίηση των αναγκών του όλο αυξανόμενου πληθυσμού των τουριστών.
- γ) Προστασία του περιβάλλοντος για την επίτευξη των δύο προηγούμενων στόχων.

Για να επιτευχθούν οι παραπάνω στόχοι πρέπει να αλλάξει η πολιτική και αυτό συμπεριλαμβάνει τρία σημεία:

1. Προορισμοί των τουριστών. Οι τοπικοί πληθυσμοί πρέπει να συμμετέχουν ενεργά στην τουριστική ανάπτυξη. Αυτό εμπλέκει τέσσερις κύριους τομείς: α) ιδιοκτησία, β) κλίμακα, γ) χρόνος και δ) τοποθεσία. Θα πρέπει να γίνει συνδυασμός όλων των παραπάνω έτσι ώστε να συνεισφέρει ο τουρισμός στην ανάπτυξη της περιοχής με όσο το δυνατό ηπιότερες επιπτώσεις στο περιβάλλον, στην κοινωνία και στην οικονομία και να διασφαλίσει την αειφορία.

2. Οι Τουρίστες. Για τον τουρίστα ο αειφόρος τουρισμός προσφέρει την προοπτική εγγυημένης ικανοποίησης. Αλλά η συμπεριφορά και η στάση των τουριστών πρέπει να αλλάξει, οι τουρίστες πρέπει να αντιμετωπίσουν τον τόπο που επισκέπτονται ως χώρο με στοιχεία που πρέπει να σεβαστούν το περιβάλλον του και τον πολιτισμό του.

3. Τουριστικές επιχειρήσεις. Οι τουριστικές επιχειρήσεις πρέπει να λειτουργήσουν «οικολογικά», φιλικά προς το περιβάλλον. Αυτό συνεπάγεται εξοικονόμηση ενέργειας και ανακύκλωσης αποβλήτων, μείωση της ρύπανσης και χρήση τοπικών και υλικών προϊόντων. Πρέπει να γίνει ενθάρρυνση των τουριστών από την πλευρά των τουριστικών επιχειρήσεων να συμπεριφέρονται με σεβασμό στο περιβάλλον.

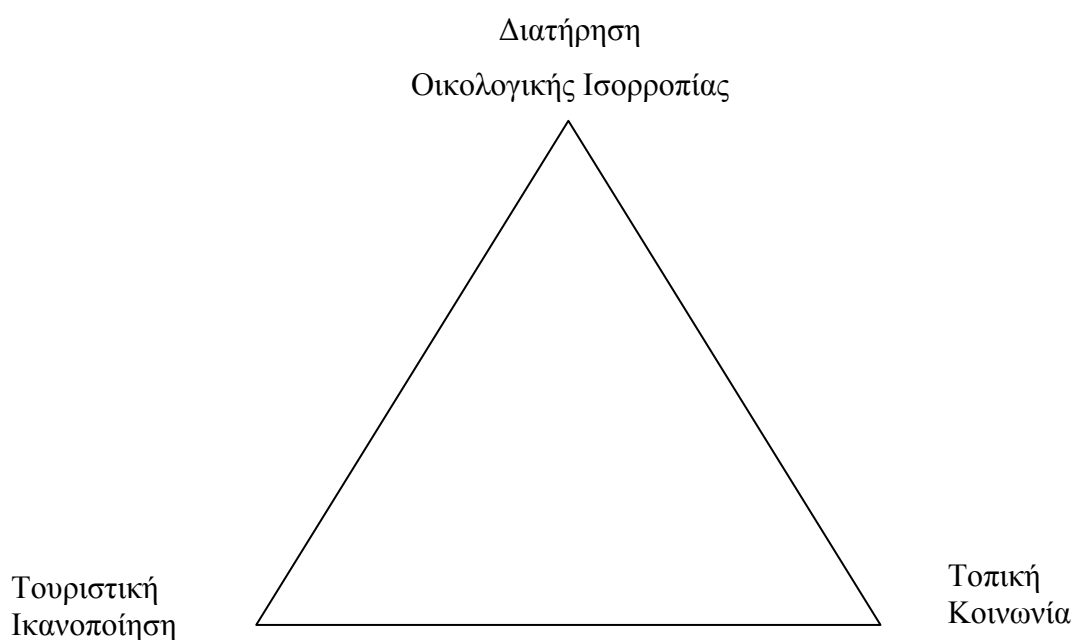
Για την τουριστική αειφορία υφίστανται ακόμα και πολιτικές ανάγκες οι οποίες θέτουν ως προτεραιότητα την μείωση των περιφερειακών ανισοτήτων ταυτόχρονα με την προστασία του περιβάλλοντος. Η εμμονή ή προβολή μιας συγκεκριμένης προτεραιότητας οδηγεί αναπόφευκτα στην υποβάθμιση όλων των υπολοίπων στοιχείων που κρίνονται σημαντικά.

Άρα λοιπόν θα πρέπει να υπάρξει ένας συγκερασμός προτεραιοτήτων ώστε να υπάρχει καλύτερη κατανόηση του θέματος της αειφόρου τουριστικής ανάπτυξης. Στο πιο κάτω διάγραμμα τίθενται οι τρεις βασικές προτεραιότητες οι οποίες οδηγούν σε τέσσερις διαφορετικές προσεγγίσεις¹. Είναι αυτονόητο ότι οι τρεις αυτές

¹ «Αειφόρος τουριστική ανάπτυξη στις μικρομεσαίες επιχειρήσεις», Φώτης Κυλιπίρης

προτεραιότητες θα πρέπει να συνυπάρχουν αρμονικά μεταξύ τους προκειμένου να επιτευχθεί ο στόχος της αειφόρου τουριστικής ανάπτυξης.

Διαγραμμα 2
Στρατηγικές προσεγγίσεις στην αειφόρο ανάπτυξη



1^η Προσέγγιση. Μια μικρή ομάδα τουριστών επισκέπτεται μια σχετικά απομακρυσμένη – ευαίσθητη περιοχή από την οποία αποκομίζουν υψηλό επίπεδο τουριστικής ικανοποίησης, αφήνοντας ανέπαφο από τις αρνητικές επιπτώσεις τον χώρο.

Εάν αυτή η επίσκεψη οργανωθεί από ένα μεγάλο ταξιδιωτικό που δεν σχετίζεται με την περιοχή είναι πολύ αμφίβολο να υπάρξει διάχυση ωφελειών στην τοπική κοινωνία.

2^η Προσέγγιση. Ένας μικρομεσαίος τοπικός ξενώνας με ελάχιστο επίπεδο ανέσεων, παρέχει τις υπηρεσίες του μέσα στο ίδιο το φυσικό – πολιτιστικό περιβάλλον. Γενικά τα οικονομικά οφέλη διαχέονται στην τοπική κοινωνία, ταυτόχρονα διατηρείται η οικολογική ισορροπία, είναι αμφίβολο όμως το επίπεδο ικανοποίησης των τουριστών.

3^η Προσέγγιση. Μια μεγάλη τουριστική επιχείρηση απασχολεί πολλούς ντόπιους. Η επιχείρηση μπορεί να ικανοποιεί τις προσδοκίες των τουριστών με ταυτόχρονη ωφέλεια για την τοπική απασχόληση μακροχρόνια όμως είναι πιθανό να επιφέρει ανεπανόρθωτες ζημιές στο περιβάλλον.

4^η Προσέγγιση. Μικρομεσαίες τουριστικές επιχειρήσεις διαχέουν τα τουριστικά οφέλη στην τοπική κοινωνία ισόρροπα ενώ ταυτόχρονα επιτυγχάνεται τόσο η ικανοποίηση του τουρίστα όσο και η οικολογική ισορροπία.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 2^ο

2.1 Μορφές Νέου Τουρισμού

Η Ελλάδα ως ιδανικός προορισμός εναλλακτικού τουρισμού προσφέρει αμέτρητες επιλογές και την ευκαιρία στους επισκέπτες της να εκμεταλλευτούν την ποικιλία αυτή που πηγάζει από την εκπληκτική γεωγραφική της θέση και τις κατάλληλες καιρικές συνθήκες.

Η πορεία του Τουρισμού τα τελευταία 20 χρόνια στην Ελλάδα θα μπορούσε να χαρακτηριστεί ως μια απρογραμματίστη, περιστασιακή και άναρχη ανάπτυξη, στηριγμένη μόνο στη ζήτηση της αγοράς και στο ένστικτο των επιχειρηματιών. Το αποτέλεσμα είναι ότι ο τουρισμός είναι έντονα εποχικός και μαζικός, καθώς περιορίζεται χρονικά στους καλοκαιρινούς μήνες και εξαρτάται σε μεγάλο βαθμό από τους tour operators, αλλά και μονοδιάστατος, αφού στηρίζεται σχεδόν αποκλειστικά στο γνωστό τρίπτυχο «ήλιος, αμμουδιά, θάλασσα».

Στα παραπάνω προβλήματα η αξιοποίηση και ανάδειξη των ήπιων μορφών τουρισμού, σε συνάρτηση με την ποιοτική αναβάθμιση, μπορούν να αποτελέσουν μια δυναμική απάντηση. Άλλωστε παρατηρείται διεθνώς αυξανόμενη ζήτηση για ήπιες και εναλλακτικές μορφές τουρισμού που αξιοποιούν τους φυσικούς και πολιτιστικούς πόρους της περιοχής-προορισμός, στην κατεύθυνση της βιώσιμης ανάπτυξης. Η ζήτηση αυτή εμφανίζεται ως αντίδραση στον τρόπο ζωής στις πόλεις, κι έτσι ο σημερινός τυπικός τουρίστας διαφοροποιείται, αφού επιζητεί διακοπές μικρής κλίμακας και ήπιας μορφής, γεγονός που τον κάνει να απομακρύνεται από τον λεγόμενο μαζικό τουρισμό. Παρακάτω παρουσιάζονται οι συνηθέστερες μορφές εναλλακτικού τουρισμού που συναντούνται στην Ελλάδα.

Ασφαλώς στο συγκεκριμένο πόνημα θα επικεντρωθούμε και θα προσπαθήσουμε να παρουσιάσουμε τις ήπιες μορφές τουρισμού.

2.2 Ήπιες Μορφές Τουρισμού

Ο «ήπιος» τουρισμός ή «υπεύθυνος» τουρισμός αναγνωρίζει την αναγκαιότητα μιας οργανωμένης, μικρής κλίμακας τουριστικής ανάπτυξης, χωρίς περιβαλλοντικές ακρότητες, η οποία όμως προϋποθέτει τον σεβασμό των βασικών αρχών της από όλους τους εμπλεκόμενους στην τουριστική περιοχή. Η φιλοσοφία του ήπιου τουρισμού συγκρινόμενη με του πράσινου τουρισμού ή του εναλλακτικού τουρισμού διαφέρει στο γεγονός ότι δεν υποστηρίζει τη εξ ολοκλήρου απόρριψη του μαζικού τουρισμού αλλά τη λήψη των αναγκαίων διορθωτικών μέτρων ώστε να

ελαχιστοποιούνται οι αρνητικές επιδράσεις της υφιστάμενης τουριστικής βιομηχανίας.

Ένα άλλο χαρακτηριστικό στοιχείο της προσέγγισης του ήπιου τουρισμού είναι ότι θα πρέπει να διαμορφωθεί μια κουλτούρα τουριστικής ανάπτυξης η οποία θα απαιτεί την συνεργασία των πολιτών, των επαγγελματιών του τουρισμού, του κράτους και της τοπικής αυτοδιοίκησης. Η αρχή του ήπιου τουρισμού έχει σας αποδέκτη και τον ίδιο τον τουρίστα ο οποίος θα πρέπει να εκπαιδευτεί κατάλληλα ώστε να αντιμετωπίζει και ο ίδιος με την σχετική ευαισθησία το φυσικό και κοινωνικό περιβάλλον. Ο παρακάτω πίνακας που ακολουθεί παρουσιάζει τους βασικούς πρωταγωνιστές του ήπιου τουρισμού καθώς και την αντίστοιχα προσδοκώμενη συμπεριφορά τους².

ΠΙΝΑΚΑΣ
ΗΠΙΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ: ΠΑΡΑΓΟΝΤΕΣ ΚΑΙ ΑΝΑΜΕΝΟΜΕΝΗ
ΣΥΜΠΕΡΙΦΟΡΑ ΤΟΥΣ

Παράγοντες	Αναμενόμενη Συμπεριφορά
Τουρίστας	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ευαισθητοποίηση με το περιβάλλον ➤ Δεκτικός στις ανάγκες των τοπικών κοινωνιών
Τουριστική Επιχείρηση	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ισορροπία μεταξύ πλήθους τουριστών και φέρουσας τουριστικής ικανότητας του τόπου ➤ Εισαγωγή μόνο των απαραίτητων αγαθών και υπηρεσιών στον τόπο προορισμού
Τοπική Κοινωνία	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Συμμετοχή στη λήψη των αποφάσεων ➤ Υπεύθυνη αντιμετώπιση και προστασία των τοπικών τουριστικών πόρων
Κράτος & Τοπική Αυτοδιοίκηση	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Ενσωμάτωση των αρχών του ήπιου τουρίστα στην τουριστική πολιτική και σχεδιασμό

Πηγή: Gilbert et al (1994)

² «Αειφόρος τουριστική ανάπτυξη στις μικρομεσαίες επιχειρήσεις», Φώτης Κυλιπέρης

2.3 Κατηγορίες Ήπιου Τουρισμού

Ο ήπιος τουρισμός αποτελεί ένα νέο τουριστικό προϊόν, νεαρό μάλλον γιατί ήδη ξεκίνησε και ήδη αναπτύσσεται και ήδη διαμορφώνονται. Ο ήπιος τουρισμός όπως προαναφέρθηκε είναι ταυτόσημος με την προστασία των πόρων των φυσικών, των πολιτιστικών, την ανάδειξη των ιδιομορφιών του πολιτιστικού και φυσικού τοπίου, είναι μια ελεγχόμενη τουριστική ανάπτυξη.

Η Ελλάδα ως ιδανικός προορισμός εναλλακτικού τουρισμού προσφέρει αμέτρητες επιλογές και την ευκαιρία στους επισκέπτες της να εκμεταλλευτούν την ποικιλία αυτή που πηγάζει από την εκπληκτική γεωγραφική της θέση και τις κατάλληλες καιρικές συνθήκες.

Πιο κάτω παρουσιάζονται οι συνηθέστερες μορφές ήπιου τουρισμού:

2.3.1 Αγροτουρισμός

Μια από τις σημαντικότερες μορφές ήπιου τουρισμού αποτελεί ο αγροτουρισμός. Ο αγροτουρισμός είναι μια μορφή τουρισμού με ενδιαφέρουσα εξέλιξη. Παρέχει στον τουρίστα την ευκαιρία να κάνει τις διακοπές του σε ένα ήσυχο περιβάλλον κοντά στη φύση. Να ξεκουραστεί κοντά στους απλούς ανθρώπους του χωριού που είναι ακόμα δεμένοι με τη γη και να γνωρίσει τα ήθη, τα έθιμα και παραδόσεις του τόπου τους.

Ορισμός για το τι είναι αγροτουρισμός δεν υπάρχει τόσο σε Εθνικό όσο και σε Ευρωπαϊκό επίπεδο. Θα μπορούσαμε όμως να πούμε ότι αγροτουρισμός είναι τουριστικές δραστηριότητες μικρής κλίμακας οικογενειακής ή συνεταιριστικής μορφής, που αναπτύσσονται σε αγροτικό χώρο από ανθρώπους που απασχολούνται κυρίως στη γεωργία. Με άλλα λόγια ο Αγροτουρισμός είναι μια ήπια μορφή βιώσιμης τουριστικής ανάπτυξης και πολυδραστηριότητας στον αγροτικό χώρο.

Αγροτουρισμός είναι η παράλληλη ανάπτυξη δραστηριοτήτων που αποσκοπεί στην οικονομική και την κοινωνική αναβάθμιση των αγροτικών περιοχών και γενικότερα της υπαίθρου, με την ανάδειξη και στήριξη:

- της ήπιας και μικρής κλίμακας προσφοράς τουριστικών υπηρεσιών
- της τοπικής αγροτικής παραγωγής
- της δημιουργίας και εμπορίας παραδοσιακών προϊόντων
- του πολιτιστικού και φυσικού πλούτου της κάθε περιοχής

Στον Αγροτουρισμό ο τουρίστας είναι επισκέπτης, φίλος, θαυμαστής του τόπου, είναι ένας «φιλοξενούμενος», ένας ταξιδιώτης που αναζητά τα μυστικά, την αυθεντικότητα και την ομορφιά του, εστιάζοντας στην ήσυχη ζωή, τη φυσική κληρονομιά και όλα όσα μοναδικά και ξεχωριστά έχει να προσφέρει ο κάθε προορισμός.

Ολόκληρη η φιλοσοφία του Αγροτουρισμού βασίζεται στη διαπροσωπική, ανθρώπινη, άμεση και φιλόξενη σχέση μεταξύ του κατοίκου της υπαίθρου και του επισκέπτη. Για το λόγο αυτό φέρνουμε τον επισκέπτη σε επαφή με τη φύση, με την καλλιέργεια της γης, την περισυλλογή του καρπού, με τους ανθρώπους της περιοχής μας. Ο επισκέπτης μαθαίνει να φτιάχνει στον αργαλειό, να κεντάει, να παρατηρεί τα ζώα και τα πουλιά, να δοκιμάζει το κρασί και το τσίπουρο, να συμμετέχει στην παραγωγή τους, να καταλαβαίνει τη σωστή ώρα του τρύγου, τη γεύση, το άρωμα, το χρώμα του κρασιού της περιοχής μας, τη χρήση του κρόκου, τη διαφορά στις ποικιλίες του μελιού, τη διαδικασία και επιλογή κατά την περισυλλογή των μανιταριών.

2.3.1.α Αγροτουρισμός στην Κρήτη

Ο αγροτουρισμός στην Κρήτη περιλαμβάνει δράσεις που έχουν σαν στόχο τη δημιουργία των απαραίτητων τουριστικών υποδομών, την αναβάθμιση των παρεχόμενων υπηρεσιών προς τους επισκέπτες καθώς και την ανάδειξη λαογραφικών, πολιτιστικών και φυσικών στοιχείων της περιοχής. Η ανάπτυξη του αγροτουρισμού και των άλλων ήπιων μορφών τουρισμού, συμβάλλει αποτελεσματικά στην προβολή της περιοχής, στην ανάπτυξη νέων οικονομικών δρατηριοτήτων, στην προώθηση των τοπικών προϊόντων και στη στήριξη της απασχόλησης. Οι δράσεις αυτές είναι οι ακόλουθες:

- Δημιουργία και εκσυγχρόνισμός αγροτουριστικών καταλυμάτων
- Ήπιες μορφές τουρισμού
- Κέντρα εστίασης - αναψυχής
- Μουσεία αγροτικής - πολιτιστικής κληρονομιάς
- Προβολής – προώθηση

Στην ευρύτερη περιοχή της Κρήτης έχουν αναπτυχθεί πολλές δράσεις και πρωτοβουλίες ιδιωτών.

Φτιάχτηκαν ξενώνες στο κτήμα Φανταζομέταχο της εταιρίας I. Μπουτάρης & Υιός. Δημιουργήθηκαν ενοικιαζόμενα δωμάτια Α' τάξης, όπου ο επισκέπτης έχει τη δυνατότητα να περιηγηθεί στους αμπελώνες, όπου καλλιεργούνται 4 σπάνιες ποικιλίες της κρητικής αμπέλου που τελούν υπό εξαφάνιση. Παράλληλα μπορεί να παρακολουθήσει την παραγωγική διαδικασία του κρασιού και να ενημερωθεί για αυτήν μέσω του επισκέψιμου οινοποιείου που έχει δημιουργηθεί στον αμπελώνα.

Δημιουργήθηκαν πολλά καινούρια καταλύματα σε διάφορες περιοχές, όπου ο επισκέπτης μπορεί να ενημερωθεί και να γνωρίσει τον παραδοσιακό τρόπο ζωής. Στις Δάφνες, για παράδειγμα, δημιουργήθηκε ένα παραδοσιακό πανδοχείο, το οποίο εκτός από τα καταλύματα, προσφέρει εστιατόριο, καφενείο, εκθετήριο διαφόρων τοπικών προϊόντων, όπως ελαιόλαδο, γλυκά του κουταλιού και φυσικά κρασί, αφού η περιοχή έχει επίσημα αναγνωρισθεί σε ζώνη κρασιού.

Στον Προφήτη Ηλία τα καταλύματα που δημιουργήθηκαν λειτουργούν συμπληρωματικά με άλλα έργα που είχαν δημιουργηθεί στην περιοχή: Ένα αναρριχητικό κέντρο εκπαίδευσης, ένα ειδικά διαμορφωμένο μονοπάτι που οδηγεί στο Βυζαντινό Κάστρο του Ρόκα. Άλλα καταλύματα στην ίδια περιοχή, προσπαθούν να αναδείξουν την πολιτιστική κληρονομιά της περιοχής, αφού βρίσκονται στον πρώτο όροφο ενός κτίσματος που έχει χαρακτηριστεί διατηρητέο από το Υπουργείο Πολιτισμού, μιας και αποτελεί χαρακτηριστικό δείγμα της αρχιτεκτονικής της εποχής του μεσοπολέμου. Τα έργα αυτά συμβάλλουν στην προσπάθεια της τουριστικής αξιοποίησης της περιοχής με την προσέλκυση επισκεπτών σε σημαντικά μνημεία ιστορικού και αρχαιολογικού ενδιαφέροντος.

