

ΙΟΥΝΙΟΣ 2021 Summer 2021

ΣΥΛΛΕΚΤΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΤΗΣ LARISSANET
• www.larissanet.gr

Χάρης Θεοχάρης

Ο ΜΕΤΑΣΧΗΜΑΤΙΣΜΟΣ
ΤΟΥ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ

Σοφία Ζαχαράκη

ΤΟ ΜΕΓΑΛΟ, ΕΘΝΙΚΟ ΜΑΣ
ΣΤΟΙΧΗΜΑ

Κατερίνα Νοτοπούλου

Ο ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΜΕΤΑ
ΤΗΝ ΠΑΝΔΗΜΙΑ

Δημήτρης Φραγκάκης

ΟΙ ΠΡΟΚΛΗΣΕΙΣ
ΤΗΣ ΕΠΟΜΕΝΗΣ ΜΕΡΑΣ

Τάσος Γούσιος

e-ΠΟΙΟΤΗΤΑ
ΣΤΟΝ ΤΟΥΡΙΣΜΟ

Οικογένεια Πίπη

ΤΟ ΙΑΤΡΙΚΟ ΜΕΛΛΟΝ
ΣΥΝΑΝΤΑ ΤΟ ΠΑΡΟΝ

Ένα διαφορετικό καλοκαίρι

ΠΑΡΑΛΙΕΣ ΔΙΑΜΑΝΤΙΑ
ΣΤΗΝ Π.Ε. ΛΑΡΙΣΑΣ

Υποθαλάσσιο Μουσείο Αλοννήσου

Ο ΠΑΡΘΕΝΩΝΑΣ
ΤΩΝ ΝΑΥΑΓΙΩΝ

Αλυσίδες καφέ

ΕΒΑΛΛΑΝ ΠΛΩΡΗ
ΓΙΑ ΤΟ ΕΞΩΤΕΡΙΚΟ

Ορεινές προ(σ)κλήσεις

ΠΕΝΤΕ ΧΩΡΙΑ
ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΔΕΙΣ

Βόρειο Αιγαίο

ΠΕΝΤΕ ΝΗΣΙΑ
«ΓΑΛΑΖΙΑ» ΔΙΑΜΑΝΤΙΑ

Μάρα Καρέτσου

Η ΛΑΡΙΣΑ, ΕΝΑΣ
ΠΑΡΑΔΕΙΣΟΣ ΣΤΗ ΓΗ...

larissanet.gr

Η πρώτη επιλογή των Λαρισαίων και στις διακοπές



EXALCO

ALUMINIUM SYSTEMS

εξοικονομώ
καλύτερα ζω!



Αναβαθμίστε τον χώρο και την ποιότητα ζωής σας με τα κορυφαία συστήματα αλουμινίου **EXALCO** που παρέχουν ασφάλεια, οικονομία, υψηλή αισθητική και δίνουν λύσεις για μια ζωή.

EXALCO
Σταθερή αξία στη ζωή μας!

Για το πρόγραμμα **εξοικονομώ-αυτονομώ** γνωρίστε την εξειδικευμένη σειρά **EXALCO Economy** στο exalcoeconomy.gr

join us



exalco.gr

“ Μέχρι σήμερα
έψαχνα
το μεγαλύτερο
επιτόκιο.
Τώρα;
Τι θα πρέπει
να ψάχνω;
”

Στο νέο οικονομικό
περιβάλλον που μοιάζει
πολύπλοκο, ελάτε να
μιλήσουμε για τις επιλογές
που έχετε σε Επενδυτικά &
Τραπεζοασφαλιστικά
Προγράμματα.

#moirazomastetignosi

προτεραιότητα
σε εσένα



* EDITORIAL

Πάμε σαν άλλοτε...

Του Χρήστου Μπεχλιβάνου
bechlivanos@larissanet.gr

Μία ακόμη, δεύτερη κατά σειρά δύσκολη χρονιά η φετινή για τον τουρισμό εξαιτίας της πανδημίας. Χιλιάδες τουριστικές επιχειρήσεις «φόρεσαν» τα καλύτερά τους για να υποδεχθούν με απaráμιλλη ευγένεια, αστραφτερά χαμόγελα και φιλικές τιμές τους παραθεριστές. Και χιλιάδες επιχειρήσεις δεν άνοιξαν ή δεν θα ανοίξουν ούτε τη φετινή σεζόν καθώς η επικρατούσα υγειονομική κατάσταση και οι συνέργειες με μεγάλα τουριστικά γραφεία, κυρίως της Μ. Βρετανίας, των ΗΠΑ, της Γερμανίας και άλλων χωρών δεν το επέτρεψαν.

Ο τουριστικός τομέας αποτελεί έναν από τους ισχυρούς πυλώνες της εθνικής μας οικονομίας. Οι πληγές από τη διετία της πανδημίας δεν επουλώνονται εύκολα, ούτε από τα ληφθέντα μέτρα, τις ενισχύσεις, τις μη επιστρεπτέες προκαταβολές και τις όποιες ελαφρύνσεις σε δημοτικά τέλη κ.α. Ο τουρισμός είναι μια απαιτητική «βιομηχανία» της ελληνικής οικονομίας.

Η παροχή ποιοτικών υπηρεσιών δεν αρκεί πλέον για να είμαστε ανταγωνιστικοί καθώς η «4η βιομηχανική επανάσταση» και η «5η βιομηχανική επανάσταση» που βρίσκεται στα σκαριά, άλλαξαν ριζικά το τουριστικό προϊόν. Επίσης θα πρέπει να συνυπολογίζουμε τις παρενέργειες της υγειονομικής κρίσης, αλλά και τα νέα δεδομένα στην Ευρώπη, μετά το Brexit και την αποχώρηση της Μεγάλης Βρετανίας από τη μεγάλη ευρωπαϊκή οικογένεια, όπως και τη στάση των ΗΠΑ και άλλων ευρωπαϊκών χωρών με τις ταξιδιωτικές οδηγίες που εκδίδουν και κατευθύνουν σε χώρες ή αποκλείουν τις μετακινήσεις των πολιτών τους σε covid free προορισμούς, όπως η Ελλάδα.

Ο τουρισμός έχει αποδείξει διαχρονικά πως είναι πολύ σκληρός κλάδος και από εκείνους που άντεξαν ακόμη και τη δεκαετία της χρεοκοπίας στη χώρα μας. Οπότε, απ' όσα κύματα κι να χρειαστεί να περάσει το μόνο σίγουρο είναι ότι και θα αντέξει και θα βάλει πλώρη για την ανάπτυξη στη νέα εποχή, η οποία θα' ναι πλέον ψηφιακή και σ' αυτό συνέβαλε ως επιταχυντής και η πανδημία. Μία



Φωτ. Τάσος Τζεζαίριδης

νέα σελίδα ανοίγει στον τουρισμό μετά τον κορωνοϊό και τις αλλεπάλληλες καραντίνες. Μια σελίδα στην οποία η χώρα μας μπορεί να πρωταγωνιστεί στη Μεσόγειο. Και η Θεσσαλία μας μπορεί να κάνει άλματα και να κερδίσει ένα σπουδαίο μερίδιο από τον ποιοτικό τουρισμό καθόλη τη διάρκεια του έτους.

Στο τεύχος που κρατάτε στα χέρια σας, το πιο πλούσιο σε ύλη τα τελευταία χρόνια, φιλοξενούμε αρθρογραφία που δείχνει το δρόμο και τις προκλήσεις του τουρισμού, προτείνουμε προορισμούς για το φετινό καλοκαίρι και επιμένουμε πως είναι επιλογή μας, όλοι μας να στηρίξουμε τον τουρισμό μας ανακαλύπτοντας και οι ίδιοι τις παραλίες – διαμάντια του τόπου μας, τα νησιά μας, τα μικρά γραφικά, όμορφα και ιστορικά χωριά μας, τα Μνημεία και τους αρχαιολογικούς θησαυρούς, την ιδιαίτερη κουλτούρα κάθε περιοχής. Μένουμε λοιπόν στον τόπο μας, ταξιδεύουμε και ανακαλύπτουμε τους κρυμμένους μας θησαυρούς, τις ακτές, τις σπηλιές, τα χωριουδάκια και όλες τις γεύσεις του τόπου μας απολαμβάνοντας τα βράδια θεατρικές και μουσικές παραστάσεις, συναυλίες και πολιτιστικά δρώμενα σε όλη τη θεσσαλική περιφέρεια. Πόσο μας έλειψαν όσα θεωρούσαμε δεδομένα! Πόσο μας έλειψαν τα ανέμελα και ασφαλή ελληνικά καλοκαίρια. Όρα να τα ξαναζήσουμε όλοι και με ασφάλεια. Πάμε σαν άλλοτε... Καλές διακοπές λοιπόν σε όλους!

**Και φέτος σας προτρέπουμε να πάρετε βιβλία στις αποδράσεις σας.*

Φωτ. εξωφύλλου Unsplash/bruce-christianson

ΣΥΛΛΕΚΤΙΚΗ ΕΚΔΟΣΗ ΤΗΣ LARISSANET
Summer 2021
Περιοδικό της εφημερίδας Larissanet
ISSN: 2654-0398

Ιδιοκτήτης - Εκδότης - Διευθυντής: Χρήστος Μπεχλιβάνος
Υπεύθυνη διαφήμισης: Σπυριδούλα Μέμτα
Σχεδιασμός: Ατελιέ Larissanet
ΕΚΤΥΠΩΣΗ: INTERTYPI

Γραφεία: Παπακυριαζή 53, ΤΚ 41222, Λάρισα
Τ: 2410 670 588 • 2410 256 381
U: www.larissanet.gr • E: info@larissanet.gr

Γράφουν: Πάννης Ανδρεάκης, Νίκος Ασπρούδης, Γιάννης Παννακόπουλος, Άκης Μπισούλης, Στέλλα Μπάσδρα, Μενέλαος Κατοσιμπέας, Μιχάλης Τζεζαίριδης, Ευανθία Καραβέντζα, Τάσος Καστρινός, Βασίλης Αλεξίου, Φανή Δουρδούρα, Βάιος Κουτριντζής.

Άρθρα: Χάρης Θεοκάρης, Σοφία Ζαχαράκη, Κατερίνα Νοτοπούλου, Δημήτρης Φραγκάκης, Δημήτρης Βέργαρος, Τάσος Γούσιος.

Φωτογραφίες: Eurokinissi, Larissanet, Θανάσης Καλλιάρης, Λεωνίδας Τζέας, Μιχάλης Τζεζαίριδης, Κώστας Τσομάκος, Θηλέμαχος Μπεχλιβάνος, Τάσος Τζεζαίριδης.

*** Διανέμεται δωρεάν με την εφημερίδα Larissanet**



INTERCOMM FOODS

Taste of Greece!



8th km Road Larissa Sykoyrion, 41500, Greece, T: +30 2410 575092-3, F: +30 2410 575091, email: olivexport@intercomm.gr, fruitsales@intercomm.gr

www.intercomm.gr

Ο μετασχηματισμός του ελληνικού τουρισμού

Η επανεκκίνηση του ελληνικού τουρισμού αποτέλεσε πεδίο σχεδιασμών, εκτιμήσεων αλλά και σημαντικών αποφάσεων που τοποθετούν τη χώρα μας στρατηγικά στον άξονα των πρωτοπόρων. Μία σειρά από κινήσεις, άμεσες αποφάσεις χωρίς κωλυσιεργίες και περιττές καθυστερήσεις, ρεαλιστική αποτύπωση της κατάστασης και εμπιστοσύνη στις απόψεις των ειδικών, οδηγούν τον τουρισμό στη νέα του εποχή.

Μία εποχή που βασικά της συστατικά είναι η καινοτομία αλλά και οι δυναμικές απαντήσεις στις προκλήσεις του μέλλοντος. Η στροφή του ελληνικού τουριστικού προϊόντος στη βιώσιμη, ποιοτική και ταυτόχρονα πολυεπίπεδη τουριστική ανάπτυξη, αποτελεί μονόδρομο και εξ αρχής βασικό δικό μας στόχο. Η μεγιστοποίηση των ωφελειών για τον κλάδο αλλά και για την εθνική μας οικονομία εντάσσονται στο βασικό μας πλάνο που έχει ως κύριο άξονα τον στρατηγικό μετασχηματισμό του ελληνικού τουρισμού.

Βασικοί παράμετροι αλλά και στόχοι αυτού του μετασχηματισμού έρχονται να ενταχθούν σε ένα πλάνο

ενεργειών που φέρνει νέα οπτική και δημιουργεί τις προϋποθέσεις για τουρισμό ποιοτικό, βιώσιμο και πιο αποδοτικό. Ποιοι όμως είναι αυτοί οι στόχοι και πώς εντάσσονται στην στρατηγική; Η βελτίωση των κύριων χαρακτηριστικών του τουριστικού προϊόντος, η αναβάθμιση των παρεχόμενων υπηρεσιών αλλά και ο εμπλουτισμός της τουριστικής εμπειρίας των επισκεπτών με όρους ποιοτικούς και όχι ποσοτικούς θέτουν τη σωστή βάση του τουρισμού που επιδιώκουμε για τη χώρα μας. Είναι αυτοί οι στόχοι, όπου μαζί με την επιμήκυνση της τουριστικής περιόδου, την αειφορία, τον ψηφιακό μετασχηματισμό αλλά και την περιφερειακή ισοτιμία στην κατανομή του τουριστικού προϊόντος αποτελούν τα κύρια ζητούμενα.

Σε αυτό το πλαίσιο, στοχεύουμε σε νέες αγορές, διευρύνουμε τις υφιστάμενες ενώ παράλληλα εστιάζουμε σε νέα καινοτόμα trends όπως οι ψηφιακές νομάδες, αλλά και καθετί που μπορεί να μας φέρει στην αιχμή της εξέλιξης και της αξιοποίησης της τεχνολογίας.

Την ίδια στιγμή, επενδύουμε σημαντικά στην αξιοποίηση νέων μέσων ψηφιακού marketing, αξιοποιώντας το κατάλληλο ανθρώπινο δυναμικό αλλά και κάθε καινούριο αξιόλογο εργαλείο από το χώρο των μέσων κοινωνικής δικτύωσης.

Στο ίδιο πλαίσιο εντάσσεται η βελτίωση της ανταγωνιστικότητας, η ενίσχυση των δεξιοτήτων των εργαζομένων στον τουρισμό, η ανάπτυξη σύγχρονων και προσοδοφόρων μορφών τουρισμού όπως είναι ο γαστρονομικός, ο καταδυτικός, ο ιατρικός, ο ιαματικός - θερμαλιστικός αλλά και η γενικότερη τροποποίηση στη φιλοσοφία της προβολής της χώρας. Η προσέλκυση επισκεπτών με υψηλότερες απαιτήσεις και ταυτόχρονα με υψηλότερο εισοδηματικό προφίλ, αποτελεί επίσης ένα βασικό στόχο του σχεδίου μας το οποίο και είναι αυτή τη στιγμή σε εξέλιξη.

Γιατί γίνονται όμως όλα αυτά; Ένα είναι το καταλυτικό στοιχείο, το οποίο μάλιστα ορίζει χωρίς δεύτερη σκέψη και αμφιταλαντεύσεις τη σπουδαιότητα του τουρισμού για τη χώρα μας και δεν είναι άλλο από την ίδια του τη συμμετοχή στην εθνική μας οικονομία, η οποία ξεπερνάει το 20%. Αυτό το στοιχείο από μόνο του, υπαγορεύει συνεχή και διαχρονική επαγρύπνηση, εκπόνηση σχεδίων δράσης και σεναρίων ώστε να είμαστε κάθε φορά έτοιμοι και καλά προετοιμασμένοι για το επόμενο βήμα.

Χρειάζεται επιμονή, ξεκάθαροι στόχοι, και περαιτέρω ενίσχυση της ποιοτικής στάθμης του ελληνικού τουρισμού. Ενισχύουμε την εικόνα της χώρας και την τοποθετούμε ανάμεσα στους πιο ελκυστικούς προορισμούς του πλανήτη.

Του Χάρη Θεοκάρη
Υπουργός Τουρισμού



**έχει θάλασσα
η Λάρισα;**

**67 χιλιόμετρα
παραλία...**

ΕΠΙΜΕΛΗΤΗΡΙΟ



ΛΑΡΙΣΑΣ

Παπακυριαζή 44
ΤΚ 41222, Λάρισα
τηλ: 2410 255388

**ζήσε εδώ την
αυθεντική
καλοκαιρινή
εμπειρία!**

Νομός Λάρισας

θάλασσα | βουνό | ιστορία | πολιτισμός | δραστηριότητες

Το μεγάλο, εθνικό μας στοίχημα

Στις 14 Μαΐου ο Ελληνικός Τουρισμός «Άνοιξε Πανιά», με ασφάλεια. Ξεκίνησε ένα ακόμα δύσκολο, αλλά ταυτόχρονα δυναμικό ταξίδι προς την ανάκαμψη και την ανάπτυξη.

Με αφετηρία το καλοκαίρι του 2021, που ξεκινάει σιγά – σιγά, ο κόσμος του τουρισμού δηλώνει παρών. Και έτοιμος να πετύχει αυτή τη φορά το μεγάλο στοίχημα. Την επιμήκυνση της τουριστικής περιόδου και ταυτόχρονα την ακόμα μεγαλύτερη διαφοροποίηση του τουριστικού μας προϊόντος απέναντι στον ανταγωνισμό. Η Ελλάδα ως προορισμός 365 ημέρες το χρόνο είναι πια το μεγάλο, εθνικό μας στοίχημα.

Περάσαμε μια πραγματικά πολύ δύσκολη περίοδο όπου δοκιμάστηκαν οι αντοχές όλων μας. Η πανδημία επηρέασε οριζόντια κάθε δραστηριότητα, σε κάθε κλάδο, με ορατές συνέπειες στην πορεία της εθνικής οικονομίας.

Οι επιπτώσεις στην τουριστική μας βιομηχανία, στην εστίαση και τα καταλύματα, αλλά και σε άλλους τομείς της επιχειρηματικότητας που συνδέονται ευθέως με τον τουρισμό προβληματίζουν ακόμα. Ταυτόχρονα όμως, βάζουν στο τραπέζι και μια σειρά προκλήσεων για όλα τα ενδιαφερόμενα μέρη.

Πέρυσι, η τουριστική κοινότητα πάλεψε να σταθεί όρθια στα πόδια της. Και το κα -

τάφερε. Φέτος, με τα πανιά τις προοπτικές ορθάνοιχτα και τον άνεμο της αισιοδοξίας ούριο, το ταξίδι της Ελλάδας στον παγκόσμιο ωκεανό του τουρισμού, μπορεί, πρέπει και θα είναι, παρά τις προφανείς δυσκολίες, πολύ καλύτερο. Οι παλιοί και καινούργιοι λάτρες της χώρας μας θα ικανοποιηθούν από την μοναδική φύση, τον ήλιο, τη θάλασσα, τους ανθρώπους, τον πολιτισμό και τη γαστρονομία μας.

Κάνουμε το μεγάλο βήμα μπροστά στην επανεκκίνηση του τουρισμού με πολλά όπλα στη φαρέτρα μας. Θεωρώ πολύ σημαντικό ότι η χώρα μας είναι έτοιμη να εφαρμόσει το ψηφιακό πιστοποιητικό για τα ταξίδια πολύ πριν την επίσημη εφαρμογή του την 1η Ιουλίου. Το ευρωπαϊκό, πράσινο ψηφιακό πιστοποιητικό είναι μια δική μας, εθνική επιτυχία που ξεκίνησε ως πρωτοβουλία του πρωθυπουργού Κυριάκου Μητσοτάκη. Αρκεί λοιπόν, ο επισκέπτης να βεβαιώνει στην ηλεκτρονική φόρμα PLF, και με τη βοήθεια του ψηφιακού πιστοποιητικού, ότι έχει αναρρώσει από τη νόσο ή έχει πραγματοποιήσει αρνητικό τεστ PCR ή έχει εμβολιαστεί πλήρως.

Η μετακίνηση από χώρα σε χώρα θα γίνεται ευκολότερα, χωρίς πρόσθετους περιορισμούς ή καραντίνες. Και βέβαια χωρίς διακρίσεις. Η αμοιβαιότητα ανάμεσα στη χώρα προέλευσης και τη χώρα υποδοχής είναι απαραίτητη. Φυσικά, η Ελλάδα όπως και κάθε άλλη χώρα μπορεί να έχει τη δική της εθνική πολιτική. Να εφαρμόζει δηλαδή διαφορετικούς κανόνες συμπεριφοράς στην καθημερινή ζωή. Αυτό που δεν μπορεί να συμβεί είναι οι διακρίσεις ανάμεσα σε επισκέπτες και πολίτες. Τα μέτρα πρέπει να ισχύουν για όλες και όλους.

Θέλουμε όσοι επισκεφτούν την Ελλάδα να έχουν την καλύτερη δυνατή ταξιδιωτική εμπειρία, αλλά και να νιώθουν ασφαλείς. Είμαστε έτοιμοι να αξιοποιήσουμε την εμπειρία της περασμένης χρονιάς και στους δειγματοληπτικούς ελέγχους που θα γίνονται στις πύλες εισόδου στη χώρα. Η χρήση καινοτόμων μεθόδων, όπως ο αλγόριθμος EVA, μας επιτρέπει να βελτιώνουμε τη στόχευσή μας και να περιορίζουμε τις αστοχίες.

Τέλος, ίσως και το πιο σημαντικό απ' όλα, με την κλιμακούμενη πρόοδο των εμβολιασμών δημιουργείται σταδιακά το επιθυμητό τείχος ανοσίας στην κοινότητα. Αυτή είναι και η καλύτερη εγγύηση για την ανάκαμψη του ελληνικού τουρισμού.

Το 2021 καλωσορίζουμε τους επισκέπτες και φίλους της Ελλάδας με ένα νέο, φρέσκο, δυναμικό τουριστικό αφήγημα. Η νέα καμπάνια του EOT ξεπερνά το στερεότυπο ήλιος και θάλασσα. Αναδεικνύει το τρίπτυχο «άνθρωποι-αξίες-εμπειρίες». Και με το σλόγκαν «All You Want is Greece», στεκόμαστε στο κατώφλι του «σπιτιού» μας, έτοιμοι να προσφέρουμε τη μοναδική ελληνική φιλοξενία. Με ένα διάπλατο χαμόγελο στο πρόσωπο και την καρδιά μας.



LARISSA IMPERIAL

★★★★★

LARISSA-GREECE



Ο απόλυτος προορισμός στη Λάρισα

Το **Grecotel Larissa Imperial**, ένα ξενοδοχείο κόσμημα στην καρδιά του θεσσαλικού κάμπου **σας υποδέχεται υπέροχα ανανεωμένο**. Με νέες, μοναδικές εμπειρίες, προσωποποιημένες υπηρεσίες υψηλού επιπέδου της Grecotel, τη χαρά του φαγητού σε υπαίθρια εστιατόρια στους κήπους δίπλα στην πισίνα κι ακόμα πιο ενισχυμένα μέτρα προστασίας και λειτουργία **«Stay Safe Protocol»** αποτελεί τον **ιδανικό προορισμό για ασφαλές κι ελεύθερο καλοκαίρι**.

Απλωμένο σε καταπράσινη έκταση που δροσίζεται από τεράστια εξωτερική πισίνα συνδυάζει την πολυτέλεια και την εγκάρδια φιλοξενία με την προστασία και την ασφάλεια. Ιδανικό για σύντομες αποδράσεις, το καλοκαιρινό σας γεύμα μετά από μια δροσιτική βουτιά στην πισίνα, τη διοργάνωση ενός γάμου σαν παραμύθι, αλλά και κάθε εκδήλωση. **Με νέα διακόσμηση** τα ευρύχωρα δωμάτια, οι υπέροχοι

σούιτες και τα μπανγκαλόους που φωλιάζουν στους κήπους προσφέρουν μια αξέχαστη διαμονή.

Με ζεστή ατμόσφαιρα και κοσμοπολίτικη αύρα αποτελεί διαχρονικό στέκι και σημείο αναφοράς στον γευστικό χάρτη της Λάρισας και ξεχωρίζει για τις εξαιρετικές γεύσεις του και το κομψό του περιβάλλον. **Με νέα φροντισμένη κάρτα και μενού** που μπορείτε να απολαύσετε στην οκιά των δέντρων και τη δροσιά της πισίνας.

Pool Bar

Η πιο διάσημη πισίνα της Λάρισας σας περιμένει για βουτιές και στιγμές απόλυτης ξεγνοιασιάς και χαλάρωσης.

Ανοικτό καθημερινά 12:00μ.μ. με 20:00μ.μ. Είσοδος στην πισίνα για τους μη-ένοικους 15€ (50% έκπτωση για παιδιά 6-12 ετών)
15% έκπτωση για καταναλώσεις σε εστιατόριο και bar.

Join us on social media
@GrecotelLarissaImperial

larissaimperial.com | grecotel.com |
T. 2410 687600 Λάρισα

Ο τουρισμός μετά την πανδημία

Της Κατερίνας Νοτοπούλου

Τομέαρχης Τουρισμού ΣΥΡΙΖΑ – Προοδευτική Συμμαχία

Η πανδημία έφερε μια πρωτόγνωρη κρίση στον κλάδο του τουρισμού, που θέτει σε κίνδυνο την βιωσιμότητα των επιχειρήσεων του κλάδου και ταυτόχρονα αναδιαμορφώνει τις συνθήκες της τουριστικής δραστηριότητας. Η επόμενη ημέρα δεν θα είναι η ίδια.

Όσο ο τουρισμός θα ανακάμψει, όμως πρέπει να αλλάξουμε και εμείς για να αντιμετωπίσουμε με επιτυχία τις προκλήσεις που διαμορφώνονται, σε ένα διαρκώς μεταβαλλόμενο περιβάλλον.

Σε επίπεδο οικονομικής προσέγγισης, πρέπει να θωρακίσουμε ιδιαίτερα τις μικρομεσαίες επιχειρήσεις, ώστε να αντέξουν στις πιέσεις των ανακατατάξεων της αγοράς, να ξεπεράσουν το φάσμα των πτωχεύσεων και του αφελληνισμού της ελληνικής ξενοδοχίας.

Και τούτο διότι οι τουριστικές επιχειρήσεις βρίσκονται σε εξαιρετικά δύσκολη θέση. Τα μέχρι τώρα μέτρα οικονομικής στήριξης είναι μη αποδοτικά και ανεπαρκή, ενώ στην πραγματικότητα δεν αφορούσαν
μ ε γ ά λ ο
μ έ ρ ο ς
τ ω ν

μικρομεσαίων επιχειρήσεων του τουρισμού. Οι επιστρεπτέες προκαταβολές που δόθηκαν ήταν λίγα και δανεικά που δεν έλυσαν το πρόβλημα. Οι ωφελούμενοι του προγράμματος για την εστίαση είναι ελάχιστοι σε σχέση με το πλήθος των επιχειρήσεων που έχουν ανάγκη. Το ΕΣΠΑ για όσες τουριστικές επιχειρήσεις τελικά αφορά, είναι ανεπαρκές τη στιγμή που υπάρχει σοβαρός κίνδυνος βιωσιμότητας, τα δάνεια «κοκκινίζουν», ο ευρωπαϊκός εποπτικός μηχανισμός SSM βάζει φρένο σε νέα δάνεια στον τουριστικό κλάδο.

Την ίδια στιγμή, προκύπτουν σοβαρά ερωτήματα και προβληματισμοί, στρατηγικής στόχευσης.

Το μοντέλο ανάπτυξης του ελληνικού τουρισμού είχε φτάσει σε σημείο κορεσμού. Η επόμενη ημέρα είναι μια νέα εποχή.

Ο τουρισμός θα ανακάμψει, αλλά οι νέες προκλήσεις θα πρέπει να μας κινητοποιήσουν για να διατηρήσει τη θέση του ο ελληνικός τουρισμός στον διεθνή τουριστικό χάρτη. Πρέπει να μην αφήσουμε αυτή την κρίση να μας αποπροσανατολίσει. Να μην εγκαταλείψουμε τους μακροπρόθεσμους στόχους μας!

Και αυτό σημαίνει ένα ιεραρχημένο σχέδιο για υποδομές-υπηρεσίες, μεταφορές και δίκτυα με την αξιοποίηση όλων των διαθέσιμων εργαλείων.

Η πανδημία στην πραγματικότητα επίσπευσε την ανάγκη μετάβασης σε ένα νέο μοντέλο βιώσιμης τουριστικής ανάπτυξης, που πρέπει να έχει ως στόχο την ενίσχυση της ανταγωνιστικότητάς του ελληνικού τουριστικού κλάδου και της ικανότητάς του να αναπτύσσεται με βιώσιμο τρόπο. Να απαντά πειστικά στις προκλήσεις της κλιματικής αλλαγής, της νέας γενιάς ταξιδιωτών και του ψηφιακού μετασχηματισμού του κλάδου.

Η κρίση της πανδημίας, που είχε εντελώς διαφορετικά χαρακτηριστικά από την κρίση χρέους στην οποία ο τουρισμός άντεξε και αποτέλεσε το βασικό μοχλό ανάκαμψης, ανέδειξε δομικά προβλήματα του παραγωγικού μας μοντέλου.

Η μεγάλη εξάρτηση από τον τουριστικό κλάδο είναι δεδομένη, όμως πρέπει να θέσει την συζήτηση σε ορθή βάση.

Διότι ο τουρισμός είναι και θα παραμείνει βασικός μοχλός ανάπτυξης της εθνικής μας οικονομίας.

Για αυτό το λόγο, ο αναπτυξιακός στόχος του σχεδίου μας για τον τουρισμό, πέραν της συμβολής στο ΑΕΠ και την αύξηση της απασχόλησης, είναι να προσελκύει τουρίστες όλο το χρόνο, να δημιουργεί αλληλεπιδράσεις με τους προορισμούς και να συντηρεί βιώσιμες επιχειρήσεις σε όλο το τουριστικό οικοσύστημα.

Να χτίζει γέφυρες με όλες τις παραγωγικές δραστηριότητες, εντάσσοντας την τοπική παραγωγή στην τουριστική αλυσίδα, λειτουργώντας ως επιταχυντής των άλλων κλάδων της οικονομίας.