Μια αξιολόγηση επένδυση έγινε και στο Ζαρό Ηρακλείου. Η επένδυση αφορούσε τον εκσυγχρονισμό ενός προϋπάρχοντα ξενοδοχείου. Έμφαση δόθηκε στα υλικά που θα χρησιμοποιούνταν, για να ταιριάζουν αρμονικά με το περιβάλλον. Ο επισκέπτης μπορεί να περιηγηθεί στη γύρω περιοχή, όπου φημίζεται για το φυσικό της κάλος.

Πολλά καταλύματα προσφέρουν στον επισκέπτη τη εικόνα που είχαν τα παλιά σπίτια στην περιοχή, με τζάκι και οντά δημιουργούν μια ξεχωριστή ατμόσφαιρα. Τα κτήρια αυτά βρίσκονται στην ευρύτερη περιοχή του Σάρχου (ο οποίος βρίσκεται δίπλα στο ευρωπαϊκό μονοπάτι E4), και προσφέρουν στον επισκέπτη εκτός από στέγη, περιηγήσεις σε κτήματα 35 περίπου στρεμμάτων, με ελαιόδεντρα, κερασιές, μηλιές και άλλα δέντρα της κρητικής γης. Η περιοχή έχει ιστορικό και αρχαιολογικό ενδιαφέρον. Έτσι ο επισκέπτης μπορεί να επισκεφτεί το Ρωμαϊκό λουτρό της

περιοχής, το Λαογραφικό μουσείο Ασιστών καθώς και το σπήλαιο του Σάρχου και να ακολουθήσει ορειβατικά μονοπάτια που βρίσκονται στην περιοχή.



Μια άλλη επένδυση που έγινε σ' αυτό το μέτρο ήταν και ο εκσυγχρονισμός δωματίων στο παραδοσιακό Κρητικό χωριό Αρόλιθος. Η συγκεκριμένη επένδυση έχει στόχο την ποιοτική αναβάθμιση της επένδυσης και την προσέλκυση μεγαλύτερου αριθμού επισκεπτών, σε συνδυασμό με τη δημιουργία μουσείου αγροτικής ιστορίας και λαϊκής τέχνης. Στον ίδιο χώρο υπάρχουν καταστήματα, εργαστήρια ξυλογλύπτη, παλαιοπώλη, σίδερα, μαχαίρια, αγγειοπλαστική, κρητικά υφαντά, ρακάδικο και στον περιβάλλοντα χώρο έχουν διαμορφωθεί ένα μιτάτο (κατάλυμα βοσκού), ένα αλώνι, ένα ρακοκάζανο και μια μικρή παραδοσιακή κρήνη. Επίσης υπάρχει χώρος υποδοχής και ενημέρωσης των επισκεπτών που φτάνουν στο χωριό. Στο μουσείο που λειτουργεί, ο επισκέπτης μπορεί να δει εργαλεία παραδοσιακών επαγγελμάτων, παραδοσιακές στολές, νομίσματα της Κρητικής περιόδου υφαντά εκκλησιαστικά είδη, το παραδοσιακό κρητικό σπίτι καθώς και έκθεμα της πολεμικής ιστορίας της Κρήτης.

Εκτός από τα καταλύματα, υπήρξαν και άλλες πρωτοβουλίες που αναδείκνυαν το φυσικό περιβάλλον της περιοχής. Μια τέτοια ήταν και το γραφείο εναλλακτικού τουρισμού, τα Σπήλαια Ηρακλείου. Δραστηριότητες του γραφείου είναι το trekking (πολυήμερες πεζοπορίες με διανυκτέρευση στη φύση), ορειβασία, πεζοπορία σε φαράγγια ή ποτάμια, εκδρομές με ορειβατικό ποδήλατο, λιμναίο και θαλάσσιο kayaking, θεματικοί περίπατοι μελέτης (πολιτιστικοί, βοτανολογικοί, ορνιθολογικοί) και ορεινές εκδρομές με 4 x 4.

Υπάρχει επίσης και το αναρριχητικό κέντρο εκπαίδευσης στον Προφήτη Ηλία, όπου γίνεται η εκπαίδευση μελών διαφόρων σχολών αναρρίχησης (όπως π.χ. Σωμάτων ασφάλειας και πυροσβεστικής, Σώμα ελλήνων προσκόπων, ομάδες άμεσης επέμβασης του Ελληνικού Ερυθρού Σταυρού, σπηλαιολογική εταιρία κ.α.) καθώς και

η ενοικίαση εξοπλισμού σε διάφορους μεμονωμένους επισκέπτες, αποτύπωση ειδικών διαδρομών ορειβατικού και αναρριχητικού ενδιαφέροντος στην ευρύτερη περιοχή, καθώς και το «αρμάτωμα» (μόνιμος εξοπλισμός) ειδικών αναρριχητικών διαδρομών.

Υπάρχει ακόμα και το κέντρο ειδικών μορφών αθλητικού τουρισμού, στο Αβδού. Δραστηριότητες του κέντρου είναι αλεξιπτωτο πлагιάς (ενοικίαση αλεξιπτωτισμού και σχολή εκμάθησης αλεξιπτωτισμού από επενδυτή), ορειβασία, σπηλαιολογία, οργάνωση περιπάτων-εκδρομών με ορειβατικό, αναρριχητικό, φυσιολατρικό ενδιαφέρον, ενοικίαση εξοπλισμού σε μεμονωμένους αλεξιπτωτιστές, διοργάνωση σεμιναρίων εκπαίδευσης καθώς και οργάνωση εκδρομών με ποδήλατο βουνού.

Στις Μοίρες, δημιουργήθηκε ένα πρότυπο αθλητικό κέντρο, όπου περιλαμβάνει γήπεδο μίνι ποδοσφαίρου, μπάσκετ, τένις και διάφορων άλλων δημοφιλών αθλημάτων. Ο χώρος βρίσκεται σε ένα περιβάλλον με ιδιαίτερο φυσικό κάλος. Στο χώρο αυτόν ο επισκέπτης μπορεί να ξεναγηθεί στα διάφορα γήπεδα, τα παραδοσιακά εδέσματα και ποτά στο καφενείο που έχει δημιουργηθεί, να περιπλανηθεί στους γύρω χώρους θαυμάζοντας τη φύση καθώς και να συμμετέχει σε διάφορες αθλοπαιδιές καθοδηγούμενος από έμπειρο προσωπικό.

Μια άλλη ιδέα που είχαν οι επιχειρηματίες ήταν και η δημιουργία και αναβίωση παραδοσιακών καφενείων και ταβερνών. Τέτοια καφενεία δημιουργήθηκαν στο χωριό Μάρθα, Επισκοπή όπου ο επισκέπτης μπορεί να απολαύσει ντόπια ποτά, όπως τσικουδιά (“ρακή” όπως την αποκαλούν οι ντόπιοι), κρασί συνοδευόμενα από παραδοσιακούς μεζέδες, γλυκά του κουταλιού, διάφορα αφεψήματα από βότανα της γύρω περιοχής, καφέ στη χόβολη και τέλος, την αναβίωση κρητικών βραδιών από ντόπιους καλλιτέχνες.

Δημιουργήθηκε επίσης ένας χώρος πληροφόρησης διερχομένων που λειτουργεί παράλληλα και σαν παραδοσιακό καφενείο, στο Σερβίλι, λίγο έξω από το Ηράκλειο στο δρόμο προς Ανώγεια. Είναι διαδρομή με ιδιαίτερο φυσικό κάλος όπου συναντά κανείς αξιόλογους οικισμούς. Πρόκειται για την αναστήλωση ενός κτιρίου του 18^{ου} αιώνα, γνωστό και ως “Κουμπέδες”.

Μια άλλη αξιόλογη επιχείρηση δημιουργήθηκε στις Μελέσες. Πρόκειται για ένα χώρο υποδοχής, φιλοξενίας, γευσιγνωσίας και ενημέρωσης σε αγρόκτημα 200 στρεμμάτων βιολογικής καλλιέργειας. Στον ίδιο χώρο λειτουργεί και οινοποιείο εμφιάλωσης βιολογικού κρασιού. Έτσι ο επισκέπτης έχει τη δυνατότητα μετά την ξενάγησή του στους διάφορους χώρους του βιολογικού κτήματος, να δοκιμάζει τα

προϊόντα αλλά και να παρακολουθεί τις διάφορες εκδηλώσεις που θα πραγματοποιούνται στον κατάλληλα διαμορφωμένο για το σκοπό αυτό, χώρο γευσιγνωσίας.

Ένας άλλος τομέας που αναφέρεται στον αγροτουρισμό είναι οι παραδοσιακές ταβέρνες και μουσεία αγροτικής και πολιτιστικής κληρονομιάς. Μια επένδυση που κατάφερε να τα συνδυάσει αυτά τα δύο, βρίσκεται στις Κάτω Αρχάνες. Πρόκειται για ένα μουσείο αγροτικής ιστορίας και παράδοσης κάτω από το καφενείο – εκθετήριο που υπάρχει στον ίδιο χώρο. Μια αναδρομή στο χρόνο διαμέσου των κατάλληλων εκθεμάτων του μουσείου, όπου ο επισκέπτης μπορεί να δει και να κατανοήσει τον τρόπο διαβίωσης των παλαιότερων, να έρθει σε επαφή με παραδοσιακά επαγγέλματα, παλιά ελαιοτριβεία, νερόμυλους, αγγειολαστεία, καθώς και εκθέματα της πολεμικής ιστορίας της Κράτης (κυρίως της περιόδου της Γερμανικής Κατοχής), το καφενείο δίνει τη δυνατότητα στον επισκέπτη του μουσείου ή στον περαστικό, να απολαύσει ντόπια τσικουδιά συνοδευόμενη από κρητικούς παραδοσιακούς μεζέδες, γλυκά του κουταλιού και διάφορα ροφήματα. Μπορεί ακόμα να αγοράσει τοπικά αγροτικά προϊόντα από το εκθετήριο που λειτουργεί παράλληλα στον ίδιο χώρο.

2.3.2 Θρησκευτικός τουρισμός

Που περιλαμβάνει εκκλησίες, μοναστήρια κλπ, και που στη χώρα μας βρίσκεται ακόμα σε αρχικό στάδιο ανάπτυξης. Η Ελλάδα είναι ίσως μια από τις λίγες χώρες στον κόσμο που μπορεί να αναπτύξει τη μορφή αυτή του τουρισμού, καθώς τα ελληνικά μοναστήρια αποτελούν θαυμάσια τεκμήρια τέχνης και τεχνικής, χτισμένα από το 10ο αιώνα συνδυάζουν την ελληνική ορθόδοξη παράδοση με την εξέλιξη της αρχιτεκτονικής και της ζωγραφικής στον ελληνικό χώρο. Ο ορθόδοξος μοναχισμός έχει προσφέρει σε κάθε γωνιά του τόπου μας θαυμάσια μνημεία, προσαρμοσμένα απόλυτα στη γεωγραφική θέση, το ανάγλυφο του εδάφους και το φυσικό τοπίο.

2.3.2.α Μονή Τοπλού

Σε απόσταση 11 χλμ. από το Παλαιόκαστρο, εμφανίζεται μεγαλόπρεπο και επιβλητικό το ιστορικό μοναστήρι Τοπλού³ ή Μονή της Παναγίας της Ακρωτηριανής του 15ου αιώνα. Αφήνει έκθαμβο τον επισκέπτη με την θαυμάσια αρχιτεκτονική και

³

http://www.agrotravel.gr/agro/site/AgroCatalog/t_docpage?sparam=geo_kriti&doc=/Documents/Agrotravel/landmark/lasithi/monitoplou&sub_nav=Landmarks

φρουριακή του όψη, με την πλούσια συλλογή από μοναδικά κειμήλια και υπέροχες παλιές εικόνες. Η Μονή Τοπλού είναι μια ιστορική Μονή του 15ου αιώνα, που κατέρρευσε από σεισμό το 1612 και ανοικοδομήθηκε με την οικονομική ενίσχυση των Βενετών. Κατεστράφη και ερημώθηκε από τους Τούρκους μετά την κατάκτηση της Κρήτης και μετετράπη σε σταυροπηγιακή το 1704. Καθ' όλη την περίοδο της τουρκοκρατίας λειτουργούσε στη Μονή σχολείο, το 1870 ιδρύθηκε αλληλοδιδασκτικό σχολείο.

Η Μονή είναι σε μορφή φρουρίου. Το κυρίως κτίσμα, 800 τ.μ., είναι τριώροφο και περιλαμβάνει κελλιά, ξενώνες, μαγειρεία, ηγουμενείο, αποθήκες. Το καθολικό είναι δίκλιτο, με το βόρειο κλίτος αφιερωμένο στη Θεοτόκο και το νότιο μεταγενέστερο κλίτος στον Άγιο Ιωάννη τον Θεολόγο. Χαρακτηριστικό είναι το κωδωνοστάσιο της Μονής, που φέρει ανάγλυφα στέμματα και σταυρούς με χρονολογία 1558. Λειτουργεί ως Μονή, ενώ παράλληλα υπάρχει χώρος ενδιαφέροντος Μουσείου.

Στις μέρες μας η Μονή Τοπλού αποτελεί ένα πρωτοποριακό αγροτοβιομηχανικό συγκρότημα που συνδυάζει την παράδοση και την τεχνολογία έρχεται να συμπληρώσει το όλο φάσμα των οικολογικών δραστηριοτήτων που τώρα και αρκετά χρονιά αναπτύσσονται στην Κρήτη, με πρωτοβουλία του Ηγούμενου της Μονής Πατέρα Φιλόθεου και της τοπικής Ομάδας Βιοκαλλιεργητών.

Έτσι, λάδι, κρασί και τσικουδιά που παράγονται και επεξεργάζονται ακολουθώντας μια ολοκληρωμένη και απολύτως ελεγχόμενη σειρά οικολογικών κανόνων, τυποποιούνται σε καλαίσθητες συσκευασίες και γίνονται περιζήτητα στην Ελληνική και Ευρωπαϊκή αγορά.

Επιτελείται έτσι, με την αποφασιστική στήριξη και συνδρομή της Μονής, μια πραγματικά προοδευτική κίνηση που δεν αρκείτε στην απλή αξιοποίηση των προϊόντων των κτημάτων της ίδιας της Μονής αλλά προχωρεί πολύ πιο πέρα θέτοντας στην διάθεση του κόσμου τις υπηρεσίες της.

Οι εγκαταστάσεις που σήμερα ολοκληρώνονται έχουν τοποθετηθεί σωστά σε ένα χώρο κοντά αλλά οπτικά έξω από το περιβάλλον της Μονής και αποτελούν ένα πραγματικά πρωτοποριακό παραδοσιακό αγροβιομηχανικό οικισμό που περιλαμβάνει ελαιοτριβείο, τυποποιητήριο ελαιόλαδου, οινοποιείο και τυποποιητήριο κρασιού αλλά και εγκαταστάσεις παραγωγής και τυποποίησης τσικουδιάς.

Τα κτήρια των εγκαταστάσεων όλα πετρόκτιστα με καλαίσθητα σχέδια εξωτερικά αλλά και με σύγχρονες τεχνολογικές εγκαταστάσεις εσωτερικά αποτελούν ένα

πραγματικό πρωτότυπο αγροβιομηχανικό συγκρότημα που συνδυάζει την καλαισθησία, την οικολογική διάσταση αλλά και την σύγχρονη τεχνολογία.

Το Ελαιοτριβείο που είναι το πιο παλιό από τις εγκαταστάσεις, είναι φυγοκεντρικό με σύγχρονο εξοπλισμό δυναμικότητας 3 τόνων την ώρα και συνοδεύεται από ανοξείδωτες δεξαμενές και σύγχρονο Τυποποιητήριο δυναμικότητας 800 φιαλών την ώρα το οποίο ήδη επεκτείνεται σε δυναμικότητα 3000 φιαλών ανά ώρα.

Το Οινοποιείο που ολοκληρώθηκε και άρχισε να λειτουργεί πρόσφατα, αποτελείται από ένα καλαίσθητο πετρόκτιστο κτήριο που εσωτερικά στεγάζει σύγχρονες εγκαταστάσεις παραλαβής και άλεσης των σταφυλιών αλλά και δεξαμενές αποθήκευσης λευκών και κόκκινων κρασιών χωρητικότητας συνολικά 60 τόνων, που πρόκειται να επεκταθούν με την αύξηση της παραγωγής των αμπελιών της Μονής σε 170 τόνους. Το Οινοποιείο διαθέτει ειδικό χώρο εργαστηρίου για τις απαιτούσες αναλύσεις αλλά και χώρους γευσιγνωσιών και επιδείξεων για τους επισκέπτες.

Τα κρασιά που παράγει και εμφιαλώνει σε καλαίσθητες συσκευασίες σήμερα η Μονή είναι κατά κυρίως λευκά των ποικιλιών Βιλάνα, Θραψαθήρι, και Μοσχάτο αλλά και κόκκινα των ποικιλιών Μερλώ, Σιράχ, και Κοτσιφάλι.

Τα παραγόμενα στέμφυλα ζυμώνονται σε ειδικές δεξαμενές και αποστάζοντας παράγοντας εξαιρετική τσικουδιά η οποία εμφιαλώνεται και τυποποιείται σε ειδικό κτήριο Τυποποίησης Τσικουδιάς που βρίσκεται κοντά στο Οινοποιείο.

Το σύνολο των εγκαταστάσεων αποτελεί ένα πράγματι πρωτότυπο αγροβιομηχανικό οικισμό ο οποίος αναμένεται να αξιοποιηθεί όχι μόνο από την Μονή. Η προσπάθεια είναι πράγματι πρωτοποριακή κατασκευαστικά αλλά και ο ρόλος της για την περιοχή μπορεί να αποβεί σημαντικός κοινωνικά και οικονομικά.

Ήδη παίρνει «σάρκα και οστά» μια από τις μεγαλύτερες επενδύσεις που έχουν γίνει στον τομέα του τουρισμού τα τελευταία χρόνια στην Ευρώπη. Πρόκειται συγκεκριμένα για μία από τις μεγαλύτερες τουριστικές επενδύσεις που έχουν γίνει ποτέ στη χώρα μας, συνολικού προϋπολογισμού 1,2 δισ ευρώ. Η συμφωνία προβλέπει την ανέγερση 7.000 κλινών κατανεμημένων σε έξι τουριστικά "χωριά" στο "Κάβο Σίδερο". Η επένδυση θα γίνει μέσα σε 25.000 στρέμματα που παραχώρησε η Μονή Τοπλού στους βρετανούς επιχειρηματίες για 40+40 χρόνια, με οικονομικά ανταλλάγματα

2.3.2.β Μονή Αρκαδίου

Η Μονή Αρκαδίου⁴ είναι ένας από τους σημαντικότερους ιστορικούς τόπους της Κρήτης και της σύγχρονης Ελλάδος. Στις 8 Νοεμβρίου 1866, οι υπερασπιστές του, χωρίς ελπίδα εναντίον υπέρτερων Τουρκικών δυνάμεων που πολιορκούσαν τη Μονή, ανατίναξαν την πυριτιδαποθήκη και πέθαναν αντί να παραδοθούν. Το Μοναστήρι ιδρύθηκε τα πρώτα Βυζαντινά χρόνια, από κάποιο μοναχό Αρκάδιο, προς τιμήν του Μεγάλου Κωνσταντίνου. Τον 16ο αιώνα η μονή είχε εδραιωθεί ως ένα σημαντικό πολιτιστικό κέντρο της Κρήτης και ένα από τα πιο αξιόλογα εκπαιδευτικά κέντρα του νησιού. Όταν η Κρήτη τελικά υπέκυψε στην κυριαρχία της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας, το 1669, το Αρκάδι εξελίχθηκε σε κέντρο επαναστατικής δραστηριότητας, σε όλες τις απόπειρες των Κρητικών να αποτινάξουν τον ζυγό. Παρά τις συχνές επιδρομές που υφίστατο από τις Τουρκικές αρχές, το Αρκάδι πάντα κατάφερνε να ανακτά τις δυνάμεις του και να ευημερεί. Το 1866 η Κρήτη εξεγέρθηκε εναντίον της Οθωμανικής κατοχής. Το Νοέμβριο περίπου 600 πολεμιστές και 300 γυναικόπαιδα, κυνηγημένα από τον Τουρκικό στρατό κατέφυγαν στη μονή και αποφάσισαν να αντισταθούν και να μην παραδοθούν στους πολιορκητές τους. Ύστερα από μια μέρα μάχης, όταν κατάλαβαν ότι δεν θα αντέξουν περισσότερο, αποφάσισαν να βάλουν φωτιά στο μπαρούτι και να πεθάνουν παρά να παραδοθούν. Το έργο ανέλαβαν ο μοναχός Γαβριήλ και ο οπλαρχηγός Γιαμπουδάκης. Η μονή ανατινάχθηκε και οι υπερασπιστές της πέρασαν στην ιστορία. Το ολοκαύτωμα του Αρκαδίου προκάλεσε διεθνή συγκίνηση και ακόμα και στις μέρες μας αποτελεί πόλο έλξης για χιλιάδες τουρίστες αλλά και αποτελεί το ιστορικό σύμβολο της Κρήτης.

2.3.3 Περιβαλλοντικός Τουρισμός – Οικοτουρισμός

Η συγκεκριμένη κατηγορία τουρισμού συνδυάζει την τοπική οικονομική ανάπτυξη, την διαφύλαξη της ποιότητας του περιβάλλοντος και την ανάδειξη των φυσικών πλεονεκτημάτων και της ιστορίας μιας περιοχής.

Η ιδέα αρμονικής σύνδεσης των επισκεπτών με τη φύση και το περιβάλλον δεν είναι καινούργια. Η μακροχρόνια και επιτυχημένη συμμετοχή κοινοτήτων σε όλο τον κόσμο είχε σαν αποτέλεσμα να χαρακτηριστούν ως αγροτικά- τουριστικά θέρετρα

⁴

www.dhmoi.gr/content.php?id=31&design=1&lang=hellenic&type=showmunicipality&show=cit
[Υ](#)

τουριστικοί προορισμοί όπως οι οινοπαραγωγικές περιοχές της Ευρώπης και των Ηνωμένων Πολιτειών. Πολλές τέτοιες κοινότητες προέβλεψαν τις μελλοντικές κατευθύνσεις του τουρισμού περισσότερο από ένστικτο παρά με βάση κρατικές οδηγίες και συνήθως με σημαντικές ίδιες επενδύσεις ώστε να επιτύχουν (αν το καταφέρουν) τα επιδιωκόμενα αποτελέσματα.

Οι τουρίστες επιδιώκουν συχνά να βρεθούν σε ένα τοπίο που δεν έχει απολύτως καμία σχέση με αυτό που έχουν συνηθίσει, για να βιώσουν ένα διαφορετικό τρόπο ζωής. Οι κοινότητες που βασίζονται στον τουρισμό θα έπρεπε να έχουν σαν στόχο να διατηρήσουν την πολιτιστική τους κληρονομιά και ένα καθαρό περιβάλλον. Η υπερεμπορευματοποίηση μπορεί να καταστρέψει τον χαρακτήρα μιας κοινότητας σε λίγα χρόνια, αφήνοντας πίσω της φαστφουντάδικα και πάρκα υδάτινης αναψυχής.

Διακοπές αφιερωμένες στην εξερεύνηση της υπαίθρου και γραφικών χωριών, στην εξοικείωση με την τοπική κουζίνα και την λαϊκή τέχνη μπορεί να αποτελέσουν ένα δροσερό και απολαυστικό διάλειμμα από το αστικό περιβάλλον που οι περισσότεροι βιώνουν καθημερινά. Ο ενημερωμένος ταξιδιώτης μπορεί επίσης να συμβάλει άμεσα στην προσπάθεια ανάπτυξης του περιβαλλοντικού τουρισμού, αν υποστηρίζει τις κοινότητες που εργάζονται για την διατήρηση των τοπικών τους παραδόσεων.

2.3.3.α Οικοτουρισμός στην Κρήτη

Η Κρήτη διαθέτει ιδιαίτερα πλούσιο και ποικίλο φυσικό περιβάλλον, καθώς παρά τη μικρή της έκταση παρουσιάζει σπάνια γεωμορφολογία με έντονες αντιθέσεις και πολλές περιοχές υψηλής οικολογικής αξίας. Χιλιάδες μέτρα από δαντελωτές ακτές, επιβλητικά βουνά, σπήλαια και φαράγγια, λίμνες, ποτάμια, βιότοποι εξαιρετικής ομορφιάς και μοναδικά οικοσυστήματα «προικίζουν» την κρητική γη με εντυπωσιακά τοπία, τα οποία σε συνδυασμό με το ήπιο κλίμα, καθιστούν την Κρήτη ιδανικό προορισμό για τους λάτρεις του οικολογικού-εναλλακτικού τουρισμού. Επισκεπτόμενος διάφορες περιοχές του νησιού, ο φυσιολάτρης περιηγητής έχει την ευκαιρία:

- να περιπλανηθεί στα αισθητικά δάση ή να εξερευνήσει τους εθνικούς δρυμούς στην ορεινή ενδοχώρα σε ποταμούς και σε λίμνες. Χαρακτηριστικές περιπτώσεις αποτελούν το δάσος του Σελακάνου στην περιοχή της Ιεράπετρας, το οροπέδιο Λασιθίου, το οροπέδιο του Καθαρού στην ευρύτερη περιοχή του Μεραμβέλλου, το δάσος του Ρούβα, η Θριπτή στην περιοχή της Ιεράπετρας,

Ο Μπέμπονας στην περιοχή της Σητείας, το οροπέδιο της Νίδας στον Μυλοπόταμο Ρεθύμνου, το οροπέδιο του Ομαλού στα Χανιά,

- να απολαύσει τα υπέροχα μνημεία της φύσης, τα φαράγγια, όπως είναι το φαράγγι της Σαμαριάς, το φαράγγι στην περιοχή Μουλιανών στην Σητεία, η χαράδρα του Χα στην Ιεράπετρα, τα σπήλαια όπως είναι το σπήλαιο του «Σφεντόνη» στην περιοχή Ζωνιανά Μυλοποτάμου
- να παρατηρήσει και να θαυμάσει τα σπάνια είδη πουλιών που φωλιάζουν ή καταφεύγουν στα παράκτια οικοσυστήματα και τους υδρότοπους όπως είναι ο υδροβιότοπος στο φράγμα των Μπραμιανών στην Ιεράπετρα, η λίμνη στον Ζαρό Ηρακλείου, η λίμνη του Κουρνά στο Ρέθυμνο, η περιοχή της Πρέβελης επίσης στο Ρέθυμνο,
- να μελετήσει την εξαιρετική ποικιλία της χλωρίδας στην κρητική ύπαιθρο
- να συμμετάσχει σε δραστηριότητες extreme spor (κανόε-καγιάκ, rafting, ποδήλατο βουνού κ.α.), που τα τελευταία χρόνια γνωρίζουν θεαματική άνοδο στην Κρήτη
- τέλος, να διαμείνει σε πρότυπες αγροτουριστικές μονάδες, που αναπτύσσονται σε όλη το μήκος και πλάτος του νησιού και δίνουν τη δυνατότητα στον επισκέπτη να γνωρίσει την τοπική αρχιτεκτονική (αρχιτεκτονική μιτάτου στην περιοχή των Ανωγείων Μυλοποτάμου), πολιτισμική και γαστρονομική παράδοση (αντικριστό κρέας στην περιοχή των Ανωγείων, τυροκομικά προϊόντα σε όλο το μήκος και πλάτος του Νησιού, παραδοσιακά γλυκίσματα αναλόγως με την εποχή του χρόνου, κ.α.) αλλά και τα προϊόντα (βιολογικά προϊόντα της Ενώσεως Σητείας, βιολογικό ελαιόλαδο, κρασί, μέλι στην Μονή Τοπλού στην Σητεία) τις αγροτικές ασχολίες και την καθημερινή ζωή των κατοίκων κάθε περιοχής.

2.3.3.β Το φαράγγι της Σαμαριάς

Στη νότια πλευρά του οροπεδίου του Ομαλού⁵, πάνω στα Λευκά Όρη της Δυτικής Κρήτης, ξεκινά το φαράγγι της Σαμαριάς από τη θέση Ξυλόσκαλο σε υψόμετρο 1.200 μέτρων. Η άλλη του άκρη, που απέχει 16 χλμ. περίπου, αγγίζει τις ακτές του Λιβυκού

⁵ Οδηγός του Εθνικού Δρυμού Σαμαριάς

πελάγους. Το φαράγγι -σχηματισμός μοναδικός σ' όλη τη Μεσόγειο- αποτελεί, μαζί με τις γύρω πλαγιές και άλλα μικρότερα φαράγγια, μέρος του Εθνικού Δρυμού Σαμαριάς. Η ανακήρυξη της περιοχής ως Εθνικού Δρυμού έγινε το 1962. Σκοπός ήταν να προστατευθούν στα 48.500 στρέμματα της έκτασης του, τα σημαντικά και ιδιόμορφα στοιχεία που συνθέτουν τη συναρπαστική φυσιογνωμία της φυσικής και πολιτιστικής κληρονομιάς της περιοχής.

Η εικόνα συμπληρώνεται από τον φυτικό και ζωικό κόσμο, ισάξιους σε ενδιαφέρον, ποικιλία και μοναδικότητα με το τοπίο. Πολλές είναι οι μορφές της ζωής εδώ που δεν βρίσκονται πουθενά αλλού στον κόσμο, είναι δηλαδή ενδημικές. Αυτό οφείλεται στο ότι το νησί ολόκληρο απομονώθηκε πριν από πολλά εκατομμύρια χρόνια από την υπόλοιπη Ελλάδα.

Αλλά και η ίδια η περιοχή είχε μικρή επικοινωνία με το ανατολικό μέρος του νησιού εξαιτίας των ψηλών βουνών. Έτσι, με τις ιδιαίτερες αυτές συνθήκες, τα φυτά και τα ζώα βρήκαν εδώ καταφύγιο και προστασία ενώ εξαφανίστηκαν από άλλους τόπους.

Τα είδη των φυτών που ζουν στον Εθνικό Δρυμό ξεπερνούν τα 450. Τα 70 περίπου απ' αυτά είναι ενδημικά είδη και υποείδη της Κρήτης, όπως ο δίκταμος (*Amaracus dictamnus*), ο έβενος (*Ebenus cretica*), η αμπελιτσιά (*Zelkova abelicea*) και η τραχεία πεύκη η κρητική (*Pinus brutia cretica*). Το βούπλευρο (*Bupleurum katiskalae*) και η μυοσωτίς (*Myosotis refracta refracta*) είναι από τα φυτά που ζουν αποκλειστικά στο φαράγγι.

Μεγάλη είναι η ποικιλία των βιοτόπων, περιοχών δηλαδή όπου ζουν, αναπαράγονται και εξελίσσονται οι μορφές της άγριας ζωής. Ο κάθε ένας έχει τις δικές του ιδιαιτερότητες από άποψη γεωμορφολογίας, κλίματος, εδάφους, φυτών και ζώων: τα ορεινά λιβάδια, τα σπήλαια, τα δάση από σφεντάμια, από πεύκα ή από κυπαρίσσια, οι ορθοπλαγιές και οι πετροπλαγιές, οι πουρναρότοποι και οι φρυγανότοποι, τα τρεχούμενα νερά και οι όχθες τους, οι περιοχές με χαρουπιές, σχίνους και πικροδάφνες. Είναι απίστευτα γοητευτική η συνεχής τους εναλλαγή. Στους βιότοπους αυτούς συγκαταλέγονται και κείνοι που δέχονται πιο έντονα την ανθρώπινη επίδραση, όπως ο οικισμός της Σαμαριάς και τα σημεία γύρω από το κεντρικό μονοπάτι.

2.3.4 Τουρισμός Υγείας (Θεραπευτικός - Ιαματικός τουρισμός)

Είναι γνωστό ότι η χώρα μας διαθέτει πλούτο ιαματικών φυσικών πόρων (ιαματικές πηγές, ιαματικά νερά και αέρια, ιαματικούς πηλούς). Ο πλούτος αυτός κατά το μεγαλύτερο μέρος του παραμένει αναξιοποίητος λόγω έλλειψης σύγχρονου θεσμικού πλαισίου, κατάλληλων υποδομών και επενδυτικών κινήτρων. Ο Ιαματικός Τουρισμός σήμερα περιορίζεται πρακτικά στην εξυπηρέτηση ηλικιωμένων ατόμων, μέσω κυρίως των ασφαλιστικών τους ταμείων.

Η φύση εκτός από σπάνια τοπία και ιδιαίτερες φυσικές ομορφιές, «χάρισε» στην Ελλάδα και πηγές με σημαντικές θεραπευτικές ιδιότητες. Τα ιαματικά λουτρά αποτελούν μέρος του εθνικού πλούτου της χώρας, ενώ οι θεραπευτικές τους ιδιότητες ήταν γνωστές, ήδη, από τους αρχαίους χρόνους.

Οι ιαματικοί φυσικοί πόροι είναι διάσπαρτοι στην ελληνική επικράτεια, ενώ τα νερά των συγκεκριμένων πηγών διαφέρουν από τα συνηθισμένα, είτε λόγω της υψηλής τους θερμοκρασίας είτε λόγω της παρουσίας σπάνιων δραστικών συστατικών. Τα νερά αυτά χαρακτηρίζονται ως μεταλλικά εξαιτίας της θερμοκρασίας ή της γενικής τους χημικής σύστασης. Εκτός από τις ψυχρές μεταλλικές πηγές υπάρχουν και οι θερμοπηγές, με τις οποίες οικοδομήθηκε ένας κλάδος θεραπευτικής αγωγής, η Ιαματική υδροθεραπεία (θερμαλισμός).

Για πρώτη φορά στην χώρα μας προτάθηκε νομικό πλαίσιο για το θερμαλισμό ως ειδική μορφή τουρισμού, που έχει στόχο την αναζωογόνηση και ευεξία του ανθρώπου με χρήση ιαματικών φυσικών πόρων, στη φυσική τους κατάσταση ή μετά από επεξεργασία ή μείξη με κοινό ή θαλασσινό νερό σε ειδικές προς τούτο εγκαταστάσεις. Επίσης, μέχρι σήμερα η "ανακήρυξη" αφορούσε κατά κανόνα στο νερό. Με την πρόταση νόμου παρέχεται η δυνατότητα αναγνώρισης, σύμφωνα με τα επιστημονικώς παραδεκτά, οποιουδήποτε ρευστού ως ιαματικού φυσικού πόρου, όπως λ.χ. πηλού κατάλληλου για πηλοθεραπεία, αέριου κατάλληλου για εισπνοθεραπεία. Περαιτέρω, δίδεται ιδιαίτερη σημασία στον τομέα της προστασίας των ιαματικών φυσικών πόρων, δοθέντος ότι δεν αναφέρεται μόνο στην πηγή, δηλαδή στη φυσική ανάβλυση, αλλά και στην "αποθήκη" που τροφοδοτεί τη φυσική ανάβλυση, ανάλογα με τα ιδιαίτερα υδρογεωλογικά χαρακτηριστικά της κάθε περίπτωσης, με τον καθορισμό "περιοχής προστασίας" ταυτόχρονα με την αναγνώριση του φυσικού πόρου ως ιαματικού. Επίσης, το εν λόγω νομικό πλαίσιο περιλαμβάνει πρόβλεψη για διαπίστωση των ενδείξεων και των αντενδείξεων των ιαματικών φυσικών πόρων, καθώς και για καταγραφή (monitoring) των

διακυμάνσεων της ποσότητας και της ποιότητας αυτών, ώστε να προστατεύονται επαρκώς οι φυσικοί πόροι, οι καταναλωτές, αλλά και οι υποψήφιοι επενδυτές, οι οποίοι, πλέον, έχουν τη δυνατότητα να ανατρέχουν στις πληροφορίες του "Μητρώου Ιαματικών Φυσικών Πόρων και Ιαματικών Πηγών" που δημιουργείται, ώστε να σχεδιάσουν τις επενδύσεις με βάση πραγματικά δεδομένα. Παράλληλα παρέχεται η δυνατότητα αναγνώρισης ευρύτερων περιοχών, στις οποίες αφθονούν υδροθερμικοί φυσικοί πόροι και συντρέχουν και άλλοι παράγοντες, όπως φιλικό περιβάλλον, ως θερμालιστικών πάρκων.

Ακολουθεί εκτενέστερη ανάλυση του Τουρισμού Υγείας με ιδιαίτερη έμφαση στον Τουρισμό ευεξίας και στην ανάπτυξη του στην Κρήτη.

2.3.5. Θεματικά Πάρκα.

Τα τελευταία χρόνια, η βιομηχανία της διασκέδασης στην Ελλάδα έχει χαρακτηριστεί από μια νέα μορφή ανάπτυξης δραστηριότητας, τα σύγχρονα θεματικά πάρκα ψυχαγωγίας. Μετά τα πρώτα νέας μορφής πάρκα ψυχαγωγίας που δημιουργήθηκαν στις αρχές του 20ου αιώνα στην Αμερική, η βιομηχανία των θεματικών πάρκων άρχισε να αναπτύσσεται παγκοσμίως με ραγδαίους ρυθμούς τα τελευταία χρόνια. Η ανάπτυξη αυτή οφείλεται στο ότι: είναι οικογενειακής φύσης και συνήθως προσφέρουν εξυπηρέτηση, συντήρηση και καθαριότητα υψηλών προδιαγραφών, με πολλές δραστηριότητες ώστε να καταφέρουν έναν μέσο όρο παραμονής του επισκέπτη 5 έως 7 ώρες, και τέλος, σχεδόν πάντα έχουν ίδιες τιμές για όλες τις παρεχόμενες δραστηριότητες.

Ο τομέας αυτός των θεματικών πάρκων ψυχαγωγίας περιλαμβάνει πάρκα με δραστηριότητες στο νερό, τεχνολογικά πάρκα με ποικιλία δραστηριοτήτων και υψηλής τεχνολογίας παιχνίδια, όπου η τεχνολογία συναντά την υψηλών προδιαγραφών εξυπηρέτηση από το ανθρώπινο δυναμικό. Στην Κρήτη τα τελευταία χρόνια έχουν ξεκινήσει δραστηριότητα αρκετά υδάτινα πάρκα όπως το Agua Splash στο Ηράκλειο, το Water Park στην Ανάπολη κ.α.

Τα συγκεκριμένα υδάτινα πάρκα ψυχαγωγίας συνήθως αποτελούνται από πανέμορφους κήπους και περιλαμβάνουν γιγαντιαίες τσουλήθρες αλλά και

μικρότερες νεροτσουλήθρες και πισίνες για μωρά, άρτια εξοπλισμένες εγκαταστάσεις για διάφορα αθλήματα και κέντρο ψυχαγωγίας. Σε μεγαλύτερη πισίνα λαμβάνουν χώρα αθλήματα όπως βόλεϋ στο νερό, μπάσκετ στο νερό και αεροβική στο νερό. Τα αθλήματα με τα οποία μπορεί κάποιος να ασχοληθεί εκτός νερού στο πάρκο είναι το τένις, το μπάσκετ, το βόλεϋ στην άμμο, το πινγκ-πονγκ, το τραμπολίνο, το badminton, κ.λπ. Οι λάτρεις της γυμναστικής έχουν στην διάθεση τους ένα πλήρως εξοπλισμένο υπαίθριο γυμναστήριο. Επιπλέον οποιαδήποτε στιγμή όλοι μπορούν να απολαύσουν ένα αναψυκτικό, καφέ, με ειδικά επεξεργασμένο νερό για την καλύτερη γεύση, ή ξεχωριστό παγωτό στο lazy bar και εκπληκτικό φαγητό στο εστιατόριο.

2.3.6 Γαστρονομικός Τουρισμός

Ιδιαίτερη μνεία θα πρέπει να γίνει σε αυτό το είδος του τουρισμού το οποίο είναι ίσως το πιο επίκαιρο στις μέρες μας. Ζούμε σε μια εποχή όπου κυριαρχεί το γρήγορο φαγητό (fast food) το οποίο έχει γίνει κυριολεκτικά μάστιγα ειδικά για τους νέους ανθρώπους. Πρόσφατα από μεγάλο δίκτυο των ΗΠΑ προβλήθηκε ένα αφιέρωμα στην μεσογειακή διατροφή όπου και με αφορμή την πρόσφατη εξαγωγή Κρητικού ελαιολάδου σε αυτή την χώρα έγινε ιδιαίτερη αναφορά στην Κρητική διατροφή.

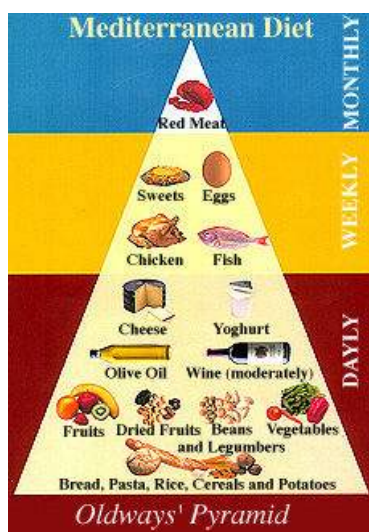
Η βάση της Κρητικής διατροφής είναι το ελαιόλαδο συνεπικουρούμενο από τυροκομικά προϊόντα από κηπευτικά αναλόγως με την εποχή και φυσικά τα παραδοσιακά γλυκίσματα και προϊόντα αρτοποιίας ειδικά το παραδοσιακό παξιμάδι.

Όλα αυτά ασφαλώς έχουν γίνει αντικείμενο επεξεργασίας ακόμα και από πολυτελής ξενοδοχειακές μονάδες του νησιού και φυσικά αποτελούν πόλο έλξης για τον επισκέπτη του τόπου μας.

2.3.6.α Κρητική Διατροφή

Παράδειγμα προς μίμηση για υγεία και μακροζωία αποτελούν, σύμφωνα με όλες τις έρευνες, οι Κρήτες προηγούμενων γενεών. Οι έρευνες έδειξαν ότι το μοντέλο διατροφής που προφυλάσσει από εμφράγματα του μυοκαρδίου καθώς και από διάφορες μορφές καρκίνου είναι εκείνο που ακολουθούσε ο αγροτικός πληθυσμός της Κρήτης. Λιτή διατροφή, πλούσια σε χορταρικά, φρούτα, ζυμωτό μαύρο ψωμί, αγνό τυρί, τροφές μαγειρεμένες μ' ελαιόλαδο. Σημαντικός παράγοντας για την καλή υγεία

του πληθυσμού της Κρήτης αποτελούσε επίσης η σωματική άσκηση. Η κατανάλωσή ελαιολάδου την ημέρα από τους Κρήτες ξεπερνά τα 70 γραμμάρια ημερησίως. Το μυστικό της μακροζωίας φαίνεται ότι βρίσκεται κυρίως στο ελαιόλαδο.



Τα τελευταία χρόνια προβάλλεται και κερδίζει όλο και περισσότερο έδαφος το μοντέλο της μεσογειακής διατροφής. Η μεσογειακή διατροφή αντικατοπτρίζει τις τυπικές διατροφικές συνήθειες των κατοίκων της Νότιας Ευρώπης, δηλαδή της Ελλάδας, της Ιταλίας, της Ισπανίας, της Νότιας Γαλλίας και της Πορτογαλίας κατά ορισμένους. Για άλλους η γεωγραφική περιοχή περιλαμβάνει και τις μη ευρωπαϊκές περιοχές της Μεσογείου. Προβάλλεται ως η κατάλληλη διατροφή για την πρόληψη για των "ασθενειών της αφθονίας", αλλά και γιατί προάγει έναν υγιεινό τρόπο ζωής, γεμάτο ενέργεια και ευεξία, που καλό είναι να υιοθετήσουν και οι νεότερες γενιές. Είναι πλούσια σε φρούτα και λαχανικά και περιλαμβάνει ζυμαρικά, ψωμί, δημητριακά, ρύζι και πατάτες, κρέας, πουλερικά και ψάρια, γαλακτοκομικά προϊόντα, κυρίως όμως το ελαιόλαδο και το κρασί.