BoConcept®
urban design



Το δανέζικο design και η υψηλή ποιότητα υλικών συνδυάζονται αρμονικά στη σειρά επίπλων εξωτερικού χώρου της **BoConcept** δημιουργώντας το ιδανικό καλοκαιρινό σκηνικό για τον κήπο ή τη βεράντα. Επισκεφθείτε την έκθεση του **Cosmos** για να ανακαλύψετε μοναδικές συνθέσεις και προτάσεις της BoConcept αλλά και για να λάβετε εντελώς δωρεάν τις συμβουλές των διακοσμητών μας για τις ανάγκες του δικού σας χώρου.

bizzotto

Η Ιταλική εταιρεία **Bizzotto** με μακρά παράδοση στον χώρο της διακόσμησης, ξεχωρίζει και στα έπιπλα κήπου και είδη outdoor με δεκάδες προτάσεις σχεδίων, υλικών και στυλ. Οι συλλογές της εταιρείας είναι εμπνευσμένες από τον αυθεντικό Ιταλικό σχεδιασμό διατηρώντας προσιτές τιμές, προσφέροντας ένα όμορφο και πρωτότυπο σπίτι για όλους! Ανακαλύψτε τη συλλογή της Bizzotto στο κατάστημα **Cosmos**.



BoConcept
urban design

calligaris
ITALIAN
HOME DESIGN
SINCE 1923

Pacific
LIVING

entô

G X G
HOME

bizzotto
homeemotion

ΛΑΡΙΣΑ ΠΕΡΙΦΕΡ. ΟΔΟΣ ΛΑΡΙΣΑΣ-ΤΡΙΚΑΛΩΝ
Τ 2410 670 970 F 2410 670 977
Facebook Cosmos AE E-shop www.cosmos.com.gr
Ωράριο Δε-Παρ 09:00 - 20:00 & Σαβ 10:00 - 16:00

cosmos
εμπορικό κέντρο οικιακού εξοπλισμού
Πάντα με μεγάλες προσφορές!

Οι προκλήσεις της επόμενης μέρας για τον ελληνικό τουρισμό

Το 2020, ο παγκόσμιος τουρισμός γνώρισε την μεγαλύτερη μέχρι σήμερα κρίση εξαιτίας των έκτακτων υγειονομικών, κοινωνικών και οικονομικών συνθηκών που δημιούργησε η πανδημία COVID-19. Σύμφωνα με τα στοιχεία του Παγκοσμίου Οργανισμού Τουρισμού, η πτώση της διεθνούς τουριστικής κίνησης ανήλθε στο 74% σε σχέση με το 2019. Χάθηκαν 730 δισ. έσοδα και περίπου 100-120 εκατομμύρια θέσεις εργασίας στους σχετικούς με τον τουρισμό κλάδους.

Η πανδημία «χτύπησε» την Ελλάδα σε μία περίοδο όπου ο τουρισμός σημείωνε ιστορικά τις καλύτερες επιδόσεις του, καθώς το 2019 εξελίχθηκε στην καλύτερη χρονιά του ελληνικού τουρισμού. Σύμφωνα με τα στοιχεία το 2019, οι τουριστικές αφίξεις αυξήθηκαν κατά 2,8%, έναντι του 2018 και έφθασαν στα 34 εκατ. ταξιδιώτες και οι ταξιδιωτικές εισπράξεις ξεπέρασαν τα 18 εκατ. ευρώ παρουσιάζοντας αύξηση κατά 13% σε σχέση με το 2018. Η συμβολή του τουρισμού στο

ΑΕΠ της χώρας, το 2019, εκτιμάται έως και το 30,9% (άμεση και έμμεση) και ο

25,9% της αγοράς εργασίας. Την περίοδο Ιανουαρίου-Οκτωβρίου 2020 όμως, η εισερχόμενη ταξιδιωτική κίνηση μειώθηκε κατά 76,1% σε σχέση με την αντίστοιχη περίοδο του 2019. Σύμφωνα με την Τράπεζα της Ελλάδας, οι ταξιδιωτικές εισπράξεις για την περίοδο Ιανουαρίου-Οκτωβρίου 2020, εμφάνισαν μείωση κατά 77%, ενώ το α' τρίμηνο του 2020, οι απασχολούμενοι σε δραστηριότητες υπηρεσιών παροχής καταλύματος και εστίασης μειώθηκαν κατά 20,4%.

Είναι προφανές ότι ο ελληνικός τουρισμός βρίσκεται σε ένα κρίσιμο σταυροδρόμι. Το 2020 καταφέραμε, με συλλογική προσπάθεια, να κρατήσουμε όρθια την τουριστική μας βιομηχανία ενώ το μεγάλο στοίχημα για το 2021 είναι να ξεκινήσει με ασφάλεια η ανάκαμψη του τουρισμού μας. Η πραγματική επανεκκίνηση του ελληνικού τουρισμού όμως θα γίνει σταδιακά, θα χρειαστεί χρόνο και θα εξαρτηθεί, ανάμεσα σε άλλα, από την προσαρμογή μας στα νέα δεδομένα. Η πανδημία πέραν της ζημιάς που έχει προξενήσει στον κλάδο, λειτουργεί άλλωστε και ως επιταχυντής εξέλιξεων στον τουρισμό.

Η βιωσιμότητα και η αειφορία του τουριστικού μας προϊόντος αποτελεί μία πρώτη μεγάλη πρόκληση για την Ελλάδα. Τα επόμενα χρόνια θα λαμβάνονται σοβαρά υπόψη στις τουριστικές επιλογές και θα συνδέονται άμεσα με την διατήρηση των φυσικών πόρων και την ελκυστικότητα των προορισμών.

Η επένδυση στην **αυθεντικότητα και την ξεχωριστή ταυτότητα** είναι επίσης ένας κρίσιμος στόχος του τουρισμού μας. Είναι στοιχεία που μας ξεχωρίζουν και μας διαφοροποιούν από τον ανταγωνισμό και αποτελούν βασικά συστατικά του νέου αφηγήματος προβολής του ελληνικού τουρισμού.

Τέλος η **ασφάλεια, η υγιεινή αλλά και η ψηφιοποίηση** στις τουριστικές υπηρεσίες είναι ανάγκη να επιταχυνθεί καθώς θα αποτελέσουν σημαντικούς παράγοντες επιλογής ενός προορισμού, άρα θα τον καταστήσουν και πιο ανταγωνιστικό.

Η Ελλάδα δεν συμπεριλαμβάνεται τυχαία μεταξύ των σημαντικότερων τουριστικών προορισμών διεθνώς. Διαθέτει και το προϊόν και τους ανθρώπους και τις υποδομές αλλά και όλες τις προϋποθέσεις, όχι απλά να διατηρηθεί, αλλά να πρωταγωνιστήσει στον παγκόσμιο τουριστικό χάρτη τα επόμενα χρόνια. Οι προκλήσεις για ένα βιώσιμο τουρισμό, καθ' όλη την διάρκεια του χρόνου με περισσότερα οφέλη για τις τοπικές κοινωνίες είναι μία κρίσιμη πρόκληση και ένας εφικτός στόχος. Η κρίση του COVID αποτελεί ξεκάθαρα και μία ευκαιρία. Στο χέρι μας είναι να μην την αφήσουμε αναξιοποίητη.





connubia



Καλωσορίσατε... έξω!

Ο πολύχρωμος και παιχνιδιάρικος κόσμος της **Connubia** by **Calligaris** διευρύνει τους ορίζοντες του design και μας προσκαλεί να κοιτάξουμε έξω από τους τέσσερις τοίχους. Η σειρά επίπλων εξωτερικού χώρου της ιταλικής εταιρείας **Connubia**, που θα βρείτε στο κατάστημα **Cosmos**, φέρνει μια ανάσα φρέσκου αέρα στον κήπο και στη βεράντα, εμπνευσμένη από τα χρώματα της μεσογείου, της φύσης και του καλοκαιριού.

Επισκεφθείτε την έκθεση μας και περιηγηθείτε σε 3.500 τ.μ. πρωτοποριακού Design!



BoConcept
urban design

calligaris 
ITALIAN
HOME DESIGN
SINCE 1923

Pacific
LIVING

entôs


GNG
HOME

bizzotto
homemotion

ΛΑΡΙΣΑ ΠΕΡΙΦΕΡ. ΟΔΟΣ ΛΑΡΙΣΑΣ-ΤΡΙΚΑΛΩΝ
Τ 2410 670 970 F 2410 670 977
Facebook Cosmos AE E-shop www.cosmos.com.gr
Ωράριο Δε-Παρ 09:00 - 20:00 & Σαβ 10:00 - 16:00

cosmos
εμπορικό κέντρο οικιακού εξοπλισμού
Πάντα με μεγάλες προσφορές!

Μια μυστική συνταγή!

Το ελληνικό καλοκαίρι έχει μια μοναδική ιδιότητα: Παραμονεύει στο μυαλό και στις αισθήσεις μας όλο το χρόνο και μπορεί να απελευθερωθεί με μια ασήμαντη αφορμή: Με μια πλιαχτίδα ενός πρωινού. Με ένα άρωμα ενός δειλινού. Μ' έναν ήχο, ένα τραγούδι ή μια απλή σκέψη. Κι έτσι το μυαλό πλημμυρίζει από καλοκαιρινές εικόνες!

Αλήθεια, πόσα καλοκαίρια φωλιάζουν στο μυαλό μας; Πόσες στιγμές από παραλίες, έρωτες, ή απόβραδα μ' ένα φεγγάρι να φωτίζει τη θάλασσα; Τόσα πολλά που είναι να απορείς πως καταφέρνουν και κρύβονται όλες αυτές οι εικόνες, όλες οι αισθήσεις και οι θύμισες, καθώς ξεχύνονται με μια ανάσα, φέρνοντας αυτή τη γλυκιά προσμονή του επόμενου καλοκαιριού. Είναι λες και ένα μαγικό χέρι ενώνει σε μια στιγμή όλα τα κομμάτια του παζλ και αποκαλύπτεται μπροστά μας ένας υπέροχος γαλάζιος κόσμος...

Όμως μάλλον αυτή είναι η ιδέα: Η ζωή μας είναι ένα τεράστιο φορτίο από αναμνήσεις και συναισθήματα που κρύβονται σ' ένα μυστικό σύννεφο, έτοιμο να ξεσπάσει με το παραμικρό και να προκαλέσει μια πραγματική βροχή αναμνήσεων. Κι είναι κάτι τέτοιες στιγμές του Ιούνη που οι «βροχές» των καλοκαιρινών μας αναμνήσεων γίνονται όλο και πιο συχνές. Είναι μάλλον μια ανάγκη.

Νομίζω πως στην Ελλάδα, μόνο και μόνο γι' αυτή τη «βροχή» είμαστε τυχεροί. Όχι απλώς επειδή μπορεί να ξεσπάσει από μια θύμηση, αλλά επειδή αυτό το σύννεφο γεμίζει κάθε μέρα με καινούρια βροχή. Κάθε καλοκαίρι το φορτίο του μεγαλώνει και γίνεται όλο πιο «έτοιμο» να ξεσπάσει. Και να συνεπάρει στο ξέσπασμά του όλες μας τις αισθήσεις.

Είμαι βέβαιος ότι αυτή την «μαγική» ιδιότητα του ελληνικού καλοκαιριού την καταλαβαίνουν όλοι. Όχι μόνο οι Έλληνες που με κάποιον τρόπο ζουν σ' αυτόν τον «παράδεισο» αλλά και οι επισκέπτες που φτάνουν στις ελληνικές παραλίες από κάθε γωνιά του κόσμου. Και δεν είναι ο ήλιος και η θάλασσα που τους μαγεύουν. Αλλά αυτό το «αόρατο» σύννεφο των αναμνήσεων, των συναισθημάτων το οποίο κρύβεται και στις δικές τους στιγμές έτοιμο να ξεσπάσει.

Αυτό το απίστευτο παζλ από εικόνες, αρώματα, συναισθήματα και γεύσεις επιστρέφει. Γυρίζει στον τόπο που μια μαγική συνταγή μετατρέπει τα όνειρα σε αισθήσεις και τις εμπειρίες σε αναμνήσεις. Γράφει στο DNA μας με ανεξίτηλα γράμματα πως το καλοκαίρι είναι εδώ και απελευθερώνει τη βροχή των συναισθημάτων και των αναμνήσεων που κρύβεται στο σύννεφο του μυαλού μας. Κι έτσι πλημμυρίζει ξανά η καρδιά και η σκέψη μας...

Καλό καλοκαίρι σε όλους.

Γράφει ο Γιάννης Γιαννακόπουλος

MADE IN GREECE



choose
colour
& print
your logo

T: 2410 541515
info@lfcmed.gr
www.lfcmed.gr



**LARISA
FACE
COVER**

Προστασία...
που σου πάει!

Γυρίσαμε...!

Κυριακάτικος πρωινός περίπατος στο κέντρο της πόλης, καλοκαίριασε για τα καλά, έχει ζέστη, αλλά ένα αεράκι την απαλύνει και στα ισκιάδια είναι σχεδόν άνοιξη. Οι δρόμοι άδειοι σχεδόν και όσα αυτοκίνητα περνούν, σίγουρα θα οδεύουν για τα κοντινά παράλια. Η ψυχία αφήνει το θρόισμα των φύλλων να φτάνει μέσα σου λες και βρέθηκες κάπου στην εξοχή, ανάλαφρη η διάθεση μετά από έναν τόσο δύσκολο καιρό. Ένα τραγουδάκι έρχεται στα χείλη σαν σφύριγμα και το τετράποδο φιλαράκι σηκώνει τα αυτιά και κουνά την ουρά του στο ρυθμό, λες και ξέρει το ασματάκι της στιγμής.

Περπατώντας βρίσκω δυο τρεις γνωστούς, πιστοποιημένοι με αντι-covid εμβόλιο όλοι μας, χαιρετιόμαστε με ζωηράδα, δεν κάνουμε αγκαλιές αλλά πού θα πάει θα έρθει η ώρα τους. Μετά τα τι κάνεις, πώς είναι τα παιδιά και όλα τα συναφή, η ερώτηση του καλοκαιριού:

-Εδώ είσαι; Πώς και δεν πήγες θάλασσα;

-Δεν πήγα. Νωρίς είναι ακόμη κι εξάλλου τα Σαββατοκύριακα έχει τόσο κόσμο στις θάλασσες και τόση ψυχία εδώ που προτιμώ το εδώ.

Ακόμα λίγες κουβέντες, χωρίζουμε και εγώ συνεχίζω τον δρόμο μου. Πολύ καιρό είχα να τριγυρίσω στην πόλη και μου φαίνεται διαφορετική, πιο όμορφη θάλεγα. Δεν ξέρω αν είναι οι αναπλάσεις, δεν ξέρω πάλι αν η απουσία αυτοκινήτων φταίει που της χαρίζει μια άλλη όψη, ανθρώπινη, φιλική, πεντακάθαρη κάτω απ' τον πρωινό ήλιο, μπορεί τελικά να φταίει η διάθεσή μου.

Καλοκαίρι λοιπόν, μέσα Ιούνη γράφονται τούτες οι γραμμές. Ντάλα καλοκαίρι δεν το λες, λίγο έβρεξε, λίγο λείει θα ξαναβρέξει. Όπως και νάχει θάρθουν οι ζέστες οι μεγάλες, θάρθει και η

γκρίνια μας, θα πάμε και στις θάλασσες...στα όρη στα βουνά...

Μέχρι τότε έχουμε και λέμε, και τι να πρωτοπούμε τώρα που ίδιοι αλλά αλλιώςτικοί ξαναναμύνουμε μετά από ένα μακρύ ταξίδι μέσα στον φόβο και την παγκόσμια κυριαρχία του κακού που έχει όνομα και ταυτότητα, ούτε να τα γράψω δεν θέλω πια...

Βαδίζω και σιγοσφυρίζω, ανεμελιά στο τέρμα! Τελικά αυτό το εμβολιαστικό ISO πρέπει να σου παίρνει ένα τεράστιο βάρος, δεν εξηγείται αλλιώς αυτό το ανάλαφρο βήμα. Η ανεμελιά βρε αδελφέ δεν είναι μόνο πρωθυπουργικό προνόμιο... Καλά εμείς προτού τζουνηθούμε δεν κάναμε χαρούλες, αλλά τώρα βάλτε φωτιά και κάψτε το, που λείει και η ασιδός! Καλά δεν ξεθαρρεύουμε τελείως, μασκούλα θα κρατήσουμε όπου δη, αγκαλιές και φιλιά αργά αργά, αλλά η επιστροφή, επιστροφή! Τέλος! Γυρίσατεεεεε; Γυρίσαμε.

Γιατί γυρίσατε; Γυρίσαμε γιατί οι άνθρωποι γυρίζανε ανά τους αιώνες τους αμέτρητους από χειρότερες καταστροφές, γυρίζανε γιατί σε τούτον τον μικρούτσικο μπροστά στο σύμπαν πλανήτη χώρεσαν το σύμπαν όλο, ίσως γιατί το μεγαλύτερο προσόν και χάρισμά τους είναι τα όνειρα, το «όνειρο» ίσως πάλι γιατί οι άνθρωποι συνεχίζουν να ερωτεύονται τον άνθρωπο, την πλάση, το άγνωστο, τη ζωή που όσο εγγύτερα βρεθεί στο επέκεινα, τόσο πιο όμορφη φαντάζει...!

Τόσο μεγάλη βόλτα είχα καιρό να κάνω! Γυρίζω αργά-αργά...Ο τετράποδος φίλος αρχίζει και φρενάρει...Άντε του λέω σε λίγες μέρες θα πάμε θάλασσα, μη γκρινιάζεις, σκέψου πόσο τυχεροί είμαστε.

Είμαστε καλά, έχουμε ISO, έχουμε τις αγάπες μας, καινούρια όνειρα ψάχνουν να μας βρουν... όλα μας περιμένουν... καλοκαίριασε...!

Γράφει η Στέλλα Μπιρόδρα

**Ασφαλής,
ευέλικτη,
φιλική,
δική μας!**

Πόλη - πόλη μεγαλώνουμε μαζί!

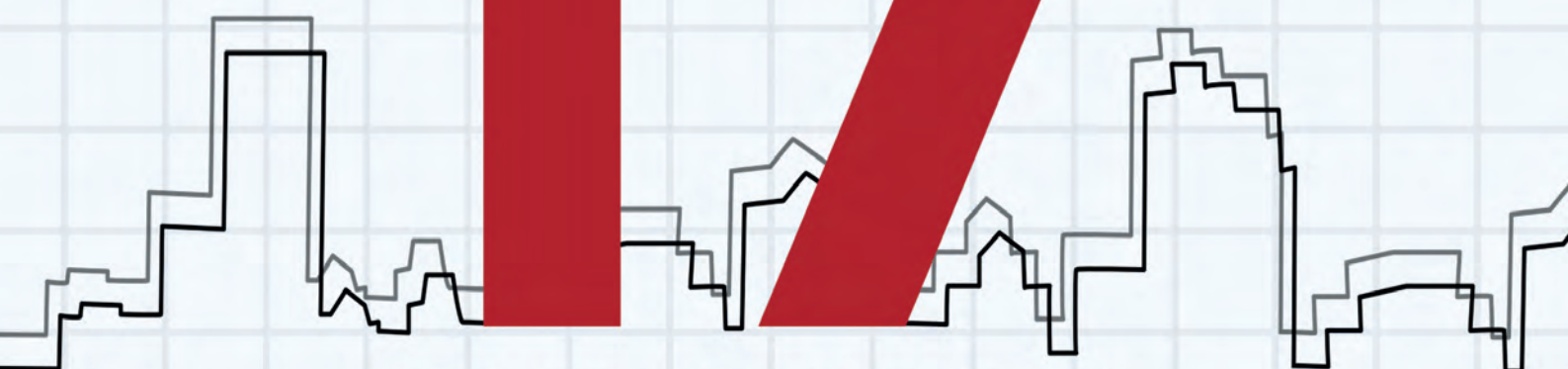


**ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΤΙΚΗ
ΤΡΑΠΕΖΑ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ**

Σας γνωρίζουμε, σας στηρίζουμε.

Δυνατότητα εξυπηρέτησης σε 10 καταστήματα, 130 σημεία σε όλη την Ελλάδα και σε όλα τα ΑΤΜ

kw ONE
KELLERWILLIAMS®
ΚΤΗΜΑΤΟΜΕΣΙΤΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ



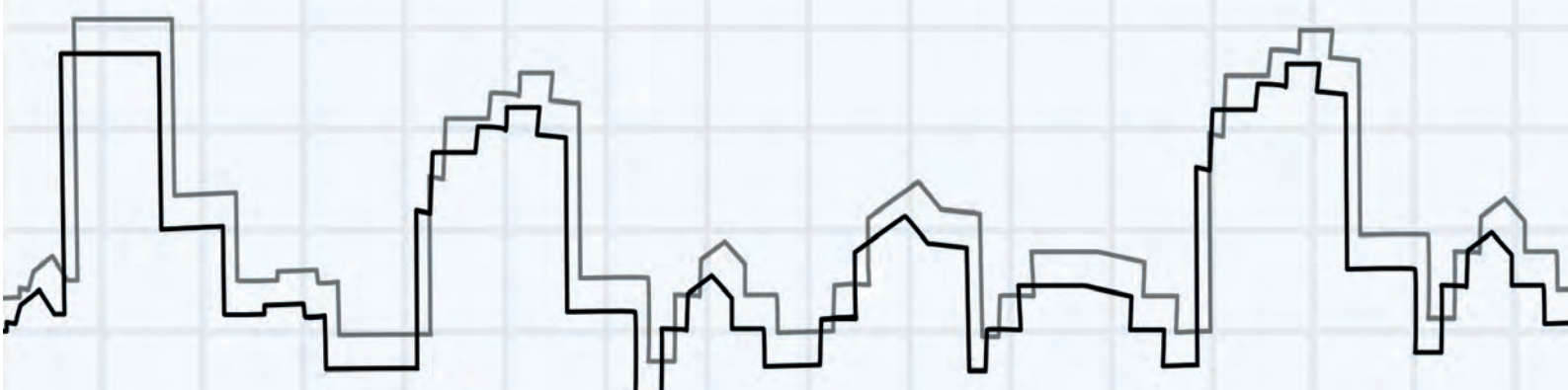
17
ΧΡΟΝΙΑ

ΕΥΧΑΡΙΣΤΟΥΜΕ ΤΗ ΛΑΡΙΣΑΪΚΗ ΚΟΙΝΩΝΙΑ
ΠΟΥ ΜΑΣ ΧΑΡΙΖΕΙ **17 ΧΡΟΝΙΑ ΤΗΝ ΠΡΩΤΙΑ**
& ΤΟΝ ΥΓΙΗ ΑΝΤΑΓΩΝΙΣΜΟ ΠΟΥ ΜΑΣ ΚΡΑΤΑ
ΣΤΑΘΕΡΑ ΣΤΗΝ ΚΟΡΥΦΗ

ΚΤΗΜΑΤΟΜΕΣΙΤΙΚΕΣ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ ΥΨΗΛΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ

ΠΟΥ ΑΝΤΑΠΟΚΡΙΝΟΝΤΑΙ ΣΤΙΣ ΔΙΚΕΣ ΣΑΣ ΑΝΑΓΚΕΣ

- ✓ Αγοραπωλησίες Ακινήτων
- ✓ Έκδοση Στεγαστικού Δανείου
- ✓ Μισθώσεις - Εκμισθώσεις Ακινήτων
- ✓ Αντιπαροχές
- ✓ Πιστοποιημένες Εκτιμήσεις Ακινήτων
- ✓ Πανελλαδική Εμβέλεια
- ✓ Διαχείριση Ακίνητης Περιουσίας
- ✓ Παγκόσμιο Δίκτυο Συνεργατών
- ✓ Ανακαίνισεις - Πιστοποιητικά
- ✓ Βραβευμένα και Πιστοποιημένα Προγράμματα Εκπαίδευσης
- ✓ Συνδέσεις Ρεύματος - Αερίου



kw ONE
KELLERWILLIAMS®

ΛΑΡΙΣΑ

Ηρ. Πολυτεχνείου 61
2410 539429-30

www.kwone.gr
www.akinita-larisa.gr

ΑΘΗΝΑ

Λεωφ. Βασιλίσσης Σοφίας 10
2110 131911

www.kwac.gr

ΚΑΡΔΙΤΣΑ

Νικ. Πλαστήρα 12
24410 80900-901

www.kwone.gr
www.akinita-karditsa.gr

ΤΡΙΚΑΛΑ

Χατζηγάκη 12
2431 402323

www.kwone.gr



Οάσεις δροσιάς στην «πρωτεύουσα» της ζέστης

Κηποθέατρο, Άλσος, Πισίνα αλλά και πεζόδρομοι...

Η Λάρισα κάθε καλοκαίρι «σπάει» όλα τα κοντέρ από τη ζέστη. Τα θερμόμετρα χτυπούν «κόκκινο» και σχεδόν καθημερινά η πόλη πλασάρεται στις πρώτες θέσεις των πιο θερμών περιοχών στην Ελλάδα. Υπάρχουν όμως σημεία που κάποιος μπορεί να βρει ικανοποιητική δροσιά; Το Summer της larissanet εντόπισε

μερικές:

Αισθητικό Άλσος: Το Αισθητικό Άλσος είναι διαχρονική επιλογή των Λαρισαίων. Η έντονη βλάστηση δίπλα από τον Πηνειό ποταμό δημιουργεί καλές συνθήκες για να αντιμετωπίζονται οι υψηλές θερμοκρασίες του καλοκαιριού στην πόλη. Πολλοί είναι εκείνοι που επισκέπτονται το χώρο τις βραδινές ώρες. Ακόμα πιο δροσιτικά,

SUMMERTIME
IS ALWAYS
BARLEY TIME
CHEERS !





Πισίνα: Πρώτη και καλύτερη η πισίνα της Νεάπολης. Εδώ και πολλά χρόνια αποτελεί μια δροσερή επιλογή για όσους δεν έχουν το χρόνο ή την οικονομική δυνατότητα να βρεθούν στα παράλια του νομού, αλλά και ακόμα πιο μακριά. Με το λεωφορείο, μια πετσέτα και μια αλλαξιά ρούχα, μπορεί εύκολα όποιος θέλει να περάσει δροσερά μερικές ώρες. Εκεί κάτω από τη σκιά των δένδρων έχει τη δυνατότητα να απολαύσει ένα δροσιστικό χυμό και φυσικά πολλά κοκτέιλ. Η αίσθηση που δημιουργείται είναι πως δεν είσαι στη Λάρισα σίγουρα...

Κηποθέατρο: Το πάρκο του Κηποθέατρου είναι τεράστιο και έχει εκατοντάδες δένδρα. Αυτό σε συνδυασμό με το γρασίδι του χώρου το κάνει ιδανική λύση για ένα δροσερό απόγευμα ή πρωινό στη Λάρισα. Άνετα κάποιος μπορεί να διαβάσει το βιβλίο του ή να ακούσει τη μουσική του στη σκιά ενός πλατύφυλλου δένδρου.

Μεζούρλο: Ο χώρος του Μεζούρλου εδώ και αρκετά χρόνια έχει ανέβει στη λίστα των προτιμήσεων των Λαρισαίων. Για περπάτημα και πικ νίκ αποδεικνύεται μια σούπερ επιλογή. Πόσο μάλιστα όταν η δροσιά είναι το κορυφαίο κίνητρο για μικρούς και μεγάλους. Χιλιάδες δένδρα συνθέτουν ένα σκηνικό δάσους μέσα στην πόλη.

Πεζόδρομοι: Όσο κι αν ακούγεται παράξενο ναι οι πεζόδρομοι αποτελούν εστία δροσιάς υπό συγκεκριμένες συνθήκες. Ενώ όλη η πόλη φλέγεται από τη ζέστη υπάρχουν πεζόδρομοι στην καρδιά της Λάρισας που επειδή δεν τους βλέπει ο ήλιος παρά για μόνο λίγα λεπτά της ώρας, μπορούν να διατηρήσουν χαμηλές θερμοκρασίες. Αν συνδυαστούν μάλιστα με κάποιο κλιματιστικό από τα καφέ τότε εξελίσσεται σε μια πολύ καλή λύση.

Πάρκα: Από πάρκα πάλι ένας σωρός. Νεάπολη, Λιβαδάκι, Άγιος Αντώνιος, Αβέρωφ, Ανθούπολη, Αμπελόκηποι, Νέα Πολιτεία έχουν πάρκα και μπορούν να αποδειχθούν πολύ καλές επιλογές.



Καλοκαίρι στην πόλη...

Ένα μπουκέτο προτάσεων
για όσους παραμείνουν
στη Λάρισα

Μπορεί να ακούγεται αποπνικτικό κατά έναν τρόπο όμως δεν είναι. Μπορεί να φαίνεται στενάχωρο αλλά σε καμία περίπτωση δεν ισχύει. Καλοκαίρι στη Λάρισα; Κι όμως είναι ωραία για μια σειρά από λόγους που εξηγεί το Summer της Larissanet.

Πάρκινγκ: Ο πονοκέφαλος των περισσότερων οδηγών όλο το χειμώνα είναι η προσπάθεια εύρεσης μιας θέσης παρκινγκ. Το καλοκαίρι τα πράγματα αλλάζουν. Οι κενές θέσεις είναι πολλές και εύκολες. Δίπλα στην Κεντρική Πλατεία, κοντά στην Ταχυδρομείου και γενικά όπου επιθυμεί ο καθένας. Ειδικά το βράδυ γίνεται ακόμα πιο εύκολο. Απ' όλες τις περιοχές της πόλης η πρόσβαση με δικό σου ΙΧ γίνεται εύκολη υπόθεση. Σχεδόν παιχνιδάκι.

Εξυπηρέτηση: Η εξυπηρέτηση στα καταστήματα είναι ένα ακόμα θετικό στοιχείο για το καλοκαίρι στη Λάρισα. Μπορείς εύκολα να εξυπηρετηθεί μια παρέα μέσα σε λίγα λεπτά της ώρας. Ειδικά τον Αύγουστο όλα είναι πιο χαλαρά και άνετα. Όρεξη κάποιος να έχει για φαγητό και όλα τα άλλα βρίσκονται.

Θερινό σινεμά: Αν πάρει κάποιος την κατηφόρα της Δήμητρας θα μυρίσει το γιασεμί και το αγιόκλημα από μακριά. Ο λόγος δεν είναι άλλος από τον θερινό κινηματογράφο που εδρεύει στο Μύλο του Παππά και ήταν το όνειρο του αείμνηστου σινεφίλ Μπαρμπή Βοζαλή. Με ένα ελαφρύ σακάκι για την ψύχρα της νύχτας, ωραία παρέα, μια μπυρίτσα από το κυλικείο όλα είναι φανταστικά. Μια ανάλαφρη Ιταλική προβολή και η νύχτα κυλάει γλυκά.