Οι περισσότερες από τις έρευνες που έχουν γίνει διεθνώς, αναδεικνύουν την κρητική ως το καλύτερο και πιο χαρακτηριστικό παράδειγμα μεσογειακής διατροφής.

Στην Κρήτη οι ειδικές εδαφοκλιματικές συνθήκες και ιδιαίτερα οι ηλιόλουστες μέρες όχι μόνο του καλοκαιριού αλλά και του φθινοπώρου, η σωστή εφαρμογή των συμπερασμάτων της τοπικής έρευνας και η αγάπη των Κρητικών για την ελιά και το λάδι, επέτυχαν μια θεαματική βελτίωση στο επίπεδο της ποιότητας !

Σήμερα πάνω από 95% του ελαιολάδου που παράγεται στην Κρήτη ανήκει στην υψηλότερη ποιοτική κατηγορία του "Εξτρα Παρθένου".

Οι Αρχαίοι Έλληνες θεωρούσαν ότι το παρθένο Ελαιόλαδο είναι ευεργετικό για την υγεία και το συνιστούσαν σε πολλές περιπτώσεις όπως:

- ✓ Δερματολογικές παθήσεις
- ✓ Πληγές και εγκαύματα
- ✓ Γυναικολογικές παθήσεις
- ✓ Πρόκληση εμετού
- ✓ Μολύνσεις αυτιών
- ✓ Έλεγχο γεννήσεων

Σύμφωνα με τον κώδικα του πατέρα της Ιατρικής Ιπποκράτη το ελαιόλαδο θεωρούνταν ευεργετικό για περισσότερες από 60 θεραπευτικές χρήσεις.

Σήμερα η σύγχρονη Ιατρική επιβεβαιώνει ότι το παρθένο ελαιόλαδο είναι ευεργετικό για την υγεία και συνιστάται σε πολλές περιπτώσεις όπως:

- ✓ Καρδιαγγειακές παθήσεις
- ✓ Πρόληψη καρκίνου προστάτη
- ✓ Έλεγχο διαβήτη
- ✓ Δίαιτα παιδιών και αθλητών
- ✓ Πρόληψη καρκίνου του στήθους
- ✓ Έλεγχο έλκους στομάχου
- ✓ Σεξουαλική ικανότητα
- ✓ Δίαιτα ηλικιωμένων

Η περίφημη μελέτη των επτά χωρών, την οποία σχεδίασε ο Anzel Keys, όταν δημοσιεύτηκε το 1980 αποκάλυψε ότι το επίπεδο υγείας των Κρητικών ήταν το καλύτερο στον κόσμο. Οι καρκίνοι και τα καρδιαγγειακά ήταν σπάνια, αφού οι θάνατοι οι οφειλόμενοι σε αυτά ανά 100.000 άτομα στην Κρήτη ήταν μόνο 9 έναντι 466 στην Φιλανδία. Κι αυτό αποδείχτηκε ότι οφειλόταν στην διατροφή των Κρητικών που έχει σαν κύριο συστατικό της το ελαιόλαδο.

2.3.6.β Τυροκομικά προϊόντα της Κρήτης

Τα παραδοσιακά τυριά⁶ της Κρήτης είναι η Γραβιέρα, η Ξυνομυζήθρα και το Πυχτόγαλο Χανίων που έχουν κατοχυρωθεί ως Προϊόντα Ονομασίας Προέλευσης (ΠΟΠ). Στην Κρήτη παράγονται ακόμα το Τυροζούλι, το Κεφαλοτύρι, η Κεφαλογραβιέρα, το Ξύγαλο, το Τουλουμοτύρι, ο Ξηρός Ανθότυρος, ο Ξυνόχοντρος και άλλα.

⁶ Εφημερίδα «ΑΝΩΓΗ» ΙΟΥΛΙΟΣ – ΑΥΓΟΥΣΤΟΣ 07

Ένα από τα σημαντικότερα στοιχεία που χαρακτηρίζουν και διαφοροποιούν τις γεωγραφικές περιοχές είναι τα παραδοσιακά προϊόντα και τρόφιμα. Έτσι δεν είναι υπερβολή να υποστηρίξουμε ότι τα παραδοσιακά προϊόντα και η τοπική γαστρονομία αποτελούν κύρια στοιχεία του πολιτισμού και της κουλτούρας των κατοίκων των διαφόρων περιοχών και αυτό γιατί η τροφή μας εκτός από τη θρεπτική της αξία περιέχει και ένα πλήθος κοινωνιολογικών συμβολισμών.

Οι διατροφικές συνήθειες και η τοπική «κουζίνα» είναι πολιτιστικά φαινόμενα που διαφέρουν από κοινωνία σε κοινωνία. Η παραγωγή, κατανάλωση και εμπορία των τροφίμων απεικονίζουν τις κοινωνικές σχέσεις των ανθρώπων και τις σχέσεις ανθρώπου και φύσης.

Ουσιαστικά οι τοπικές κουζίνες μετασχηματίζουν την φύση σε πολιτισμό αφού η προετοιμασία της διατροφής επιφέρει μετατροπές στην ύλη γεγονός που δείχνει και μια συσχέτιση με τις καλές τέχνες.

Η αρχαία ελληνική διατροφή αποτελεί σήμερα την βάση πάνω στην οποία στηρίζεται κάθε υγιεινή διαίτα στις περισσότερες περιοχές του κόσμου. Είναι γνωστή σήμερα ως «μεσογειακή διατροφή».

Η μεσογειακή διατροφή έλκει την καταγωγή της από την αρχαία Κρήτη όπου σύμφωνα με την μυθολογία, ο πατέρας των θεών, ο Δίας διατρεφόταν με γάλα από την κατσίκα «Αμάλθεια».

Με το πέρασμα των χρόνων οι Κρητικοί διατήρησαν την αγάπη τους για τα αιγοπρόβατα και έτσι σήμερα παρασκευάζουν μερικά πολύ διάσημα και θρεπτικά παραδοσιακά προϊόντα.

Και ενώ υπάρχει γενικός μετασχηματισμός καταναλωτικών προτύπων από την διαδικασία της παγκοσμιοποίησης, ο τομέας των τοπικών παραδοσιακών προϊόντων και τροφίμων εμφανίζει σημάδια σθεναρής αντίδρασης στην επιβολή των νέων προϊόντων και καταναλωτικών προτύπων που προσπαθεί να επιβάλλει η παγκοσμιοποιημένη οικονομία.

2.3.7 Αθλητικός Τουρισμός

Η Ελλάδα η χώρα όπου γεννήθηκαν οι Ολυμπιακοί Αγώνες, είναι ιδανική για την ανάπτυξη αθλητικών δραστηριοτήτων καθώς και για τέλεση αθλητικών αγώνων (αθλητικός τουρισμός). Τις τελευταίες δεκαετίες, στη χώρα διοργανώνονται όλο και συχνότερα μεγάλες αθλητικές διοργανώσεις σε πολλά σπορ (παγκόσμια πρωταθλήματα, πανευρωπαϊκοί αγώνες, σημαντικά διεθνή τουρνουά κ.α.), με

κορυφαίο γεγονός τους Ολυμπιακούς Αγώνες 2004, στην Αθήνα. Οι αθλητικές αυτές διοργανώσεις συνέβαλαν σημαντικά στην κατασκευή, σ' όλη την επικράτεια, πολλών σύγχρονων μεγαλύτερων ή μικρότερων αθλητικών εγκαταστάσεων, σταδίων και προπονητικών κέντρων για ένα ευρύ φάσμα αθλημάτων, όπου σήμερα οι κάτοικοι αλλά και οι επισκέπτες κάθε περιοχής έχουν τη δυνατότητα να ασκηθούν στο αγαπημένο τους σπορ: από τον στίβο, το ποδόσφαιρο, το βόλεϊ και το μπάσκετ, ως το τένις και το γκολφ, την ιστιοπλοΐα ή τις ιστιοσανίδες. Εξάλλου, πολλά ξενοδοχεία διαθέτουν ειδικές εγκαταστάσεις για αθλητικές δραστηριότητες των πελατών τους (μπάσκετ, βόλεϊ, τένις, γκολφ, θαλάσσια σπορ κ.α.).

Μιλώντας για τον αθλητικό τουρισμό είναι σημαντικό να διακρίνουμε δύο κατηγορίες αθλητικών τουριστών ενεργητικών και παθητικών, δηλαδή αυτούς που ταξιδεύουν προκειμένου να συμμετάσχουν σε κάποια αθλητική δραστηριότητα όπως π.χ. ο κλασικός μαραθώνιος της Αθήνας που πρόσφατα πραγματοποιήθηκε, και τον παθητικό αθλητικό τουρίστα ο οποίος ταξιδεύει προκειμένου να παρακολουθήσει κάποιο αθλητικό γεγονός όπως για παράδειγμα τους ολυμπιακούς αγώνες.

Η Κρήτη λόγω των άριστων κλιματολογικών συνθηκών αφενός αλλά και λόγω του ιδιαίτερου φυσικού κάλλους αφετέρου έχει αποκτήσει τα τελευταία χρόνια ένα ανταγωνιστικό πλεονέκτημα για την ανάπτυξη του αθλητικού τουρισμού.. ασφαλώς το πιο σημαντικό είναι να μπορέσει να εκμεταλλευτεί αυτό το πλεονέκτημα ώστε να μετατραπεί σε πόλο έλξης των αθλητικών τουριστών.

Είναι γεγονός ότι στην Κρήτη αν και τα πράγματα βρίσκονται ακόμα σε βρεφικό στάδιο μιλάμε κυρίως για ενεργητικούς αθλητικούς τουρίστες αν και δεν λείπουν αρκετά σημαντικά αθλητικά γεγονότα που λαμβάνουν χώρα σε διάφορα μέρη του νησιού, όπως για παράδειγμα διεθνής ιστιοπλοϊκοί αγώνες που έγιναν πρόσφατα στον κόλπο του Μεραμβέλλου, οι διεθνής αγώνες στίβου που διοργανώνονται κάθε χρόνο στο Ρέθυμνο στην μνήμη του Παύλου Βαρδινογιάννη και αποτελούν πόλο έλξης για μεγάλο αριθμό τουριστών.

Πληθώρα είναι οι επιλογές που προσφέρει το νησί μας στον ενδιαφερόμενο αθλητικό είτε ενεργητικό είτε παθητικό τουρίστα. Καταδύσεις, ορειβασία, ιστιοπλοΐα και διάφορες άλλες δραστηριότητες βρίσκουν πρόσφορο έδαφος στις απέραντες παραλίες αλλά και στις κορυφογραμμές του νησιού.



Έτσι λοιπόν σε πολλά ξενοδοχεία, στα πλαίσια της προσφοράς, δημιουργούνται εγκαταστάσεις αθλοπαιδιών (μπάσκετ, τένις) οι οποίες δεν απαιτούν μεγάλες επιφάνειες καθώς επίσης και ναυταθλητικές εγκαταστάσεις (ιστιοπλοΐα, θαλάσσιο σκι). Πέραν αυτού απαιτείται και κάποια σχετική έρευνα, στα πλαίσια της ζήτησης, για να μπορέσουμε να ανακαλύψουμε τις αθλητικές εγκαταστάσεις μιας ξενοδοχειακής μονάδας . Οι κάτοικοι των Ευρωπαϊκών κρατών, αφιερώνουν αρκετό χρόνο στην ατομική τους υγεία και κατά κανόνα στην άθληση. Ορισμένες ομάδες ατόμων από αυτά τα κράτη, επιλέγουν τον τόπο διακοπών τους με μοναδικό κριτήριο ένα από τα αγαπημένα τους σπορ. Αυτές λοιπόν οι ομάδες ατόμων συγκροτούν μια ειδική κατηγορία τουριστών, τους αθλητικούς τουρίστες. Τα σπορ στα οποία επιδίδονται αφορούν είτε τις θαλάσσιες περιοχές είτε τους ορεινούς ή ημιορεινούς όγκους. Σε ότι αφορά στη θάλασσα, οι ενδιαφερόμενοι επιδίδονται στην ιστιοσανίδα, τη ιστιοπλοΐα, το θαλάσσιο σκι, τις καταδύσεις, κ.α. Για παράδειγμα στην Αττική, περιοχή του Σχοινιά έλκει μεγάλο αριθμό επισκεπτών οι οποίοι επιδίδονται στην ιστιοσανίδα. Σε ότι αφορά στο βουνό, οι αθλητικοί τουρίστες αρέσκονται σε σπορ όπως ορειβασία, το παραπέντε, το ανεμόπτερο, το καγιάκ, το σκι, το ποδήλατο βουνού, κ.α.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 3^ο

3.1. Τουρισμός Υγείας - Εισαγωγή

Είναι γεγονός ότι η πρώτη μορφή τουρισμού που εμφανίστηκε ήταν ο τουρισμός υγείας. Οι αρχαίοι Έλληνες και οι αρχαίοι Ρωμαίοι ήταν οι πρώτοι που ξεκίνησαν ταξίδια για θεραπευτικούς λόγους σε ιαματικά λουτρά. Αργότερα κατά τον 18^ο και 19^ο αιώνα οργανώθηκαν καλύτερα και εμφανίζονται τα πρώτα κέντρα spa τα οποία ασφαλώς απευθυνόταν στην ευρωπαϊκή αριστοκρατία.

Έρευνα που διεξήγαγε ο αγγλικός οίκος Tourism Research and Marketing καταδεικνύει ότι το 2005 πραγματοποιήθηκαν σ' όλο τον κόσμο 19 εκατομμύρια ταξίδια που αφορούσαν τον Τουρισμό Υγείας με συνολικές δαπάνες 20 εκατ. δολαρίων. Οι εκτιμήσεις φέρουν τον Τουρισμό Υγείας ν' αποτελεί το 4% του τουριστικού ρεύματος παγκόσμια, με 40 εκατομμύρια ταξίδια μέχρι το 2010. Ο Τουρισμός Υγείας είναι μια γρήγορα αναπτυσσόμενη βιομηχανία.

Στα πλαίσια διαφοροποίησης του τουριστικού προϊόντος και της επιμήκυνσης της τουριστικής περιόδου, ο Ελληνικός Οργανισμός Τουρισμού προσπαθεί να προωθήσει στην Ελλάδα τον Τουρισμό Υγείας. Μια έννοια φαινομενικά γνωστή αλλά ουσιαστικά ανύπαρκτη στην Ελλάδα.

Στην χώρα μας ο τουρισμός υγείας είναι συνυφασμένος με τον ιαματικό τουρισμό και τις επισκέψεις ηλικιωμένων ως επί το πλείστον σε ιαματικά λουτρά. Η κατάσταση όμως παρουσιάζεται πολύ διαφορετική στο εξωτερικό και μόλις πρόσφατα έχει αρχίσει να διαφοροποιείται στην Ελλάδα.

Ως τουρίστας υγείας μπορεί να χαρακτηριστεί κάποιος που ταξιδεύει με προορισμό ένα spa για χαλάρωση και ξεκούραση, είτε κάποιος που ταξιδεύει προς αναζήτηση νέων εναλλακτικών θεραπειών, πλαστική χειρουργική ή διαγνωστικό έλεγχο.

3.2 Διάκριση τουρισμού υγείας

Διαφαίνεται λοιπόν στο τουριστικό τοπίο η ανάπτυξη μιας αγοράς εύρωστων κυρίως ανθρώπων που επιθυμούν να διατηρήσουν μια καλή υγεία και φυσική κατάσταση και χαμηλά επίπεδα άγχους σε συνδυασμό με τις διακοπές τους.

Ο τουρισμός υγείας είναι λοιπόν προφανές ότι περιλαμβάνει ότι περιλαμβάνει δύο τμήματα:

α) το τμήμα που στοχεύει στην φυσική κατάσταση του οργανισμού και στην εν γένει αναζωογόνηση και βελτίωση της ψυχικής και σωματικής κατάστασης του ατόμου. Στην περίπτωση αυτή ο τουρίστας ενδιαφέρεται κυρίως για ένα προορισμό ο οποίος θα του εξασφαλίζει περισσότερο υγιεινή διαβίωση παρά θεραπεία του σώματος. Τα σύγχρονα κέντρα υποδοχής και παροχής τέτοιων υπηρεσιών τα οποία έχουν δημιουργηθεί και εφοδιαστεί με τον απαραίτητο εξοπλισμό (κυρίως ιατρικό εξοπλισμό) είναι πλέον σε θέση να παρέχουν υπηρεσίες διαιτολογίας, αισθητικής, αδυνατίσματος, βοτανοθεραπείας κ.α.

β) το τμήμα το οποίο στοχεύει στην ίαση και την αποκατάσταση ατόμων οι οποίοι πάσχουν από διάφορες παθήσεις.

3.3 Χαρακτηριστικά - Κατηγορίες Τουρισμού Υγείας

Ο Τουρισμός Υγείας, εντάσσεται στην κατηγορία του Ειδικού Τουρισμού και συνδυάζει διακοπές και θεραπεία. Διακρίνεται σε τρεις (3) τύπους, τον Θεραπευτικό-Ιαματικό, τον Τουρισμό Αναζωογόνησης και τον Τουρισμό Αναπήρων, ενώ τα τελευταία χρόνια υπάρχει μια τάση για ανάπτυξη του Τουρισμού Παραχείμασης με πρακτικές θεραπευτικού τουρισμού, για άτομα τρίτης ηλικίας. Μια νέα αντίληψη αξιοποίησης των Λουτροπόλεων είναι και η Προληπτική Αγωγή με Λουτροθεραπεία.

3.4 Κοινωνική - Οικονομική Σημασία.

Η καταγραφή των κοινωνικών επιπτώσεων του Τουρισμού Υγείας έχει ιδιαίτερη σημασία.

- Ο Θεραπευτικός Τουρισμός συμβάλλει ιδιαίτερα στο αίτημα “υγεία για όλους”.
- Στον Τουρισμό Αναζωογόνησης κυριαρχεί η ανάγκη αυτοεπιβεβαίωσης και κοινωνικής αποδοχής των ατόμων ενώ,
- Ο Τουρισμός Αναπήρων, παρέχει την δυνατότητα συμμετοχής των ατόμων αυτών, σε όλες τις ανθρώπινες δραστηριότητες και την ανάγκη να μην αποκλείονται από το κοινωνικό σύνολο.

Τα οικονομικά οφέλη για την τοπική οικονομία είναι ιδιαίτερα ελκυστικά. Περιοχές που μέχρι σήμερα ήταν αναξιοποίητες ή και άγνωστες δέχονται αξιόλογες ευκαιρίες για ανάπτυξη.

3.5 Λουτροπόλεις - Πάρκα Υγείας και Αναψυχής

Οι Λουτροπόλεις ή αλλιώς “Πάρκα Υγείας και Αναψυχής” είναι οι μονάδες που συγκροτούν και αναπτύσσουν τον Τουρισμό Υγείας. Με τον όρο Λουτρόπολη εννοούμε έκταση κατάλληλα χωροθετημένη και εξοπλισμένη με τα αναγκαία δίκτυα υποδομής και τις απαραίτητες υπηρεσίες (θεραπευτικές, εξυπηρετήσεως κ.λ.π.) και στην οποία έκταση γίνεται εκμετάλλευση των επιτόπιων φυσικών πόρων (νερό, κλίμα κ.λ.π.). Η παρουσία γιατρού, ειδικευμένου προσωπικού, καλαισθησίας των εγκαταστάσεων και οργάνωσης του χώρου με βιβλιοθήκη, οπτικοακουστικά μέσα και επιτραπέζια παιχνίδια, σε συνδυασμό με την οργάνωση κύκλου επιμορφωτικών ομιλιών σε πολιτιστικά θέματα, όπως και για προβλήματα σωματικής και ψυχοκοινωνικής υγείας κρίνονται απαραίτητα.

Οι Λουτροπόλεις ανάλογα με τον φυσικό πόρο που αξιοποιούν διακρίνονται σε Κέντρα Υδροθεραπείας (ιαματικό ή θαλάσσιο νερό) και Κέντρα Κλιματοθεραπείας (κλίμα)

3.6 Κέντρα Υδροθεραπείας

Όλες οι κοσμογονίες θεωρούν ότι το νερό είναι η πρώτη ύλη που δημιουργήθηκε και ότι από το νερό με διαδοχικές μεταβολές προήλθαν όλα τα όντα. Προκειμένου για την οργάνωση των ιαματικών πηγών και την ίδρυση σε αυτές Λουτροπόλεων, προβάλλει το ερώτημα κατά πόσον το ιαματικό νερό έχει θεραπευτικές ιδιότητες. Είναι γεγονός ότι η σύγχρονη επιστημονική άποψη των ιατρών διχάζεται. Άλλοι αποδέχονται την θεραπευτική δράση και άλλοι την απορρίπτουν.

Η Υδροθεραπεία γίνεται είτε με ιαματικό νερό είτε με θαλάσσιο.

3.6.α Υδροθεραπεία με ιαματικό νερό (Λουτροθεραπεία)

Η θεραπευτική δράση της Υδροθεραπείας βασίζεται σε δύο παράγοντες, στον μηχανικό (υδροστατική πίεση - άνωση) - επιφέροντας χαλάρωση, και στον θερμικό,

προκαλώντας τόνωση του κινητικού συστήματος. Στοιχεία που δρουν θετικά στην θεραπευτική αγωγή είναι επίσης η ανάπαυση, η κατάλληλη διαίτα, το ζεστό και ξηρό κλίμα και η ευχάριστη διαμονή.

Το ιαματικό νερό αναβλύζει από Πηγές. Οι περισσότερες Ιαματικές Πηγές της Ελλάδος οφείλονται είτε σε τεκτονικά ρήγματα, τα οποία προκάλεσαν οι μεγάλες καταβυθίσεις της Αιγίδος, είτε στην έντονη ηφαιστειακή ενέργεια, η οποία συνεχίζεται μέχρι σήμερα. Στις πηγές που οφείλονται σε τεκτονικά ρήγματα, τα νερά κατεβαίνουν σε μεγάλο βάθος, όπου επικρατούν υψηλές θερμοκρασίες, προσλαμβάνουν διάφορα στοιχεία μαζί με την θερμοκρασία του περιβάλλοντος. Η θερμοκρασία αυτή μαζί με τα υπάρχοντα αέρια, δημιουργεί τάση ανόδου του ύδατος δια μέσου των τεκτονικών ρηγμάτων που έχουν σχηματισθεί.

Μια άλλη κατηγορία είναι οι πηγές των οποίων τα νερά εμφανίζονται σε υψηλότερες περιοχές (ορεινές, ημιορεινές) και χωρίς να κατεβαίνουν σε πολύ μεγάλα βάθη, η άνοδος τους γίνεται δια μέσου των ρωγμών που φέρουν τα στρώματα της υπόγειας υδροφορίας.

Οι Ιαματικές πηγές κατατάσσονται σε διάφορες κατηγορίες ανάλογα με την χημική σύσταση και την θερμοκρασία τους. Οι κυριότεροι τρόποι χρήσεως του ιαματικού νερού στην Υδροθεραπεία είναι: η Λουτροθεραπεία, η Εισπνοθεραπεία, η Ποσιθεραπεία και η Λασποθεραπεία.

3.6.β Υδροθεραπεία με θαλάσσιο νερό (Θαλασσοθεραπεία)

Με τον όρο Θαλασσοθεραπεία εννοούμε την χρησιμοποίηση της ευεργετικής επίδρασης του θαλασσινού περιβάλλοντος (κλίμα, νερό, λάσπη, φύκια κ.λ.π.) για πρόληψη και διατήρηση της υγείας.

Η Θαλασσοθεραπεία ενδείκνυται για:

- Προστασία από ασθένειες του σύγχρονου πολιτισμού, (καρδιαγγειακά νοσήματα, παχυσαρκία, μεταβολικές παθήσεις, άγχος, αϋπνίες, ημικρανίες, ψυχοσωματικές παθήσεις, σύνδρομο υπερκόπωσης, κατάθλιψη κ.λ.π.),
- Ρευματολογικές, ορθοπεδικές, δερματολογικές και νευρολογικές παθήσεις,
- Ανάρρωση,

- Αδυνάτισμα, κυτταρίτιδα και γενικώς
- Κοσμετολογία, ενώ

αντενδείκνυται δε σε περιπτώσεις:

- Αλλεργίας στο ιώδιο,
- Υπερθυρεοειδισμού,
- Υγρές δερματοπάθειες,
- Καρδιακής ανεπάρκειας.

3.6.γ Κέντρα Κλιματοθεραπείας

Η επίδραση των κλιματολογικών παραγόντων στην υγεία του ανθρώπου είναι γενικώς παραδεκτή. Έχει διαπιστωθεί ότι οι καιρικές μεταβολές επενεργούν στο νευροφυτικό σύστημα και βοηθούν στην ανάπτυξη νόσων ή στην εμφάνιση νοσηρών συμπτωμάτων. Ένα κλίμα για να δράσει ευεργετικά σε μία νόσο πρέπει να διαθέτει κλιματικούς παράγοντες διάφορους από εκείνους που συνήθως ζει ο ασθενής, έτσι ώστε να δράσει ερεθιστικά ή κατευναστικά.

Οι ασθένειες, των οποίων η αρχική αιτία είναι μικροβιακή ή άλλης φύσεως ή και ακαθόριστη, αλλά η εμφάνιση ή η εξέλιξη τους υπόκειται στις καιρικές μεταβολές, καλούνται μετεωροτρόποι, και τα άτομα μετεωροτρόπα. Σαν μέτρο για την εκτίμηση ότι ένας τόπος δεν είναι βλαβερός για την υγεία του ανθρώπου είναι το καλούμενο αίσθημα ευεξίας.

3.7 Ευρώπη και ΗΠΑ

Στην Ευρώπη και τις ΗΠΑ παρατηρείται έντονα μια αλλαγή στο καθιερωμένο τουριστικό προϊόν, που πηγάζει από μια αλλαγή των καταναλωτικών προτύπων των τουριστών.

✓ Η γενιά του 50, δηλαδή οι άνθρωποι που σήμερα διαθέτουν αναλογικά την μεγαλύτερη αγοραστική δύναμη και αρκετό ελεύθερο χρόνο λόγω της σταδιακής αποχώρησης από την εργασία, αναζητούν περισσότερες ευκαιρίες διακοπών. Ταυτόχρονα όμως έχουν έντονη την συνείδηση της ηλικίας τους, των συνεπειών της

γήρανσης και της ανάγκης που προκύπτει να διατηρηθούν ακόμη νέοι, όμορφοι και κυρίως υγιείς.

✓ Τα σύγχρονα καταναλωτικά πρότυπα προωθούν θέματα fitness, ομορφιάς και ευεξίας. Οι εναλλακτικές μορφές θεραπείας (ομοιοπαθητική, βελονισμός, ρεφλεξολογία κ.α.) γνωρίζουν μεγάλη άνθηση καθώς η επικράτηση του άγχους στο σύγχρονο τρόπο ζωής και εργασίας ωθεί προς την αναζήτηση νέων τρόπων αντιμετώπισης και διαχείρισης του άγχους και των επιπτώσεων του.

✓ Ο μαζικός τουρισμός όπως προαναφέρθηκε αρχίζει να φθίνει καθώς ο κόσμος απομακρύνεται από τα μαζικά προϊόντα διακοπών. Ο σημερινός καταναλωτής έχει ταξιδέψει αρκετά και αναζητά πλέον κάτι νέο και διαφορετικό για τις διακοπές του.

✓ Το σύστημα ιατροφαρμακευτικής περίθαλψης σε πολλές χώρες ευνοεί την αναζήτηση θεραπείας σε άλλες χώρες. Στον Καναδά και τη Μ. Βρετανία για παράδειγμα, οι λίστες αναμονής είναι τόσο μεγάλες που ωθούν τους ασθενείς να ταξιδέψουν σε άλλη χώρα προκειμένου να βρουν θεραπεία. Ένας άλλος παράγοντας είναι και το κόστος.

Έτσι στο εξωτερικό έχουμε την ανάπτυξη πολυτελών κέντρων θαλασσοθεραπείας και θερέτρων υγείας που συνδυάζουν έντεχνα ιατρικές υπηρεσίες ήπιας μορφής με αναψυχή, προσφέροντας ένα σύνολο υπηρεσιών υγείας – χαλάρωσης – διακοπών.

Παραδείγματα προσφερόμενων υπηρεσιών εντός των κέντρων

- ❖ Ακτινολογία
- ❖ Καρδιολογία
- ❖ Διαιτολογία
- ❖ Ουρολογία
- ❖ Δερματολογία
- ❖ Τέστ Αλλεργιών
- ❖ Θεραπείες οστεοπόρωσης – οστεοπάθειας
- ❖ Ομοιοπαθητική
- ❖ Spa – Θαλασσοθεραπεία
- ❖ Φυσιοθεραπεία – Κινησιοθεραπεία
- ❖ Σεμινάρια διαχείρισης άγχους

Σε καμία περίπτωση πάντως τα κέντρα αυτά δεν συνιστούν ένα αμιγώς ιατρικό περιβάλλον.

Όχι πολύ μακριά στην Κροατία, γίνεται μια συστηματική προσπάθεια προώθησης του τουρισμού υγείας σε Ευρωπαίους που θέλουν να συνδυάσουν το τερπνόν μετά του

οφελίμου. Διακοπές για διαβητικούς, για άτομα που υποφέρουν από παθήσεις του αναπνευστικού συστήματος, με χρόνιες ρευματικές παθήσεις του κινητικού συστήματος, νεφροπαθείς, μετατραυματικά και μετεγχειρητικά προβλήματα, αλλεργίες και άλλα, σε ξενοδοχεία Α και Β κατηγορίας κατά μήκος της Δαλματικής ακτής. Η περιοχή αυτή προσπαθεί να καθιερώσει μια ιατρική φήμη σε συγκεκριμένους τομείς και να εκμεταλλευτεί τα γεωγραφικά χαρακτηριστικά της για να προσελκύσει έναν αξιοσημείωτο αριθμό τουριστών υγείας.

3.8 Ελλάδα – Κρήτη

Στην χώρα μας έχει γίνει μια στροφή κάποιων ξενοδοχειακών επιχειρήσεων προς τη Θαλασσοθεραπεία, ως αποτέλεσμα των τάσεων που περιγράφηκαν πιο πάνω. Έτσι τα τελευταία 6 περίπου χρόνια έχουν κάνει την εμφάνιση τους 5 κέντρα θαλασσοθεραπείας στην Ελλάδα (η πλειοψηφία των οποίων βρίσκεται στην Κρήτη), ενώ προγραμματίζονται αρκετές νέες επενδύσεις στην Κω, τη Ρόδο, την Κεφαλονιά και την Κρήτη. Μερικά από αυτά τα κέντρα είναι υψηλών προδιαγραφών και μπορούν να συγκριθούν και να ανταγωνιστούν τα αντίστοιχα της Ευρώπης ενώ είναι επίσης πολύ ανταγωνιστικά σε σχέση με τις τιμές των αντίστοιχων Ευρωπαϊκών Κέντρων. Επιπρόσθετα πρόσφατα δημιουργήθηκαν δύο ανεξάρτητα κέντρα αιμοκάθαρσης στην Κρήτη ένα εκ των οποίων έχει και τουριστικό προσανατολισμό.

Εκτός όμως από αυτές τις περιπτώσεις δεν έχουν γίνει άλλες προσπάθειες προς την κατεύθυνση του τουρισμού υγείας στην Ελλάδα. Το 1998 τα ξενοδοχεία Maris σε συνεργασία με την Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Κρήτης είχαν εξετάσει την δημιουργία ενός ξενοδοχειακού – νοσοκομειακού συγκροτήματος / θέρετρου υγείας στην Κρήτη. Το συγκρότημα θα περιλάμβανε 3 κέντρα οφθαλμιατρικής, σπονδυλικής στήλης και πλαστικής χειρουργικής και πολυτελή ξενοδοχειακή μονάδα. Τα σχέδια όμως δεν προχώρησαν περαιτέρω.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 4^ο

4.1 Τουρισμός Ευεξίας - Γενικά

Αν κοιτάξουμε στο λεξικό Μπαμπινιώτη παρατηρούμε ότι η λέξη ευεξία σημαίνει «η καλή κατάσταση της υγείας σε συνδυασμό με διάθεση για κίνηση και δραστηριότητα».

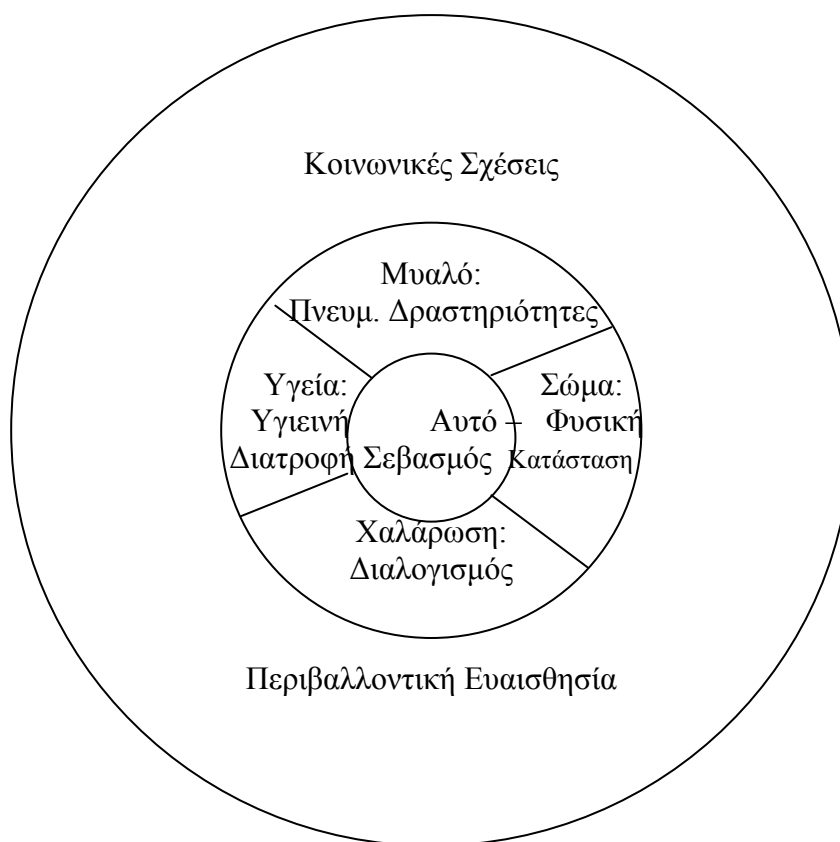
Στις μέρες, για να επικεντρωθούμε περισσότερο στην ευεξία, η αυξημένη ζήτηση υπηρεσιών ευεξίας προκύπτει κυρίως από την ανάγκη κυρίως των γυναικών μέσης ηλικίας για καλλωπισμό και διατήρηση καλής φυσικής κατάστασης και γενικότερα «προϊόντων» ευεξίας.

Η ιδέα της ευεξίας⁷ και γενικότερα η φιλοσοφία της ευεξίας αναπτύχθηκε από τον Αμερικανό γιατρό Halbert Dunn το έτος 1959 όταν εξέθεσε την άποψη του ότι ένας υγιής ανθρώπινος οργανισμός θα πρέπει να συνδυάζει στο περιβάλλον του το τρίπτυχο σώμα, ψυχική διάθεση και μυαλό (body, spirit and mind). Όταν κάποιος καταφέρει να συνδυάσει αυτά τότε η δεδομένη κατάσταση αποτελεί την απόλυτη ευχαρίστηση, το υψηλότερο επίπεδο ευεξίας.

Την ιδέα αυτή του Dunn επεξεργάστηκαν και ανέπτυξαν αργότερα αρκετοί επιστήμονες όπως Ardel D. στο έργο του «High Levell Wellness» το 1977 όπου διαπιστώνει ότι μπορούμε εάν δούμε την ευεξία ως ένα χαρακτηριστικό υγείας, και αρμονίας του τριπτύχου που προαναφέραμε σώμα, ψυχική διάθεση και μυαλό τότε συνδυάζεται με αυτοσεβασμό, φυσική και σωματική κατάσταση, υγιεινή διατροφή, χαλάρωση και διαλογισμός, πνευματικές δραστηριότητες, εκπαίδευση και ανάπτυξη κοινωνικών σχέσεων τα αποτελούν θεμελιώδη στοιχεία ευεξίας. Τα παραπάνω απεικονίζονται στο κατωτέρω διάγραμμα τα οποία αποτελούν ένα μοντέλο ευεξίας

⁷ Wellness Tourism: Market analysis of a special health tourism segment and implications for the hotel industry”, Hansruedi Mueller and Eveline Kaufmann

Διάγραμμα : Μοντέλο Ευεξίας



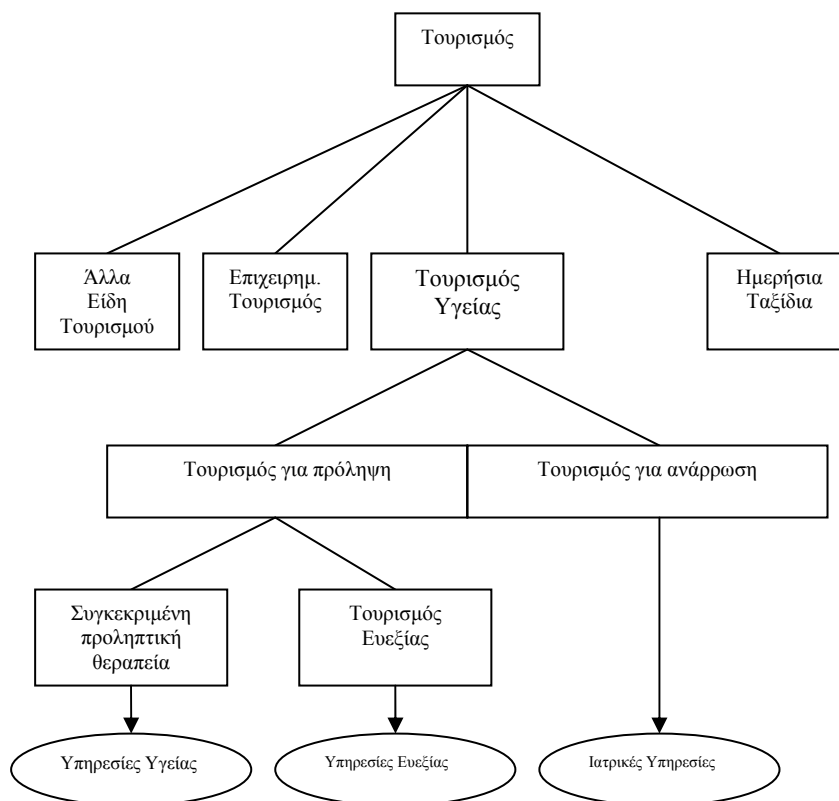
Ο τουρισμός ευεξίας όπως προαναφέρθηκε αποτελεί μια υποκατηγορία του τουρισμού υγείας. Σύμφωνα με τον Kaspar, τουρισμός υγείας είναι το σύνολο των σχέσεων και των φαινομένων που προκύπτουν από μια αλλαγή περιοχής ενός ανθρώπου προκειμένου να προωθήσει, να σταθεροποιήσει και όπως απαιτείται να επαναφέρει την φυσική και πνευματική του κατάσταση στο επιθυμητό επίπεδο χρησιμοποιώντας υπηρεσίες υγείας στο μέρος όπου έχει επιλέξει να φιλοξενηθεί.

Η παραπάνω αντίληψη εύκολα μπορεί να γίνει αντιληπτό ότι μπορεί να παρατηρηθεί σε ένα ξενοδοχείο όπου παρέχονται υπηρεσίες ευεξίας. Έτσι λοιπόν θα μπορούσαμε να καταλήξουμε σε ένα ορισμό για τον τουρισμό ευεξίας ως εξής: Τουρισμός ευεξίας είναι το σύνολο των θετικών ευεργετημάτων που λαμβάνει κάποιος από ένα ταξίδι στο οποίο το κυριότερο κίνητρο είναι να διατηρήσει και να προωθήσει την υγεία του. Ο συγκεκριμένος τουρίστας διαμένει σε ειδικά οργανωμένα καταλύματα τα οποία διαθέτουν τον απαραίτητο μηχανολογικό εξοπλισμό και κυρίως διαθέτουν ειδικά εκπαιδευμένο προσωπικό που διαθέτει κατάλληλη επιστημονική μόρφωση προκειμένου να εκπληρωθεί ο απαιτούμενος από τον τουρίστα στόχος.

Ενώ ασφαλώς οι υπηρεσίες ευεξίας μπορούν να προσφερθούν και από ένα ιατρικό κέντρο θα πρέπει να διαχωρίσουμε τις δύο υπηρεσίες μεταξύ τους αναφερόμενοι στον τουρισμό ευεξίας. Έτσι η βασικότερη αρχή στην οποία στηρίζεται ο τουρισμός ευεξίας είναι ότι απευθύνεται σε υγιείς ανθρώπους και στόχος είναι η βελτίωση και η πρόληψη. Ωστόσο θα πρέπει να γίνει σχεδιασμός έτσι ώστε να υπάρχει συνδυασμός μεταξύ της ευεξίας με τις υπηρεσίες που θα περιλαμβάνει ένα πρόγραμμα (όπως φυσική κατάσταση, υπηρεσίες ομορφιάς, υγιεινή διατροφή, χαλάρωση και διαλογισμός, και πνευματικές δραστηριότητες) και των υπηρεσιών υγείας (πρόληψη).

Οι τουρίστες ευεξίας μπορούν να αναζητήσουν υπηρεσίες οι οποίες ταιριάζουν απόλυτα σε αυτούς αφού είναι αυτονόητο ότι κάθε άνθρωπος έχει ιεραρχήσει διαφορετικά τις ανάγκες του και ασφαλώς κάθε οργανισμός έχει διαφορετικές απαιτήσεις, ενώ ο βασικότερος στόχος είναι η διατήρηση ενδεχομένως αλλά και η βελτίωση της υπάρχουσας κατάστασης. Στο παρακάτω διάγραμμα παρουσιάζεται η κατευθυντήρια γραμμή του Τουρισμού Ευεξίας.

Διάγραμμα: Σχηματική παράσταση τουρισμού ευεξίας



Όσον αφορά την ζήτηση από την μεριά των τουριστών είναι προφανές ότι υπάρχουν κατευθυντήριες γραμμές για συγκεκριμένες υπηρεσίες. Από την άλλη μεριά είναι

δυσκολότερο το έργο των τουριστικών μονάδων εξαιτίας του μεγάλου αριθμού των υπηρεσιών που ζητούνται. Συνήθως τα κέντρα υγείας μπορούν να αντιμετωπίσουν τις ανάγκες τόσο των τουριστών υγείας όσο και των τουριστών ευεξίας. Ενώ τα ξενοδοχεία που παρέχουν υπηρεσίες ευεξίας θα πρέπει να διαθέτουν τον απαραίτητο εξοπλισμό για την παροχή υψηλού επιπέδου υπηρεσιών. Επίσης θα πρέπει να τονίσουμε ότι υπάρχει η πιθανότητα κάποια περιοχή να αναπτύξει περισσότερο κάποια υπηρεσία ευεξίας να υπάρχει δηλαδή ακόμα μεγαλύτερη εξειδίκευση για παράδειγμα στον τομέα της χαλάρωσης ή της ομορφιάς κ.λ.π.