Καφέ και κοκτέιλ: Αμέτρητοι οι πεζόδρομοι στη Λάρισα,



ΠΕΡΙΒΑΛΟΝΤΟΛΟΓΟΙ
ENERGY



ΕΡΓΑ ΠΑΝΩ
ΑΠΟ 75 MW

ΕΜΠΕΙΡΙΑ ΚΑΙ
ΑΔΙΑΛΕΙΠΤΗ
ΠΑΡΟΥΣΙΑ
13 ΕΤΩΝ



ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑ
ΚΑΙ ΥΨΗΛΗ
ΤΕΧΝΟΓΝΩΣΙΑ

ΠΡΩΤΟΠΟΡΙΑ
ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΑ ΤΕΧΝΟΓΝΩΣΙΑ
ΚΑΤΑΣΚΕΥΗ & ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ
ΦΩΤΟΒΟΛΤΑΪΚΩΝ ΣΥΣΤΗΜΑΤΩΝ



ΕΡΓΑ ΜΕ ΥΨΗΛΗ
ΠΟΙΟΤΗΤΑ ΚΑΙ
ΚΟΡΥΦΑΙΕΣ
ΑΠΟΔΟΣΕΙΣ



📍 Παναγούλη 66, 41222 Λάρισα
☎ 2410 617777
📞 2410 617770
✉ info@perivallontologoi.gr
🌐 www.perivallontologoi.gr
📌 Perivallontologoi



χιλιάδες τα καταστήματα καφέ και εστίασης γύρω από τις μεγάλες πλατείες. Αλλά και στο Φρούριο για τους πιο νεαρούς η διασκέδαση δεν σταματά ποτέ. Παρά το γεγονός πως οι περισσότεροι θα βρεθούν σε κάποιο μακρινό προορισμό για καλοκαίρι αυτό δεν σημαίνει πως η πόλη αδειάζει. Με το που πέφτει η νύχτα βλέπεις τους πολίτες όλων των ηλικιών να βγαίνουν και να γεμίζουν τα στέκια με αστείρευτο κέφι για κουβέντα και διασκέδαση. Αυτή η πόλη είναι ζωντανή.

Θάλασσα ημερήσια εκδρομή: Η Λάρισα έχει την πολυτέλεια να απέχει από τη θάλασσα όσο πρέπει. Σε λίγα λεπτά μόνο της ώρας με το ΙΧ, τη μοτοσυκλέτα ή όποιο μέσο μεταφοράς, είναι εύκολο για κάποιον να πάει μέχρι τα παράλια του νομού για το ημερήσιο μπάνιο του. Αν πάλι δεν υπάρχει αυτοκίνητο ή μηχανή, κανένα πρόβλημα. Γι' αυτό το λόγο υπάρχει το τρένο. Ο σιδηροδρομικός σταθμός απέχει λίγα βήματα από το κέντρο της Λάρισας και από εκεί σε 25 περίπου λεπτά βρίσκεται κάποιος στο σταθμό των Νέων Πόρων. Τέλος υπάρχει και το υπεραστικό ΚΤΕΛ που με τακτά δρομολόγια οδηγεί τους ενδιαφερόμενους σε κάθε παραλία. Επιλογές υπάρχουν πολλές.

Εμπορικά: Ένας λόγος που είναι ωραία η Λάρισα το καλοκαίρι είναι ακόμα και για τα εμπορικά καταστήματα. Άνδρες μα κυρίως γυναίκες μπορούν εύκολα να επιλέγουν το κατάστημα της αρεσκείας τους και να αφιερώνουν, χωρίς πίεση, αρκετή ώρα για να δοκιμάζουν τα ρούχα ή τα προϊόντα που θέλουν. Δίχως να περιμένουν στην ουρά και προβληματισμό. Διακοπές δεν είναι μόνο θάλασσα. Διακοπές είναι να κάνεις με την άνεσή σου, πράγματα που σου αρέσουν και αγαπάς. Ακόμα και τα ψώνια. Καλές αγορές και καλό καλοκαίρι σε όλους...



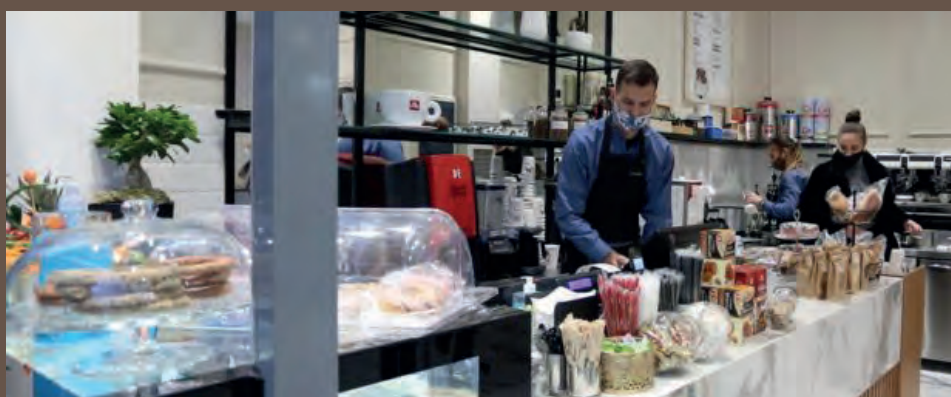
Από το Φεβρουάριο κάτι νέο αλλά και λίγο παλιότερο ήρθε στην πόλη της Λάρισας, το κατάστημα «*John Top Coffee Store*» γωνία Παπαναστασίου με Κουμουνδούρου.

Στο *John Top* απολαμβάνουμε τον **ποιοτικό καφέ**, τους **φρεσκοστυμμένους φυσικούς χυμούς**, τα δροσερά ροφήματα, το **νόστιμο παγωτό μηχανής**, τις παγωμένες γρανίτες, τα **ολόφρεσκα σάντουιτς** αλλά και

ποικιλία από λαχταριστά σνακ!

Η αρχιτεκτονική του μαγαζιού είναι άριστη προσφέροντας την αίσθηση της ζεστασιάς και της άνεσης. Βέβαια και το **προσωπικό του καταστήματος** με την **ευγένεια** και τη **γρήγορη εξυπηρέτηση** του κερδίζουν τις εντυπώσεις.

Στο *John Top Coffee Store* μπορεί κάποιος να πάρει γρήγορα πακέτο ότι επιλέξει και στο χώρο του μέσω της πλατφόρμας του e-food. **Αξίζει να το δοκιμάσεις!**





Παραλίες ‘διαμάντια’ στη Λάρισα

Που μπορείς να κρατήσεις και τις αποστάσεις λόγω πανδημίας

Είναι το δεύτερο συνεχόμενο διαφορετικό καλοκαίρι, που λόγω πανδημίας όλοι ψάχνουν το καλύτερο δυνατό για την ασφάλεια των ίδιων αλλά και των αγαπημένων τους προσώπων. Χώρους χωρίς πολυκοσμία και με καλές αποστάσεις για παν ενδεχόμενο.

Το «Summer» της Iarissanet έψαξε και βρήκε μια σειρά από άγνωστες και όμορφες παραλίες της ΠΕ Λάρισας που μπορούν να συνδυάζουν όλα τα παραπάνω.





Αγίοκαμπος, Σωτηρίτσα, Βελίκα, Κουτσουπιά, Παλιουριά, Στόμιο, Μεσαγγαλα και Καστρί Λουτρό είναι όλες οι παραλίες που γνωρίζουν σε πρώτο βαθμό οι Λαρισαίοι. Δεν τις λες και λίγες.

Σε μια απόσταση όμως 70 συνολικά χιλιομέτρων ακτογραμμής υπάρχουν παραλίες λιγότερο γνωστές που όλοι κάποια στιγμή θα πρέπει να επισκεφτούν. Και ποιος ξέρει; Ίσως «κολλήσουν». Το ταξίδι μας θα αρχίσει από τα όρια με τη Μαγνησία.

Πρώτη παραλία που συναντάμε είναι ο Ασπρόβραχος αλλά μπορείτε να την απολαύσετε μόνο με σκάφος. Διπλάδι για λίγους και τυχερούς.

Ανεβαίνοντας προς τα βόρεια βρίσκουμε τα Μεταλλεία. Το αποκαλύπτει και η ονομασία της, πως παλιά εκεί λειτουργούσαν μεταλλεία. Το συγκεκριμένο ιδρύθηκε από γερμανική εταιρεία στις αρχές της δεκαετίας του 1920 για εξόρυξη τάλκη, ενός δευτερογενούς ορυκτού με χρήση στη βιομηχανία ελαστικών, μονωτικών υλικών, κεραμικών και στην παρασκευή φαρμάκων και καλλυντικών. Χρειάζεται προσοχή όμως γιατί ο χώρος είναι γεμάτος βράχια. Όσοι κάνουν ψαροντούφεκο το προτιμούν το σημείο.

Εκεί πιο δίπλα υπάρχει και η παραλία Μύλος Γλυμμένη. Βρίσκεται σε απόσταση 5 περίπου χιλιομέτρων από τον Ρακοπόταμο. Στο σημείο λειτουργούσε παλιότερα ένας μύλος κι έτσι προέκυψε το όνομα. Βράχια και βότσαλα καλύπτουν το μεγαλύτερο μέρος της.

Ο Ρακοπόταμος είναι «must» τα τελευταία χρόνια. Μια παραλία περίπου 400 μέτρα γεμάτη αμμουδιά και πράσινο συνδυάζει όλα όσα ψάχνει κανείς για το καλοκαίρι. Ησυχία, ομορφιά, γοητεία και ένα beachbar με εκπληκτική θέα από ψηλά. Επίσης υπάρχει και ταβέρνα που καλύπτει και τις όποιες γαστρονομικές απαιτήσεις υπάρχουν σε μια παραλία.

Στην παραλία καταλήγουν και τα νερά του Αρκοποτάμου, Ρακοπόταμου, χειμάρρου του Μαυροβουνίου, που στη διαδρομή του δημιουργεί μικρούς πανέμορφους καταρράκτες ιδανικούς για καταβάσεις από τους λάτρεις των σπορ.

Στο δρόμο για τον Αγίοκαμπο μετά το Ρακοπόταμο συναντάμε την Ακτή Παπακώστα. Μεγάλη παραλία, μήκος περίπου 1 χιλιομέτρου, που είναι ορατή από το δρόμο. Εύκολο πάρκινγκ και beachbar δημιουρ-



γούν ιδανικές συνθήκες για οικογένειες.

Στη συνέχεια του δρόμου συναντάμε τις ακτές Πολυδενδρίου. Με βράχους μέσα στη θάλασσα που παραπέμπουν σε σεληνιακό τοπίο έχουν φανατικούς επισκέπτες κάθε χρόνο και πολλούς μόνιμους τις τελευταίες δεκαετίες. Οι περισσότεροι επισκέπτες επειδή δεν έχουν οπτική επαφή με τις παραλίες, καθώς ο δρόμος περνάει από ψηλά, δεν τις γνωρίζουν.

Αφού περάσουμε τις μεγάλες γνωστές παραλίες και αφήσουμε πίσω μας το Κόκκινο Νερό συναντάμε την παραλία Τσιλιγιώργης. Είναι μια αμμουδερή παραλία για λίγους και χωρίς υποδομές. Όμως τα πλατάνια προσφέρουν φυσική σκιά στους λουόμενους.

Λίγα μέτρα πιο βόρεια βρίσκεται η Πλατιά Άμμος. Φυσικός κολπίσκος με βότσαλο και αρκετά μαγαζιά για τις ανάγκες των οικογενειών. Αξίζει μια επίσκεψη και φυσικά μια βουτιά.

Στο δρόμο για το Στόμιο συναντάμε ακόμα τρεις ωραίες όχι τόσο διάσημες παραλίες. Είναι το Καλύβι, το Πηγάδι και ο Ψαρόλακας. Για να κατέβεις στο Καλύβι πρέπει να ακολουθήσεις ένα μικρό μονοπάτι όμως τα πεντακάθαρα νερά αποζημιώνουν την κατάβαση.

Στο Πηγάδι μπορεί κάποιος να βρει την απόλυτη ηρεμία και την γαλήνη.

Στον Ψαρόλακα τα τελευταία χρόνια λειτουργεί και κατάστημα που δίνει την δυνατότητα στους επισκέπτες να παραμείνουν για αρκετές ώρες αν το επιθυμούν. Καταγάλανα νερά σε συνδυασμό μ' ένα ωραίο κοκτέιλ. Τι πιο ωραίο;

Λίγο πιο βόρεια από αυτές τις παραλίες υπάρχει και η Παναγία μια ερημική επίσης παραλία με πολύ βότσαλο. Κι εκεί τα πλατάνια είναι οι πρωταγωνιστές...

Από την πλευρά του Δήμου Τεμπών υπάρχουν δύο παραλίες που είναι λιγότερο διάσημες από τις υπόλοιπες όμως αξίζουν μιας επίσκεψης. Ίσως και παραπάνω.

Η πρώτη είναι η παραλία της Κουλούρας όπου κάποιος θα δει και πως ο Πηνειός εκβάλλει στο Αιγαίο. Η δεύτερη είναι η Αλεξανδρινή γεμάτη άμμο και ηρεμία.



καλοκαίρι στον
Δήμο Αγιάς
Municipality of Agia



Summer2021

Δήμος Αγιάς:

Αυτός ο ανεξερεύνητος
και αυθεντικός προορισμός





«Ο Δήμος Αγιάς έχει
46 χιλιόμετρα ακτογραμμής
και 26 παραλίες... ο τόπος
μας αποτελεί μια ιδιαίτερη
πρόταση ως προορισμός
διακοπών και απόδρασης»

✦ Του Γιάννη Ανδρεάκη

Ακόμη ένα «διαφορετικό» καλοκαίρι – ελέω πανδημίας – έχει ξεκινήσει, με τους συμπολίτες να ξεδιπλώνουν τους σχεδιασμούς για διακοπές μετά από το εξαιρετικά δύσκολο χρονικό διάστημα που προηγήθηκε...

Σχεδόν στο κέντρο της Ελλάδας, στην Περιφερειακή Ενότητα Λάρισας, μια περιοχή προβάλλει ως η ιδανική επιλογή για εξορμήσεις, καθώς αποτελεί ένα κράμα που συνδυάζει αρμονικά φύση, βουνό και θάλασσα, ιστορία, πολιτισμό, θρησκεία, τέχνη, γέυση και άρωμα... Πρόκειται για τον Δήμο Αγιάς!

Είναι ίσως λίγοι οι τόποι της ηπειρωτικής χώρας όπου ο επισκέπτης έχει την δυνατότητα, διανύοντας ελάχιστα χιλιόμετρα να βρεθεί από μια εκπληκτική παραλία σε ένα πανέμορφο ορεινό τοπίο, βιώνοντας την αλλαγή που προσφέρει την απόλυτη χαλάρωση και την τόσο αναγκαία ξεγνοιασιά.

Απευθυνθήκαμε στον Νίκο Ντάγκα, τον αντιδήμαρχο Τουρισμού – Πολιτισμού του Δήμου Αγιάς και ίσως έναν από τους καλύτερους γνώστες της πραγματικής «ταυτότητας» που διαθέτει η περιοχή, ώστε να αποτελεί προορισμό και συνάμα εμπειρία για αυτούς που θα επιλέξουν να την επισκεφθούν...

Σκιαγραφώντας τον λόγο που θα μπορούσε κάποιος να βρεθεί στον Δήμο Αγιάς ο Νίκος Ντάγκα αποδίδει με μία φράση όλη την φυσιογνωμία αυτού του ευλογημένου μέρους: «Είναι ένας ανεξερεύνητος και αυθεντικός προορισμός».

Ποιά, όμως, θα μπορούσαν να καταγραφούν ως συγκριτικά πλεονεκτήματα που καθιστούν αυτήν την περιοχή «προορισμό»:

Ο αντιδήμαρχος
Τουρισμού –
Πολιτισμού
Ν. Ντάγκας
σκιαγραφεί όλα
εκείνα τα στοιχεία που
κάνουν την περιοχή...
εμπειρία για
τον επισκέπτη



«Ο Δήμος Αγίας βρίσκεται στο κέντρο της Ελλάδας. Με αυτό το δεδομένο ο επισκέπτης μπορεί γρήγορα να βρεθεί στο συγκεκριμένο μέρος, ενώ για όσους έρχονται από το εξωτερικό υπάρχει η δυνατότητα της άμεσης σύνδεσης με άλλες περιοχές» τονίζει ο κ. Ντάγκας και προσθέτει πως: «Ο Δήμος Αγίας έχει 46 χιλιόμετρα ακτογραμμής και 26 παραλίες. Σ' αυτές τις 26 παραλίες συμπεριλαμβάνονται τόσο οι κοσμικές, όσο και οι ερημικές. Άλλες με άμμο και άλλες με βότσαλο. Γενικότερα ο τόπος μας αποτελεί μια ιδιαίτερη πρόταση ως προορισμός διακοπών και απόδρασης,

δίνοντας ταυτόχρονα λύση –λόγω των καταστάσεων που επικρατούν στην τωρινή εποχή – για την τήρηση των κανόνων με τις αποστάσεις ασφαλείας, όπως και όσων επιβάλλουν τα υγειονομικά πρωτόκολλα».

Η ξενάγηση, μέσα από τις λέξεις, συνεχίζεται και ο αντιδήμαρχος μάς μεταφέρει σε όλα εκείνα τα αγαπημένα σημεία αναφέροντας πως «η περιοχή μας είναι ένας προορισμός που δίνει στον επισκέπτη την αμεσότητα του βουνού και της θάλασσας. Σ' ένα παρθένο, αβίαστο, φυσικό περιβάλλον. Στις παρυφές του Ολύμπου, ανάμεσα από τον





Κίσσαβο και το Μαυροβούνι, με φαράγγια, λίμνες, μονοπάτια. Στο Δέλτα του Πηνειού με τους ερωδιούς και μέσα από ένα πλήθος δραστηριοτήτων με τις οποίες μπορεί κάποιος να ασχοληθεί...».

Δραστηριότητες για όλους

Αυτό ακριβώς το κεφάλαιο, οι δραστηριότητες, αποτελούν το μέσο ώστε ο επισκέπτης να γνωρίσει τον τόπο ακόμη καλύτερα και να κατανοήσει όλα μπορεί να του προσφέρει σε κάθε στιγμή, στο κάθε σημείο... «Ξεκινάμε από το περπάτημα, σε όλα τα χωριά, γνωρίζοντας τα μαγευτικά μονοπάτια και μπορούμε να φτάσουμε σε πιο εξειδικευμένες δραστηριότητες όπως το ράφτινγκ, το canyoning και οι αποδράσεις με τα φουσκωτά. Αυτήν την εικόνα συμπληρώνουν οι παραδοσιακοί οικισμοί που αναπτύσσονται στην πλαγιά του Κισσάβου, οι ιαματικές πηγές του Κόκκινου Νερού, το πρώην βασιλικό κτήμα στο Πολυδένδρι, τα αξιοθέατα, τα μοναστήρια, τα ασκηταριά και οι εκκλησίες, οι οποίες αποτυπώνουν το Όρος των Κελλίων».

Σ' αυτό το σημείο ο Νίκος Ντάγκας προχωρά σε μια άλλη δυνατότητα που χαρίζει απλόχερα ο Δήμος Αγιάς, η οποία δεν είναι άλλη από την γευσιγνωσία: «Έχουμε τα επώνυμα τοπικά προϊόντα: μήλα, κάστανα, κεράσια, ακτινίδια. Αλλά και τα άγρια βότανα, τα οποία μπορούν να συμπληρώσουν τις γεύσεις. Με αυτόν τον τρόπο ο φιλοξενούμενος βιώνει την αρμονική συνύπαρξη της αγροτικής ενασχόλησης σε συνδυασμό με τις υπηρεσίες του τουρισμού».

«Ο τουρισμός στον Δήμο Αγιάς δεν είναι απλά ένα ταξίδι, αποτελεί μια εμπειρία» υπογραμμίζει ο αντιδήμαρχος αναφέροντας πως «μέλημα και προσπάθειά μας στο Δήμο Αγιάς είναι η διασύνδεση

του τουρισμού με το φυσικό περιβάλλον, τα τοπικά προϊόντα, τον πολιτισμό. Με στόχευση την αιεφόρο ανάπτυξη της περιοχής, έτσι ώστε ο τόπος να παρέχει μια ανθρώπινη ποιότητα ζωής στους κατοίκους, στους επισκέπτες και να αποτελεί έναν προορισμό για όλον τον χρόνο και όχι μόνο για την αμιγώς θερινή σεζόν».

Προοπτικές και ένα μήνυμα

Από την συζήτηση με τον κ. Ντάγκα δεν θα μπορούσαν να λείψουν οι εκτιμήσεις του ενόψει της θερινής τουριστικής περιόδου που είναι ιδιαίτερα κρίσιμη και για τον Δήμο Αγιάς: «Είναι δύσκολο να τολμήσουμε προβλέψεις, καθώς βλέπουμε ότι τα υγειονομικά πρωτόκολλα που απασχολούν σήμερα τόσο τους Έλληνες, όσο και τους ξένους επισκέπτες μας, αλλάζουν ημέρα με την ημέρα. Όμως έχοντας τα στοιχεία που ανέφερα παραπάνω πιστεύω πως ο τόπος μας μπορεί να προσφέρει όλα αυτά που ζητά ο επισκέπτης».

Παλαιότερα φαινόταν μειονέκτημα, σήμερα είναι πλεονέκτημα ότι έχουμε ένα αβίαστο φυσικό περιβάλλον, το οποίο σε συνδυασμό με το ανθρώπινο δυναμικό μπορούν να μας δώσουν ένα προβάδισμα σε αυτήν την δύσκολη περίοδο που περνάμε όλοι μας». «Μπορεί να μην είναι μεγάλη η χρονική περίοδος του τουρισμού, όμως σίγουρα θα υπάρξει ένταση της κίνησης και εκτιμώ ότι είναι έτοιμοι όλοι οι επαγγελματίες να προσφέρουν υπηρεσίες με τον καλύτερο τρόπο ώστε να καλυφθούν οι ανάγκες των επισκεπτών» υπογραμμίζει, κλείνοντας, ο Νίκος Ντάγκας και απευθύνει μήνυμα προς όλους «να τολμήσουν την επίσκεψη στον Δήμο Αγιάς γιατί θα είναι μια εμπειρία. Κάτι διαφορετικό απ' αυτό που έχουν συνηθίσει έως τώρα...».





e-ποιότητα στον Τουρισμό

Η επόμενη μέρα στον τουρισμό είναι ΣΗΜΕΡΑ, μια και έχουμε «ανοίξει» επίσημα και ήδη υποδεχόμαστε, ως χώρα, τους πρώτους επισκέπτες και με τη σειρά μας προγραμματίζουμε τις φετινές διακοπές έχοντας αφήσει πίσω στη σκέψη μας τους περιορισμούς της πανδημίας.

Γράφτηκαν, ακούστηκαν και συζητήθηκαν πολλά για την επόμενη μέρα στον τουρισμό, με προσπάθεια και πάθος να αποκρυπτογραφηθεί το μέλλον.

Ο Υπουργός Τουρισμού κ. Χάρης Θεοχάρης έχει αναφέρει ότι: «Το στοίχημα της επόμενης χρονιάς πρέπει να είναι η εστίαση στην ποιότητα. Με έργα από το Ταμείο Ανάκαμψης, σε σχέση με τη βιωσιμότητα, με τα ψηφιακά, με κατάρτισεις, με συνεχή προβολή της χώρας, με πρωτοβουλίες για υιοθέτηση κοινών ευρωπαϊκών πρωτοκόλλων, το 2021 μπορεί να είναι και θα είναι η απαρχή της επόμενης μέρας.»

Ο κ. Γιώργος Μασιόγκος, Πρόεδρος της Ένωσης Διευθυντών Ξενοδοχείων

Δωδεκανήσου» έχει μιλήσει για το κρίσιμο ζήτημα της ποιότητας και επισήμανε τον κρίσιμο ρόλο που διαδραματίζει στην επιτυχία μιας επιχείρησης το προσωπικό και η εφαρμογή των νέων τεχνολογιών στις ξενοδοχειακές υπηρεσίες, καθώς όπως ανέφερε: «Η Ποιότητα κρίνεται στην λεπτομέρεια αλλά η Ποιότητα δεν είναι λεπτομέρεια».

Οι έννοιες που κυριάρχησαν, όπως προκύπτει και από τις παραπάνω αναφορές, ήταν «στροφή προς την ποιότητα» και «ψηφιακός μετασχηματισμός», **η e-ποιότητα** δηλαδή στον τουρισμό. Η ποιότητα του τουριστικού προϊόντος προσδιορίζεται και εξαρτάται από πολλούς παράγοντες. Το τουριστικό προϊόν είναι μια σύνθεση και ένας συνδυασμός υπηρεσιών που ανταποκρίνονται στις ανάγκες των επισκεπτών πριν, κατά τη διάρκεια και μετά το ταξίδι τους και είναι αντικείμενο των επιχειρήσεων της τουριστικής βιομηχανίας.

Η ποιότητα μιας τουριστικής επιχείρησης μπορεί να θεωρηθεί ως το σύνολο ιδιοτήτων και των χαρακτηριστικών των τουριστικών υπηρεσιών που παρέχονται και στοχεύουν στην ικανοποίηση αναγκών, επιθυμιών και



απαιτήσεων των τουριστών.

Διακρίνουμε τέσσερις κυρίως παράγοντες που επηρεάζουν την ποιότητα του τουριστικού προϊόντος και οδηγούν στο σχηματισμό της πολυπόθητης θετικής τουριστικής εμπειρίας, την υλικοτεχνική ποιότητα την κατάσταση δηλαδή των υποδομών και του εξοπλισμού που χρησιμοποιείται, την δημιουργική ποιότητα που συνίσταται στο συνδυασμό πολλαπλών δραστηριοτήτων και τρόπων αξιοποίησης του διαθέσιμου χρόνου στη διάρκεια παραμονής του επισκέπτη στον προορισμό, την κοινωνική ποιότητα που αντικατοπτρίζεται στο επίπεδο εξυπηρέτησης και επαγγελματισμού των στελεχών και του προσωπικού της επιχείρησης και την περιβαλλοντική ποιότητα τον βαθμό ευαισθητοποίησης και εφαρμογής «πράσινων» και αειφόρων διαδικασιών με στόχο το σεβασμό του περιβάλλοντος.

Σε ότι αφορά τον υποψήφιο επισκέπτη η πανδημία περιόρισε σημαντικά τις δραστηριότητες εκτός κατοικίας, με συνέπεια να περνά κανείς πολύ μεγαλύτερα χρονικά διαστήματα μπροστά στην οθόνη προσαρμόζοντας τις συνήθειές του, όπως το να συζητά, να διασκεδάζει, να αναζητά και τέλος να αγοράζει. Ήταν φυσικό επόμενο λοιπόν η αξιολόγηση της ποιότητας να πέρασε στην ψηφιακή διάσταση, γεγονός που οδήγησε ή και ανάγκασε τις επιχειρήσεις να στραφούν γρηγορότερα στον ψηφιακό μετασχηματισμό.

Ψηφιακός μετασχηματισμός είναι η ενσω-

μάτωση της ψηφιακής τεχνολογίας σε όλους τους τομείς μιας επιχείρησης, αλλάζοντας ουσιαστικά τον τρόπο λειτουργίας της προκειμένου να προσφέρει περισσότερη αξία στους πελάτες.

Στον πυρήνα του ψηφιακού μετασχηματισμού μιας επιχείρησης, βρίσκεται η απόφαση να αλλάξει η οργανωτική της κουλτούρα, προκειμένου να ενσωματωθούν τεχνολογικές λύσεις και να ακολουθηθούν με τον καλύτερο τρόπο, οι νέες λειτουργικές αρχές που επιφέρει η συνεχώς μεταβαλλόμενη τεχνολογία, η οποία βασίζεται πάντοτε στις ανάγκες και τις τάσεις της παγκόσμιας αγοράς.

Δύο είναι οι κύριοι στόχοι κάθε μετασχηματισμού, η μείωση του κόστους λειτουργίας και η βελτίωση της εμπειρίας του πελάτη. Ο συνδυασμός των δύο έχει ως αποτέλεσμα την αύξηση της κερδοφορίας.

Εφαρμόζεται σε όλα τα στάδια, στη λειτουργία, την εσωτερική και εξωτερική επικοινωνία και σε αυτό που είναι η κορυφή του παγόβουνου, στην προώθηση και προβολή.

Καθοριστικός παράγοντας για την επιτυχία είναι η εκπαίδευση που αφορά στο σύνολο του ανθρώπινου δυναμικού της επιχείρησης, τόσο για τις διαδικασίες και λειτουργίες που αλλάζουν, όσο και για τα οφέλη που θα προκύψουν από την εφαρμογή τους. Το περιεχόμενο της εκπαίδευσης περιλαμβάνει τις γνώσεις που απαιτούνται για τις βασικές διαδικασίες, τα προϊόντα και τις υπηρεσίες της επιχείρησης, την ανάπτυξη δεξιοτήτων που απαιτούνται για την επίτευξη των αποτελεσμάτων και τις γνώσεις για τους τρόπους ικανοποίησης των πελατών και προμηθευτών.

Αυτό που είναι σημαντικό και θα πρέπει να τονιστεί είναι ότι ο ψηφιακός μετασχηματισμός δημιουργεί ευκαιρίες για τις επιχειρήσεις, αλλά απαιτεί υποδομές και εκπαίδευση. Οι τεχνολογικές καινοτομίες χρησιμοποιούνται για να ξεκινήσουν τη διαδικασία μετασχηματισμού, αλλά η εφαρμογή στον οργανισμό διαμορφώνεται και συντηρείται από ανθρώπους.

Πως αντιμετώπισε ο κλάδος τα δεδομένα αυτά;

Κάποιοι επιχειρηματίες έκλεισαν τα αυτά τους και προσδοκούν ακόμη να επανέλθουν από μόνα τους τα πράγματα όπως ήταν, ή είναι έτοιμοι να δεχτούν στωικά την όποια νέα πραγματικότητα και να συρθούν πίσω της.

Κάποιοι άλλοι αντιλήφθηκαν τις επερχόμενες αλλαγές και άρπαξαν την ευκαιρία, να ανέβουν στο τρένο που οδηγεί στην επανάκαμψη και τη νέα ομαλότητα, μια ομαλότητα που για τη διαμόρφωση της διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο.

Παρόλα αυτά ποτέ δεν είναι αργά για να πάρει κανείς τη στροφή προς την e-ποιότητα στον τουρισμό. Αυτό που πρέπει να υπάρχει στο επίκεντρο του όποιου σχεδιασμού, είναι η επένδυση, η φροντίδα του επισκέπτη να τον οδηγεί στο να νιώσει ικανοποιημένος και μοναδικός.

*Ο Τάσος Γούσιος είναι Σύμβουλος Τουριστικής Ανάπτυξης, Διευθυντής Alpha Marketing

«Το μέλλον της εργασίας, αλλαγές και προκλήσεις»

Οι βιομηχανικές επαναστάσεις αποτελούσαν ιστορικά καταλυτές αλλαγής. Κατά τη διάρκεια των προηγούμενων Βιομηχανικών Επαναστάσεων, ο ρυθμός της αλλαγής ήταν πιο «γραμμικός» και αυτό έδινε τον απαιτούμενο χρόνο προσαρμογής τόσο στους εργαζομένους όσο και στις επιχειρήσεις. Εάν κάτι μεταλλάσσει εκ βάθρων η 4^η βιομηχανική επανάσταση είναι ότι οι αλλαγές, πλέον, πραγματοποιούνται με εκθετικούς ρυθμούς. Είναι περισσότερο ταχύτατες παρά τόσο απρόβλεπτες.