Η ποιότητα των υπηρεσιών ευεξίας αποτελεί τον πλέον κρίσιμο παράγοντα στο ιδιαίτερα ανταγωνιστικό επιχειρηματικό περιβάλλον και γι αυτό τον λόγο η διαχείριση της ποιότητας παίζει τον πιο καθοριστικό ρόλο. Έρευνες αγοράς έχουν δείξει ότι το μεγαλύτερο μέρος των ξενοδοχείων 3 έως 5 αστέρων παρέχουν κάποιες από της υπηρεσίες ευεξίας στους πελάτες τους. Οι ξενοδοχειακές μονάδες που παρέχουν προγράμματα ευεξίας προσανατολίζονται στην παροχή ιατρικών υπηρεσιών παρόλο που οι δύο αυτοί τομείς ευεξία και υγεία εξετάζονται χωριστά. Η κυριότερη διαφορά τους είναι ότι ο τουρίστας ευεξίας είναι υγιής και ο σκοπός του είναι η διατήρηση της καλής φυσικής του κατάστασης, η αποβολή του άγχους και της καθημερινότητας καθώς και η πρόληψη ενδεχομένως από κάποιες ασθένειες. Σε αντιδιαστολή ο τουρίστας υγείας πάσχει από κάποιο νόσημα και ο σκοπός του είναι αφενός η ανακούφιση σε περιπτώσεις σοβαρών παθήσεων και αφετέρου η θεραπεία άλλων παθήσεων. Ασφαλώς αυτό που συνδέει τις δύο αυτές κατηγορίες είναι ότι ο τουρισμός ευεξίας σαφώς αποτελεί μια υποκατηγορία του τουρισμού υγείας και σίγουρα συνυπάρχουν αρμονικά σε μια ξενοδοχειακή μονάδα.

4.2 Χρησιμότητα, Εξελίξεις & Προοπτική του Τουρισμού ευεξίας στα ξενοδοχεία

Τις δύο τελευταίες δεκαετίες, τα κέντρα SPA Θαλασσοθεραπείας ήταν άγνωστα για την Ελλάδα και τα Ελληνικά ξενοδοχεία, αλλά και στην Ευρώπη υπήρχαν ελάχιστα, κυρίως στη Γαλλία που υπήρξε η πρώτη χώρα που καθιέρωσε τη θαλασσοθεραπεία και στη συνέχεια αποτέλεσε το πρότυπο για τα νέα κέντρα σε όλη την Ευρώπη. Τα Ελληνικά ξενοδοχεία διακοπών μέχρι και τα μέσα της δεκαετίας '90 διέθεταν μόνο κλειστές πισίνες, στην καλύτερη περίπτωση γυμναστήριο και σάουνα για να καλύπτουν τις ανάγκες των πελατών τους μήνες που οι καιρικές συνθήκες δεν το επέτρεπαν στη θάλασσα. Προς το τέλος της δεκαετίας '90, συγχρόνως με τις πολλές

αλλαγές σε παγκόσμιο επίπεδο, την παγκοσμιοποίηση της οικονομίας, την ανάπτυξη του ανταγωνισμού σε όλα τα επίπεδα, κυρίως όμως στον τουρισμό σε όλη τη λεκάνη της Μεσογείου, την αλλαγή του τρόπου ζωής των προηγμένων κοινωνιών της Δύσης, την ευκολία στις μετακινήσεις εν γένει, άρχισε να ξεπερνιέται το έως τότε ακμαίο όπως προαναφέραμε τουριστικό μοντέλο «ήλιος-θάλασσα» και να έχει άμεση ανάγκη εμπλουτισμού και ανανέωσης. Ο τουρίστας καταναλωτής που δημιουργεί και τη ζήτηση έχει αποκτήσει πλέον σημαντική τουριστική εμπειρία και δεν αρκείται στο παλαιότερο μοντέλο.

Στην Ευρώπη και κυρίως στις χώρες Ελβετία, Αυστρία, Γαλλία, Γερμανία αυξάνονται με γοργούς ρυθμούς τα κέντρα Wellness Spa, συνδυάζοντας διαλείμματα διακοπών με χαλάρωση δημιουργώντας παράλληλα συνήθεια και εμπειρία στους Ευρωπαίους καταναλωτές.

Παράλληλα, οι νέες αγορές που αναπτύσσονται τουριστικά στη λεκάνη της Μεσογείου, κατασκευάζουν υπερσύγχρονα Spa Wellness και μάλιστα με πολύ ελκυστικές τιμές πώλησης. Έτσι τα κέντρα Spa δεν είναι πλέον προνόμιο των πλουσίων, αλλά είναι προσιτά στο μέσο Ευρωπαϊκό πολίτη. Μέσα στις εξελίξεις αυτές, στην Ελλάδα όπου δεν γίνεται μελέτη ανταγωνισμού, ούτε προγραμματισμού και σχεδιασμού εν γένει, εμφανίζονται κάποιες ξενοδοχειακές κυρίως επιχειρήσεις που έχουν μελετήσει τις εξελίξεις, τις τάσεις, τον ανταγωνισμό και δημιουργούν τα πρώτα κέντρα θαλασσοθεραπείας ή Spa ή Wellness ή... δίνει ότι όνομα θέλει ο καθένας, αφού υπάρχει μεγάλη ασάφεια στην πιστοποίηση των υπηρεσιών. Σε όλες πλέον τις τουριστικές εκθέσεις υπάρχουν πολλές ξενοδοχειακές κυρίως επιχειρήσεις που διαφημίζουν Spa Wellness Thalasso, ως βασικό στοιχείο στην προώθηση των πωλήσεων. Σε αρκετές δε περιπτώσεις ακόμα και σε διεθνείς εκθέσεις γίνονται αφιερώματα στα SPA με ειδική προβολή των επιχειρήσεων οργανισμών που συμμετέχουν. Εκτός όμως τις μικτές τουριστικές εκθέσεις υπάρχουν και εξειδικευμένες μόνο για Spa Wellness Θαλασσοθεραπεία.

Υπάρχει επίσης σήμερα πληθώρα εξειδικευμένων καταλόγων που συμπεριλαμβάνουν αποκλειστικά ξενοδοχειακές μονάδες που διαθέτουν κέντρα Spa Wellness, καθώς επίσης και εξειδικευμένα τουριστικά γραφεία τα οποία δημιουργούν πακέτα με προγράμματα χαλάρωσης, θεραπείας, ευεξίας. Παράλληλα, εμφανίζονται συνεχώς νέες ιστοσελίδες που συμπεριλαμβάνουν ανάλογα πακέτα. Τον κύκλο συμπληρώνουν τα εξειδικευμένα στο χώρο περιοδικά, μερικά απ' αυτά υψηλού επιπέδου κυρίως στην Ευρώπη, που καλύπτουν ειδικά θέματα και καινοτομίες στον τομέα αυτό.

Σε πρόσφατη μελέτη του Οργανισμού Τουρισμού της Ισπανίας αναφέρεται ότι τα τελευταία 3 χρόνια, αυξάνονται κατά 12% από χρόνο σε χρόνο οι διανυκτερεύσεις τουριστών που κλείνουν ξενοδοχείο με πακέτο ευεξίας. Ας σημειωθεί ότι η Ισπανία δεν φημίζεται για τα πολλά και σύγχρονα κέντρα Spa.

Τα ξενοδοχεία στην Ελλάδα που διαθέτουν Spa Wellness είναι πολύ λίγα. Σίγουρα πρέπει να δημιουργηθούν περισσότερα κέντρα κυρίως σε ξενοδοχεία Α' κατηγορίας και πολυτελείας έπειτα όμως από ένα συνολικό σχεδιασμό, τηρώντας αυστηρές προδιαγραφές. Η κατασκευή ενός τέτοιου κέντρου δεν είναι εύκολη υπόθεση διότι το κόστος επένδυσης είναι πολύ υψηλό λόγω εξειδικευμένων κατασκευών και μηχανημάτων, αλλά και το κόστος λειτουργίας των εν λόγω κέντρων είναι πολύ υψηλό λόγω του εξειδικευμένου προσωπικού που απαιτείται και του υψηλού κοστολογίου των υλικών που χρησιμοποιούνται για τις θεραπείες.

Σημειωτέον, ότι η Γερμανία είναι η πρώτη χώρα που δημιούργησε το «Deutscher Wellness Verband» με ειδικό σήμα που πιστοποιεί για 2 χρόνια όλα τα κέντρα με 3 διαβαθμίσεις Gut, Sehr Gut, Exzellent, μέσα από 750 κριτήρια.

4.3 Φάσμα του τουρισμού ευεξίας

Στις επόμενες γραμμές θα παραθέσουμε ένα χρήσιμο πίνακα στο οποίο περιλαμβάνονται ανάλογα με το κίνητρο που ωθεί τον ενδιαφερόμενο ο αντίστοιχος προορισμός – υπηρεσία ευεξίας που χρησιμοποιείται.

Πίνακας: Φάσμα του Τουρισμού Ευεξίας⁸

Τουριστικό Κίνητρο	Προορισμός Δραστηριότητα
Ιατρικός / Καλλωπιστικός	Νοσοκομεία – Κλινικές
Φυσική – Σωματική Κατάσταση	Σπα – Μασάζ
«Απόδραση» - Χάλαρωση	Παραλία – Σπα – Extreme Sports
Ψυχολογία	Κέντρα ανάπτυξης αυτοεκτίμησης
Πνευματική Αναζήτηση	Γιόγκα, Προσκυνηματικές εκδρομές

⁸ Wellness Tourism”, Melanie Smith and Catherine Kelly

4.4 Το παράδειγμα της Ελβετίας

Είναι γεγονός ότι η χώρα που αποτελεί πλέον ηγέτιδα στον τομέα του τουρισμού ευεξίας είναι η Ελβετία. Στην χώρα αυτή σύμφωνα με το τοπικό ινστιτούτο τουρισμού δραστηριοποιούνται 50 ξενοδοχεία στον τομέα του τουρισμού υγείας και στον τομέα του ιαματικού τουρισμού 70 ξενοδοχεία ενώ υπάρχουν περίπου 300 τα οποία παρέχουν υπηρεσίες στον τομέα του τουρισμού ευεξίας. Νούμερα ασύλληπτα για τα δεδομένα της χώρας μας.

Πρόσφατη έρευνα έδειξε το 40% των ερωτηθέντων κρίνει ότι ο τουρισμός ευεξίας παίζει τον πιο σημαντικό ρόλο στον χώρο αυτών των ξενοδοχείων. Σε περισσότερα από τα μισά από εκείνα τα ξενοδοχεία προσφέρονται υπηρεσίες ευεξίας όπως Σάουνα, Σολάριουμ, Μασάζ και αθλητικές δραστηριότητες. Τέλος στην εν λόγω χώρα υπάρχει ήδη σε όλα τα ξενοδοχεία κατηγορίας 3 έως 5 αστερών παροχή κάποιας υπηρεσίας ευεξίας ενώ προγραμματίζονται επενδύσεις για μεγαλύτερη επέκταση στον συγκεκριμένο τομέα.

Στην ίδια έρευνα επίσης ασχολήθηκαν με τα περίπου 300 ξενοδοχεία Σπα και ευεξίας και προέκυψε η υψηλή σημαντικότητα της ευεξίας στην ανάπτυξη των ξενοδοχείων αυτών. Μόνο το 11 % των ερωτηθέντων απάντησε ότι η ευεξία δεν είναι σημαντική για την τουριστική ανάπτυξη.

Χαρακτηριστικά⁹ είναι τα στοιχεία που προέκυψαν από την έρευνα και απεικονίζονται στον παρακάτω πίνακα.

Πίνακας: Υπηρεσίες ευεξίας σε διάφορες κατηγορίες καταλυμάτων της Ελβετίας

Υπηρεσία Ευεξίας	Ξενοδοχεία 3 – 5 Αστερών	Ιαματικά Κέντρα	Κέντρα Ευεξίας
Σάουνα	70%	55%	91%
Σολάριουμ	57%	60%	87%
Αθλ. Δραστηριότ.	55%	75%	77%
Χαμάμ	33%	35%	72%
Πισίνες	42%	67%	93%
Υδρομασάζ	30%	33%	67%
Ιατρικές Υπηρεσίες	8%	61%	49%

(Πηγή: Έρευνα του Πανεπιστημίου της Βέρνης)

⁹ Wellness Tourism: Market analysis of a special health tourism segment and implications for the hotel industry”, Hansruedi Mueller and Eveline Kaufmann

Όπως προκύπτει από τον παραπάνω πίνακα τα ποσοστά των καταλυμάτων ευεξίας είναι τα πλέον εξοπλισμένα και παρέχουν αρτιότερες υπηρεσίες.

4.5. Τουρισμός ευεξίας στην Κρήτη

Το προηγούμενο παράδειγμα της Ελβετίας κυρίως σε απόλυτους αριθμούς μας δείχνει την χαώδη διαφορά σε ποσότητα με αυτή που υπάρχει στην χώρα μας. Παρόλα αυτά όμως θα μπορούσαμε να πούμε ότι η χώρα μας βρίσκεται σε στάδιο ιδιαίτερης ανάπτυξης και ασφαλώς ποσοτικά μπορεί να μην βρισκόμαστε ακόμα σε ικανοποιητικό αριθμό ποιοτικά όμως στην χώρα μας υπάρχουν ορισμένα από τα πλέον κορυφαία ξενοδοχεία στον κόσμο.

4.5.α. Ιστορική Αναδρομή

Στην Κρήτη από την μινωική ακόμα εποχή δίνεται ιδιαίτερη βαρύτητα στην καλαισθησία και το διαπιστώνει κανείς από μια και μόνο επίσκεψη στο παλάτι της Κνωσού

Η εξωτερική εμφάνιση μιας γυναίκας δεν έπαψε ποτέ να εντοπίζεται ανάμεσα στους πρώτους αναβαθμούς της κλίμακας των ενδιαφερόντων της. Το αίτημα των γυναικών για επιμελημένη εμφάνιση φαίνεται να ανταποκρίνεται λιγότερο στην ανάγκη τους για προσωπική αισθητική αναζήτηση, και περισσότερο για διάκριση σε κοινωνικό, πολιτικό ή θρησκευτικό επίπεδο (σε κοινωνίες όπου η θέση της γυναίκας είναι αναβαθμισμένη), ενώ δεν είναι λίγες οι φορές που το ίδιο αίτημα λειτουργεί και ως ένδειξη «δήλωσης συμμετοχής» στις δράσεις μιας ομάδας. Η «μόδα» στη μινωική Κρήτη, σε μια κοινωνία προηγμένη και ιδιαιτέρως ευαισθητοποιημένη σε θέματα ελέγχου της εικόνας των μελών της, ιδίως των γυναικών - όπως άλλωστε μαρτυρούν οι απεικονίσεις των γυναικών της μεσο-ανώτερης κοινωνικής τάξης σε αρχαιολογικά ευρήματα της εποχής- περιελάμβανε τα πάντα: είδη ένδυσης και υπόδησης, κοσμήματα, κόμμωση, και καλλυντικά φροντίδας προσώπου και σώματος, όπως είναι οι βαφές και τα αρώματα.

Ένας σημαντικός παράγοντας που δύναται να επισφραγίσει την όμορφη εξωτερική εμφάνιση μιας γυναίκας είναι και το μακιγιάζ. Η αρχαία μινωίτισσα λοιπόν δε θα μπορούσε παρά να λάβει σοβαρά υπόψη της και αυτήν την παράμετρο -δεδομένου του ότι η βιοτεχνία καλλυντικών στην Κρήτη ήταν από τις πιο ανθηρές. Από τις τοιχογραφίες κυρίως της εποχής διαπιστώνουμε ότι οι γυναίκες έβαφαν τα μάτια τους περιγράφοντάς τα με έντονο μαύρο χρώμα για να δείχνουν πολύ μεγαλύτερα.

Φαίνεται πως για την παρασκευή του προϊόντος που χρησιμοποιούσαν, υποθέτουμε ότι ανακάτευαν μαύρη σκόνη θειούχου μολύβδου και μαγγανίου με ειδική σπάτουλα. Κάλυπταν τα μάγουλα και τις άκρες της μύτης με σκόνη ώχρας και χρησιμοποιούσαν βαθυκόκκινο χρώμα από χρωστική ύλη ορυκτής προέλευσης, αιματίνη, κιννάβαρι ή μίνιο, διαλυμένη με ελαιώδη κρέμα για τη βαφή των χειλιών τους. Επιπλέον, φαίνεται να έβαφαν και τα νύχια των άνω και κάτω άκρων τους.

Τέλος, αξίζει να προσθέσουμε ότι η γυναίκα της μινωικής εποχής χρησιμοποιούσε μεθυστικά αρώματα από κόλιανδρο, ο κύπειρο, η ίριδα, ο κρόκο (η ζαφορά), το τριαντάφυλλο, η σμύρνα, η φασκομηλιά. Η χρήση αρωμάτων προσέδιδε στο γυναικείο φύλο κοινωνική αίγλη, αλλά και γοητεία.

Όσο και αν οι ενδυματολογικές πινελιές αποτελούν τη βασική παράμετρο της αρχαιοελληνικής αντιμετώπισης του θέματος της «μόδας», μια άλλη εξίσου σημαντική παράμετρος που συμβάλλει στην εξασφάλιση μιας καλής εμφάνισης είναι αναμφισβήτητα η καλή φυσική κατάσταση. Η φυσική δυνατότητα του σώματος αποτελεί τη συνισταμένη δύο βασικών παραγόντων: της ισορροπημένης διατροφής και της συστηματικής σωματικής άσκησης.

Τέλος, σε ό,τι αφορά την άσκηση, θα αξίζει να μνημονεύσουμε ότι οι μινωίτισσες είχαν πολλές δυνατότητες να γυμνάζουν το σώμα τους στο πλαίσιο θεσμοθετημένων κοινωνικών-θρησκευτικών δραστηριοτήτων, στις οποίες πολύ συχνά μετείχαν. Σύμφωνα με σχετική μαρτυρία του Πλάτωνα, οι γυναίκες στη μινωική Κρήτη μετείχαν, ως ισότιμα με τους άνδρες μέλη της κοινωνίας, στην ίδια με εκείνους αγωγή. Και εάν θεωρήσουμε ότι ένα σημαντικό μέρος της εκπαίδευσης των μινωιτών περιελάμβανε την άσκηση του σώματος, δεδομένων και των αναπαραστάσεων που έχουν διασωθεί, συμπεραίνουμε ότι οι μινωίτισσες πολύ συχνά λάμβαναν ενεργά μέρος σε γυναικείους αθλητικούς και γυμναστικούς αγώνες, όπως ήταν για παράδειγμα τα διάσημα ταυροκαθάψια. Ας μην ξεχνάμε επίσης, ότι ήταν εξαιρετικά διαδεδομένος την εποχή αυτή ο γυναικείος κυκλικός χορός, ο οποίος, όσο κι αν πραγματοποιούνταν στο πλαίσιο θρησκευτικών τελετουργιών, δεν έπαυε ωστόσο να παρέχει μιας πρώτης τάξεως ευκαιρία για άσκηση στις γυναίκες της εποχής.

4.5.β. Ανάπτυξη τουρισμού ευεξίας στην Κρήτη

Η Κρήτη, ένα από τα μεγαλύτερα νησιά της Μεσογείου, συγκαταλέγεται ανάμεσα στους πιο αγαπητούς προορισμούς του κόσμου για ταξίδια αναψυχής αλλά και ως προορισμός για συνταξιούχους. Εύκολα σε θέση να ανταποκριθεί στις απαιτήσεις του

σύγχρονου τουρίστα, η Κρήτη οδεύει στην καθιέρωση του τουρισμού ευεξίας – ιατρικού τουρισμού στο ευρύτερο κοινό.

Ο αριθμός των ατόμων που ταξιδεύουν στο εξωτερικό για λόγους ευεξίας ή για ιατρικούς λόγους αυξάνεται γοργά. Υπάρχουν διάφοροι λόγοι πίσω από αυτήν την τάση. Οι τιμές είναι καλύτερες από ότι στη χώρα προέλευσης, η θεραπεία μπορεί να παραχωρηθεί έγκαιρα, οι εγκαταστάσεις είναι πιο προηγμένες, και εναλλακτικές θεραπείες μπορούν να παρασχεθούν. Τέλος, ο συνδυασμός της χαλάρωσης με τη θεραπεία καθιστά το ταξίδι για ιατρικούς λόγους ελκυστικότερο από την απλή λήψη φροντίδας στη χώρα προέλευσης.

Η Κρήτη προσφέρει ένα μοναδικό μείγμα χαρακτηριστικών σε αυτόν τον τομέα του τουρισμού:

- Υψηλής ποιότητας προσωπική φροντίδα που ανταποκρίνεται στις ιδιαίτερες ανάγκες του ασθενή εξασφαλίζεται τόσο κατά τη διάρκεια της διαδικασίας θεραπείας όσο και κατά τη διάρκεια της ανάρρωσης.
- Επάρκεια υψηλά καταρτισμένου εξειδικευμένου ιατρικού, νοσοκομειακού, και παραϊατρικού προσωπικού.
- Ευχάριστο κλίμα με ηλιοφάνεια σχεδόν καθ' όλη τη διάρκεια του έτους. Η μακριά καλοκαιρινή και η ήπια χειμερινή εποχή του νησιού διευκολύνουν και επιταχύνουν τη διαδικασία θεραπείας.
- Καλά αναπτυγμένη τουριστική υποδομή με υψηλής ποιότητας ξενοδοχεία και τουριστικά θέρετρα καθώς και άριστες εγκαταστάσεις διαμονής και διατροφής.
- Οικονομικά αποδοτικός προορισμός για ιατρικό ταξίδι και ιατρική φροντίδα.
- Ευκολία στην επικοινωνία λόγω της ευρείας διάδοσης της αγγλικής γλώσσας στο νησί.
- Θερμή φιλοξενία των ντόπιων που κάνουν το καθένα να αισθανθεί σαν στο σπίτι του.
- Η μοναδική γεωγραφική τοποθεσία, στο σταυροδρόμι της Ευρώπης, της Ασίας, της Αφρικής και της Μέσης Ανατολής, καθιστά την Κρήτη ευπρόσιτη από οπουδήποτε στον κόσμο.

Η Κρήτη φημίζεται για την εκτενή γκάμα από spa υγείας και ευεξίας που προσφέρουν μια ευρεία σειρά παραδοσιακών και εναλλακτικών θεραπευτικών αγωγών. Υπάρχουν

αμέτρητες θεραπείες – όπως προγράμματα θαλασσοθεραπείας, θεραπείες ομορφιάς και αρωματοθεραπεία, μασάζ με ζεστές πέτρες και υδροθεραπεία - που εγγυώνται να χαλαρώσουν, να αναζωογονήσουν και να εμπνεύσουν.

4.5.γ Λουτροθεραπεία στην Κρήτη

Η λουτροθεραπεία είναι η θεραπευτική αγωγή που στηρίζεται στη χρήση βοτάνων ή αιθέριων ελαίων στο λουτρό. Αναπτύχθηκε κατά την αρχαιότητα στην Ελλάδα, την Ιταλία, την Αίγυπτο, την Κίνα, την Ινδία, τη Σουμερία και το Ισραήλ. Βοηθούσε στην ανακούφιση από τους πόνους και στην ευεξία του σώματος. Στην Κρήτη διασώζεται μέχρι και σήμερα συνταγή λουτροθεραπείας γνωστή ως το "Σαραντοβότανο". Είναι ένα μείγμα βοτάνων της κρητικής χλωρίδας που η παράδοση το θέλει πολύ αποτελεσματικό για την αποκατάσταση της υγείας.

Το περίφημο Σαρανταβότανο διασώθηκε από το παραδοσιακό τραγούδι που παρατίθεται στο Παράρτημα Α και περιγράφει αναλυτικά τα βότανα τα οποία χρησιμοποιούνταν ως θεραπεία στην Κρήτη.

ΚΕΦΑΛΑΙΟ 5^ο (CASE STUDIES)

5.1. Six Senses Spa – Ξενοδοχείο Elounda Peninsula

Ο όμιλος Six Senses Hotels¹⁰, Resorts and Spa είναι μια πολυεθνική εθνική εταιρεία η οποία δραστηριοποιείται στον χώρο του τουρισμού ευεξίας. Έχει συνεργασία με τα μεγαλύτερα και τα πλέον πολυτελή ξενοδοχεία στον κόσμο (Αγ. Μαυρίκιος, Μαλδίβες, Δομινικανή Δημοκρατία, Πορτογαλία, Τουρκία, Ινδίες κλπ) και παρέχει υψηλού επιπέδου υπηρεσίες.

Πρόσφατα ο όμιλος ξενοδοχειακών επιχειρήσεων ΕΛΟΥΝΤΑ Α.Ε. όπου ανήκει το ξενοδοχείο Elounda Peninsula συνήψε συνεργασία με την εταιρεία Six Senses Hotels, Resorts and Spa προκειμένου να αποκτήσει την τεχνογνωσία και την εμπειρία της εν λόγω εταιρεία αλλά κυρίως αντιλαμβανόμενη την στροφή των τουριστών - απευθυνόμενη ειδικά σε τουρίστες υψηλών εισοδημάτων – προς τις υπηρεσίες ευεξίας.



Στο συγκεκριμένο ξενοδοχείο λοιπόν παρέχονται οι πλέον υψηλού επιπέδου υπηρεσίες ευεξίας που αναλύονται πιο κάτω.

Six Senses Signature Treatments. Το πρόγραμμα αυτό περιλαμβάνει μασάζ και προσαρμόζεται σε κάθε πελάτη ανάλογα με τις ανάγκες του προκειμένου να χαλαρώσει και να τονώσει τον οργανισμό του. Στο συγκεκριμένο πρόγραμμα δυο εξειδικευμένοι μασέρ προσφέρουν υπηρεσίες όπως ποδόλουτρο, ανανέωση του δέρματος με την χρήση ελαίων καθώς επίσης αρωματοθεραπεία.

Sense of Intelligence. Το πρόγραμμα αυτό περιλαμβάνει αθλητικό μασάζ. Η συγκεκριμένη θεραπεία βοηθάει να επανέλθει γρηγορότερα ο οργανισμός ύστερα από

¹⁰ <http://www.portoelounda.com/v4/html/SixSensesSpas/Overview.htm>

αθλητική καταπόνηση. Επίσης είναι ιδιαίτερα ωφέλιμο όταν εφαρμοσθεί πριν την αθλητική δραστηριότητα αφού προετοιμάζει κατάλληλα τους μυς και ελαττώνει έτσι την πιθανότητα τραυματισμού. Επίσης στο συγκεκριμένο πρόγραμμα παρέχονται υπηρεσίες ρεφλεξολογίας. Πιέσεις ασκούνται σε συγκεκριμένα σημεία των ποδιών τα οποία αντανακλούν σε όλα τα σημεία του σώματος.

Sense of Energy. Σε αυτό το πρόγραμμα εφαρμόζεται μια αρχαία Ινδική τεχνική στα αυτιά τα οποία καθαρίζει επιμελώς και εναρμονίζεται πλήρως με τα πεδία ενέργεια κάθε ατόμου. Η συγκεκριμένη θεραπεία έχει ευεργετικές ιδιότητες για την ευαίσθητη περιοχή των αυτιών μπορεί να δράσει προληπτικά για διάφορες ασθένειες στον συγκεκριμένο σημείο. Επίσης στην ίδια θεραπεία εφαρμόζεται η τεχνική Reiki η οποία έλκει την καταγωγή της στα αρχαία χρόνια απαλές κινήσεις των θεραπειών στο σώμα χωρίς την χρησιμοποίηση ελαίων. Εδώ ο πελάτης καθοδηγεί τους θεραπευτές στα σημεία τα οποία αυτός κρίνει ότι έχει ανάγκη.

Sense of Exotic. Περιλαμβάνει τρίψιμο και καθάρισμα του σώματος σύμφωνα με μια Τούρκικη τεχνική η οποία περιλαμβάνει και χαμάμ καθώς και μασάζ σε ολόκληρο το σώμα.

- ❖ Sense of Aegean. Τι άλλο θα μπορούσε να περιλαμβάνει το συγκεκριμένο πρόγραμμα εκτός από την απόλυτη αναζωογόνηση του σώματος που προσφέρει η θαλασσοθεραπεία.
- ❖ Sense of Face. Το πρόγραμμα αυτό ξεκινάει με μασάζ στην πλάτη στον ώμο και στο κεφάλι προσφέροντας την απόλυτη αναζωογόνηση του προσώπου. Το δέρμα του προσώπου καθαρίζεται, γίνεται απολέπιση και ακολουθεί ενυδατική μάσκα. Όσο η μάσκα αφομοιώνεται από το πρόσωπο στα χέρια και τα μπράτσα απλώνεται ροδέλαιο και κρέμα.
- ❖ Sense of the Body. Το σώμα περιτυλίγεται με ζεστό φαρδύ ένδυμα απελευθερώνοντας άρωμα Frankinsense. Με ειδικό μασάζ στο τριχωτό της κεφαλής επιτυγχάνεται η απόλυτη ηρεμία της σκέψης.
- ❖ Sense of Beauty. Στο πρόγραμμα αυτό οι θεραπευτές ασχολούνται με τα νύχια και τα χέρια κάνοντας απαλό μασάζ και απλώνοντας αιθέρια έλαια και κρέμα από ρόδα. Αυτό σε συνδυασμό με απολέπιση βελτιώνει την υφή του δέρματος. Στο ίδιο πρόγραμμα περιλαμβάνεται και ποδόλουτρο καθώς επίσης περιποίηση των νυχιών των ποδιών.
- ❖ Sense of Wellness. Το πρόγραμμα αυτό απευθύνεται σε κείνους που επιθυμούν να χάσουν βάρος και να αποκτήσουν σφριγηλό σώμα. Εδώ

συμπεριλαμβάνεται επίσης μάθημα κολύμβησης προκειμένου να βελτιωθεί η ικανότητα και η τεχνική στον τομέα αυτό.

5.1.α Διακρίσεις Six Senses Spa

Δεν είναι τυχαία η μεγάλη διάκριση για τον Ελληνικό Τουρισμό που απέσπασε το Six Senses Spa του Porto Elounda κατά την φετινή περίοδο. Ο ετήσιος οδηγός “New Spas & Resorts” που εκδίδεται για πρώτη φορά στην Ισπανία από τον γνωστό Εκδοτικό Οίκο Loft Publications και διανέμεται σε όλο τον κόσμο παρουσιάζει στο εξώφυλλο του ως νέο κορυφαίο Spa παγκοσμίως το Six Senses Spa του Porto Elounda. Επίσης ο οδηγός “European Spas” ο οποίος συμπεριλαμβάνει τα καλύτερα Spas της Ευρώπης, παρουσιάζει για άλλη μια φορά το Six Senses Spa και συγκαταλέγει ανάμεσα στα κορυφαία.

5.2. Ελούντα Blue Palace

Το Blue Palace¹¹ είναι ένα από τα πολυτελέστερα ξενοδοχεία της Κρήτης. Βρίσκεται στην Πλάκα της Ελούντας, ακριβώς απέναντι από το μεσαιωνικό κάστρο της Σπιναλόγκας.

Το Elounda Spa & Thalassotherapy καταλαμβάνει ξεχωριστό τριώροφο κτίριο στο κάτω μέρος του συγκροτήματος, δίπλα στην παραλία και την κεντρική πισίνα του ξενοδοχείου. Σε συνολικά 2.000 m² το spa προσφέρει μια εσωτερική πισίνα με γλυκό νερό, την πισίνα θαλασσοθεραπείας με 16 σημεία πίεσης και αντίστασης καθώς και 23 δωμάτια για ατομικές περιποιήσεις. Άλλες εγκαταστάσεις περιλαμβάνουν το γυμναστήριο, ένα χώρο ξεκούρασης καθώς επίσης υδρομασάζ, χαμάμι και σάουνες ξεχωριστά για άνδρες και γυναίκες.

Εδώ αναπτύχθηκαν ειδικά για το spa του Blue Palace τα λεγόμενα «*signature treatments*», το παραδοσιακό κρητικό μασάζ με ελαιόλαδο.

Το σκεπτικό των «*signature treatments*» προσδίδουν κρητικό χρώμα στις περιποιήσεις και διαφοροποιούν το Blue Palace από άλλα spa . Παραδείγματα τέτοιων « *signature treatments* » αποτελούν το υδρομασάζ θαλασσινού νερού με κρητικά βότανα (όπως λ.χ. πιπερόριζα, φασκόμηλο και ευκάλυπτος), η απολέπιση

¹¹ <http://www.bluepalace.gr/bluepalace/frontend/index.jsp>

σώματος με ζεστό ελαιόλαδο και κόκκους ζάχαρης ή με κουκούτσι σταφυλιού για αντιγηραντική δράση, η βαθιά απολέπιση προσώπου με κόκκους από το κουκούτσι της ελιάς καθώς και η επονομαζόμενη «ρακοθεραπεία», δηλ. ένα μασάζ με ρακή και μερικές σταγόνες λαδιού.

Εδώ υπάρχουν επίσης πολυήμερα προγράμματα θαλασσοθεραπείας, τα οποία γίνονται υπό ιατρική παρακολούθηση και περιέχουν τόσο εφαρμογές στην κεντρική πισίνα όσο και ατομικές περιποιήσεις. Αυτές περιλαμβάνουν, μεταξύ άλλων, το υδρομασάζ με φύκια και μεταλλικά άλατα, το υποβρύχιο μασάζ σε ζεστό θαλασσινό νερό καθώς και το «*affusion shower*», ένα ειδικά σχεδιασμένο ντους ζεστού νερού για καταπραϊντικό μασάζ. Όλες οι εφαρμογές της θαλασσοθεραπείας βασίζονται στις ευεργετικές ιδιότητες του θαλασσινού νερού και άλλων θαλάσσιων στοιχείων και μικροοργανισμών που ενισχύουν την υγεία και αίσθηση ευεξίας.

Επίσης εδώ εφαρμόζονται - τα επονομαζόμενα «*rituals*» που σχεδιάστηκαν σε συνεργασία με την εταιρία Thalgo - οι οποίες διαρκούν μιάμιση ώρα και αποτελούνται από μασάζ και τεχνικές αισθητικής. Ένα τέτοιο πρόγραμμα μπορεί λ.χ. να συνδυάζει ένα υδρομασάζ θαλασσινού νερού με μια περιτύλιξη σώματος με αιθέρια έλαια και λάσπη ακολουθούμενη από ένα λυμφατικό μασάζ με μείγμα αιθέριων ελαίων για αποτοξίνωση.

Το spa προσφέρει και πολλές άλλες περιποιήσεις προσώπου και σώματος, όπως λ.χ. 14 τύπους μασάζ με τεχνικές από την Ευρώπη, την Ασία και την Αμερική καθώς και ζεστές και κρύες περιτυλίξεις σώματος διαφόρων τύπων. Επίσης διαθέτει δωμάτιο περιποίησης για ζευγάρια. Οι γυμναστές του spa διοργανώνουν σε εβδομαδιαία βάση ομαδικές ή εξατομικευμένες ασκήσεις για διαλογισμό, γιόγκα, stretching, κνησιολογία, αερόμπικ κοκ. τόσο στο γυμναστήριο όσο και υπαίθριως. Μια ενδιαφέρουσα δραστηριότητα του spa είναι, εξάλλου, τα σεμινάρια υγιεινής διατροφής από τον σεφ και το διαιτολόγο του Blue Palace.

5.3 Royal Mare Thalasso / SPA Center

Για πρώτη φορά στην ιστορία του ελληνικού τουρισμού, ελληνική ξενοδοχειακή αλυσίδα ανεβαίνει στο βάθρο των καλύτερων τουριστικών επιχειρήσεων στον κόσμο. Πρόκειται για την αλυσίδα ξενοδοχείων Aldemar¹² ναυαρχίδα της οποίας αποτελεί το ξενοδοχείο Royal Mare Thalasso / SPA Center.

¹² http://www.aldemarhotels.com/GR_Crete-Royal-Mare-Village.html

Το Royal Mare Thalasso / SPA Center του Aldemar group βρίσκεται στη βόρεια πλευρά της Κρήτης και σαγηνεύει με την αισθητική και τις γενναιόδωρες διαστάσεις των χώρων του. Η πολυτέλεια αναδεικνύει την αρτιότητα των εγκαταστάσεων: Πισίνες, Καμπίνες Θεραπειών, Κέντρο Αισθητικής, Γυμναστήριο, σε μια επιφάνεια 4000μ².

Η κατάρτιση και η αφοσίωση του προσωπικού, η εξαιρετική ποιότητα των θεραπειών, η καθαριότητα των εγκαταστάσεων, η ποιότητα των υλικών σε συνδυασμό με την αισθητική του χώρου και εκείνες οι μικρές αλλά πολύτιμες λεπτομέρειες που κάνουν τον επισκέπτη να νοιώθει ξεχωριστός όλα, προσκαλούν σε ένα ονειρικό ταξίδι στην αρμονία.

Με τις τρεις πισίνες θαλασσινού νερού, όλες τους θερμαινόμενες με ηλιακή ενέργεια (32° - 34°C), το Royal Mare Thalasso συνδυάζει αρμονικά την οικολογική ευαισθησία με την καινοτομία. Στις εγκαταστάσεις του ξενοδοχείου ο επισκέπτης μπορεί να χρησιμοποιήσει τις ακόλουθες εγκαταστάσεις:

- Ανάμεσα στις πισίνες της μονάδας ξεχωρίζει η **Aquaroyal**, μία αληθινή πανδαισία περιπλάνησης στον κόσμο του νερού, όπου το ζεστό μελί χρώμα του ξύλου παντρεύεται αρμονικά με τους γαλάζιους τόνους του μωσαϊκού: ένα λιμάνι χαλάρωσης. Επιβλητική στις διαστάσεις της, 350 μ² υδάτινης επιφάνειας, και με τους περιβάλλοντες γυάλινους τοίχους να ανοίγονται στην απεραντοσύνη της θάλασσας, η αίθουσα αυτή μοιάζει να πλέει στο νερό. Μέσα σ' αυτό το μαγευτικό περιβάλλον, το κορμί τονώνεται ενώ η κυκλοφορία του αίματος ενισχύεται. Ο επισκέπτης μπορεί να ασκηθεί περπατώντας κόντρα σε ρεύμα νερού όπου το ζεστό εναλλάσσεται με το κρύο. Στη συνέχεια το ευεργετικό μασάζ χαλαρώνει τη σπονδυλική στήλη από τον αυχένα μέχρι τους αστραγάλους, κάτω από την πίεση μιας σειράς από εκτοξευτήρες νερού που ενεργοποιούνται διαδοχικά, ο ένας μετά τον άλλο.
- Για όσους ενδιαφέρονται για το πρόγραμμα **Aquagym**, τη γυμναστική στο νερό, ραντεβού σε μια άλλη πισίνα, όπου ένας εξειδικευμένος θεραπευτής του κέντρου διδάσκει εκείνες τις κινήσεις που τονώνουν το σώμα με τον πιο ήπιο τρόπο. Πρόγραμμα ιδανικό που καλό θα ήταν να επαναλαμβάνουν τακτικά όσοι θέλουν να προλάβουν προβλήματα στις αρθρώσεις και την οστεοπόρωση αλλά και όλοι εκείνοι που ονειρεύονται μια αποτελεσματική μυοχαλάρωση, ανακούφιση των πόνων της πλάτης και την τόνωση του σώματος.

- Στην ίδια πισίνα με το προηγούμενο πρόγραμμα ο επισκέπτης μπορεί να απολαύσει και το **Aquastream**, μια σειρά από ασκήσεις που γίνονται μπροστά από ένα υποβρύχιο εκτοξευτήρα υψηλής πίεσης. Το κορμί σμιλεύεται καθώς η σύσφιξη οδηγεί σε μια κομψότερη σιλουέτα, ενώ παράλληλα οι πόνοι απαλούνονται.
- Πριν ή μετά από μια μέρα θαλασσοθεραπείας ή ακόμα και ανάμεσα σε δυο θεραπείες, υπάρχει η επιλογή **αεροβικής γυμναστικής και μυϊκής ενδυνάμωσης**. Οι έμπειροι γυμναστές του κέντρου κατευθύνουν αλλά να διαμορφώσουν ένα ατομικό πρόγραμμα εκγύμνασης απόλυτα προσαρμοσμένο στις ανάγκες και τη φυσική κατάσταση κάθε ατόμου.
- Το **Χαμάμ**, αποτελούμενο από τρεις διαδοχικές αίθουσες διαφορετικής θερμοκρασίας, έχει διακοσμηθεί με μεγάλοπρεπα μωσαϊκά. Με υδρατμούς και διακριτικά αρωματισμένα αιθέρια έλαια ευκαλύπτου, το σώμα αποβάλλει σταδιακά τις βλαβερές τοξίνες, ενώ η επιδερμίδα απαλλάσσεται ήπια και φυσικά από όλα τα νεκρά σωματίδια που την ταλαιπωρούν.
- Στο **Κέντρο Αισθητικής**, υπάρχει η ομάδα των έμπειρων αισθητικών μας σε σύγχρονες, ευρύχωρες και φωτεινές καμπίνες για να φροντίσουν μια σειρά από καινοτόμες και αποτελεσματικές περιποιήσεις, προσαρμοσμένες στις ανάγκες της επιδερμίδας Στο Royal Mare Thalasso, είναι τα χέρια και όχι οι μηχανές, που αναπλάθουν το πρόσωπο και το σώμα. Μοναδική εξαίρεση αποτελεί το Cellu M6, μηχανήμα που είναι ιδιαίτερα αποτελεσματικό στην καταπολέμηση της κυτταρίτιδας.

Ένα από τα σημαντικότερα χαρακτηριστικά του συγκεκριμένου κέντρου αποτελεί το γεγονός ότι κάθε επισκέπτης αντιμετωπίζεται διαφορετικά ανάλογα με τις ανάγκες του.

Κατά την άφιξή στο Royal Mare Thalasso, τον επισκέπτη υποδέχεται η ιατρική ομάδα του κέντρου και συστήνει τη σειρά περιποιήσεων που ανταποκρίνεται καλύτερα στις ανάγκες του δε λείπει ασφαλώς και η ευχέρεια επιλογής. Μία ευέλικτη γκάμα προγραμμάτων, έχει δημιουργηθεί, για να καλύψει την κάθε απαίτηση και επιθυμία του.

Στο εν λόγω κέντρο προσφέρονται τα ακόλουθα προγράμματα:

1. **New Energy:** Αφορά επισκέπτες οι οποίοι είναι καταπονημένοι από τους ρυθμούς της καθημερινότητας και νιώθετε την ανάγκη να ανακτήσουν τη

χαμένη ενέργεια. Το πρόγραμμα New Energy αναλαμβάνει να τονώσει και να χαρίσει και πάλι τη ζωντάνια και το σφρίγος στο άτομο.