Από την πρόσφατη έκθεση του ΣΕΒ για «Το μέλλον της εργασίας σε έναν κόσμο που αλλάζει», αντιλούμε στοιχεία που αποτυπώνουν τη δυναμική των επερχόμενων αλλαγών. Περίπου 4 στις 10 θέσεις εργασίας στην ΕΕ θα μετασχηματιστούν σημαντικά εξαιτίας της τεχνητής νοημοσύνης και του αυτοματισμού, σύμφωνα με το Ευρωπαϊκό Κέντρο για την Ανάπτυξη της Επαγγελματικής Κατάρτισης (CEDEFOP). Παράλληλα, σύμφωνα με το Παγκόσμιο Οικονομικό Φόρουμ (WEF), έως το 2025 ο νέος καταμερισμός των καθηκόντων μεταξύ ανθρώπων, μηχανών και αλγορίθμων θα έχει ως αποτέλεσμα την μετεξέλιξη 85 εκ. θέσεων εργασίας, αλλά και τη δημιουργία 97εκ. νέων θέσεων με νέα χαρακτηριστικά. Είναι αξιοσημείωτο το εύρημα της έκθεσης ότι το 85% των θέσεων του 2030 δεν έχει δημιουργηθεί ακόμα. Σε ένα περιβάλλον που αλλάζει ραγδαία, η προσαρμοστικότητα καθίσταται επιβεβλημένη. Η ανθεκτικότητα δεν ήταν και δεν είναι δεδομένη για κανέναν, όταν ο ανταγωνισμός διαρκώς επαναπροσδιορίζεται με αιχμή την τεχνολογία. Σύμφωνα δε με πρόσφατες εκτιμήσεις, μέσα στα επόμενα 15 χρόνια, το 75% των πιο επιτυχημένων οργανισμών της λίστας 500 S&P θα έχουν εκτοπιστεί από νεοεισερχόμενες εταιρείες.

Οι προκλήσεις του Μέλλοντος της Εργασίας

Ο καταμερισμός, η οργάνωση και η φύση της εργασίας θα αλλάξουν ριζικά, επηρεάζοντας ταυτόχρονα και τις επιχειρησιακές και οργανωτικές δομές, που θα στηρίζονται περισσότερο στη λήψη αποφάσεων και σε υπηρεσίες συντονισμού, ελέγχου και υποστήριξης. Οι εργασιακοί ρόλοι του μέλλοντος αναμένεται να εξαρτώνται όλο και περισσότερο από την τεχνολογία, ωστόσο εξέχουσες ανθρώπινες ικανότητες όπως η επικοινωνία, η δημιουργικότητα, ο σχεδιασμός αλλά και η επίλυση προβλημάτων θα αποτελέσουν απαραίτητα εφόδια για την διεκπεραίωση της εργασίας του μέλλοντος και ως εκ τούτου είναι σημαντικό και τα άτομα και οι επιχειρήσεις να αναγνωρίσουν τη σημασία τους.

Να αγκαλιάσουμε την αλλαγή

Σε έναν κόσμο που αλλάζει ριζικά και συνεχώς λόγω του ψηφιακού μετασχηματισμού αλλά και της ανάγκης για στροφή στη βιώσιμη ανάπτυξη, όποιος εγκαταλείψει τις προσαρμοστικές αλλαγές απλά θα μείνει πίσω. Αυτό είναι



Του Δημήτρη Βέργαδου,

Χημ. Μηχ. ΕΜΠ, Δ/ντή Τομέα ΜΜΕ, Θέσεων και Ενθέρμωσης ΣΕΒ

το νέο τοπίο στο οποίο καλούνται να δράσουν οι επιχειρήσεις, οι εργαζόμενοι και η πολιτεία. Επιπλέον, και με το βλέμμα στραμμένο στο μέλλον, τα επαγγέλματα θα απαιτούν μια βαθύτερη ικανότητα του ατόμου να προσαρμόζεται, να μαθαίνει διαρκώς, να εξελίσσεται αλλά πάνω από όλα να συνδυάζει γνώσεις και επιμέρους δεξιότητες και να εκμεταλλεύεται τις έμφυτες ανθρώπινες ικανότητες που τον διαφοροποιούν από τις μηχανές.

Σε αυτό το πλαίσιο, η δια βίου μάθηση, το διαρκές reskilling και upskilling αφορά ορίζοντα τους πάντες, καθίσταται πιο επιτακτική από ποτέ. Σε αυτό το νέο περιβάλλον, οι σύγχρονες επιχειρήσεις οφείλουν να συνδυάζουν τρία στοιχεία: τεχνολογία, ευελιξία και ανθρωποκεντρικότητα, προκειμένου να μεγιστοποιήσουν την απόδοσή τους και να παράγουν αξία. Η επιτυχής αξιοποίηση της τεχνολογίας προϋποθέτει και αλλαγές στη δομή και στον τρόπο λειτουργίας της επιχείρησης. Η μετάβαση των επιχειρήσεων στην νέα εποχή, στα νέα μοντέλα λειτουργίας και εργασίας είναι μια κρίσιμη απόφαση και αποτελεί επιλογή στρατηγικού βάθους με στόχο την επιβίωση και βιώσιμη ανάπτυξη.



Αγλαΐα Ηλ. Νάκα

Λογίστρια - Φοροτεχνικός Α' Τάξης
MSc Εφαρμοσμένης Λογιστικής & Ελεγκτικής
Ειδικευθείς στην «Εργατική & Ασφαλιστική Νομοθεσία»
Μέσω Εθνικού Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών
Μέλος Οικονομικού Επιμελητηρίου Ελλάδος

Αστέριος Ηλ. Νάκας

Λογιστής - Φοροτεχνικός Α' Τάξης
MSc Εφαρμοσμένης Λογιστικής & Ελεγκτικής
Μέλος Οικονομικού Επιμελητηρίου Ελλάδος

Ανθ. Γαζή 10 (1ος όροφος) Λάρισα
Τηλ.: 2410 257690, 2410 530754

fax: 2410 549896 • e-mail: nakasil@otenet.gr, info@nakas-logistiki.gr • web: www.nakas-logistiki.gr

Πανεπιστημιακές σπουδές στην πληρέστερη Σχολή Τουρισμού στην Ελλάδα



Το Μητροπολιτικό Κολλέγιο προσφέρει υψηλού επιπέδου πανεπιστημιακές σπουδές στον Τουρισμό και αποτελεί το μοναδικό Κολλέγιο στην Ελλάδα μέλος του Παγκόσμιου Οργανισμού Τουρισμού.

Η Σχολή Τουρισμού του Μητροπολιτικού Κολλεγίου αποτελεί αδιαμφισβήτητη την πιο ολοκληρωμένη πρόταση τουριστικής πανεπιστημιακής εκπαίδευσης στην Ελλάδα, καθώς προσφέρει περιζήτητα bachelors και masters σε όλο το εύρος των σύγχρονων εξειδικεύσεων του κλάδου, όπως: Ξενοδοχειακά, Διοίκηση Τουρισμού, Διεθνής Φιλοξενία, Οργάνωση Εκδηλώσεων, Επισιτιστικές Τέχνες και Yacht Hospitality.

Η υπεροχή της Σχολής Τουρισμού επισφραγίζεται και από τα 7 συνολικά βραβεία με τα οποία έχει διακριθεί στα Greek Hospitality Awards και τα Tourism Awards, για την ποιότητα των παρεχόμενων προγραμμάτων σπουδών και τη διασύνδεση με την τουριστική αγορά εργασίας.

Τα προγράμματα σπουδών προσφέρονται σε αποκλειστική συνεργασία με κορυφαία Διεθνή Πανεπιστήμια, μεταξύ των οποίων η No1 Ξενοδοχειακή Σχολή στον κόσμο - Ecole hôtelière de Lausanne- και το διακεκριμένο Oxford Brookes



Global Academic Partner του American Hotel & Lodging Educational Institute [AHLEI] στην Ελλάδα, μέλος του Συνδέσμου Ελληνικών Τουριστικών Επιχειρήσεων (ΣΕΤΕ) και μέλος της Ένωσης Ανώτερων Τουριστικών Σχολών της Ευρώπης (EURHODIP).

Τα μαθήματα λαμβάνουν χώρα στα υπερσύγχρονα εργαστήρια του Μητροπολιτικού Κολλεγίου, που προσομοιάζουν την πραγματική λειτουργία ενός Ξενοδοχείου 5 αστέρων και περιλαμβάνουν, μεταξύ άλλων, εκπαιδευτικά εστιατόρια και δωμάτια ξενοδοχειακής μονάδας.

Οι φοιτητές έχουν τη δυνατότητα, παράλληλα με τις σπουδές τους, να έρθουν σε επαφή με στελέχη ξενοδοχείων από όλη την Ελλάδα, στις καθιερωμένες ετήσιες Ημέρες Καριέρας Τουρισμού και να εξασφαλίσουν άμεσα μία θέση πρακτικής άσκησης ή μόνιμης εργασίας.

Με στόχο τη διαρκή διασύνδεση με την αγορά εργασίας, το Μητροπολιτικό Κολλέγιο έχει καθιερώσει και τον θεσμό "HoTEL Open Forum: Hosting the Hospitality Leaders". Πρόκειται για διαλέξεις (guest lectures) από εξέχουσες προσωπικότητες του τουριστικού κλάδου που μοιράζονται με το κοινό πολύτιμες εμπειρίες από την πολυετή διεθνή ή εγχώρια καριέρα τους.

Το Μητροπολιτικό Κολλέγιο, το μεγαλύτερο Κολλέγιο Πανεπιστημιακών Σπουδών στην Ελλάδα, διαθέτει υπερσύγχρονα campuses σε 8 σημεία της χώρας, ένα εκ των οποίων βρίσκεται στην καρδιά της Θεσσαλίας, στο 6^ο χλμ. Λάρισας – Νίκαιας.



University, που συγκαταλέγεται στα 15 καλύτερα Πανεπιστήμια στον κόσμο για σπουδές Τουρισμού.

Επιπλέον, το Μητροπολιτικό Κολλέγιο είναι ο μοναδικός

ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ | ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ
ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ ΥΓΕΙΑΣ
ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΗ & ΕΠΙΣΤΗΜΕΣ ΜΗΧΑΝΙΚΩΝ
ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΑΚΑ & ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ
ΝΑΥΤΙΛΙΑ | ΝΑΥΤΙΚΗ ΑΚΑΔΗΜΙΑ
ΨΥΧΟΛΟΓΙΑ | ΠΑΙΔΑΓΩΓΙΚΑ
ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ & ΦΥΣΙΚΗ ΑΓΩΓΗ
ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ & ΕΠΙΚΟΙΝΩΝΙΑ

ΤΟ ΜΕΓΑΛΥΤΕΡΟ ΚΟΛΛΕΓΙΟ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΩΝ ΣΠΟΥΔΩΝ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ

7

8

10

30

70+

Κορυφαία διεθνή
Πανεπιστήμια

Υπερσύγχρονα Campuses

Διακεκριμένες Σχολές

Διεθνείς Πιστοποιήσεις

Προγράμματα Σπουδών



Campus Θεσσαλίας: 6ο χλμ. Λάρισας-Νίκαιας

mitropolitiko.edu.gr

**ΜΗΤΡΟΠΟΛΙΤΙΚΟ
ΚΟΛΛΕΓΙΟ**

ΣΥΝΕΡΓΑΖΟΜΕΝΑ ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑ



ΑΘΗΝΑ | ΜΑΡΟΥΣΙ | ΠΕΙΡΑΙΑΣ | ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ | ΛΑΡΙΣΑ | ΗΡΑΚΛΕΙΟ ΚΡΗΤΗΣ | ΡΟΔΟΣ | ΠΑΤΡΑ

Πανελλαδική Γραμμή Ενημέρωσης: 213 33 30 300



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΘΕΣΣΑΛΙΑΣ

Π.Μ.Σ. Τοξικολογία του Τμήματος Βιοχημείας και Βιοτεχνολογίας



Το Π.Μ.Σ. Τοξικολογία του Τμήματος Βιοχημείας και Βιοτεχνολογίας του Πανεπιστημίου Θεσσαλίας, στα χρόνια της λειτουργίας του δημιούργησε μεγάλες προσδοκίες στην ακαδημαϊκή κοινότητα καθώς και στην κοινωνία εν γένει. Τις οποίες και δεν διέψευσε.

Το Π.Μ.Σ. Τοξικολογία μετράει την δεδομένη χρονική στιγμή πέντε συναπτά έτη λειτουργίας και η συμβολή του υπήρξε μεγάλη.

Πριν όμως παρουσιασθεί το έργο του Π.Μ.Σ. Τοξικολογία, ποιο είναι το αντικείμενο του και ποιες οι αξίες που προεβύει;

Το Π.Μ.Σ. Τοξικολογία λειτουργεί έχοντας ως αντικείμενο την εκπαίδευση υψηλής ποιότητας επιστημόνων στην εφαρμοσμένη τοξικολογία, με ενισχυμένη αντίληψη του σεβασμού στο περιβάλλον, καθώς και την προστασία της υγείας του εργαζομένου και του καταναλωτή. Αποτελεί την πρώτη προσπάθεια στον ελλαδικό χώρο για την κάλυψη σε μεταπτυχιακό επίπεδο γνώσεων τοξικολογίας με ευρωπαϊκή πιστοποίηση και ταυτόχρονα πρόκειται για το μοναδικό πλήρες μεταπτυχιακό πρόγραμμα στην Νότια Ευρώπη. Για τον λόγο αυτό προσελκύει φοιτητές από μεγάλα ιδρύματα της αλλοδαπής.

Η ανταποδοτικότητα, πρώτον και κύριων απέναντι στους φοιτητές του, εκδηλώθηκε με την παροχή υποτροφιών και κινήτρων για παρακολούθηση ετήσιων συνεδρίων στον τομέα της τοξικολογίας με παγκόσμια εμβέλεια. Συγκεκριμένα έχει προσφέρει έξι πλήρεις υποτροφίες και δωρεάν φοίτηση σε οικονομικά ασθενέστερους φοιτητές, κάλυψε τα έξοδα μετακίνησης και διαμονής δύο φοιτητριών στο «56^ο Συνέδριο της Αμερικανικής Εταιρείας Τοξικολογίας», το οποίο πραγματοποιήθηκε στη Βαλτιμόρη των Η.Π.Α., καθώς και τα έξοδα μετακίνησης ενός φοιτητή για την παρακολούθηση του «52^{ου} Ευρωπαϊκού Συνεδρίου των Ευρωπαϊκών Εταιρειών Τοξικολογίας», το οποίο πραγματοποιήθηκε στην Σεβίλλη της Ισπανίας. Στο πλαίσιο του έχουν δημοσιευθεί περισσότερες από είκοσι δημοσιεύσεις σε επιστημονικά περιοδικά υψηλού κύρους, και αυτό μόνο σε πέντε χρόνια λειτουργίας. Έχει οργανώσει τρία επιστημονικά συνέδρια με προσκεκλημένους διεθνούς φήμης επιστήμονες από την Ευρώπη και τις Ηνωμένες Πολιτείες της Αμερικής. Τι λένε όμως για αυτά και οι ίδιοι οι φοιτητές του Π.Μ.Σ. Τοξικολογίας;

«Οι γνώσεις που μου παρέιχαν οι καθηγητές αλλά και οι διαλέξεις που έγιναν από διακεκριμένα πρόσωπα της επιστημονικής κοινότητας με έκαναν πιο ολοκληρωμένο επιστήμονα. Τέλος, είχα την ευκαιρία να δημοσιευτεί η πτυχιακή μου εργασία στο επιστημονικό περιοδικό "Toxicology Reports"».

Κορίνη Ουρανία, **εργαζόμενη στην British American Tobacco**

«Η συμμετοχή μου στο πρόγραμμα μεταπτυχιακών σπουδών Τοξικολογία μου έδωσε την δυνατότητα να γνωρίσω από κοντά έμπειρους και καταξιωμένους επιστήμονες καθώς επίσης και να παρευρεθώ σε διεθνή συνέδρια».

Παπικινός Κωνσταντίνος, **εργαζόμενος στην British American Tobacco**

Αξιόλογο θα μπορούσε να θεωρηθεί το έργο του Π.Μ.Σ. «Τοξικολογία» σχετικά με την επαγγελματική αποκατάσταση των αποφοίτων του. Με εφόδιο τον μεταπτυχιακό τους τίτλο τρεις πτυχιούχοι εργάζονται στη Μεγάλη Βρετανία, οι δύο εξ αυτών στην εταιρεία British American Tobacco στο Southampton, ενώ η τρίτη στην εταιρεία Cyprotex στο Nether Alderley. Μία απόφοιτος απασχολείται σε διαγνωστικό κέντρο στην Νέα Υόρκη, ενώ δύο απόφοιτοι εργάζονται σε υψηλό ευρωπαϊκό επίπεδο και συγκεκριμένα στον ECHA (European Chemical Agency) στο Ελσίνκι της Φινλανδίας. Επίσης άλλοι είκοσι απόφοιτοι έχουν βρει εργασία στην Ελλάδα λόγω της απόκτησης του μεταπτυχιακού τους. Απόφοιτοι του Π.Μ.Σ. επίσης συνεχίζουν τις σπουδές τους ως υποψήφιοι διδάκτορες στο εσωτερικό και στο εξωτερικό, αναφέροντας επί παραδείγματι χρηματοδοτούμενες έρευνες στο τμήμα Βιοχημείας και Βιοτεχνολογίας, στο Limerick της Ιρλανδίας και στο πανεπιστήμιο της California. Με τα λόγια των ίδιων των φοιτητών:

«Το μεταπτυχιακό αυτό διαμόρφωσε και καθόρισε το μέλλον μου. Αυτή την στιγμή σας γράφω από την Ιρλανδία, και συγκεκριμένα από το Λίμερικ όπου εκτελώ διδακτορικό δίπλωμα σπουδών (Τοξικότητα Ναυούλικών). Χωρίς το Π.Μ.Σ. Τοξικολογία δεν θα ήμουν εδώ σήμερα. Το Π.Μ.Σ. παρέχει πολύ καλές βάσεις σε όλους τους τομείς της τοξικολογίας και ξεκλειδώνει διάφορα μονοπάτια στην εργασιακή ή/και ακαδημαϊκή πορεία. Θα ήθελα να ευχαριστήσω τον καθηγητή Δ. Κουρέτα, διευθυντή του προγράμματος, για αυτό το εξαιρετικό Π.Μ.Σ.».

Φουρτζή Ειρήνη, **υποψήφια διδάκτορα στο Πανεπιστήμιο του Limerick**

«Χάριν της έως τώρα επαγγελματικής εμπειρίας και των σπουδών μου στο Π.Μ.Σ. Τοξικολογία, μου δόθηκε η ευκαιρία να ξεκινήσω *traineeship* στην Ευρωπαϊκή Αρχή Ασφάλειας Τροφίμων (EFSA), στον τομέα των γενετικά τροποποιημένων οργανισμών (GMO), ώστε να διευρύνω περισσότερο τις επαγγελματικές μου γνώσεις και δεξιότητες στο κομμάτι της τοξικολογίας».

Χρόνης Κωνσταντίνος, **εργαζόμενος στον Ευρωπαϊκό Οργανισμό Χημικών (ECHA)**

Δεν θα μπορούσε να παραβλεφθεί η συμβολή του Π.Μ.Σ. «Τοξικολογία» στη δημιουργία νέων θέσεων εργασίας. Εμπλεκόμενοι στην οργάνωση του Π.Μ.Σ. έγιναν νέοι, οι οποίοι απασχολούνται στους τομείς της διοικητικής υποστήριξης, υποβοήθησης της διδασκαλίας εργαστηριακών μαθημάτων και της τεχνικής υποστήριξης. Ειδικότερα, για κάθε χρόνο λειτουργίας του προγράμματος παρέχονται πέντε θέσεις εργασίας.

Αυτά είναι μόνο λίγα από τα επιτεύγματα του Π.Μ.Σ. Τοξικολογία. Κάθε χρόνο διοργανώνεται το ετήσιο συμπόσιο Τοξικολογίας στη Λάρισα, όπου προσκαλούνται και δίνουν το παρόν σημαίνουσες προσωπικότητες από την Ελλάδα και το εξωτερικό, ενώ ανά τακτά χρονικά διαστήματα διοργανώνονται ημερίδες σχετικές με σύγχρονα ζητήματα της Τοξικολογίας.

Η προσπάθεια συνεχίζεται...



Βάσω Λαλιέ

ΤΜΗΜΑΤΑ: ΔΗΜΟΤΙΚΟΥ - ΓΥΜΝΑΣΙΟΥ - ΛΥΚΕΙΟΥ | ΕΠΑΛ

...για όσους
στοχεύουν ψηλά!!!

Έχουμε ότι χρειάζεται,
έχεις ότι χρειάζεσαι...



drakotox



22 χρόνια

τώρα κάνουμε τα όνειρά
σας πραγματικότητα

Βόλου 104 - ΛΑΡΙΣΑ

Τηλ.: 2410.286.309, Κιν.: 6944 144581 & 6978 521932 | e-mail: basolale@gmail.com

Πλώρη έβαλαν οι αλυσίδες καφέ για Ελλάδα και εξωτερικό...

Από τη Λάρισα στις γειτονιές της χώρας και όλου του κόσμου διαχέουν την τέχνη του καφέ

Καλοκαίρι είναι να ξυπνάς ήρεμος και να απολαμβάνεις τον καφέ σου δίπλα στο κύμα ή στο βουνό! Και αν μια πόλη έκανε τον καφέ μόδα, ανεβάζοντας τον πήχη της ποιότητας πολύ ψηλά δεν είναι άλλη από τη Λάρισα. Μία πόλη που γέμισε επώνυμα καφέ σε κάθε γωνιά της και όλοι απολαμβάνουν το αγαπημένο τους ρόφημα όπως εκείνοι επιλέξουν. Τα επώνυμα καταστήματα κατέκλυσαν αρχικά τη Λάρισα και στη συνέχεια επεκτάθηκαν σε όλη την Ελλάδα, αλλά και στο εξωτερικό. Το τελευταίο διάστημα σε μόδα τείνει να εξελιχθεί η ανάπτυξη καντινών από τις αλυσίδες καφέ τόσο στις εισόδους και εξόδους της πόλης, όσο και σε παραθεριστικά κέντρα. Εκπρόσωποι μεγάλων αλυσίδων καφέ, που αποτελούν σήμερα από τις πρώτες επιλογές του κόσμου για να απολαύσει τον μοναδικό καφέ, μιλούν στο SUMMER 2021 για την ποιότητα, τα μυστικά του καλού καφέ και την επιτυχία τους.

Το πρώτο με specialty coffee

Το **Las Ramblas** αποτελεί σήμερα μία από τις πρώτες επιλογές των Λαρισαίων για καφέ και brunch. Από το πρώτο τους κατάστημα στην οδό Απόλλωνος μέχρι και εκείνο που άνοιξε πρόσφατα στα Τρίκαλα, έχουν πλέον δημιουργήσει ένα δίκτυο έξι καταστημάτων, που ξεκινώντας το 2010 από τη Λάρισα σιγά - σιγά επεκτείνεται και στη Θεσσαλία.

Μιλώντας στο SUMMER ο κ. Αχιλλέας Παπαχατζής επισημαίνει την μοναδικότητα του καταστήματος και την ανάπτυξη του τα τελευταία χρόνια.

Η ιστορία του Las Ramblas είναι άρρηκτα συνδεδεμένη με την ποιότητα του καφέ που προσφέρει. Είναι οι πρώτοι στη Λάρισα όπου εισάγουν καφέ και δημιουργούν δικές

τους ποικιλίες έχοντας επιλέξει οι ίδιοι την πρώτη ύλη και την φάρμα παραγωγής από χώρες όπως η Βραζιλία, η Γουατεμάλα, η Νικαράγουα. Απόρροια, το προϊόν που προσφέρουν στον καταναλωτή ν'αι φρέσκο και εξαιρετικής ποιότητας.

Το **Las Ramblas** μας μύησε στο specialty coffee από φάρμες καφέ που οι κόκκοι μαζεύονται με το χέρι ώστε να φτάσουν εδώ

και να καθαριστούν, να καβουρδιστούν, να αλεστούν και να καταλήξει φρεσκοτάτος στον φλιτζάνι του πελάτη.

Αυτό που διακρίνει την αλυσίδα είναι η συνεχής επιμόρφωση του προσωπικού σε νέες τεχνικές και γνώσεις πάνω στον καφέ, ενώ διαχέει την αγάπη για τον καφέ σε όλο τον κόσμο.

Το **Las Ramblas** αφηγείται το δικό του ταξίδι, που ξεκινάει από το χωράφι με κόκκους καφέ μέχρι το ποτήρι!.



I love
to
coffee

BREAKFAST AND COFFEE BREWERS

**Las
Ramblas**

www.lasramblas.coffee



Ιταλικός καφές...

Το **Sicily Cafe** από το 2006 «μαθαίνει» στους Λαρισαίους, και όχι μόνο, τα μυστικά του espresso από τη χώρα προέλευσής του, την Ιταλία. Με 14 καταστήματα σε Ελλάδα και Κύπρο έκαναν τον καφέ στο χέρι μια μεγάλη τάση.

Από τον φραπέ στον espresso, η Λάρισα ανέπτυξε μια άλλη κουλτούρα που 15 χρόνια τώρα το Sicily Cafe με τον σωστό τρόπο παραγωγής και την επιλογή ιδιαίτερου χαρμανιού ήρθε να αλλάξει τα δεδομένα στον καφέ.

Ο κ. Σάκης Γκουτκίδης αποδίδει αυτή την επιτυχία στην αγάπη για την δουλειά και την ιδιαιτερότητα που έχει κάθε ποτήρι καφέ, που είναι σαν να φτιάχνεται πρώτη φορά.

Έτσι έχουν ξεχωρίσει σαν αλυσίδα αλλάζοντας μια ολόκληρη πόλη στις συνήθειες του καφέ, με άρωμα... Ιταλίας.



Ποιότητα και εξυπηρέτηση

Η ποιότητα είναι αυτή που διαφοροποιεί τον καφέ και στο **Daily Coffee Shop** αποτελεί μυστικό της επιτυχίας του, η οποία είναι συνυφασμένη με την εξαιρετική εξυπηρέτηση. Από το 2008 -2009 ο κόσμος της Λάρισας γνώρισε τον έναν ιδιαίτερο καφέ που έχει ανάγκη.

Σύμφωνα με τον κ. Γιώργο Βορίδη οι συμπολίτες μας θέλουν συνεχώς κάτι καινούργιο και αναζητούν την καλύτερη ποιότητα όσον αφορά τον καφέ τους, έτσι συνεχίζεται διαρκώς η προσπάθεια για βελτίωση.

Με βάση την εκπληκτική ποιότητα καφέ και την επικοινωνία με τον καταναλωτή για τη σωστή εξυπηρέτηση που παρέχουν τα Daily Coffee Shop, ανέπτυξαν 4 καταστήματα ένα εκ των οποίων στην Αθήνα. Τους καλοκαιρινούς μήνες η αλυσίδα δροσίζει τα παράλια της Λάρισας, στην περιοχή της Βελίκας, ώστε να μην στερηθεί κανείς τον μοναδικό καφέ και στις διακοπές του.

Ένα από τα προϊόντα που είναι μοναδικά στην Λάρισα αποτελεί το Bubble Tea, ένα νέο, καινοτόμο προϊόν με διάφορες γεύσεις, ιδανικό για το καλοκαίρι.



ALWAYS DONE PROPERLY

www.sicilycafe.gr



ΛΑΡΙΣΣΑ | ΚΥΠΡΟΣ | ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ | ΒΟΛΟΣ | ΑΓΙΑ | ΑΜΠΕΛΩΝΑΣ



Ο καφές της Λάρισας πάει... Ευρώπη

Η αλυσίδα **Franklin Coffee House** με 57 καταστήματα σε Ελλάδα και Ευρώπη αποδεικνύει πως η καλή ποιότητα καφέ είναι απαραίτητη για να εξελιχθείς.

Μέσα σε 3 χρόνια από το πρώτο της κατάστημα, και τα 22 πλέον στην Λάρισα, έχει καταφέρει να γίνει αγαπημένη συνήθεια των Λαρισαίων θέτοντας υψηλά ποιοτικά στάνταρ.

Τα μυστικά του καφέ κρύβονται στις συνταγές του και σ' αυτό το Franklin Coffee House έχει είδη, ποικιλίες και εκλεκτό καφέ για κάθε γούστο.

Ο κ. Νίκος Μπουμπουγιατζής, εξηγεί πως μεγάλο μέρος της επιτυχίας του καταστήματος οφείλεται στην γνώση της παραγωγής καφέ και κάθε διαδικασία που απαιτείται ώστε να φτάσει ο τέλειος καφές στον καταναλωτή. Εξίσου σημαντικά είναι η ποιότητα, το περιβάλλον και η λογική τιμή.

Η ταχεία ανάπτυξή του απογείωσε το Franklin Coffee House σε Σουηδία και Βουλγαρία επεκτείνοντας συνεχώς το δίκτυο καταστημάτων.



Νέο project με διώροφο «RED BUS καντίνα»

Το **CAFÉ MÉ** γράφει τη δική του ιστορία από το 2006, χρονιά που ξεκίνησε από τη Λάρισα. Ήταν από τα πρώτα delivery καφέ και ξεχωρίζει για τα ποιοτικά freddo και τα χαρακτηριστικά έντονα χρώματα κόκκινο-λευκό-μαύρο.

Η αλυσίδα αναπτύσσεται ραγδαία με τη μέθοδο franchise από το 2015 θα πεί στο SUMMER 2021, ο κ. **Αποστόλης Νταϊλιάνης** (Marketing & Franchise Manager) της αλυσίδας. Σήμερα έχει καταστήματα σε Λάρισα, Καλλιθέα, Νίκαια, Χαϊδάρη, Δραπετσώνα, Θεσσαλονίκη, Κέρκυρα, Λευκωσία, Λάρνακα, Πάφο, Πόλη Χρυσοχούς, ενώ σύντομα θα ανοίξει καταστήματα σε Λεμεσό και Γερμανία.

«Η Λάρισα οδηγεί τον καφέ σε άλλο επίπεδο και μας αρέσει που συζητείται θετικά σε όλη τη χώρα» σημειώνει ο κ. Νταϊλιάνης και αποκαλύπτει πως η αλυσίδα φέρνει νέο project με διώροφο «RED BUS καντίνα» που ενθουσιάζει, ενώ στοχεύει με ανάπτυξη στο εξωτερικό.