2. **Wellness:** Αφορά επισκέπτες οι οποίοι έχουν προβλήματα αρθρώσεων και μυϊκούς πόνους. Με το πρόγραμμα Wellness, βελτιώνεται κάθε είδους δυσκαμψία. Μια αληθινή ανάσα αντι-στρες που χαλαρώνει το σώμα και ηρεμεί το πνεύμα.
3. **Body Shape:** Απαλλάσσει τον επισκέπτη από τους περιττούς πόντους και βελτιώνει τη φυσική του κατάσταση ενώ ο μυϊκός ιστός ενδυναμώνεται και το δέρμα συσφίγγεται αισθητά.
4. **Anti-Cellulite:** Στο Anti-Cellulite βρίσκεται η απάντηση στο πρόβλημα της κυτταρίτιδας. Η θαλασσοθεραπεία, σε συνδυασμό με τις εξειδικευμένες περιποιήσεις του Κέντρου Αισθητικής, χαρίζει εντυπωσιακά αποτελέσματα.
5. **Vertebral:** Με το πρόγραμμα Vertebral, βελτιώνεται η κατάσταση της ράχης και έτσι να απαλύνονται οι πόνοι που ταλαιπωρούν τη μέση.
6. **Beauty plus:** Χαρίζει ομορφιά και θεαματική λάμψη στο πρόσωπο και στο σώμα ενώ συνδυάζει αποτελεσματικά τις περιποιήσεις αισθητικής με τις φροντίδες θαλασσοθεραπείας.
7. **Slimming:** Στόχος του προγράμματος Slimming είναι η απώλεια βάρους. Η εντατική φροντίδα θαλασσοθεραπείας, ειδικά προσαρμοσμένη στις ανάγκες κάθε ατόμου και συνδυάζεται αποτελεσματικά με ένα ολοκληρωμένο πρόγραμμα διαιτητικής διατροφής.
8. **Harmonia:** Το πρόγραμμα Harmonia οδηγεί στην απόλυτη γαλήνη με φροντίδες από διάφορα μέρη της γης και ξεχωριστές περιποιήσεις θαλασσοθεραπείας όπως “Zen” αλλά και κλασικών, Ινδικών (“Vishesh” & “Abhyanga) και Ταϊλανδικών (“Thai”) μασάζ.
9. **Vein Tone:** Αφορά άτομα που υποφέρουν από συμπτώματα φλεβικής ανεπάρκειας που το εν λόγω πρόγραμμα συμβάλλει στη βελτίωση της κυκλοφορίας του αίματος.
10. **Επίσης υπάρχουν και επιπλέον παροχές όπως:** Φυσιοθεραπεία, Αρωμαθεραπεία Μασάζ, Ρεφλεξολογία, Thai Massage, Μασάζ ψιλής βροχής, Λουτρό υδρομασάζ, Μασάζ, Ayurvedic Massage, Ντους ψιλής βροχής, Αρωματικό μπάνιο, Ντους με πίεση, Υποβρύχιο μασάζ με εκτόξευση νερού,

Επάλειψη φυκιών, Ποδόλουτρο, Ατομικές εισπνοές aerosol, Επάλειψη φυκιών αδυνατίσματος, Πρεσοθεραπεία, Θαλασσινή λάσπη για την καταπολέμηση της αρθρίτιδας των χεριών, Πισίνα AquaRoyal, Aquastream, Γυμναστική στο νερό, Aquagum – Σπονδυλικής στήλης

5.4 Candia Maris

Το Ξενοδοχείο Candia Maris¹³ βρίσκεται στην περιοχή της Αμουδάρας στο Ηράκλειο και είναι ανοικτό όλο το χρόνο. Το πλήρως εξοπλισμένο Κέντρο Υγείας μαζί με μια πληθώρα από αθλητικές δραστηριότητες προσφέρουν ένα ιδανικό περιβάλλον το οποίο συνδυάζει αρμονικά την απόλαυση των διακοπών με την άσκηση και την ευεξία.

Είναι το πρώτο Ξενοδοχείο στην Ελλάδα που απέκτησε το Διεθνές Πιστοποιητικό Περιβαλλοντικής Διαχείρισης ISO 14001. Το πάντρεμα παραδοσιακών υλικών όπως το τούβλο και το μάρμαρο, η θέα όλων ανεξαιρέτως των χώρων του προς τη θάλασσα και η φιλικότητα του έμπειρου προσωπικού.

Ο εν λόγω ξενοδοχειακός όμιλος ξεκίνησε πριν από 10 χρόνια τις επενδύσεις του στον τομέα του τουρισμού Υγείας βασιζόμενος στο όραμα ότι το Thalasso δεν αφορά μόνο στον ξένο επισκέπτη, αλλά σε κάθε Έλληνα. Με τον τρόπο αυτό, συνδυάζοντας την εσωτερική και την εξωτερική αγορά, κατάφερε να λειτουργεί 12 μήνες το χρόνο και να έχει στο δυναμικό του περισσότερο από 40 ειδικευμένους υπαλλήλους για τον τομέα αυτό. Παράλληλα, αυτές οι υπηρεσίες του thalasso συνδυάζονται αρμονικά με άλλα προϊόντα, υψηλών ποιοτικά προδιαγραφών, όπως π.χ. το golf και ο συνεδριακός τουρισμός. Έτσι έχουν δημιουργηθεί αρκετά ελκυστικά πακέτα για την προσέλκυση τουρισμού υψηλών εισοδηματικών στρωμάτων. Τη δεδομένη στιγμή το Thalasso, στο ξενοδοχείο Candia Maris, καταλαμβάνει 4.500 τ.μ. ενώ λειτουργούν Κέντρα thalasso σε άλλα δύο ξενοδοχεία που ανήκουν στον ίδιο όμιλο το Creta Maris και το Terra Maris και έχει καταφέρει να διαθέτει τεχνογνωσία και εμπειρία σε διεθνές επίπεδο. Το Thalasso είναι ένα από τα πρώτα κέντρα θαλασσοθεραπείας που δημιουργήθηκαν στη χώρα μας, προσφέρει όλο το χρόνο, με μόνιμο, απόλυτα εξειδικευμένο προσωπικό, υπηρεσίες αναζωογόνησης ομορφιάς και υγείας. Η εκ βάθρων

¹³ <http://www.maris.gr/thalasso-spa/index-gr.htm>

ανακαίνιση και ανανέωση που συντελέστηκε τα τελευταία χρόνια στις εγκαταστάσεις αλλά και στην παροχή υπηρεσιών το μεταμόρφωσε σε ένα μοναδικό πολύκεντρο αυθεντικής θαλασσοθεραπείας, άθλησης, ομορφιάς, υγείας και ψυχοσωματικής ισορροπίας.

Παράλληλα με τη θαλασσοθεραπεία, το thalasso προσφέρει υπηρεσίες spa, ενώ στο αθλητικό κέντρο του, λειτουργεί Ακαδημία ποδοσφαίρου και σχολή τερματοφυλάκων για παιδιά από 6 έως 12 ετών.

Η δύναμη και η αποτελεσματικότητα των προγραμμάτων ευεξίας και καλής υγείας στη θαλασσοθεραπεία, ο ισόρροπος συνδυασμός σύγχρονης τεχνολογίας και φυσικών μορφών στις θεραπείες αισθητικής σώματος και προσώπου, η έντονη παρουσία του τμήματος της Θεραπευτικής Πολυδυναμικής Προπόνησης (ειδικό τμήμα θεραπευτικής θαλασσοθεραπείας αποκλειστικότητα του κέντρου) στην απαλλαγή από πόνους και δυσλειτουργίες του νευρομυϊκού και μυοσκελετικού συστήματος, το πλήρες εξοπλισμένο αθλητικό τμήμα, επισφραγίζουν την ολοκληρωμένη εικόνα ενός μοναδικού κέντρου.

Συμπεράσματα

Είναι γεγονός ότι “η αρχή είναι το ήμισυ του παντός”. Η αρχή λοιπόν έχει γίνει σε πανελλαδικό επίπεδο από όλους τους εμπλεκόμενους στον τουρισμό φορείς προκειμένου να προσαρμοστεί η χώρα μας στις απαιτήσεις της εποχής, και να αποτελέσει ηγέτιδα δύναμη στον τομέα του τουρισμού. Ασφαλώς ο σημαντικότερος στόχος που θα πρέπει να επιτευχθεί, και προς την συγκεκριμένη κατεύθυνση αποσκοπούν οι στρατηγικές κινήσεις που γίνονται από το κράτος αλλά και τους επενδυτές είναι να επεκταθούν οι δραστηριότητες των ξενοδοχειακών μονάδων και γενικότερα των τουριστικών καταλυμάτων σε νέους τομείς ξεφεύγοντας από το κλασικό μοντέλο τουρισμού, τον ήλιο και την θάλασσα. Η ανάπτυξη νέων δραστηριοτήτων θα δημιουργήσει πρόσφορο έδαφος προκειμένου να επιμηκυνθεί η τουριστική περίοδος και να υπάρχει τουριστική δραστηριότητα καθ’ όλη την διάρκεια του έτους στη χώρα μας. Το γεγονός αυτό μονό οφέλη θα προσδώσει στις τοπικές κοινωνίες αφού όπως προαναφέρθηκε τα οφέλη δεν θα είναι μόνο οικονομικά αλλά θα υπάρξει βιώσιμη ανάπτυξη της υπαίθρου γενικότερα, αφού οι νέες μορφές τουρισμού στηρίζονται στην αρχή του σεβασμού προς το φυσικό περιβάλλον και των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών των τοπικών κοινωνιών. Ασφαλώς το τέλμα το οποίο διαφαίνεται να έχει περιέλθει ο τουρισμός θα σταματήσει και θα ξεκινήσει η πραγματική ανάπτυξη της περιφέρειας.

Ανακεφαλαιώνοντας, η αειφόρος ανάπτυξη, δια μέσου των ήπιων μορφών τουρισμού, οφείλει να κινείται στην λογική της μείωσης της περιβαλλοντικής επιβάρυνσης στην πηγή και όχι τόσο στην διαχείριση των επιπτώσεων της. Θέτουν σε προτεραιότητα την ορθολογική διαχείριση των αστικών λυμάτων και των απορριμμάτων. Προϋποθέτουν αποτελεσματικό σχεδιασμό σε σχέση με τον αιγιαλό, τις δασικές εκτάσεις, τον καθορισμό καταφυγίων τουριστικών σκαφών και την οριοθέτηση βιοτόπων και οικολογικών πάρκων. Αποσκοπούν στην συστηματική εκμετάλλευση των ανανεώσιμων πηγών ενέργειας, όπως την αιολική και την ηλιακή.

Η Κρήτη είναι ένας τόπος ευλογημένος και σίγουρα ανεξερεύνητος και απρόσιτος πολλές φορές για τον επισκέπτη. Σίγουρα δεν υπάρχει μόνο η θάλασσα και ο ήλιος ούτε μόνο το φαράγγι της Σαμαριάς και το Φοινικόδασος του Βαΐ. Ασφαλώς υπάρχουν άπειρα σημεία σε όλο το μήκος και πλάτος του νησιού όπου βρίσκουν πρόσφορο έδαφος δεκάδες δραστηριότητες αναφορικά σε θέματα αγροτουρισμού, οικοτουρισμού, γαστρονομικού τουρισμού κ.τ.λ. προσπαθώντας να προβάλλουν την ιδιαίτερη κουλτούρα των Κρητικών και να προβάλλουν το ιδιαίτερο φυσικό κάλος

του νησιού. Η κρητική διατροφή έχει γίνει αντικείμενο μελετών από την επιστημονική κοινότητα και σίγουρα είναι σημαντικό να μπει στο προσκήνιο. Τα τυροκομικά προϊόντα, το ελαιόλαδο και γενικότερα τα αγαθά που παράγει η κρητική γη σίγουρα αποτελούν το βαρόμετρο στις αγορές όπου απευθύνονται λόγω της ιδιαίτερα υψηλής ποιότητας τους ενώ δεν είναι τυχαίο ότι κατά καιρούς έχουν αποσπάσει διεθνής διακρίσεις.

Ο τουρισμός υγείας παρόλο που σε κάποιες μορφές του, όπως ο παραθερισμός σε λουτροπόλεις που έχει τις ρίζες του στην αρχαιότητα, είχε ατονήσει στη χώρα μας παραμένοντας στα στενά όρια των ιαματικών πηγών. Σίγουρα οι εξελίξεις σε παγκόσμιο επίπεδο επέβαλλαν την προσαρμογή της χώρας μας στις σύγχρονες απαιτήσεις με την δημιουργία καταλυμάτων σχετικά με τον τουρισμό υγείας. Ασφαλώς δεν υπάρχουν ακόμα οργανωμένες μονάδες που να προσφέρουν μεγάλη ποικιλία από θεραπευτικές υπηρεσίες παρόλα αυτά στον τομέα του τουρισμού ευεξίας η πρόοδος είναι σημαντική και είχε σαν αποτέλεσμα την δημιουργία μεγάλων κέντρων θαλασσοθεραπείας τα οποία σε σύντομο χρονικό διάστημα έχουν καταφέρει να βρίσκονται στην κορυφή σε παγκόσμιο επίπεδο.

“Η ευεξία είναι ένα ταξίδι δεν είναι ένας προορισμός” (Wright State University, 1983). Είναι γεγονός ότι το ταξίδι μέσα στα όμορφα και απολαυστικά «μονοπάτια» της ευεξίας είναι πολύ σημαντικότερα από ένα προορισμό.

Οι προοπτικές όπως προαναφέρθηκε είναι καλές, αρκεί να γίνει ένας στρατηγικός σχεδιασμός ειδικά για τον τομέα αυτό μέσα από τον οποίο θα πραγματοποιηθεί η μελέτη του ανταγωνισμού, θα ελέγχονται οι επενδύσεις, θα μπου προδιαγραφές προκειμένου να μπου οι σωστές βάσεις εξαρχής.

Σίγουρα θα πρέπει να γίνουν πολλές στρατηγικές κινήσεις προκειμένου επιτευχθεί η βιώσιμη ανάπτυξη και να γίνει η Κρήτη πόλος έλξης τουριστών αλλά και να πρωταγωνιστήσει στον στίβο των εξελίξεων στον τομέα του τουρισμού. Στις άμεσες προτεραιότητες για να επιτευχθεί η ανάπτυξη θα πρέπει να γίνουν βελτιώσεις καταρχήν στους χώρους υποδοχής των τουριστών, λιμάνια – αεροδρόμια. Επιτακτική κρίνεται η ανάγκη δημιουργίας αεροδρομίου μεγαλύτερης δυναμικότητας αφού ο συνωστισμός και το χάος που δημιουργείται την περίοδο αιχμής αποτελεί δυσφήμιση για την Κρήτη. Το λιμάνι του Νότου είναι ένα έργο ύψιστης σημασίας προκειμένου υπάρξει διασύνδεση του νησιού με τις άλλες χώρες της Μεσογείου. Ασφαλώς και για την δημιουργία του αεροδρομίου αλλά και του λιμανιού θα πρέπει να υπάρξουν μελέτες περιβαλλοντικών επιπτώσεων και να στηριχθούν στα πρότυπα της ήπιας

ανάπτυξης. Το οδικό δίκτυο του νησιού εθνικό και επαρχιακό θα μπορούσε να χαρακτηριστεί απαράδεκτο αφού οι κακοτεχνίες αλλά και η ελλιπής σήμανση δημιουργούν σύγχυση στους επισκέπτες. Τέλος επειδή ζούμε στην εποχή της πληροφορίας θα μπορούσε στις εισόδους κάθε Δήμου της Κρήτης να δημιουργηθούν ειδικά περίπτερα όπου θα παρέχουν πληροφορίες για τα αξιοθέατα και τις δραστηριότητες της περιοχής.

Τα εργαλεία νομοθετικού σχεδιασμού, που μπορούν να συμβάλλουν αποτελεσματικά στην υλοποίηση των σημαντικών στόχων όπως είναι ο καθορισμός των οικοσυστημάτων, η καταγραφή των βιοτόπων, ο προσδιορισμός των στόχων διαχείρισης των οικοσυστημάτων, ο καθορισμός των επιτρεπομένων δραστηριοτήτων, η πρόβλεψη και η αξιολόγηση της χωρητικότητας των επισκεπτών. Σε πρώτη φάση, η στοχοθέτηση είναι απαραίτητη για μια αειφόρο τουριστική ανάπτυξη, καθώς, *"...κανένας άνεμος δεν είναι σύριος, αν το λιμάνι δεν είναι γνωστό¹⁴"*.

¹⁴ Lucius Annaeus Seneca (~4 - 65 μ.Χ.), Ρωμαίος φιλόσοφος, ποιητής και συγγραφέας

ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ Α

Το Σαρανταβότανο

*"Σαν την υγεία σου έχασες και θες να την κερδίσεις
μόνο με βότανα της γης θα την ξαναποκτήσεις.
Φύλλα κитροπορτοκαλιάς κι άρωμ' από λεμόνι,
Ανερατζά, μανταρινιά, ξαρρωστικό κυδώνι.
Μάζωξε απ' τσι ποταμούς, τα' ακονιζάς τα χνάρια,
βάτο και τσάι του βουνού και τα' αμπιστιάς κλωνάρια.
Μάζωξε έρωντα πολύ απ' τα βουνά τση Κρήτης
Και σφάκα την πικραδερή, δάφνες, μυρτιές να βρίσκεις.
Θύμο, κισό κι αγκαραθιά και αγκαθαστιβίδα,
τη μυρωδιά βασιλικού, φασκομηλιά και θρύμπα.
Μέντα και δεντρολίβανο, όπου μοσχομυρίζει,
Το λένε και αρισμαρί που την υγεία χαρίζει.
Πάρε τα γιασεμόφυλλα, τη ροδαρά με τ' άνθη,
Γαρεφαλόβτιολες πολλές και γαρεφάλου άνθη.
Απήγανο και βάρσαμο τση γης το χαμομήλι,
Τη μυριστή αμπερόριζα που δένουν στο μαντήλι.
Πάρε το κοκκινόχαρτο, βάλε και κουτσουνάδα,
Που κάνουν κοκκινόλαδο στου ήλιου την πυράδα.
Φύλλα συκιάς κι αμυγδαλιάς και φύλλα μαντζουράνας,
Φλισκούνι που μοσκοβολά σαν κόρφος κάθε μάνας.
Το μαϊντανό, το σέλινο και την αντωναίδα,
τ' αγούδουρα, τ' αγλακιχτού τον κλάδο και τα φύλλα.
Σαράντα είναι όλα. Βράσε τα και γέμισε μια σκάφη
Και διώξε απ' το κορμάκι σου τσι πόνους και τα πάθη."*

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

1. Οδηγός του Εθνικού Δρυμού Σαμαριάς
2. Εφημερίδα «ΑΝΩΓΗ» Ιούλιος – Αύγουστος 2007 άρθρο Δρ Αλέκου ΣΤΕΦΑΝΑΚΗ Συνεργάτης ΕΘΙΑΓΕ
3. Υπουργείο Γεωργίας Γενική Δ/νση Εφαρμογών και έρευνας, το πρόγραμμα αγροτουριστικών- αγροβιοτεχνικών δραστηριοτήτων, Αθίνα 1992
4. «Αγροτουρισμός- Σταθμός στο Δρόμο για την Τοπική Ανάπτυξη», Παπακωνσταντινίδης Λ.,(1993), εκδ. Δωρικός, Αθήνα
5. «Αγροτικός τουρισμός: μια εναλλακτική λύση», Λογοθέτης Μ. (1998), Αθήνα
6. «Αειφόρος τουριστική ανάπτυξη στις μικρομεσαίες επιχειρήσεις», Φώτης Κιλιπίρης, Διδακτορική διατριβή Πανεπιστημίου Μακεδονίας 2006
7. «Τουρισμός Υγείας», Κουδουμά Μαρία, Ηράκλειο 2004
8. «Αθλητικός τουρισμός- Περιφερειακά μοντέλα», Ατσαλάκης Μιχάλης
9. Συμπληρωματικές σημειώσεις τουρισμού υγείας, Ρίγγας Χρήστος, 2005
10. Prospectus ξενοδοχείων (PORTO ELOUNDA MARE, CANDIA MARE, ROYAL MARE THALASSO, BLUE PALACE)
11. Περιοδικό «Τουρισμός και οικονομία», τεύχος 322, Οκτώβριος 2006
12. «Εναλλακτικός Τουρισμός και τα Διαφοροποιητικά Χαρακτηριστικά του», Κων/νος Ανδριώτης
13. “Wellness Tourism: Market analysis of a special health tourism segment and implications for the hotel industry”, Hansruedi Mueller and Eveline Kaufmann, University of Bern, E-mail: fif@fif.unibe.ch
14. “Wellness Tourism”, Melanie Smith and Catherine Kelly, University of Greenwich, TOURISM RECREATION RESEARCH VOL. 31, 2006.

ΣΥΝΔΕΣΕΙΣ ΣΤΟ ΔΙΑΔΙΚΤΥΟ

1. http://kpe-kastor.kas.sch.gr/biod_net/schools2/6-gymnasio-iraklio-programme.htm (Σαρανταβότανο)
2. <http://www.portoelounda.com/v4/html/SixSensesSpas/Overview.htm>
3. <http://www.maris.gr/thalasso-spa/index-gr.htm>
4. <http://www.bluepalace.gr/bluepalace/frontend/index.jsp>
5. http://www.aldemarhotels.com/GR_Crete-Royal-Mare-Village.html

6. http://www.agrotravel.gr/agro/site/AgroCatalog/t_docpage?sparam=geo_kriti&doc=/Documents/Agrotravel/landmark/lasithi/monitoplou&sub_nav=Landmarks
7. www.dhmoi.gr/content.php?id=31&design=1&lang=hellenic&type=showmunicipality&show=city