Το **CAFÉ MÉ** δίνει έμφαση στις ποιοτικές λεπτομέρειες και δεν κάνει εκπτώσεις στις παροχές στους πελάτες της.





Με 40 ενεργά καταστήματα (σύντομα 53) και παρουσία σε 15 πόλεις της Ελλάδας και 3 του εξωτερικού (Στοκχόλμη, Σόφια, Μπλαγκόεβγκραντ), αποδεικνύουμε στην πράξη ότι ο καφές είναι τέχνη. 18 χρόνια τώρα, συνεχίζουμε με όρεξη και μεράκι, για να απολαμβάνετε τον καλύτερο καφέ!



ΤΟ
ΤΑΧΥΤΕΡΑ
ΑΝΑΠΤΥΣΣΟΜΕΝΟ
FRANCHISE
CONCEPT

Άνοιξε το δικό σου
FRANKLIN

info@franklin.gr



Στην αρχή η πεζοπορία κινείται σε όμορφο δασικό δρόμο με θέα προς τη θάλασσα και το απέραντο γαλάζιο του Αιγαίου πελάγους για 3,5 χιλιόμετρα περίπου.

Φαράγγι Καλυψούς: Η μαγεία της φύσης «σφηνώθηκε» στον Κίσσαβο



Σύμφωνα με την ελληνική μυθολογία η Καλυψώ ήταν μία γνωστή Νύμφη που ζούσε στο νησί Ογυγία, όπου κρατούσε τον Οδυσσέα για επτά χρόνια, εμποδίζοντάς τον να γυρίσει στην πατρίδα του. Γοήτευε τον Οδυσσέα με τα όμορφα τραγούδια της, ενώ ύφαινε στον αργαλειό της με μια χρυσή σαΐτα. Σαν άλλη... Καλυψώ, τα τελευταία χρόνια έχει γοπεύσει με την ομορφιά της μια τοποθεσία λίγο δύσκολη για το ευρύ κοινό, στα ανατολικά του Κισσάβου, πάνω από τα παράλια του Δήμου Αγιάς. Πρόκειται για το φαράγγι της Καλυψούς που χρόνο με το χρόνο όμως καταφέρει και πολλαπλασιάζει τους επισκέπτες της με τρόπο... μυθικό.

Άνθρωποι όλων των ηλικιών πηγαίνουν στο σημείο για να δούνε με τα ίδια τους τα μάτια όσα όμορφα έχουν ακούσει από



COFFEE SPOT

Αυτό το **καλοκαίρι**
η **παραλία** σου
αρχίζει από **εδώ!**

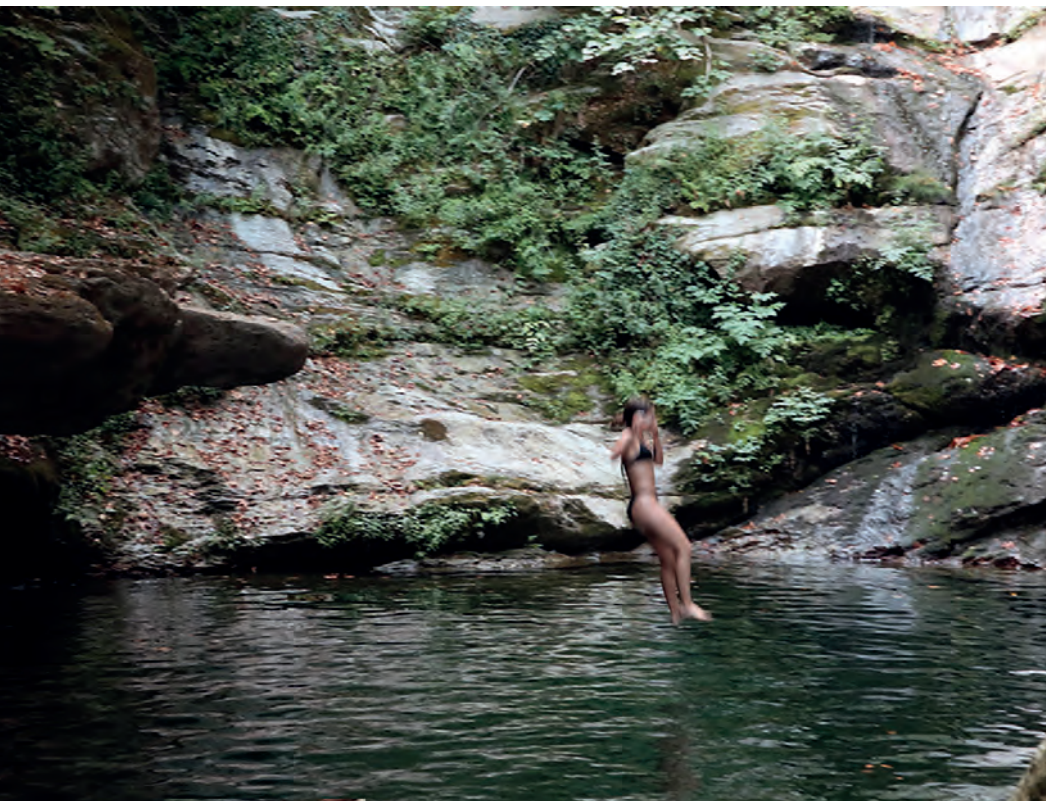


Παραλία Βελίκας





Πρόκειται για το μοναδικό φαράγγι στην Ελλάδα που ο επισκέπτης μπορεί και αγναντεύει το Αιγαίο Πέλαγος καθώς κατεβαίνει τους καταρράκτες μέσα από μια πυκνή βλάστηση και τις φυσικές πεντακάθαρες λίμνες



φίλους και γνωστούς.

Σύμφωνα με έμπειρους ταξιδιώτες και επαγγελματίες της περιοχής πρόκειται για το μοναδικό φαράγγι στην Ελλάδα που ο επισκέπτης μπορεί και αγναντεύει το Αιγαίο Πέλαγος καθώς κατεβαίνει τους καταρράκτες μέσα από μια πυκνή βλάστηση και τις φυσικές πεντακάθαρες λίμνες.

Οι μυημένοι στις καταρριχήσεις μπορούν να συμμετέχουν σε καταβάσεις με rappel σε οκτώ καταρράκτες (ο μεγαλύτερος φτάνει τα 100 μέτρα), ενώ όσοι ενδιαφερόμενοι δεν είναι και τόσο... τολμηροί, υπάρχει η δυνατότητα πεζοπορίας σε ένα πανέμορφο μονοπάτι, το οποίο και οδηγεί στον μεγάλο καταρράκτη και σε μια φυσική λίμνη.

Κατά τη διάρκεια της πεζοπορίας ο καθένας μπορεί να απολαύσει το γοητευτικό καταπράσινο τοπίο και να κολυμπήσει στις φυσικές λίμνες, ενώ οι επισκέπτες μπορούν μέσα από ένα άλλο μονοπάτι να οδηγηθούν στη φυσική κολυμπήθρα για μπάνιο και θεραπεία με φυσικό άργιλο ή στα ιαματικά κρύα λουτρά στο Κόκκινο Νερό για μπάνιο και λασπόλουτρο.

Μία ιστορία λοιπόν σαν παραμύθι εκτυλίσσεται μπροστά στον μεγάλο καταρράκτη και την κρυστάλλινη λίμνη στο Φαράγγι Καλυψώ. Στην αρχή η πεζοπορία κινείται σε όμορφο δασικό δρόμο με θέα προς τη θάλασσα και το απέραντο γαλάζιο του Αιγαίου πελάγους για 3,5 χιλιόμετρα περίπου.

Μέχρι τη στιγμή που το μονοπάτι εισέρχεται στην απόλυτη φύση του Κισσάβου και ακολουθεί πορεία σε εξωτικό περιβάλλον και φύση που μαγεύει.

Μία διαδρομή που καταλήγει στα σπλάχνα του φαραγγιού Καλυψώ, όπου οι επισκέπτες βρίσκονται πρόσωπο με πρόσωπο με το μεγαλείο της φύσης. Τα σμαραγδένια τρεχούμενα νερά ξεπηδούν μέσα από τα βράχια και σχηματίζουν εντυπωσιακές βάθρες. Όσοι το διαβαίνουν κάνουν απαραίτητα στάση για βουτιές στα κρυστάλλινα νερά και φυσικά πολλές φωτογραφίες. Αρκεί να μην μαγευτούν από την... Καλυψώ.



Παναγούλη
& Πατρόκλου
ΛΑΡΙΣΑ

LIFE IS
Better
WITH
GOOD
COFFEE



DELIVERY efood Wolt

t. 2411 11 75 22



#cafemeredbus

18 καταστήματα: ΑΘΗΝΑ - ΠΕΙΡΑΙΑΣ - ΘΕΣΣΟΝΙΚΗ - ΛΑΡΙΣΑ - ΚΕΡΚΥΡΑ - ΚΥΠΡΟΣ

WWW.CAFEME.RED

andcom.gr

A.n.d. Communication Greece

and
communication

Advertising / Marketing / TV & Radio Productions / Design



f toeatlarissa



-10%
ONLINE

to-eat.gr

Summer2021

Star του instagram...

Το Μαράκι είναι μακιγιέζ...
Makeup artist έλεγε γιατί ακουγόταν καλύτερο...
Make up perfectionist...
Η MUA...
Το Μαράκι μου εξήγησε αυτό το Μούα...
Αρχικά του makeup artist...
Της είπα ότι αντί για Μούα που ακούγεται σα μουγκανητό αγελάδας...
Καλύτερο το ψιμυθιολόγος...
Έφαγε φρίκη...
Αυτό εγώ δεν μπορώ να το πω καν... μου είπε με νάζι...
Άσε που αν το πω στην κυρία Σούλα, θα νομίζει ότι είναι καμιά καινούρια ασθένεια...
Κάποια χρόνια πίσω...
Τότε που γίνονταν ακόμα εκδηλώσεις...
Που η ζωή δεν ήταν λοκντάουν με διάλειμμα την τουριστική περίοδο...
Τότε που δεν περίμενες καλοκαίρι και τουρίστες να σε ελευθερώσουν...
1821 η Ελλάδα ελευθερώθηκε από Κολοκοτρώνη, Μπουμπουλίνα και λοιπούς ήρωες...
200 χρόνια μετά από τουρίστες...
Εκείνες λοιπόν, τις παλιές εποχές που γινόνταν ακόμα εκδηλώσεις...
Ο κόσμος έβγαине...
Εγώ γνώρισα το Μαράκι...
Το γνώρισα σε μία παρουσίαση βιβλίου...
Από κείνες που είναι ο συγγραφέας και οι συγγενείς του από κάτω...
Ένας φιλόλογος μιλάει για τον Μήτσο τον συγγραφέα ως άλλο Ντοστογιέφσκι...
Και 4 από τους 5 από κάτω αρχίζουν να γλαρώνουν μετά από δέκα λεπτά ντοστογιεφσκικής ανάλυσης...
Ο πέμπτος ροχαλίζει...
Σε μία τέτοια εκδήλωση άγνωστο γιατί, μπήκε το Μαράκι με τον αέρα της star του instagram...
Τα βλέμματα έπεσαν επάνω της...
Ο κοιμισμένος που ροχαλίζει ξύπνησε...
Η εκδήλωση τελείωσε άδοξα...

Όλοι πρόσεχαν το Μαράκι...
Ξανθιά, με ένα κοντό αέρινο μαύρο φόρεμα, άρβυλα στα πόδια...
Υπέροχο πρόσωπο με φυσικό και καθόλου επιτηδευμένο μακιγιάζ...
Το επιτηδευμένο μακιγιάζ, το Μαράκι το κρατούσε για τις νύφες που ήθελαν την ημέρα του γάμου τους να γίνουν κάτι μεταξύ Ψαλιδοχέρη και Μαριάννας - πρώην - Πατούλη...
Για τον εαυτό της ήξερε ότι δεν χρειάζεται πολλά...
Με το Μαράκι αρχίσαμε να βγαίνουμε...
Ο πρώτος μήνας ήταν τέλειος...
Με τεράστια άγνοια κινδύνου για όσα ακολουθούσαν...
Αν είχα ψάξει το instagram από το Μαράκι θα ήξερα...
Στο δεύτερο μήνα...
Άρχισε να μπαίνει ο χειμώνας...
Κυριακή το Μαράκι με ξυπνάει στις 6 το πρωί...
Πατί σπκωθήκαμε από τις 6... ρώτησα...
Θα πάμε πεζοπορία στο βουνό, είπε χαρούμενη...
Νόμιζα ότι έβλεπα επιφάνεια...
Εκεί θυμήθηκα κάτι φωτογραφίες με το Μαράκι στο instagram σε κατσάβραχα που όμως δεν είχα δώσει σημασία...
Σπκώθηκα, γιατί άρχισε να χοροπηδά στο κρεβάτι...
Εγώ που για το περίπτερο έπαιρνα αυτοκίνητο, βρέθηκα ξύπνιος 6 η ώρα κυριακάτικα να ετοιμάζομαι για πεζοπορία στο βουνό...
Με τα πολλά βρεθήκαμε σε ένα μέρος που ούτε τα google maps δεν έχουν ανακαλύψει...
Ένα μέρος που ακούς ήχους που δεν αναγνωρίζει το αυτί σου...
Να περπατάμε...
Το περιέργο με τις πεζοπορίες είναι ότι ξεκινάς να περπατάς, αλλά δεν ξέρεις που θα σταματήσεις...
Αυτό στο κρατάει για έκπληξη ο επικεφαλής...
Και επικεφαλής στην προκειμένη περίπτωση ήταν το Μαράκι...
Δεν ξέρω πόσο περπατήσαμε ανάμεσα στις αρκούδες...
Αυτό που ξέρω είναι ότι όταν σταματήσαμε...
Το Μαράκι γύρισε πίσω με τα πόδια...
Εγώ κάλεσα τους διασώστες να με μαζέψουν με το ελικόπτερο...
Έτσι ρομαντικά κύλησε χειμώνας και άνοιξη...
Έχοντας περπατήσει κάθε πιθανό κατσάβραχο στην ευρύτερη περιοχή, ενώ οι αρκούδες μας φώναζαν με τα μικρά μας ονόματα γιατί είχαμε γίνει κολλητοί...
Ήρθε το καλοκαίρι...
Φτου ξελευτερία, αναφώνησα...
Τι χειρότερο μπορεί να μου συμβεί... σκέφτηκα...
Όχι ότι το καλοκαίρι δεν έχει κατσάβραχα να ανέβουμε, αλλά το Μαράκι ήταν της θάλασσας οπότε πίστευα να τα γλυτώσω...
Με το που βρήκε λίγες μέρες το Μαράκι από τους γάμους που ήταν φουλ σαιζόν το καλοκαίρι...
Το καλοκαίρι είναι γνωστό ότι οι γυ-

ναίκες παθαίνουν μία παράκρουση και θέλουν να γίνουν νύφες...
Λες και δεν υπάρχει άλλη εποχή του χρόνου...
Όλες καλοκαίρι...
Με το που βρήκε λίγες μέρες το Μαράκι μου λέει για διακοπές...
Κάθε που ακούω διακοπές η αμέσως επόμενη σκέψη μου - μετά την επιλογή μέρους - είναι ξενοδοχείο...
Άρχισα να ψάχνω ξενοδοχεία...
Όχι μου λέει το Μαράκι θα κάνουμε ελεύθερο κάμπινγκ...
Εγώ στο μεταξύ...
Σε ολόκληρη τη ζωή μου δεν είχα κάνει δεσμευμένο κάμπινγκ... όχι ελεύθερο...
Είχα να στήσω σκηνή από το στρατό...
Που και πάλι άλλος μου την έσπινε...
Το Μαράκι ανένδοτο...
Ελεύθερο κάμπινγκ αλλιώς χωρίζουμε...
Ήξερα κατά βάθος ότι έπρεπε να πάρω την δεύτερη επιλογή, αλλά κατέληξα στην πρώτη και να φορτώνω σκηνή, στρώματα και συμπράγκαλα στο αυτοκίνητο...
Αφού γυρίσαμε ότι παραλία βγαίνει σε απάτητο...
Αράξαμε στην πιο απάτητη...
Η παραλία του survinor έχει περισσότερη κίνηση... είπα...
Το Μαράκι δεν γέλασε και γω βρέθηκα να στήνω τη σκηνή που δεν ήξερα πως στήνεται...
Νιώθεις ένα με τη φύση... είπε το Μαράκι...
Εκατομμύρια χρόνια ο Homo sapiens πάλευε να φύγει από τη φύση...
Για να έρθει το Μαράκι με το ελεύθερο κάμπινγκ να διαγράψει την προσπάθεια...
Το πρώτο βράδι...
Δες τα άστρα μου έλεγε το Μαράκι...
Θα τα βλέπαμε και από το ξενοδοχείο... απάντησα αλλά το Μαράκι δε γέλασε ξανά και πήγε για ύπνο στη σκηνή...
Το Μαράκι για ύπνο...
Εγώ ξάγρυπνος να περιμένω στην ερημιά τον Τζέισον από το Παρασκευή και 13 να σκάσει μύτη...
Το επόμενο πρωί χωρίσαμε...
Άφησα το Μαράκι να γίνει ένα με τη φύση...
Εγώ αποφάσισα να γίνω ένα με κανονικό κρεβάτι...
Από τότε κάθε φορά που βλέπω φωτογραφία στο instagram με το Μαράκι να ποζάρει σε κατσάβραχο σκέφτομαι τον ταλαίπωρο πίσω από τη φωτογραφία, που την τραβά...
Αυτόν που αντί για το κατσάβραχο εκείνη τη στιγμή θα ήθελε να είναι στο κρεβάτι του...
Την επόμενη φορά...
Αν δεν θέλετε αρκούδες να σας φωνάζουν με το μικρό σας όνομα...
Ή να κάνετε διακοπές παρέα με τον Τζέισον από το Παρασκευή και 13...
Αντί για ζώδιο ρωτάτε παιδιά...
Κατευθείαν να γλυτώνουμε ταλαιπωρία...
Σ' αρέσει το ελεύθερο κάμπινγκ;
(Η τωρινή σχέση, μόλις άκουσε ελεύθερο κάμπινγκ άρχισε να ψάχνει για διασωστικά συνεργεία περνώντας επιτυχώς το τεστ)

Γράφει ο Άκης Μητσούλης



**PRESS
TEASE**
SNACKS & COFFEE

*Χώρος
να ζεις!*

Δημητρίου Καρασολή 10 | Νεάπολη | Λάρισα | Τ. 2410 623783



Μπορεί να μην ανήκει στην Π.Ε. Λάρισας αλλά στη γειτονική Π.Ε. Πιερίας όμως καταφέρνει κάθε καλοκαίρι να αποτελεί σημείο αναφοράς για τους Λαρισαίους. Ο λόγος για το ρέμα Ορλιά που το χαίρονται τόσο για την ομορφιά του, όσο και για τα κρύα του νερά μικροί και μεγάλοι επισκέπτες.

Σύμφωνα με την παράδοση, το ποτάμι Ελικώνας ή Βαφύρας ή Ορλιάς ονομάστηκε έτσι από τον θόρυβο-βουητό του νερού του. Ο Ορλιάς είναι αρχαιότατος ποταμός της Πιερίας, ο οποίος «χάθηκε» από την ντροπή του, αρνούμενος να εξαγνίσει τις Μαινάδες (μαινόμενες γυναίκες της Πιερίας), οι οποίες θέλησαν να ξεπλύνουν εκεί τα χέρια τους από το αίμα του Ορφέα. Πιο συγκεκριμένα,

...

Από τη Λάρισα
απέχει περίπου
μιάμιση ώρα -
Αρκετοί κάτοικοι
της ευρύτερης
περιοχής
επισκέπτονται
τους καταρράκτες
για μπάνιο
και πικνίκ.



**Στο ρέμα Ορλιά
αξίζει ο κόπος
για μια βουτιά**



the **F1RST**
**LOW ALCOHOL
WINE**

6% vol

**STRONG
TASTE**

RAINBOW
feeling

6% .vol 250ml

**NATURAL SEMI-SWEET
DEMI-SPARKLING WINE**

WINERY
POULTSIDIS

Νέες Καρυές Λάρισας, Τ.Κ. 41500
Κιν: 6975 409464 — Τηλ & Fax: 2410 791135
info@karyos.gr — www.karyos.gr



ΟΙΝΟΠΟΙΙΑ
ΠΟΥΛΤΣΙΔΗ



λέγεται πώς ο ποταμός μπήκε στο έδαφος και βγήκε ξανά στην επιφάνεια λίγο πιο έξω από το Δίον, όπου σχηματίζει και τους καταρράκτες του.

Για να φτάσουμε στους καταρράκτες Ορλιά, κινούμαστε στην Εθνική Οδό, την οποία εγκαταλείπουμε στην έξοδο προς Δίον. Ακολουθώντας την πινακίδα προς «Καταφύγιο Κορομπλιά» και στη συνέχεια τις πινακίδες «Όλυμπος», στα 4 χλμ. περίπου συναντάμε το εξωκλήσι των Αγ. Κωνσταντίνου και Ελένης και λίγα μέτρα παραπάνω, αφήνουμε το αυτοκίνητο. Ακολουθούμε πεζοί το δρομάκι που μας οδηγεί στον έναν καταρράκτη, ο οποίος δημιουργεί μικρή λίμνη.

Στο δρομάκι πριν φτάσου-

με στον πρώτο καταρράκτη, υπάρχει ένας βράχος με ζωγραφισμένη μια κόκκινη καρδιά. Αν ακολουθήσουμε το μονοπάτι σε τρία λεπτά καταλήγουμε στον δεύτερο καταρράκτη.

Ο δεύτερος καταρράκτης είναι πιο ψηλός και επιβλητικός και δημιουργεί μεγαλύτερη και πιο βαθιά λίμνη. Αρκετοί κάτοικοι της ευρύτερης περιοχής επισκέπτονται τους καταρράκτες για μπάνιο και πικνίκ.

Από τη Λάρισα απέχει περίπου μιάμιση ώρα ενώ από τον Πλαταμώνα και τα παράλια του Δήμου Τερπών ακόμα λιγότερο. Είναι μια εναλλακτική πρόταση για κάτι το διαφορετικό.

Γιατί όχι...;



Puerta Euro 2020

Υπό το άγρυπνο βλέμμα του Λευτέρη Φουρκιώτη η Puerta «πρωταγωνιστεί» στο Euro 2020. Η Ομάδα είναι πανέτοιμη με πολλές και βαριές μεταγραφές. Στόχος να σπκώσει το κύπελλο και να κερδίσει τις εντυπώσεις.

Με ένα άκρως επιθετικό σύστημα θα παραταχθεί η ομάδα της **Puerta** στο φετινό Euro. Ένα πρωτότυπο σύστημα 2-6-2, που παραδόξως έχει αποδώσει τα τελευταία **13 χρόνια** που βρίσκεται στον χώρο και πρωταγωνιστεί.

Στο τέρμα, ο Κώστας ο Απεντομωτής. Αυτός ο βετεράνος του αθλήματος, έτοιμος να «σκοτώσει» τα όνειρα των αντιπάλων επιθετικών όπως και στην καθημερινότητα του κάνει με τα ενοχλητικά έντομα που εμφανίζονται στα σπίτια και στους επαγγελματικούς χώρους της περιοχής.

Στο κέντρο της άμυνας, οι Διαχειριστές Νικολάδες. Καλούνται, για ακόμα μια φορά, να βρουν λύσεις για την αντιμετώπιση τυχόν προβλημάτων που μπορεί να δημιουργηθούν από τις επιθετικές διαθέσεις των άλλων ομάδων. Επίσης, με υπομονή και επιμονή, να οργανώσουν το παιχνίδι από πίσω. Αυτή άλλωστε είναι και η δουλεία τους! Τα καλύτερα παιδιά, αλλά από μπάλα...τα καλύτερα παιδιά!

Στο χώρο του κέντρου, 6 κορίτσια έτοιμα να «καθαρίσουν» όλες τις μπαλιές και τις προοπτικές που έχουν στο μυαλό τους οι αντίπαλοι. Ελένη, Ζωή, Βησσαρούλα, Φανή, Μαρία και λίγο πιο μπροστά η Λέττα, με «καθαρό» παιχνίδι, γρήγορους ρυθμούς και αποτελεσματικότητα φτιάχνουν το παιχνίδι της ομάδας. Η συνεργασία αυτών των κοριτσιών έχει αποφέρει καρπούς εντός και εκτός γηπέδου. Καθαρισμός πολυκατοικιών, επαγγελματικών χώρων, αρχικοί καθαρισμοί.

Η 11αδα κλείνει με το επιθετικό δίδυμο. Δώρα και Λευτέρης. Η

Δώρα έχει έναν πιο ελεύθερο ρόλο μέσα στο γήπεδο. Είναι ο δεύτερος επιθετικός της ομάδας αλλά μην σου φανεί περίεργο αν την δεις να διαχειρίζεται την άμυνα ή να «σκουπίζει» στο κέντρο του γηπέδου. Είναι παντού!

Και τέλος ο Λευτέρης. Δεινός σκόρερ ο Λευτέρης! Σε ρόλο παίκτη-προπονητή ζητάει ένα πράγμα από την ομάδα του. «Την μπάλα χαμηλά». Αν αυτό επιτευχθεί, η νίκη είναι μονόδρομος.

Η ομάδα της **PUERTA ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ | ΑΠΕΝΤΟΜΩΣΗ | ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑ** έτοιμη να σπκώσει το κύπελλο.

Εσού; Ποια ομάδα υποστηρίζεις;





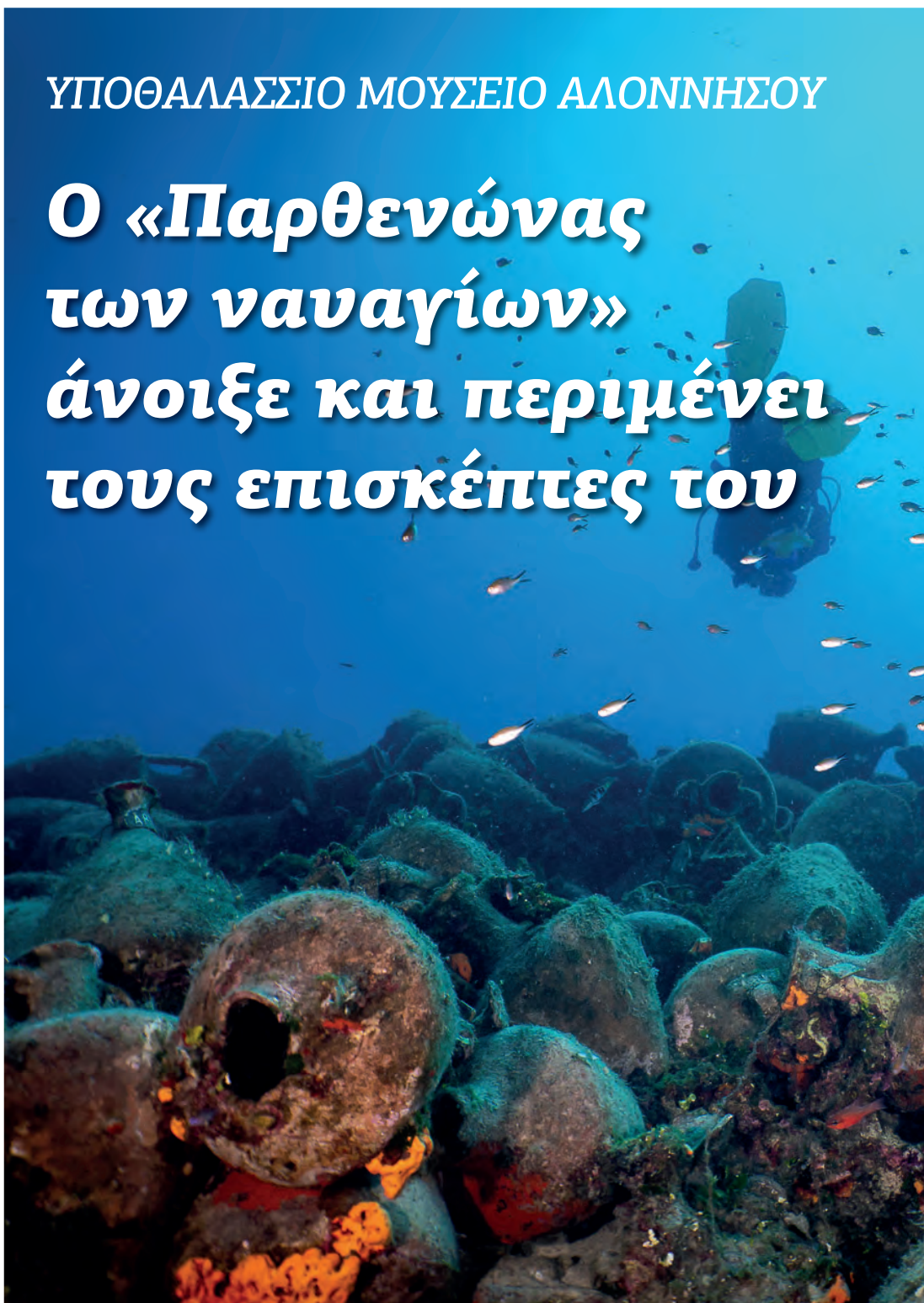
...
Κώστας
Αγοραστός:
Μια μοναδική
εναλλακτική
τουριστική
εμπειρία, με
προστιθέμενη
αξία και πλούτο
για τη χώρα



Από τις αρχές του Ιούνη άνοιξε για το κοινό ο επισκέψιμος Ενάλιος Αρχαιολογικός Χώρος στην Περιστέρα της Αλοννήσου, το πολυβραβευμένο πρώτο και μοναδικό υποθαλάσσιο μουσείο στη χώρα που εγκαινιάστηκε πέρυσι τον Αύγουστο, αναδεικνύοντας την Αλόνηπσο στους κορυφαίους βιώσιμους

ΥΠΟΘΑΛΑΣΣΙΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΑΛΟΝΝΗΣΟΥ

Ο «Παρθενώνας των ναυαγίων» άνοιξε και περιμένει τους επισκέπτες του





τουριστικούς προορισμούς του κόσμου.

Ο «Παρθενώνας των ναυαγίων», επαναλειτουργεί με ασφάλεια φέτος το καλοκαίρι, στο πλαίσιο Προγραμματικής Σύμβασης που υπογράφηκε μεταξύ του Υπουργείου Πολιτισμού και Αθλητισμού, της Περιφέρειας Θεσσαλίας και του Δήμου Αλοννήσου, μετά την πρόσφατη άρση των περιοριστικών μέτρων στον τουρισμό, λόγω της πανδημίας του κορωνοϊού.

«Σε συνεργασία με την Υπουργό Πολιτισμού Λίνα Μενδώνη, την Εφορεία Ενόλιων Αρχαιοτήτων και το Δήμο Αλοννήσου, από την 1η Ιουνίου, προσφέρουμε στην παγκόσμια κοινότητα των αυτοδυνάτων και στους λάτρεις των ενόλιων αρχαιοτήτων τη δυνατότητα να επισκεφτούν με όλους τους κανόνες ασφαλείας τον «Παρθενώνα των ναυαγίων», το αρχαιότερο ναυάγιο στον κόσμο (425 π.Χ.) στο οποίο μπορεί να καταδυθεί άνθρωπος και να ζήσουν μια μοναδική εναλλακτική τουριστική εμπειρία, με προστιθέμενη αξία και πλούτο για τη χώρα» δηλώνει ο Περιφερειάρχης Θεσσαλίας **Κώστας Αγοραστός**.

«Το ναυάγιο βρίσκεται στο νησί της Περιστεράς στα ανοιχτά της Αλοννήσου στην μεγαλύτερη στην Ευρώπη προστατευόμενη Θαλάσσια έκταση, το Εθνικό

Θαλάσσιο Πάρκο Αλοννήσου-Βορείων Σποράδων. Το Υποθαλάσσιο Μουσείο ενσωματώνει καινοτομίες αιχμής, όπως το Σύστημα NOUS, των υποβρυχίων καμερών παρακολούθησης του ναυαγίου σε real time χρόνο και το προηγμένο καταδυτικό σύστημα (Augmented Diving System), το οποίο μπορούν να χρησιμοποιούν όλοι όσοι καταδύονται στο ναυάγιο και τους παρέχει πληροφορίες μέσω των tablets, για το μεγάλο εμπορικό πλοίο που μετέφερε περισσότερους από 4.000 οινοαμφορείς, προτού ναυαγήσει στα νερά των Σποράδων.

Οι επισκέπτες που δεν μπορούν ή δεν θέλουν να καταδυθούν, μπορούν να ζήσουν μια μοναδική εμπειρία κατάδυσης στο Κέντρο Ενημέρωσης Κοινού στη Χώρα της Αλοννήσου, όπου λειτουργεί ειδική εγκατάσταση τρισδιάστατης, ψηφιακής απεικόνισης για εικονική κατάδυση στο ναυάγιο της Περιστεράς. Διαμορφώσαμε ένα καινοτόμο και μοναδικό στην Ελλάδα εκθεσιακό χώρο εικονικής πραγματικότητας όπου ψηφιακές τεχνολογίες αιχμής συνδυάζονται με παραδοσιακές μουσειακές πρακτικές και μεταφέρουν τον επισκέπτη στη μαγεία του βυθού» προσθέτει ο Περιφερειάρχης.

Το έργο έχει τιμηθεί με

το πρώτο βραβείο στην κατηγορία: «Καινοτομία και ψηφιοποίηση στον αειφόρο πολιτιστικό τουρισμό, προς έξυπνους προορισμούς» του Ευρωπαϊκού Δικτύου Πολιτιστικού Τουρισμού ECTN τον Οκτώβριο του 2020, δυο βραβεία από την Ευρωπαϊκή Επιτροπή, βραβείο Tourism Award 2020 και βραβείο για τη Βιώσιμη Ελλάδα του Αύριο «Bravo Sustainability Award».

Πανόραμα ναυαγίων στη Θεσσαλία

Η Περιφέρεια Θεσσαλίας, με ολοκληρωμένο σχέδιο, προχωρά στην αξιοποίηση και ανάδειξη και άλλων Υποθαλάσσιων Μουσείων στις Σποράδες και τον Δυτικό Παγασσικό. «Διαθέτουμε ένα πανόραμα ναυαγίων των κλασικών, υστερορωμαϊκών, βυζαντινών και νεότερων χρόνων σε Περιστέρα, Γλάρο, Τηλέγραφο, Κίκυνθο, Χριστόφορο, Φαγκρού, Κυρά Παναγιά και Σκάντζουρα, που αξιοποιούμε και αναδεικνύουμε μέσω του ΕΣΠΑ Θεσσαλίας 2014-2020, δημιουργώντας ένα κρίσιμο αριθμό Μουσείων, πόλο έλξης για ένα πολυάριθμο, νέο τουριστικό κοινό» υπογραμμίζει ο **Κώστας Αγοραστός**.

«Αυτή είναι η μεγάλη προσφορά των Υποθαλάσσιων Μουσείων στον τουριστικό χάρτη της Θεσσαλίας. Αλλά και



η απάντησή μας στην κρίση: Κάνουμε αντίσταση ποιότητας στον μαζικό τουρισμό, επιμηκύνουμε την τουριστική περίοδο, δημιουργούμε νέες θέσεις εργασίας και τονώνουμε την πραγματική, τοπική οικονομία. Συνδέουμε τον έξυπνο τουρισμό με τον πολιτισμό και το αναλλοίωτο φυσικό περιβάλλον, αναβαθμίζοντας την εικόνα της Θεσσαλίας στο διεθνή τουριστικό χάρτη. Το έργο συμβάλλει στην προστασία ενός συνόλου μοναδικών ναυαγίων και αποτελεί έργο υποδομής για την ανάδειξη των ενάλιων αρχαιολογικών χώρων, το άνοιγμά τους και την προβολή του ενάλιου πλούτου στο ευρύ κοινό, καθώς και για την προσέλκυση και ανάπτυξη του καταδυτικού τουρισμού, που είναι το δεύτερο σε κατά κεφαλή δαπάνη τουριστικό προϊόν στον κόσμο. Το σύνολο της λειτουργίας των Υποθαλάσσιων Μουσείων και η τεχνογνωσία που θα προκύψει θα αποτελέσουν πρότυπο για την ανάπτυξη αντίστοιχων δραστηριοτήτων σε όλη τη χώρα» υπογραμμίζει ο Περιφερειάρχης.

Σε ρόλο οδηγού η Θεσσαλία

Στο νέο πρόγραμμα **BlueMed PLUS** συμμετέχει ως εταίρος η Περιφέρεια Θεσσαλίας, κεφαλαιοποιώντας την εμπειρία που απέκτησε από τη συμμετοχή της στο BlueMed που οδήγησε στο πολυβραβευμένο έργο του πρώτου Υποθαλάσσιου Μουσείου στη χώρα, στην Περιφέρεια της Αλοννήσου, την ανάδειξη εναλίων αρχαιοτήτων σε ένα πανόραμα ναυαγίων στον Δυτικό Παγασητικό και τις Σποράδες και τη δημιουργία Κέντρων Ευαισθητοποίησης και Ενημέρωσης του κοινού σε Αλόννησο και Μιτζέλα. Κύριος στόχος του νέου προγράμματος BlueMed Plus είναι να μεταφέρει σε νέες περιοχές της Μεσογείου τον «οδικό χάρτη», το σχέδιο δράσης και την τεχνογνωσία που αναπτύχθηκαν με επιτυχία στο προηγούμενο πρόγραμμα. Και να ενισχύσει την ικανότητα των νέων εταίρων να λειτουργήσουν και αυτοί με τη σειρά τους Ενάλιους Αρχαιολογικούς χώρους και Κέντρα Ενημέρωσης και Ευαισθητοποίησης Κοινού στις περιοχές τους, προωθώντας

νέους παράκτιους τουριστικούς προορισμούς και ενισχύοντας την βιώσιμη, αειφόρο ανάπτυξη.

Το νέο έργο περιλαμβάνει 3 περιοχές στην Ιταλία (Απουλία), το Μαυροβούνιο (Μπούντβα) και την Αλβανία (Αυλώνα), αναδεικνύοντας σημαντικούς ενάλιους αρχαιολογικούς χώρους, οι οποίοι καλύπτουν 2.000 χρόνια ιστορίας. Και οι 3 περιοχές χωροθετούνται στο Αδριατικό Πέλαγος και διαθέτουν καλές ακτοπολικές συνδέσεις. Η ευνοϊκή γεωγραφική γειτνίαση, διευκολύνει τη συνεργασία και την ανταλλαγή βέλτιστων πρακτικών με στόχο την προβολή, ανάδειξη και τουριστική αξιοποίηση της ενάλιας πολιτιστικής κληρονομιάς. Ο συνολικός προϋπολογισμός του προγράμματος ανέρχεται σε 395.364 ευρώ, η διάρκεια υλοποίησής του είναι 13 μήνες και στο εταιρικό σχήμα εκτός από το Περιφερειακό Ταμείο Ανάπτυξης της Περιφέρειας Θεσσαλίας συμμετέχουν το Πανεπιστήμιο της Καλάβρια στην Ιταλία, η Ατλαντίς Συμβουλευτική, ο Δήμος Vloja της Αλβανίας, ο Δήμος Budva στο Μοντενέγκρο και η Περιφέρεια Apulia της Ιταλίας.

...
Η Περιφέρεια Θεσσαλίας, με ολοκληρωμένο σχέδιο, προχωρά στην αξιοποίηση και ανάδειξη και άλλων Υποθαλάσσιων Μουσείων στις Σποράδες και τον Δυτικό Παγασητικό



Τοκαλή η παρέα...



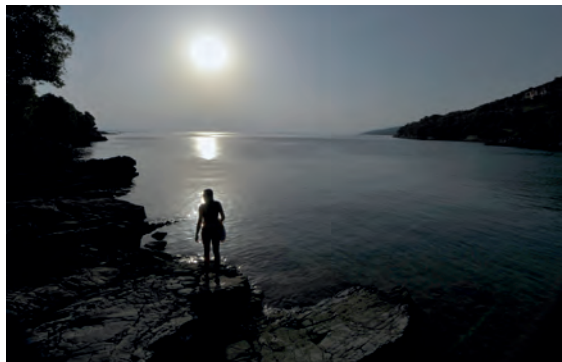
ΔΙΠΛΗΣ ΑΠΟΣΤΑΞΗΣ - ΒΙΟΛΟΓΙΚΟ ΠΡΟΪΟΝ

Τηλ: 24220 51480 Κινητό 6975 686212
E - MAIL: nikos.tokalis@gmail.com



Μοναδικοί προορισμοί στη Μαγνησία

Νέα Αγχίαλος, Χόρτο, Κατηγιώργης, Κάτω Σπηλιά και Λαύκος σας περιμένουν να απολαύσετε τις φετινές σας διακοπές



Φωτ. Eurokinissi

Με αεροπλάνο, βαπόρι ή αυτοκίνητο, ότι κι αν επιλέξεις η Νέα Αγχίαλος αποτελεί μια όμορφη είσοδο στη μαγευτική Περιφερειακή Ενότητα Μαγνησίας. Η Νέα Αγχίαλος, με το μικρό λιμένα, στο μυκό του Παγασπτικού είναι πράγματι η «πολιτεία της θάλασσας». Ο παραθεριστής θα θαυμάσει το γραφικό λιμανάκι, θα απολαύσει τον πευκόφυτο λόφο, θα ανακαλύψει τα αρχαιολογικά ευρήματα και μια δέσμη από παραλιακούς οικισμούς, όπως της Κριθαρίας, του Μαραθού, του Αγίου Γεωργίου Κυνηγών, της Μεγάλης Βαλανιδιάς, αλλά και της Δημητριάδος. Ένας τόπος ευλογημένος με χρώματα, αρώματα και σπουδαίο κρασί!

Εκτός από τη Ν. Αγχίαλο, σας προτείνουμε επιλεγμένα χωριά για να τα ανακαλύψετε με την πολύτιμη βοήθεια του φωτορεπόρτερ Θανάση Καλλιάρη. Χόρτο, Κατηγιώργης και Κάτω Σπηλιά για να πάρετε μια υποψία και από το γραφικό Λαύκο.

Χόρτο Πηλίου

Το Χόρτο είναι ένα μικρό παραθαλάσσιο χωριό του Παγασπτικού σε απόσταση 46 χλμ από τον Βόλο. Στην περιοχή του Χόρτου τοποθετείται η αρχαία πόλη Σπάλαθρα. Στα Βυζαντινά χρόνια ονομαζόταν Χορτόκαστρο. Η ονομασία Χόρτος δόθηκε στον οικισμό αργότερα. Κατά μια εκδοχή το τοπωνύμιο Χόρτος ανάγεται στην Ενετική περίοδο. Η λέξη chortus σημαίνει «κήπος περιφραγμένος». Μέχρι την δεκαετία του '50 περίπου, ο οικισμός αποτελούσε το κύριο εμπορικό κέντρο διακίνησης και εξαγωγής αγροτικών προϊόντων της περιοχής. Σήμερα στο χωριό κατοικούν μόνιμα περίπου 80 άνθρωποι και το καλοκαίρι μετατρέπεται σ' ένα ήσυχο, γραφικό

παραθεριστικό θέρετρο.

Κατηγιώργης

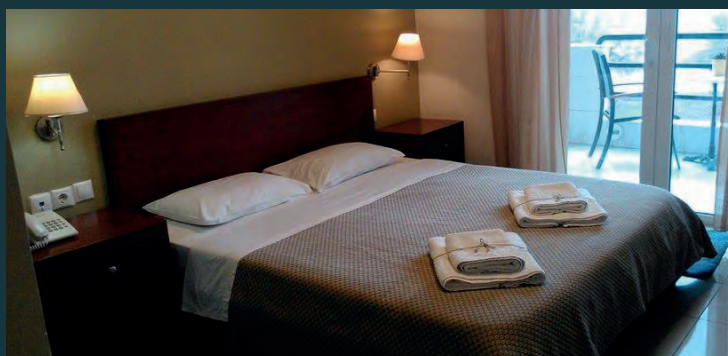
Ο Κατηγιώργης είναι ένας μικρός, γραφικός παραθαλάσσιος οικισμός με ένα μικρό φυσικό λιμανάκι, απέναντι ακριβώς από τις δυτικές ακτές της Σκιάθου. Βρίσκεται σε απόσταση 68 περίπου χιλ. από τον Βόλο. Είναι ένα από τα ομορφότερα ψαροχώρια του Πηλίου, όπου το γαλάζιο της θάλασσας και το πράσινο του βουνού συνυπάρχουν αρμονικά και η τουριστική ανάπτυξη συνεχώς μεγαλώνει.

Κάτω Σπηλιά

Η παραλία Κάτω Σπηλιά στην Μηλίνα Πηλίου. Σύμφωνα με ερευνητές στην τοποθεσία αυτή ελλιμενίστηκε η Αργώ μετά τον απόπλου της από την Ιωλκό, για να επισκεφτεί ο Πηλέας τον γιό του Αχιλλέα που δίδασκε ο Κένταυρος Χείρων.

Λαύκος

Στο νότιο Πήλιο, πάνω από τη Μηλίνα και στα 330 μέτρα, βρίσκεται ο γραφικός Λαύκος. Από τα μεγαλύτερα χωριά της περιοχής, ξεχωρίζει για τη θέα του προς τις ακτές της Εύβοιας, της Στερεάς αλλά και μπροστά στον γαλάζιο Παγασπτικό με τα νησάκια του. Μπαίνοντας στο μεσαιωνικό οικισμό είναι φανερό ότι τίποτα δεν έχει χαλάσει τον παραδοσιακό χαρακτήρα του στο πέρασμα των αιώνων. Πέτρινα σπήτια, παλιά αρχοντικά, πλακόστρωτα καλντερίμια, καφενέδες και μαγαζιά που ζουν σε άλλον αιώνα πλαισιώνονται από τεράστια αιωνόβια πλατάνια. Οι 300 μόνιμοι κάτοικοι κρατούν ζωντανό το χωριό όλο τον χρόνο. Η μεγάλη κατάφυτη πλατεία αποτελεί το κέντρο του χωριού με ζωηρή «πινελιά» την εκκλησία της Γεννήσεως της Θεοτόκου.



Σ' ένα ειδυλλιακό τοπίο, πάνω στη θάλασσα, με αξεπέραστη θέα στον κόλπο του Παγασπτικού και στο Πήλιο, σας καλωσορίζει το Tokalis Boutique Hotel & Spa. Ένας χώρος που τα πάντα σχεδιάστηκαν για να καλύψουν κάθε σας ανάγκη για ταξίδια και αναψυχή, με πραγματικά άνετους και οικείους χώρους. Ιδανικό για κάθε εποχή, το ξενοδοχείο μας παραμένει ανοικτό καθ' όλη την διάρκεια του έτους, εμπλουτίζοντας τις παροχές και τις εκδηλώσεις του, για να καλύψει τις απαιτήσεις της κάθε εποχής!



TOKALIS

BOUTIQUE HOTEL & SPA

Διαμαντοπούλου 1, Νέα Αγχίαλος, Βόλος
Τηλ.: 2428077577, 2428077578 • e-mail: tokalishotel@gmail.com

Καλοκαίρι στα Τρίκαλα;

Κι όμως είναι απόλαυση!

✈ Γράφει ο Βασίλης Αλεξίου

Τα τελευταία χρόνια ο μύθος που θέλει την πόλη των Τρικάλων και την ευρύτερη περιοχή, τα χωριά του ορεινού όγκου της Πίνδου, την Καλαμπάκα και τα Μετέωρα, ως ένα ιδανικό χειμερινό προορισμό... καταρρίπτεται.

Μπορεί να μην έχουν θάλασσα, αλλά έχουν ποτάμια και... νησάκι! Αποκαλύφθηκε στις όχθες του Αγιαμονιώτη και έχει μετατραπεί σε ένα νέο πάρκο και χώρο άθλησης για τους Τρικαλινούς. Σημείο αναφοράς δε για τους επισκέπτες.

Τα υπόλοιπα... είναι γνωστά! Όταν η θερμοκρασία τα μεσημέρια του καλοκαιριού ανεβαίνει οι καφετέριες στον μοναδικό και περίφημο πεζόδρομο της Ασκληπείου, προσφέρουν στιγμές χαλάρωσης και θερινής... ραστώνης. Παγωμένος καφές και κουβεντούλα.

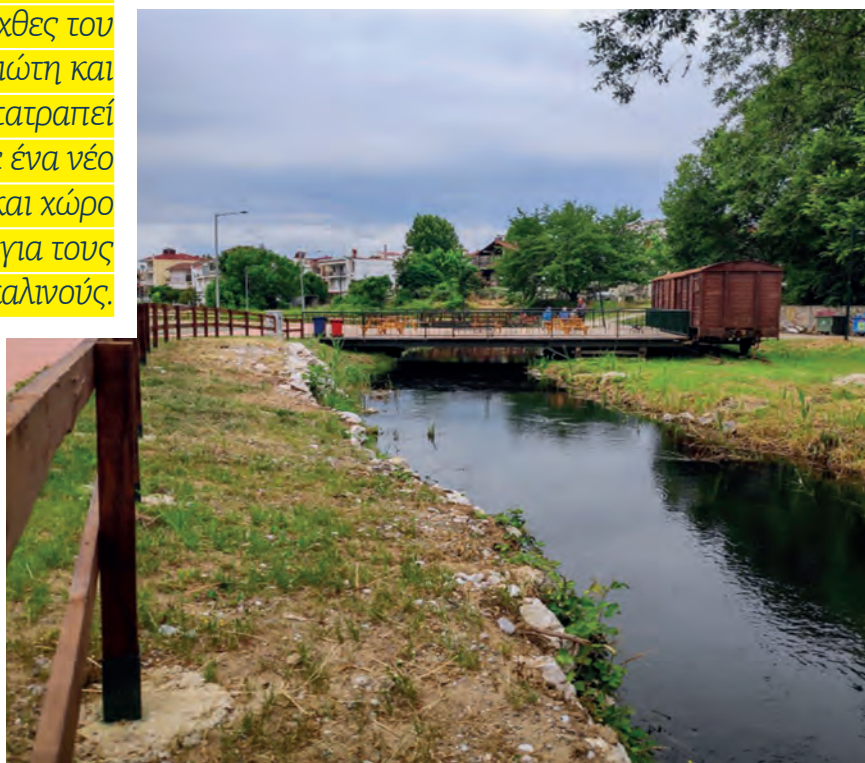
Ο ορεινός όγκος της περιοχής και τα παραδοσιακά χωριά προσφέρουν απίστευτες εμπειρίες στους επισκέπτες. Ξεχασμένα από το χρόνο μονοπάτια οδηγούν τον επισκέπτη σε ποτάμια και καταρράκτες, σε δάση με σπάνια βλάστηση και άγρια ομορφιά που ξεκουράζουν νου και σώμα. Στην κοσμική Ελάτη θα βρει κανείς τα καλύτερα ξενοδοχεία, μοναδικές ταβέρνες και ζαχαροπλαστεία. Στο Περιούλι μπορεί κανείς να κάνει βόλτα με άλογα και λίγα χιλιόμετρα πιο πάνω, μπάνιο στην... παραλία του Ασπροπόταμου στο ύψος του Γαρδικίου. Οι νεολαίοι κάνουν τις βουτιές τους και στον Αχελώο, στο ύψος της Μεσοχώρας κάτω από το «στοιχειωμένο» φράγμα το οποίο θα έπρεπε να είχε δημιουργήσει από χρόνια μια λίμνη. Μια μοναδική εμπειρία που μπορεί ο επισκέπτης να ζήσει είναι στα παραδοσιακά πανηγύρια της περιοχής. Συνολικά... 52 χωριά (!) εορτάζουν και πανηγυρίζουν τον Δεκαπενταύγουστο και στους επισκέπτες προσφέρεται παραδοσιακή φιλοξενία. Φαγητό και κρασί κάτω από τα πλατάνια στις πλατείες των χωριών.

Αφήνουμε για το τέλος τα δεκάδες μοναστήρια τα οποία είναι φυτεμένα σε κάθε γωνιά της Τρικαλινής γης. Εκτός της περίφημης μοναστικής πολιτείας των Μετεώρων, ο επισκέπτης μπορεί να επισκεφτεί Ιερές Μονές οι οποίες χάνονται μέσα σε δάση και λαγκάδια, όπως του Αγίου Βησσαρίωνα, πάνω από την Πύλη (σ.σ. το μοναδικό άβατο για γυναίκες Μοναστήρι, εκτός Αγίου Όρους) ή του Κόρμποβου και της Γκούρας και της Μονής Σιαμάδων στην Καστανιά.

Διακοπές... στον κάμπο, λοιπόν!



...
Μπορεί να μην
έχουν θάλασσα,
αλλά έχουν
ποτάμια
και... νησάκι!
Αποκαλύφθηκε
στις όχθες του
Αγιαμονιώτη και
έχει μετατραπεί
σε ένα νέο
πάρκο και χώρο
άθλησης για τους
Τρικαλινούς.





προσφέρουμε στους
πελάτες μας αυτό
που χρόνια τρώνε
τα παιδιά μας



**ΤΟ
ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟ**
της Νεάπολης

1ης Μεραρχίας 15, Πλατεία Νεάπολης
Τηλέφωνο Παραγγελιών / Κρατήσεων: 2410 67 27 29-30

Πέντε χωριά που πρέπει να δεις

Αμπελάκια, Σκήτη, Μεταξοχώρι, Ραψάνη
και Άνω Σωτηρίτσα

Η Λάρισα είναι γνωστή για τον ατελείωτο κάμπο της. Τα τελευταία χρόνια ακόμα και τα δεκάδες χιλιόμετρα από καθαρές θάλασσες και μοναδικές παραλίες τείνουν να γίνουν ταυτόσημη έννοια για πολλούς Θεσσαλούς. Μα είναι μόνο

αυτά; Όχι φυσικά. Το “Summer” της larissanet σας παρουσιάζει πέντε ορεινά χωριά που δεν πρέπει να χάσει ο επισκέπτης του καλοκαιριού. Η Ραψάνη, τα Αμπελάκια, η Άνω Σωτηρίτσα, το Μεταξοχώρι και η Σκήτη σας περιμένουν να τα ανακαλύψετε ή να τα ξαναγνωρίσετε...



αύρα

Διαχείριση Φροντίδα Ασφάλεια

- ▶ ΔΙΑΧΕΙΡΙΣΗ
- ▶ ΑΠΕΝΤΟΜΩΣΕΙΣ
- ▶ ΒΙΟΚΑΘΑΡΙΣΜΟΙ
- ▶ ΚΑΘΑΡΙΟΤΗΤΑ
- ▶ ΑΣΦΑΛΕΙΕΣ

www.avragroup.gr



ΛΑΡΙΣΑ: Κοραή 5 τ.2410 617700
ΚΑΤΕΡΙΝΗ: Παρμενίωνος 48 τ.23510 61710

14 χρόνια
κοντά σας

Αμπελάκια: Η «ζωγραφιά» των Τεμπών



Μοιάζει σαν να μην έχει καμία σχέση με οτιδήποτε γύρω του. Σαν να ξεπήδησε από την περιοχή του Πηλίου και να βρέθηκε καταμεσής του κάμπου και στη συνέχεια να σκαρφάλωσε στα ορεινά των Τεμπών. Για να μην το πειράξει κανείς.

Το χωριό των Αμπελακίων αποτελεί μια ιδιαίτερη περίπτωση στην Περιφερειακή Ενότητα Λάρισας.

Όταν περπατάς στα λιθόστρωτα σοκάκια περιτριγυρισμένος από πολλά αρχοντικά με την υπογραφή της ευρωπαϊκής αρχιτεκτονικής του 18ου αιώνα, εισπράττεις άμεσα το κλίμα της ευρωστίας των ντόπιων εμπορών της εποχής.

Το περιοδικό "Summer" της larissanet βρέθηκε εκεί.

Χτισμένο στις βορειοδυτικές πλαγιές του όρους Όσσα στην είσοδο της κοιλάδας των Τεμπών. Τα Αμπελάκια φημίζονται για τα σπουδαία αρχοντικά τους καθώς γνώρισαν πολύ μεγάλη οικονομική ανάπτυξη κατά το παρελθόν, χάρη στην επεξεργασία και την βαφή νημάτων με κόκκινο χρώμα που παρήγαγαν από την επεξεργασία του φυτού ριζάρι.

Τα Αμπελάκια έγιναν οικισμός με αυτό το όνομα, μεταξύ 1454 και 1455 από πρωτοβουλία ενός Τούρκου τιμαριούχου, ο οποίος συγκέντρωσε στην περιοχή χωρικούς που δεν είχαν γη, ούτε ανήκαν σε γη άλλων και τους έβαλε να



ζήσουν και να δουλέψουν στα χωράφια της περιοχής του.

Όσον αφορά το όνομα του χωριού, κάποιοι ιστορικοί υποστηρίζουν ότι προέρχεται από το όνομα Αμφιλάκκια, δηλ. ανάμεσα σε δυο λάκκους, ενώ πιο πιθανό φαίνεται το χωριό να πήρε το όνομά του από τα πολλά μικρά αμπέλια που καλλιεργούνταν κάποτε εκεί.

Τα Αμπελάκια τον καιρό της Τουρκοκρατίας ήταν από τα τυχερά χωριά που είχαν κάποια προνόμια και επίσης δεν κατοικούνταν από Τούρκους και έτσι οι Έλληνες μπόρεσαν πιο απρόσκοπτα και μόνο για το δικό τους συμφέρον να καλλιεργούν τα χωράφια τους και να ασκούν τις βιοτεχνικές δραστηριότητές τους, όπως την υφαντουργία, τη μεταξουργία, τη νηματοβαφή, την αμπελοκαλλιέργεια, κ.ά. Οι κάτοικοι ήταν υποχρεωμένοι μόνο σε πληρωμή του φόρου υποτέλειας και αφού γινόταν αυτό ήταν παντελώς ελεύθεροι να αυτοδιοικούνται.

Ο οικισμός αναπτύχθηκε πάνω στον άξονα του κεντρικού δρόμου που οδηγεί στο παζάρι της κωμόπολης, και από κει και πέρα στα χωράφια, τα αμπέλια, στα βαφεία, και το σχολείο.

Στο παζάρι, την καρδιά κάθε οικισμού, βρίσκεται η πλατεία, τα μαγαζιά λιανικής, ο φούρνος, τα καφενεία και η εκκλησία. Πλήθος στενοσόκκακα οδηγούν στα σπίτια του οικισμού, περίπου 600 και ξεκινούν από τον κεντρικό δρόμο σε οξεία γωνία για να αμβλύνουν τη μεγάλη κλίση του εδάφους. Οι δρόμοι είναι όλοι λιθόστρωτοι και σε μερικά σημεία – τα επικίνδυνα σημεία με μεγάλη κατωφέρεια – έχουν κατασκευαστεί σκαλοπάτια.

Ο οικισμός είχε 2 εκκλησίες, τον Άγιο Γεώργιο χτισμένο γύρω στο 1720 και την Αγία Παρασκευή, χτισμένη πριν το 1580.

Τα απλά σπίτια της πόλης είναι διώροφα και ελεύθερα από όλες τις πλευρές. Στο ισόγειο (κατώι) γίνονταν οι καθημερινές δουλειές της οικογένειας και το χειμώνα συχνά κοιμόντουσαν και εκεί, λόγω του ότι ήταν ζεστότερο από τον επάνω. Στο κατώι υπήρχε ένας ελεύθερος ανοιχτός χώρος, η μέσα αυλή, από την οποία ξεκινούσε η εξωτερική σκάλα για τον επάνω όροφο (ανώι). Στη μέσα αυλή υπήρχε και το κελάρι, για την αποθήκευση τροφίμων και ξύλων, καθώς και πηγάδι. Στον επάνω όροφο ήταν οι κρεβατοκάμαρες της οικογένειας και ο χώρος υποδοχής των ξένων.

Διάσημα αρχοντικά σπίτια είναι του Γεωργίου Σβαρτς που χτίστηκε το 1787 - 1798, του αδερφού του Δημητρίου Σβαρτς του 1803, του Ευθυμιάδη του 1740 σπουδαίο δείγμα κλειστής αρχιτεκτονικής, του Σολωμού του 1744, του Κρασούλη του 1797. Σήμερα διατηρούνται 17 αρχοντικά με ιδιαίτερη αρχιτεκτονική. Αρχοντικό που έχει διατηρηθεί είναι το τριώροφο του Γεωργίου Σβαρτς (ή Μαύρου) που η κατασκευή του κράτησε από το 1787 μέχρι το 1798. Το σπίτι ήταν και η έδρα της Κοινής Συντροφιάς όπως λεγόταν τότε ο συνεταιρισμός των Αμπελακίων, που περιείχε εκτός των άλλων το ταμείο, το θησαυροφυλάκιο της εταιρείας στο ισόγειο και αίθουσα συνεδριάσεων στον πρώτο όροφο.

Μεταξύ των αξιοθέατων που μπορεί κάποιος να δει είναι και το Λαογραφικό και Ιστορικό Μουσείο που εγκαινιάστηκε το 2001 και ως σκοπό έχει τη διατήρηση της πολιτιστικής κληρονομιάς της Ιστορικής Κοινότητας.

Φυσικά μην ξεχάσετε να φάτε στις υπέροχες ταβέρνες έχοντας τη σκιά των πλατάνων στην πολύ γραφική πλατεία του χωριού...





Σκήτη: Το μικρό «διαμάντι»



Είναι το χωριό που καταφέρνει να εκπλήσσει όλους όσοι το επισκέπτονται για πρώτη φορά. Το ίδιο όμως συμβαίνει και με όλους τους υπόλοιπους που το έχουν ήδη γνωρίσει. Ή έτσι νομίζουν καθώς η Σκήτη καταφέρνει κάθε φορά να εμφανίζει ένα νέο, διαφορετικό πρόσωπο. Κι έτσι κάθε επίσκεψη γίνεται για κάτι που δεν πρόλαβες να δεις...

Αυτό το μικρό χωριό στις νότιες απολήξεις του Κισσάβου, απέχει περίπου 45 χιλιόμετρα από τη Λάρισα και μόλις 5 από την παραλία του Αγιοκάμπου.

Κρίνοντας από το όνομα του χωριού, μπορούμε να υποθέσουμε ότι στην ευρύτερη περιοχή ασκήτευαν μοναχοί. Άλλωστε, αυτό μαρτυρούν τα δύο ασκηταριά των Αγίων Αναργύρων, ένα από τα μοναστήρια του «όρους των Κελλίων», που βρίσκονται 1χλμ. ΒΔ της Σκήτης και που έχουν αγιογραφηθεί



ανάμεσα στον 12ο και στον 16ο αιώνα μ.Χ. Κοντά στην Σκήτη θεωρείται ότι βρίσκονταν η αρχαία Μελιβοία, η πατρίδα του Φιλοκτήτη, που ήταν διάσημη για την παραγωγή πορφυρέας βαφής. Στα ΒΔ του χωριού εντοπίστηκαν ερείπια φρουρίου, το οποίο πιθανότατα ταυτίζεται με τη Βυζαντινή Κενταυρόπολη. Η πόλη ήλεγχε τον δρόμο που οδηγούσε από τον σημερινό Αγιοκάμπο στην Αγιά και έπαιξε σημαντικό ρόλο ως οχυρή θέση για τους πληθυσμούς των παραλίων κατά τη διάρκεια των πρώτων βαρβαρικών επιδρομών (3ος - 4ος αιώνας μ.Χ.) και αργότερα των Σλάβων και Σαρακηνών (6ος αιώνας μ.Χ.).

Η Σκήτη αποτελεί ιδανικό προορισμό για όσους θέλουν να επισκεφτούν το καλοκαίρι τα παράλια της Λάρισας θέλοντας να μένουν στο βουνό, έχοντας δροσιά και μαγευτική θέα. Πάνω και γύρω από το χωριό καλλιεργούνται καστανιές, βελανιδιές, ελιές, κερασιές, μπλιές και άλλα.



Υπάρχουν παραδοσιακοί ξενώνες που εξασφαλίζουν διαμονή, ξεναγήσεις και διοργάνωση δραστηριοτήτων. Επίσης, λειτουργούν ταβέρνες με εκλεκτά παιδάκια και μοναδικό κρασί για τους μερακλήδες. Παράλληλα, ο επισκέπτης μπορεί να πραγματοποιήσει εξορμήσεις στο δάσος του Πολυδενδρίου, καθώς και στα πρώην βασιλικά κτήματα. Μπορεί, επίσης, να λάβει μέρος σε διάφορες οργανωμένες δραστηριότητες (ποδηλασία, πεζοπορικά μονοπάτια κ.α.) στο δάσος Μαυροβουνίου και να επισκεφτεί τη μικρή λίμνη που βρίσκεται πολύ κοντά στον οικισμό.

Οι ντόπιοι προτείνουν στους επισκέπτες να ακολουθήσουν το περιπατητικό μονοπάτι, το οποίο τους δίνει τη δυνατότητα να βρεθούν στον Προφήτη Ηλία και το παλιό Πυροφυλάκιο. Επίσης, το παλιό σχολείο του χωριού, το οποίο βρίσκεται πάνω από την πλατεία, λειτουργεί σήμερα σαν λαογραφικό μουσείο, με αξιόλογα αντικείμενα μιας άλλης εποχής και πλούσιο φωτογραφικό υλικό. Κάθε Οκτώβριο πραγματοποιείται στην πλατεία του χωριού η «Γιορτή κάστανου», μια ευρέως προβλεπόμενη γιορτή ανάδειξης του άριστου αυτού τοπικού προϊόντος στην οποία προσέρχονται επισκέπτες απ' όλη την ευρύτερη περιοχή.

Ξεχωριστό όμως ενδιαφέρον για κάθε επισκέπτη έχει μια ιδιαίτερη λίμνη στην περιοχή της Σκήτης, η οποία έχει κάτι μαγικό. Έχει έκταση 200 στρεμμάτων και βάθος από 2 έως 7 μέτρα.

Η εικόνα της, όταν κάποιος την επισκεφθεί, μοιάζει σαν να είναι βγαλμένη από κινηματογραφική ταινία.

Το εντυπωσιακό γεγονός είναι ότι η λίμνη δεν αποτελεί φυσικό φαινόμενο, αλλά ήταν αποτέλεσμα ανθρώπινης παρέμβασης πριν από κάποια χρόνια από την τότε νομαρχία, η οποία κατασκεύασε έναν ταμιευτήρα νερού για την άρδευση της καλλιεργήσιμης γης.

Η λίμνη της Σκήτης δεν ικανοποίησε τελικά μόνο τον πρακτικό λόγο για τον οποίο δημιουργήθηκε, δηλαδή το πότισμα της γης, καθώς αποτελεί εδώ και αρκετά χρόνια έναν ξεχωριστό πόλο έλξης για κάθε φυσιολάτρη.

Οι κορμοί των δέντρων που βρίσκονται μέσα στο νερό δημιουργούν ένα εντυπωσιακό τοπίο και οι εικόνες είναι συναρπαστικές στο νέο περιβαλλοντικό γεγονός.



Μεταξοχώρι: Το χωριό των καλλιτεχνών...

Ζωγράφοι, στιχουργοί, μουσικοί, συγγραφείς, ηθοποιοί.

Όλοι οι παραπάνω φαίνεται πως κάτι έχουν βρει στο Μεταξοχώρι Αγίας. Κάτι σχεδόν μαγικό που τους τραβάει και τους κρατάει σε εκείνο το χωριό. Κάτι ίσως μοναδικό αφού εδώ και πολλά χρόνια καλλιτέχνες όλων των ειδών αποφασίζουν να παραθερίσουν εκεί. Κάποιοι μένουν και μόνιμα. Γιατί όμως να μην το κάνουν αφού πρόκειται για ένα τόσο όμορφο μέρος;





Το Μεταξοχώρι βρίσκεται λίγες εκατοντάδες μέτρα μακριά από την Αγιά, στο δρόμο για το βουνό του Κισσάβου. Τόπος ιστορικός μα και ιδιαίτερος αφού καταφέρει να προσελκύει κάθε χρόνο χιλιάδες επισκέπτες. Στο σημείο βρέθηκε και το «Summer» της Larissanet.

Το χωριό γνώρισε φάσεις οικονομικής ακμής στα μέσα του 17ου αιώνα, στα μέσα του 18ου αιώνα και στα μέσα του 19ου αιώνα. Η ευφορία του εδάφους, η πλούσια παραγωγή βαμβακιού και παραγωγή μεταξιού υπήρξαν οι βασικότεροι παράγοντες που αργότερα ώθησαν την ανάπτυξη βιοτεχνίας ύφανσης φυτιλιών (μεταξωτών), αλατζάδων (βαμβακερών), τοικμέδων, τσεβρέδων και μαντιλιών, αλλά και του εμπορίου των κόκκινων νημάτων στις χώρες της Ευρώπης μετά τη διάλυση του συνεταιρισμού των Αμπελακίων.

Από χρονολογικό πίνακα των συντεχνιών της Λάρισας παρατηρούμε ότι υπήρχαν συντεχνίες μεταξάδων το 1662 και αργότερα το 1755 και 1756.

Από το 1863 η Ρέτσιανη φημίζονταν για τις βαφές, τα βαμβακερά νήματα και την υφαντουργία. Το 1905 ο Κωστάκης Παπαδημητρίου φέρνει τον πρώτο ποδοκίνητο αργαλειό και αναπτύσσεται η βιοτεχνία ύφανσης (αλατζάδες, «χράμια», σεντόνια κ.α.), ενώ ο Αλέξης Λάσκαρης ύφανε μεταξωτά.

Άλλη βιοτεχνία στο χώρο της κροπιαστικής ήταν του Α. Χατζημικάλη, γνωστού ως «Λαμπαδάρη», που συνέχισε ο γαμπρός του Θ. Γεωργοβίτσας.

Το επόμενο στάδιο των ντόπιων παραγωγών ήταν η μεταξοποροπαραγωγή. Όλα τα σπίτια ήταν βιοτεχνικές μονάδες, και σχεδόν όλοι οι κάτοικοι ασχολούνταν με τη διαδικασία της κουκουλοπαραγωγής.

Σήμερα η δενδροκαλλιέργεια έχει επικρατήσει πλήρως. Τα περιβόλια γέμισαν σταδιακά φουντουκίες, κερασιές και αργότερα μηλιές και αχλαδιές. Η καλλιέργησιμη περιοχή του Μεταξοχωρίου φτάνει τα 3.000 στρέμματα, όπου καλλιεργούνται κυρίως μήλα, κεράσια, φουντούκια, ελιές, ροδάκινα, βύσσина, σύκα και γεώμυλα σε μικρότερες ποσότητες.

Οι επισκέπτες αξίζει να επισκεφτούν το Μεταξοχώρι, όταν λαμβάνουν μέρος πανηγυρικές εκδηλώσεις υπό το άκουσμα δημοτικών τραγουδιών που πραγματοποιούνται το Δεκαπενταύγουστο στην πλατεία και διαρκούν δύο μέρες.

Στις αρχές Ιουνίου διεξάγεται γιορτή κερασιού με λαϊκή μουσική, χορούς, εκθέσεις ζωγραφικής, φωτογραφίας και γεωργικής παραγωγής. Από πέρυσι όμως η πανδημία έχει αλλάξει πολλές από τις συνήθειες σε όλα τα χωριά.

Αξιοσημείωτες είναι και οι Μονές και τα Παλαιά Αρχοντικά σπίτια που περιστοιχίζουν το χωριό, όπως των Εισοδίων της Θεοτόκου, του Αγ. Γεωργίου και του Αγ. Ευσταθίου.

Στην Μονή του Αγ. Ευσταθίου σώζεται τμήμα παλιού υδραγωγείου (8 καμάρες) με το οποίο οι μοναχοί μετέφεραν νερό με πήλινους υδροσωλήνες, από την πηγή «Παπά Αλεβίζη».

Το Μεταξοχώρι, με το ρέμα δίπλα του να το διασχίζει έχει την πολυτέλεια να είναι γεμάτο από πλατάνια. Τα πετρόκτιστα αρχοντόσπιτα φτιαγμένα με μεράκι και μεγαλείο. Ωραία γεφύρια, παλιά υδραγωγεία βυζαντινά, ξωκλήσια με αγιογραφίες, μονοπάτια στο βουνό είναι κάποιοι από τους λόγους για τους οποίους πρέπει να επισκεφτεί κάποιος το Μεταξοχώρι. Και φυσικά το εκπληκτικό φαγητό στις ταβέρνες του χωριού. Είτε στην Πλατεία, είτε λίγο πιο μακριά από αυτήν. Και μπορεί στην παρέα σας ή στο διπλανό τραπέζι να 'ναι και γνωστοί καλλιτέχνες...





Ραψάνη: Μεθυστική σαν καλό κρασί...



Στις νοτιοανατολικές πλαγιές του Ολύμπου φωλιάζει η Ραψάνη, ένα γραφικό χωριό με μακρά παράδοση στην αμπελοκαλλιέργεια, πλούσια ιστορία και μαγευτική ομορφιά.

Η Ραψάνη είναι ένας ιστορικός οικισμός του Κάτω Ολύμπου, για τον οποίο οι γραπτές πηγές ξεκινούν από τον 15ο αιώνα, με βάση τα οθωμανικά αρχεία, όπως συμβαίνει με τους περισσότερους οικισμούς της ευρύτερης περιοχής. Η εξελικτική πορεία του οικισμού ήταν συνεχής και έφθασε στο απόγειο τις τελευταίες δεκαετίες του 18ου αιώνα, τότε ακριβώς που επανιδρύεται η σημαντική Μονή των Αγίων Θεοδώρων. Το "Summer" της larissanet ανέβηκε σ' αυτό το εκπληκτικό μέρος.

Πήρε το όνομά της από την ράψ(ι)α (=αρβανίτικη λέξη, που σημαίνει μαλακό πέτρωμα. Από τις αρχές του 20ου



αιώνα η Ραψάνη ήταν φημισμένος τόπος παραθερισμού για Λαρισαίους λόγω του καλού της κλίματος. Σχεδόν κάθε γειτονιά έχει και τρεχούμενο νερό από τις πηγές του Ολύμπου. Παράλληλα στα δρομάκια έρεε νερό σε αυλάκι που κατέληγε στα ρέματα και τέλος στον ποταμό Πηνειό. Αυτό που επίσης... ρέει άθρονο είναι το ποιοτικό κρασί.

Οι πρώτες αναφορές για τον τοπικό θεσσαλικό οίνο ως «καλό για την υγεία και τη διατήρηση της δύναμης» γίνονται από τον Θεόκριτο, πρωτοπόρο της βουκολικής ποίησης στα 300 πΧ, ενώ κατά τους Βυζαντινούς χρόνους η αμπελοκαλλιέργεια ήταν ανάμεσα στις βασικές δραστηριότητες των ντόπιων. Έτσι, ο 18ος αιώνας βρίσκει τη Ραψάνη να ευημερεί και να αναπτύσσεται.

Στις αρχές του 19ου αιώνα, ο Άγγλος ορυκτολόγος και εξερευνητής Έντουαρντ Ντάνιελ Κλαρκ (Edward Daniel

Clarke) επισκέφτηκε την περιοχή και χαρακτήρισε τον τοπικό ερυθρό οίνο ως «αυτόν με την καλύτερη γεύση από όσους δοκιμάσαμε στην Ελλάδα», ενώ μερικές δεκαετίες αργότερα (1840) ο Αυστριακός γεωλόγος Αμί Μπουέ (Ami Boué) δουλεύοντας τον «Εθνογραφικό χάρτη των Βαλκανίων» ανέφερε «τους εξαιρετικούς αμπελώνες» που συνάντησε εκεί. Καθώς η αναγνωρισιμότητα της Ραψάνης μεγάλωνε, οι αμπελουργοί ανέλαβαν ένα μεγάλο έργο αναμπέλωσης στις αρχές του 20ου αιώνα με στόχο τη διατήρηση της υψηλής ποιότητας των κρασιών τους.

Στα 1932 η φήμη της Ραψάνης οδήγησε το ελληνικό κράτος να αναγνωρίσει τον τοπικό οίνο ως Οίνο Προέλευσης. Εκείνη την εποχή το 53% του εισοδήματος των Ραψανιωτών προερχόταν από το αμπέλι.

Το 1971 με Βασιλικό Διάταγμα αναγνωρίζεται επίσημα η Ραψάνη ως μια από τις πρώτες ελληνικές ζώνες με Προστατευόμενη Ονομασία Προέλευσης, γεγονός που προϋποθέτει αυστηρές προδιαγραφές που ορίζουν τόσο τα όρια της ζώνης, όσο και τις επιτρεπόμενες πρακτικές στο αμπέλι και στην οινοποίηση. Κατά τη διάρκεια εκείνης της περιόδου, ο Συνεταιρισμός παρήγαγε εξαιρετικά κρασιά, περισσότερο κοντά στο στυλ της Νάουσας.

Στη Ραψάνη βρίσκεται το Μουσείο Οίνου και Αμπέλου Ραψάνης που λειτουργεί από το 2012 (διαθέτει αίθουσα που διαμορφώνεται για γευσιγνώστες και εξωτερικό πέτρινο θεατράκι 100 ατόμων). Παρουσιάζει την ιστορία της αμπελοκαλλιέργειας και της οινοποίησης στην περιοχή της Ραψάνης από τον 17ο -18ο αιώνα έως τις μέρες μας. Ο στόχος του Μουσείου είναι η ανάδειξη της τοπικής ιστορίας της Ραψάνης που συνδέεται τους τελευταίους τρεις αιώνες αλληλένδετα με την καλλιέργεια του αμπελιού και την παραγωγή του περίφημου ραψανιώτικου μπρούσκου.

Ο χαρακτήρας του Μουσείου είναι εκπαιδευτικός και απευθύνεται σε όλους όσους ενδιαφέρονται να μάθουν για το αμπέλι και το κρασί της Ραψάνης. Τα αντικείμενα που εκτίθενται είναι παλιά αντικείμενα αμπελοκαλλιέργειας και οινοποίησης από την περιοχή της Ραψάνης. Η έκθεση ολοκληρώνεται με την παρουσίαση πληροφοριών που αφορούν γενικά το κρασί και το αμπέλι, σε μια προσπάθεια να ενημερωθεί το κοινό ευρύτερα για την αμπελοκαλλιέργεια στην Ελλάδα και τον κόσμο. Παράλληλα γίνεται και μια παρουσίαση των οινοποιεών της περιοχής της Ραψάνης, παρέχοντας έτσι μια σαφή εικόνα στον επισκέπτη για την ιστορία αλλά και την συνέχιση της αμπελοκαλλιέργειας στην περιοχή της Ραψάνης. Όμως δεν είναι μόνο το κρασί.

Στη Ραψάνη λειτουργεί η Δημοτική Βιβλιοθήκη της περιοχής, περιλαμβάνει πάνω από 20.000 βιβλία στη συλλογή της, έχει 1.070 ενεργούς χρήστες και ο αριθμός αυτός αυξάνεται συνεχώς. Το υλικό της αποτελείται από βιβλία, περιοδικά, χειρόγραφα, χαρτογραφικό και οπτικοακουστικό υλικό.

Στο έτος 1765 έφτασε στη Ραψάνη ο Κοσμάς ο Αιτωλός γιατί η Ραψάνη ήταν ένα από τα πιο γνωστά χωριά της Λάρισας στην περίοδο της τουρκοκρατίας. Στη Ραψάνη παραθέριζε ο Μ. Καραγάτσης ένας από τους σημαντικότερους συγγραφείς της γενιάς του 1930. Το ψευδώνυμο Καραγάτσης προήλθε από το δέντρο πελέα ή καραγάτσι στο εξοχικό της οικογένειας του στο χωριό.

Όλες αυτές οι μοναδικές ιστορίες καταλήγουν υπέροχα στην πλατεία του χωριού με την αξεπέραστη θέα και φυσικά τι άλλο; Ένα ποτήρι καλό κρασί. Στην υγεία σας...



Άνω Σωτηρίτσα: Το χωριό με τον καταρράκτη

Είναι τόσο κοντά στη θάλασσα και καταφέρνει να προσφέρει κάτι το διαφορετικό. Έχει το ίδιο όνομα με την γνωστή παραλία αλλά δεν έχει τίποτα το ίδιο. Η Άνω Σωτηρίτσα καταφέρνει κάθε χρόνο να κερδίζει ολοένα και περισσότερους φανατικούς φίλους και το αξίζει. Βρίσκεται ΝΑ στις πλαγιές της Όσσας σε υψόμετρο 420 μ. και σε απόσταση 46 χλμ. από τη

Λάρισα, 3 χλμ. από τη Μελιβοία και 6 χλμ. από την παραλία της Σωτηρίτσας.

Η παλαιότερή της ονομασία είναι Κάπιστα και σύμφωνα με ιστορικές πηγές το όνομα το πήρε από το ξωκλήσι της «Μεταμόρφωσης Του Σωτήρος», που βρίσκεται λίγο πιο έξω από το χωριό. Οι πρώτοι κάτοικοι του χωριού ήταν 7 οικογένειες που εγκαταστάθηκαν πριν 200 χρόνια και ασχολήθηκαν με

Summer2021



την υλοτόμηση κυρίως της βελανιδιάς. Περίπου το 1880 δημιουργήθηκε συνεταιρισμός υλοτόμων στην περιοχή. Τότε το εισόδημα των κατοίκων προέρχονταν από την κτηνοτροφία, την καλλιέργεια αμπελιών, ελιών και την εκτροφή μεταξοσκώληκα. Σήμερα πηγή της οικονομίας αποτελούν η γεωργία, η κτηνοτροφία, η αλιεία και οι τουριστικές δραστηριότητες.

Πριν από μισό αιώνα περίπου το χωριό εγκαταλείφθηκε σιγά – σιγά και οι κάτοικοι μετανάστευσαν. Άλλοι πάλι κατέβηκαν στην παραλία όπου βρίσκονται και οι περισσότερες αγροτικές τους ασχολίες και έτσι δημιουργήθηκε ο παραλιακός οικισμός Σωτηρίτσας. Τα τελευταία χρόνια, έχει γίνει μεγάλη προσπάθεια ανάπλασης του χωριού με την αναπαλαίωση της πλατείας και της Μεγάλης Βρύσης, παλιών εγκαταλελειμμένων σπιτιών, παραδοσιακών ταβερνών και ξενώνων.

Μια βόλτα στο ειδυλλιακό περιπατητικό μονοπάτι Μελιβοίας - Άνω Σωτηρίτσας - Βελίκας με τον καταρράκτη και τις λιμνούλες μένει σε όλους όσοι το επιχειρούν αξέχαστη.

Αρκεί να το γνωρίζουν πως υπάρχουν...

Η αλήθεια είναι πως παρά το γεγονός ότι η παραλία της Σωτηρίτσας δέχεται χιλιάδες επισκέπτες κάθε χρόνο, λίγοι είναι εκείνοι που γνωρίζουν τις ομορφιές του βουνού, λίγα χιλιόμετρα από τη θάλασσα.

Για την Άνω Σωτηρίτσα οι οδηγοί των οχημάτων επιλέγουν το δρόμο δίπλα από το Κέντρο Υγείας της περιοχής. Όσοι θέλουν να περπατήσουν υπάρχουν πολλά ωραία μονοπάτια. Ένα διάσημο είναι αυτό που αρχίζει από το συγκρότημα των «Ηλεκτρολόγων».

Αν ακολουθήσει κάποιος τις πινακίδες θα δει πως υπάρχει επιλογή για τον καταρράκτη. Αφού διασχίσει μια πανέμορφη και καταπράσινη διαδρομή θα βρεθεί στο σημείο όπου πέφτουν τα νερά του καταρράκτη. Εκεί μπορεί να κάνει τη βουτιά του. Αρκεί να αντέχει το κρύο νερό φυσικά.

Αν πάλι θέλει να ζεσταθεί μπορεί να ανέβει στο χωριό όπου και θα γευματίσει σε ταβέρνα της περιοχής.

Οι ωραίοι μεζέδες με το ντόπιο κρασί θα του δώσουν το κίνητρο να ξαναεπισκεφτεί το σημείο και να μιλήσει με τα ωραιότερα λόγια σε φίλους μα και γνωστούς.



5 νησιά - διαμάντια στο βόρειο Αιγαίο

Λήμνος, Αη Στράτης,
Οινούσσες, Χίος και Ψαρά
σας προσκαλούν σε ένα
ονειρικό καλοκαίρι

Επιμέλεια: Νίκος Ασπρούδης
Φωτογραφίες: Κώστας Τσομάκος

Το Αιγαίο μας με τα καταπράσινα νερά του μας προσκαλεί και φέτος στα νησιά του για ένα αξέχαστο καλοκαίρι. Στο φετινό μας ταξίδι, βρεθήκαμε «ψηλά» στο βόρειο Αιγαίο και συνταξιδεύουμε σε Λήμνο, Αη Στράτη, Οινούσσες, Χίο και Ψαρά.

Η Λήμνος με τα πολλά γραφικά χωριά, την παραδοσιακή αρχιτεκτονική που αξίζει να ανακαλύψεις.

Ο Άγιος Ευστράτιος, ή Άη Στράτης, ένα όμορφο μικρό νησί του βορειοανατολικού Αιγαίου, φιλόξενο, γαλήνιο, με υπέροχα φυσικά τοπία και παραδεισένιες παραλίες, είναι ιδανικός προορισμός για χαλαρωτικές και ήσυχες διακοπές.

Οι Οινούσσες, ένα σύμπλεγμα εννέα μικρών νησιών και νησίδων, που βρίσκονται ανάμεσα στην Τουρκία και τη Χίο.

Η Χίος, ένα νησί που διατηρεί αναλλοίωτη την ομορφιά του. Φημίζεται για τη μαστίχα, τα μεσαιωνικά χωριά, τις πανέμορφες παραλίες και τον εύφορο κάμπο της.

Τέλος, η ήρεμη ατμόσφαιρα των Ψαρών είναι ιδανική για ήσυχες διακοπές μακριά από το άγχος της καθημερινότητας.

Ανακαλύψτε τα, απολαύστε τα...

VACATION THAT FEELS LIKE HOME



- www.salina-volos.gr - 2421085505 - Volos, Greece -



Λήμνος: Το νησί του Ηφαίστου

Η Λήμνος είναι ένα από τα ομορφότερα νησιά του βορειοανατολικού Αιγαίου, καλά κρυμμένο μυστικό όλων αγαπούν τη φύση και αναζητούν ήρεμες διακοπές.

Η Λήμνος είναι ένα όμορφο νησί με ιδιαίτερη γεωμορφολογία που οφείλεται στην έκρηξη αρχαίου ηφαιστείου. Φημίζεται για τα υπέροχα τοπία της και ενδείκνυται για ξεκούραστες διακοπές κοντά στη φύση. Στη Λήμνο θα βρεις χρυσαφένιες παραλίες, όμορφους παραδοσιακούς οικισμούς, βιότοπους, αλμυρές λίμνες, σπηλιές, βράχους με εντυπωσιακούς σχηματισμούς, αλλά και αμμόλοφους που θυμίζουν έρημο! Αν αγαπάς την πεζοπορία, τότε η Λήμνος είναι ο ιδανικός προορισμός για εσένα.

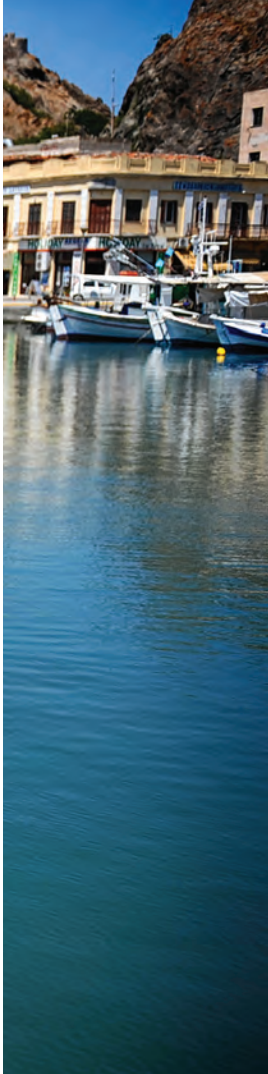
Παρόλο που η ξεχωριστή φύση της Λήμνου και η χαλαρή ατμόσφαιρά της είναι ό,τι πρέπει για χαλάρωση, το νησί προσφέρει

και πολλές επιλογές για διασκέδαση και νυχτερινή ζωή. Τα περισσότερα μπαρ, κλαμπ και εστιατόρια βρίσκονται στην πρωτεύουσα, τη Μύρινα, αλλά θα βρεις πολλά ωραία ταβερνάκια, beach bar και καφετέριες σε όλο το νησί.

Η Λήμνος έχει μεγάλη ακτογραμμή με πολλές πανέμορφες παραλίες για όλα τα γούστα: μεγάλες ακτές ή μικροί κολπίσκοι, οργανωμένες και πολυσύχναστες ή πιο απομονωμένες, όλες θα σε γοητεύσουν με το όμορφο τοπίο και τα καταγάλανα νερά τους.

Πρωτεύουσα της Λήμνου είναι η Μύρινα, που βρίσκεται στη δυτική πλευρά του νησιού, δίπλα στο λιμάνι. Μια βόλτα στους δρόμους και τα στενά αυτής της όμορφης νησιωτικής πόλης είναι must για να πάρεις μια ιδέα για την καθημερινή ζωή του νησιού. Η Λήμνος έχει, επίσης, πολλά γραφικά χωριά με παραδοσιακή αρχιτεκτονική που αξίζει να ανακαλύψεις.





Summer 2021

Άγιος Ευστράτιος: Παράδεισος γαλήνης



Ο Άγιος Ευστράτιος, ή Άη Στράτης, είναι ένα όμορφο μικρό νησί του βορειοανατολικού Αιγαίου. Φιλόξενο, γαλήνιο, με υπέροχα φυσικά τοπία και παραδεισένιες παραλίες, είναι ιδανικός προορισμός για χαλαρωτικές και ήσυχες διακοπές.

Ο Άγιος Ευστράτιος βρίσκεται ανάμεσα στη Λέσβο και τη Σκύρο και είναι ένα αρκετά απομονωμένο νησί, ό,τι πρέπει για ξέγνοιαστες διακοπές μακριά από την πολυκοσμία. Περισσότερο γνωστός ως τόπος εξορίας κατά τον περασμένο αιώνα, ο Άη Στράτης διαθέτει άγρια φυσική ομορφιά και υπέροχες παρθένες παραλίες. Το νησί και η παράκτια θαλάσσια ζώνη του ανήκουν στους προστατευόμενους βιοτόπους του δικτύου Natura 2000, ενώ υπάρχει και αυτοφυές δάσος βελανιδιάς που εναλλάσσεται με τοπία που θυμίζουν Κυκλάδες. Ακολούθησε τους αργούς ρυθμούς του νησιού, εξερεύνησε το περπατώντας, απόλαυσε τα μαγευτικά τοπία και τη θέα στο Αιγαίο, δοκίμασε τις τοπικές νοστιμιές και αφέσου στην ηρεμία που προσφέρει ο Άη Στράτης!

Παρά το μικρό μέγεθός του, ο Άη Στράτης διαθέτει πολυάριθμες παραλίες που θα σε γοητεύσουν με την ανόθευτη ομορφιά και την πουχία τους. Πολλές βρίσκονται στο δυτικό τμήμα του νησιού και προσφέρουν θέα σε εκπληκτικά ηλιοβασιλέματα! Οι περισσότερες είναι αρκετά δυσπρόσιτες και ερημικές και μπορείς να τις επισκεφτείς είτε με τζιπ είτε δια θαλάσσης.

Ο Άγιος Ευστράτιος επίσης έχει πολλά μνημεία ιστορικού ενδιαφέροντος καθώς και εντυπωσιακές φυσικές ομορφιές που αξίζει να ανακαλύψεις! Το νησί του Άη Στράτη είναι ένας γαστρονομικός παράδεισος, ειδικά για όσους αγαπούν τα ψάρια και τα θαλασσινά!

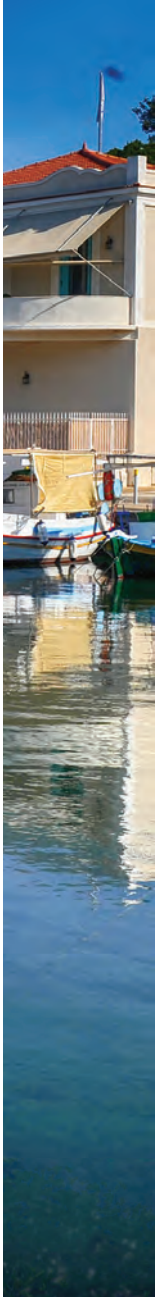


Summer2021



Οινούσσες: Η ήρεμη δύναμη





Οι Οινούσσες είναι μια συστάδα πανέμορφων νησιών του Βορείου Αιγαίου. Φημίζονται για την ήσυχη και φιλόξενη ατμόσφαιρα, τις υπέροχες παραλίες με τα καταγάλανα νερά, τα εντυπωσιακά φυσικά τοπία και τη ναυτική τους παράδοση.

Οι Οινούσσες είναι ένα σύμπλεγμα 9 μικρών νησιών και νησίδων, που βρίσκονται ανάμεσα στην Τουρκία και τη Χίο. Το μεγαλύτερο και μοναδικό νησί που είναι κατοικημένο ονομάζεται Οινούσσα ή Αιγνούσα σύμφωνα με τους ντόπιους. Οι Οινούσσες είναι ιδανικός προορισμός αν αναζητάς γαλήνιες διακοπές σε έναν ανόθευτο παράδεισο, μακριά από την πολυκοσμία. Εδώ θα έχεις την ευκαιρία να χαλαρώσεις σε πανέμορφες παραλίες και κολπίσκους με κρυστάλλινα νερά και να απολαύσεις τη μοναδική φυσική ομορφιά του τόπου.

Οι Οινούσσες έχουν μακρά ναυτική παράδοση και στο παρελθόν οι καπεταναίοι του νησιού διέπρεπαν στη ναυτιλία και ευημερούσαν. Ο οικισμός της Οινούσσας πραγματικά θα σε μαγέψει με τη μεγαλοπρέπεια που αποπνέει. Καθώς θα περπατάς στα γραφικά σοκάκια θα ανακαλύψεις την ιστορία του νησιού και θα θαυμάσεις τα εντυπωσιακά αρχοντικά καπετανόσπιτα και την όμορφη αρχιτεκτονική. Μην παραλείψεις να φας φρέσκο ψάρι και θαλασσινά στις ταβέρνες!

Οι Οινούσσες διαθέτουν πλούσια ιστορία και πολλά αξιοθέατα, καθώς και ακαταμάχητες φυσικές ομορφιές που αξίζει να εξερευνήσεις. Είναι γεμάτες με υπέροχες παραλίες και κολπίσκους με καταγάλανα νερά. Το οδικό δίκτυο επιτρέπει την εύκολη πρόσβαση με όχημα στις περισσότερες από αυτές. Αν σου αρέσει το περπάτημα, μπορείς να πας και με τα πόδια, καθώς οι αποστάσεις δεν είναι πολύ μεγάλες. Κάποιες από τις πιο δημοφιλείς είναι οι παραλίες Ζέπαγος, Κάστρο, Φάρκερο, Μπιλάλη, Χατζαλής και Τζελέπη.

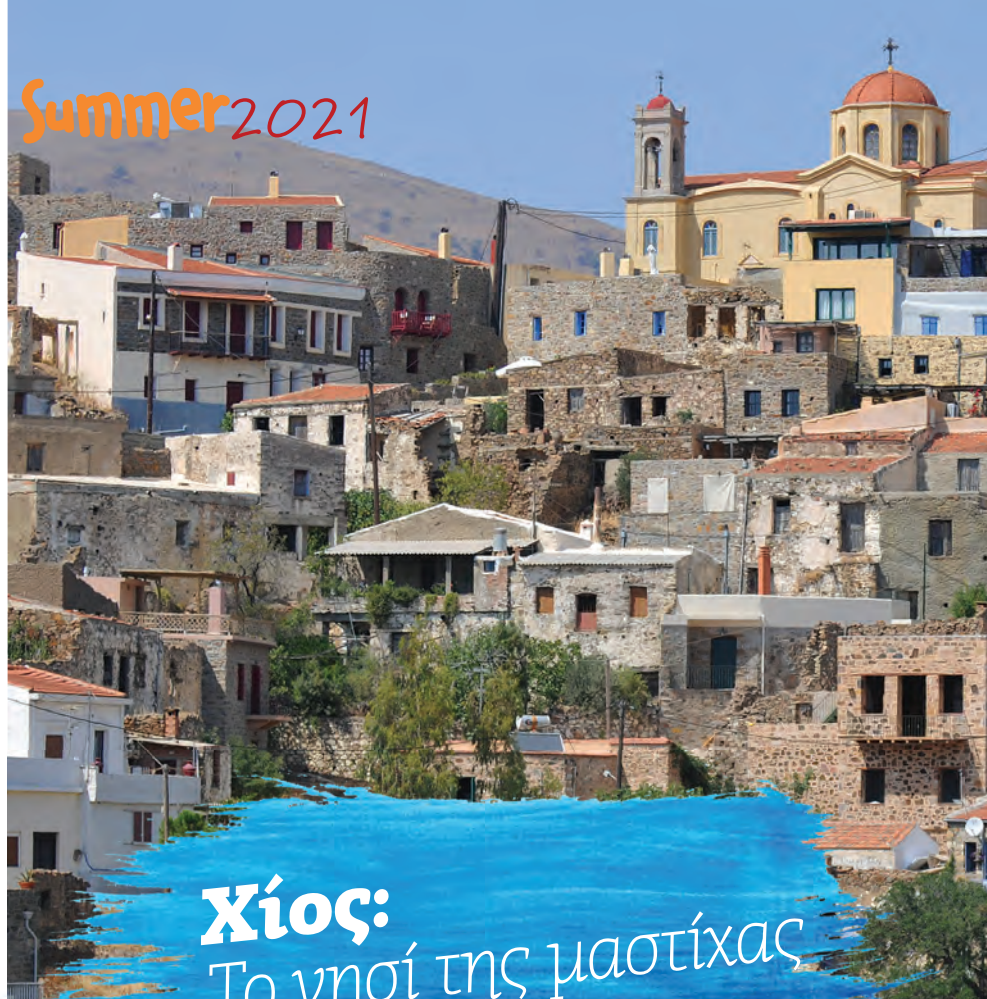


Η Χίος είναι ένα νησί του Βορείου Αιγαίου που διατηρεί αναλλοίωτη την ομορφιά του. Φημίζεται για τη μαστίχα, τα μεσαιωνικά χωριά, τις πανέμορφες παραλίες και τον εύφορο Κάμπο της.

Η Χίος ανήκει στα νησιά του Βορειο-ανατολικού Αιγαίου και βρίσκεται νότια της Λέσβου και βόρεια της Ικαρίας. Είναι το πέμπτο μεγαλύτερο νησί της Ελλάδας και συνδυάζει τον σύγχρονο με τον παραδοσιακό τρόπο ζωής. Νησί με άγρια, ανεξερεύνητη ομορφιά και εντυπωσιακά τοπία, είναι σίγουρο ότι η Χίος θα σε μαγέψει.

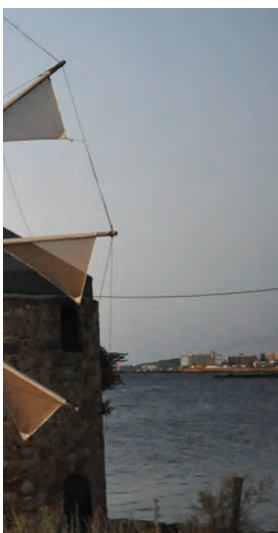
Διακοπές στη Χίο σημαίνει εξερεύνηση, βουτιές σε βαθιά καταγάλανα νερά, μοναδικές γεύσεις και επαφή με την παράδοση. Το νησί είναι ιδανικός προορισμός για όλο τον χρόνο, ενώ αν το επισκεφτείς το Πάσχα θα ζήσεις τη μοναδική εμπειρία του ρουκετοπόλεμου στο Βροντάδο. Καθώς η Χίος είναι διάσημη παγκοσμίως για την παραγωγή μαστίχας, προτείνουμε να επισκεφτείς τα πανέμορφα Μαστιχοχώρια και να δοκιμάσεις τα προϊόντα μαστίχας. Στον Κάμπο της Χίου, επίσης, θα έχεις την ευκαιρία να θαυμάσεις τα ατελείωτα περιβόλια με τα εσπεριδοειδή, αλλά και κάποια από τα ομορφότερα παραδοσιακά σπίτια του νησιού.

Η Χίος έχει πάνω από 90 υπέροχες παραλίες, οι περισσότερες από τις οποίες παραμένουν άγνωστες στο ευρύ κοινό: Μαύρα Βόλια, Αγία Δύναμη, Αγία Μαρκέλλα, Αγία Φωτιά, Βρουλίδια, Γιόσωνας, Ναγός, Κώμη είναι μερικές από αυτές.



Χίος: Το νησί της μαστίχας





Summer 2021

Ψαρά: Το ιστορικό νησί

Το μικρό νησάκι των Ψαρών βρίσκεται στο Βορειοανατολικό Αιγαίο, απέναντι από τη Χίο. Φημίζεται για την πλούσια ιστορία του και είναι ιδανικός προορισμός για εκδρομές και χαλαρές διακοπές.

Τα Ψαρά βρίσκονται δυτικά της Χίου και είναι ένα ιστορικό νησί με άγρια ομορφιά, υπέροχες παραλίες και πεντανόστιμο φαγητό. Η ήρεμη ατμόσφαιρα των Ψαρών είναι ιδανική για ήσυχες διακοπές μακριά από το άγχος της καθημερινότητας.

Πρωτεύουσα του νησιού είναι ο ομώνυμος οικισμός, που βρίσκεται στα νότια των Ψαρών και είναι χτισμένος αμφιθεατρικά γύρω από το κεντρικό λιμάνι. Κέντρο της Χώρας είναι η πλατεία με το «Ηρώον», ενώ ανάμεσα στα χαμηλά λευκά σπίτια βρίσκεται και η οικία του Κωνσταντίνου Κανάρη. Κοντά στη Χώρα, στη χερσόνησο του Παλαιοκάστρου, μπορείς να δεις το Μνημείο Ολοκαυτώματος στην περίφημη Μαύρη Ράχη. Παρά το μικρό μέγεθός τους, τα Ψαρά διαθέτουν πάνω από 40 παραλίες με άμμο ή βότσαλο και

υπέροχα κρυστάλλινα νερά! Οι πιο γνωστές βρίσκονται στο δυτικό τμήμα του νησιού, ενώ στο ανατολικό οι ακτές είναι πιο άγριες και απομονωμένες.

Το νησί είναι γεμάτο βυζαντινές εκκλησίες. Οπωσδήποτε να επισκεφτείς την εντυπωσιακή Μονή Κοιμήσεως της Θεοτόκου στα βόρεια Ψαρά και την επιβλητική εκκλησία του Αγίου Νικολάου στο ύψωμα δίπλα στη Χώρα.

Κάνε βόλτα στην ιστορική Μαύρη Ράχη για να δεις το Μνημείο Ολοκαυτώματος των Ψαρών, αλλά και να απολαύσεις τη θέα και το ηλιοβασίλεμα που κόβουν την ανάσα!

Τα Ψαρά διαθέτουν πολλά σημεία πολιτιστικού και ιστορικού ενδιαφέροντος, όπως το κτίριο Σπιτάλια, τους μυκηναϊκούς τάφους, το Κονάκι και την Οικία Κανάρη με την προτομή του Κωνσταντίνου Κανάρη. Σίγουρα πρέπει να αφιερώσεις μια μέρα για να πας εκδρομή στα πανέμορφα Αντίψαρα και να κολυμπήσεις στη μαγευτική παραλία Ψιλή Άμμος!







Οι δρόμοι του καλοκαιριού μας οδηγούν στην **Λακωνική Μάνη!**

✦ Γράφει η Ευανθία Καραβέντζα

Μπορεί για τους περισσότερους το καλοκαίρι να είναι συνδρασμένο με ένα γραφικό νησί, τρκουάζ νερά και χρυσαφένιες παραλίες, όμως η ανερχόμενη ταξιδιωτική τάση τα τελευταία χρόνια είναι η **Λακωνική Μάνη!** Η μαγευτική **Πελοπόννησος** με την Αερόπολη, το Λιμένι, την Βάθεια και το Γύθειο μας περιμένουν να μας αποκαλύψουν τα μυστικά τους!

Ξεκινήστε από την επιβλητική πετρόχρστη **Αερόπολη**, χαθείτε στα στενά σοκάκια της με τις βουκαμβίλιες και απολαύστε ντόπιες λιχουδιές, όπως τα λαλάγγια ή το σίγκλινο με πορτοκάλι, σ' ένα

από τα παραδοσιακά καφενεία. Το βράδυ απολαύστε δροσιστικά cocktails σε κάποιο από τα στυλάτα μπαράκια, όπου η νεολαία ανεβάζει τα τελευταία χρόνια τον παλμό! Ο καλοδιατηρημένος οικισμός με τα πυργόσπιτα και τους πετρόχτιστους ξενώνες μας φέρνει στην μνήμη την Επανάσταση του 1821. Στην κεντρική πλατεία του χωριού συγκροτήθηκαν οι πρώτες ένοπλες ομάδες όπου και ύψωσαν πρώτοι τη σημαία της επανάστασης, στις 17 Μαρτίου 1821. Η σημαία αυτή της Αρεόπολης εκτίθεται στο Εθνικό Ιστορικό Μουσείο Αθηνών. Στην πλατεία θα δείτε ακόμα και το άγαλμα του Πετρόμπεη Μαυρομιχάλη, ενώ μην παραλείψετε να πάτε και στην μπτρόπολη, τους Ταξιάρχες, με το σημαντικό γλυπτό τέμπλο και το εντυπωσιακό πολυώροφο καμπαναριό.





Tsoumanis AUTO MARKET
www.autotsoumanis.gr



AUTO TSOUMANIS



Με βάση την **πολύχρονη πείρα** μας και την αγάπη μας για αυτό που κάνουμε δίνουμε την καλύτερη λύση στην αγορά αυτοκινήτου με τις **καλύτερες τιμές** στην Θεσσαλία!

www.autotsoumanis.gr

Η εταιρία AUTO TSOUMANIS εδρεύει στην Λάρισα, όπου δραστηριοποιείται στο χώρο της αυτοκίνησης και συγκεκριμένα στην αγορά και πώληση αυτοκινήτων και δικύκλων από το 2007, με δυο κατάστημα:

1. Σωκράτους 71 και
2. 1ο χλμ. Λάρισας - Αθηνών & Εύβοιας (έναντι Εθνικής τράπεζας)

Ο στόλος μας αποτελείται από αυτοκίνητα, ελεγμένα και πιστοποιημένα από δικό μας συνεργείο. Αποτελεί ευθύνη η πώληση αυτοκινήτου για εμάς και γι' αυτό διαρκώς αναζητούμε αυτοκίνητα που θα αποτελούν διαφήμιση για την εταιρία.

Αυτός είναι και ένας από τους λόγους που από το 2007 έως και το 2020 καταφέραμε και κάναμε πάνω από 2000 πελάτες ευχαριστημένους.





Επόμενη στάση στο οδοιπορικό σας είναι το γειτονικό μαγευτικό **Λιμένι** που είναι διάσημο για τα καταγάλανα νερά του και για τις ψαροταβέρνες. Το Λιμένι αποτελεί το επίνειο της Αρεόπολης και το ειδυλλιακό σκηνικό με φόντο τον πύργο και το παλάτι των Μαυρομιχαλαίων, καθώς και το ηλιοβασίλεμα, σίγουρα θα σας ανταμείψει. Η παραλία στο Λιμένι είναι βραχώδης, αλλά αν κάποιος θέλει να βρει μεγάλη αμμουδιά θα πρέπει να συνεχίζει στο Νέο Οίτυλο και στο Καραβοστάσι. Στο Λιμένι δεν θα βρείτε υπηρεσίες και καταστήματα, καθώς οι αρχές θέλουν να κρατήσουν αναλλοίωτο τον γραφικό χαρακτήρα του παραθαλάσσιου οικισμού, οπότε για ότι χρειαστείτε θα πρέπει γυρίσετε στην πίσω στην Αερόπολη.

Σε κοντινή απόσταση από την Αερόπολη, θα έχετε την ευκαιρία να κάνετε βαρκάδα στα εντυπωσιακά **Σπήλαια Διρού**. Όταν η φύση κατάφερε να σμιλέψει το έδαφος της περιοχής, δημιουργήθηκαν εκατοντάδες χρόνια πριν πανύψηλοι σταλακτίτες και σταλαγμίτες, που κυριολεκτικά σας κόβουν την ανάσα. Πάρτε λοιπόν την βάρκα και απολαύστε για περίπου 1 χλμ μια εξαιρετική εμπειρία ζωής. Στο τέλος την βαρκάδας θα έχετε την ευκαιρία και για χερσαία περιήγηση. Μέχρι σήμερα έχουν χαρτογραφεί 14.700 μέτρα διαδρομών και κατά την διάρκεια των ερευνών έχουν βρεθεί απολιθωμένα οστά λιονταριού, ελαφιού, πάνθηρα, ύαινας και το μεγαλύτερο κοίτασμα οστών ιπποπόταμων σε όλη την Ευρώπη. Μετά την ξενάγηση απολαύστε τον καφέ σας στο μπαλκόνι του αναψυκτηρίου και βουτήξτε στην παραλία δίπλα από το σπήλαιο.

Νωρίς το πρωί ξεκινήστε στο ταξίδι σας για μίνι πεζοπορία στο χωριό **Βάθεια**, με τα παραδοσιακά πέτρινα πυργόσπιτα κρυμμένα μέσα σε φραγκοσυκιές και ελιές. Ο οικισμός δημιουργεί κάτι το απόξενο στην ατμόσφαιρα, μιας και δεν κατοικείται από μόνιμους κατοίκους. Αποτελεί μνημείο της αρχιτεκτονικής παράδοσης, οι πύρ-

γοί είναι εξαιρετα δείγματα λαϊκής οχυρωματικής αρχιτεκτονικής σε ολόκληρο τον Ελλαδικό χώρο και έπειτα από προσπάθεια του ΕΟΤ ορισμένοι αναστηλώθηκαν. Όρα για διάλειμμα, για μπίλιο και ξεκούραση στην **παραλία Μαρμάρι**, που για μένα είναι η πιο όμορφη της περιοχής. Στην συνέχεια για ηλιοβασίλεμα κατευθυνθείτε στο **Ακρωτήριο Ταίναρο**. Η πεζοπορία διαρκεί σίγουρα 40 λεπτά για να φτάσετε στον φάρο, η ανάβαση θέλει προσοχή, αλλά το θέαμα πραγματικά θα σας ανταμείψει. Το ακρωτήριο αποτελεί το νοτιότερο άκρο της βαλκανικής χερσονήσου και το ύψος του φάρου φτάνει τα 16μ. Έχετε κατά νου ότι οι δρόμοι έχουν αρκετές στροφές και στα περισσότερα μέρη φτάνετε χωρίς κάποιο ιδιαίτερο πρόβλημα. Ωστόσο, καλό θα ήταν να αποφεύγετε την βραδινή οδήγηση, λόγω της παρουσίας ελεύθερων αγριογούρουνων ή αγελάδων.

Η εκδρομή σας θα καταλήξει στο αμφιθεατρικά χτισμένο δίπλα στην θάλασσα **Γύθειο**, με την έντονη τουριστική δράση του. Κάθε χρόνο στο λιμάνι του φτάνουν κρουαζιερόπλοια από όλον τον κόσμο. Στην βόλτα σας θα βρείτε πολλά καφέ, μπαρ και διάσπες ψαροταβέρνες με θέα τη θάλασσα και το μικρό νησί, **Κρανάν**. Το κατάφυτο νησάκι ενώνεται με μία λωρίδα γης με το Γύθειο, όπου όταν θα το επισκεφθείτε θα εντυπωσιαστείτε από τον παραδοσιακό πύργο του Τζαννετάκη Γρηγοράκη, οπλαρχηγού της Επανάστασης, που λειτουργεί ως ιστορικό και εθνογραφικό μουσείο. Οι πηγές του Ομήρου αναφέρουν το νησί ως το καταφύγιο του Πάρη και της Ωραίας Ελένης, για να ζήσουν τον έρωτά τους, πριν κατευθυνθούν προς την Τροία. Άλλα ιστορικά μέρη είναι το αρχαίο θέατρο στους πρόποδες του λόφου της πόλης, ενώ κορυφαία τουριστική ατραξιόν για την περιοχή αποτελεί το **ναυάγιο** του πλοίου «Δημήτριος» στην παραλία **Βαλτάκι**. **Καλό καλοκαίρι!**

**Η Ευανθία Καραβέντζα είναι ξεναγός*



Μάρα Καρέτσου

Εικαστικός, γλύπτρια



παρουσίαση



«Η Λάρισα: Ένας παράδεισος στη γη...»

Η κορυφαία εικαστικός και γλύπτρια με την παγκόσμια αναγνώριση, θυμάται τη Λάρισα των εφηβικών της χρόνων και γράφει...

✈ Του Μενέλαου Κατσαμπέλα

Η σπουδαία Λαρισαία εικαστικός βρέθηκε τον περασμένο Μάιο για μία ακόμη φορά στην Ελλάδα, προσκεκλημένη του Ελληνικού Κοινοβουλίου, στο πλαίσιο των εκδηλώσεων για τη συμπλήρωση 200 χρόνων από την Επανάσταση του 1821. Πέρα από το διεθνώς αναγνωρισμένο έργο της, αυτό που χαρακτηρίζει τη Μάρα Καρέτσου είναι η αγάπη της για κάθε τι ελληνικό και η προβολή του όπου της ζητηθεί. Περήφανη είναι και για την λαρισινή της καταγωγή που ποτέ δεν ξεχνά κι ας έφυγε από την πόλη εδώ και πενήντα περίπου χρόνια. Έτσι κι αλλιώς, πάντα επιστρέφει και συνέχεια τη σκέφτεται με τα μάτια της ψυχής της. Δέχτηκε λοιπόν με συγκίνηση την πρόταση της Larissanet να γράψει για τις συγκεκριμένες μνήμες, την απαρχή της πορείας της προς την κορυφή του κόσμου...



Η Μάρα Καρέτσου για τη Λάρισα

«Έφυγα από τη Λάρισα το 1970.

Μια μικρή επαρχιακή πόλη αλλά με πολλές ομορφιές και πολλά ενδιαφέροντα. Ο Πηνειός, το πράσινο ποτάμι που διασχίζει τη Λάρισα, το Φρούριο με τα αρχαιολογικά κτίσματα, το Αρχαίο Θέατρο, Το Ωδείο Λάρισας, το Αγγλικό Ινστιτούτο, οι ωραίες εκκλησίες, η εξοχή, τα περίχωρα, Αμπελάκια, Αγιοκάμπος κτλ.

Θυμάμαι τις εκδρομές του σχολείου. Ήταν ο Παράδεισος για μας εκείνη την ηλικία... Ο πατέρας μας έφερνε πολλά βιβλία στο σπίτι, νομίζω ότι αυτό ήταν καταλυτικό στην εκπαίδευσή μας... Διαβάζαμε και ανοιγόταν μπροστά μας ένας ολόκληρος μαγικός κόσμος.

Ζωγράφιζα σχεδόν από 5 χρόνων... Τοπία, αργότερα της Λάρισας, πορträιτα, λουλούδια από τον κάμπο της Λάρισας. Έγραφα ποιήματα. Η πρώτη συλλογή μου «Εικόνες» πήρε το 1970 το πρώτο βραβείο ποιήσεως της Θεσσαλίας. Δεύτερη ποιητική συλλογή «Περάσματα», το 1971. Αργότερα, βιβλία ποιημάτων στα Γαλλικά, διότι έμεινα 10 χρόνια στη Γαλλία, δουλεύοντας γλυπτική, κεραμική και κοσμήματα.

Η Κεντρική Πλατεία της Λάρισας ήταν το κέντρο αναψυχής, παίζαμε όλα τα παιδιά μαζί και οι γονείς μας ήταν στα ωραία καφενεία με τους φίλους τους. Μια ήρεμη ζωή, ρομαντική, μια κοινωνία με στόχους και όνειρα.

Ο γλύπτης Γεντέκος, ο ζωγράφος Τέτσης, η εφημερίδα μας, η «Ελευθερία», με τον μοναδικό Τάκη Δημητρακόπουλο. Τα πρώτα ποιήματά μου, σε ηλικία 15 – 17 χρόνων, είχαν δημοσιευτεί εκεί. Η σχολή μπαλέτου, ο Σταθμός Λάρισας, εκεί από όπου άρχισε το ταξίδι της ζωής!

Είχα μότο μου το ΜΠΟΡΕΙΣ και πίστευα στον εαυτό μου. Ήξερα ότι ένας καλλιτέχνης έχει το Ταλέντο, αλλά χρειάζεται πολύ Δουλειά και ήμουν έτοιμη να το κάνω, όσα εμπόδια κι αν έβρισκα μπροστά μου.

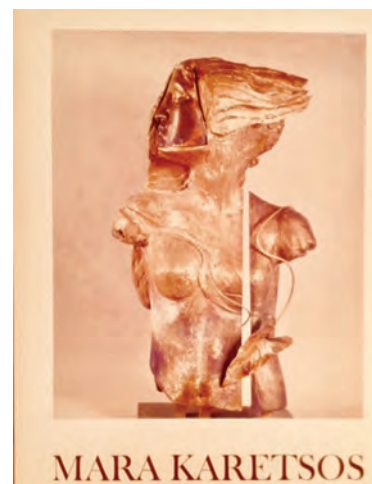
Ο Πικάσο είχε πει: «Το νόημα της ζωής είναι να βρεις το χάρισμά σου. Ο σκοπός της ζωής είναι να το χαρίσεις!»

Με τους μεγάλους μας Φιλοσόφους, τον Πλάτωνα, τον Αριστοτέλη, αλλά και τον Όμηρο με την «Οδύσσεια», εμείς οι νέοι Έλληνες αρχίσαμε σωστά το ταξίδι της ΤΕΧΝΗΣ και της σωστής Μόρφωσης, εφόδια που μας στήριξαν στις δύσκολες στιγμές, ταξιδεύοντας σε όλη τη γη.

Μέχρι σήμερα έρχεται στη μνήμη μου ο απέραντος κάμπος της Θεσσαλίας, οι κρυστάλλινες πηγές, ο Όλυμπος, η κατοικία των Θεών και της Μυθολογίας. Οι εμπνεύσεις έρχονταν σαν ουράνιο τόξο κάθε μέρα που ανέτειλε ο ήλιος! Ένας παράδεισος στη γη...».

Η πορεία προς την αναγνώριση και την κορυφή

Αφού έφυγε από τη Λάρισα, όπου είχε ξεκινήσει να ζωγραφίζει από τα πέντε της χρόνια, κατάφερε να μπει με τη δεύτερη στη Σχολή Καλών Τεχνών, με υποτροφία στο τμήμα του Θανάση Απάρη, του μεγαλύτερου γλύπτη της εποχής. Στα 24 μόλις της χρόνια έγινε επιμελήτρια στην έδρα της πλαστικής στο Εθνικό Μετσόβειο Πολυτεχνείο. Παρατήθηκε όμως για να προσπαθήσει να διακριθεί στο Παρίσι, χωρίς καν να γνωρίζει γαλλικά. Τα γλυπτά της από εκείνη ακόμα την εποχή ήταν εμπνευσμένα από την Ελλάδα. Ανάλογα ήταν και όσα έργα της παρουσιάστηκαν σε μια έκθεση που έγινε στην Αθήνα, στα τέλη της δεκαετίας του '70. Μια έκθεση σταθμός στη ζωή και την καριέρα της, γιατί εκεί γνωρίστηκε με τον Αλέξανδρο Ιόλα, τον συλλέκτη τέχνης που ανέδειξε σε διεθνές επίπεδο κορυφαίους καλλιτέχνες της εποχής. Μία από αυτές, ήταν η Μάρα Καρέτσου. Με το μαγικό του ραβδί κι αφού μετακόμισε στη Νέα Υόρκη, την περίοδο της χρυσής εποχής της τέχνης στην Αμερική, βρέθηκε στο κατάλληλο μέρος την κατάλληλη στιγμή και τα υπόλοιπα ... είναι ιστορία!



Summer 2021





Εκείνη την περίοδο γνωρίστηκε με τους κορυφαίους της pop art, τον Άντυ Γουόρχολ, τον Ρόι Λικτενστάιν, τον Τζάσπερ Τζονς. Στα ξέφρενα πάρτι της εποχής διασκεδάζε με τον Μικ Τζάγκερ ή τη Μαντόνα και άλλους διάσημους που στην πορεία έγιναν και πελάτες της.

Δούλεψε όμως πολύ σκληρά, η επιτυχία την έκανε να δουλεύει ακόμα περισσότερο, όπως είχε μάθει από μικρή και όπως τη δίδασκε ο Ιόλας. Είχε πια το ατελιέ της στο Μπρούκλιν, όπου έκανε και μια κολεξιόν από κοσμήματα, κάτι που ακόμα και σήμερα κάνει. Μάλιστα, στο δεύτερο ατελιέ που απέκτησε στο Σεν Τροπέ, στη Γαλλική Ριβιέρα, όπου περνάει τα καλοκαίρια της, δημιουργεί κοσμήματα που εκθέτει συστηματικά, κάθε χρόνο. Πρόκειται για κοσμήματα με χρυσά φύλλα, άλλη μία έμπνευση και ανάμνηση της Ελλάδας.

Τακτικά πηγαίνει και στο Τόκιο, όπου έχει κάνει πολλές εκθέσεις, αφού γνώρισε μεγάλη επιτυχία με τις μεγάλες πυραμίδες, έξι έργα σε υλικό «λουσαίτ» και δώδεκα κολώνες ελληνικές σε κρύσταλλα, με μπρούτζινα τριαντάφυλλα, τυλιγμένα.

Έργα της Μάρας Καρέτσου υπάρχουν σε πολλές συλλογές σε όλο τον κόσμο και σε Μουσεία, όπως: Grand Palais Paris, Museum Springfield Massachusetts, Vorres Museum, Pieridis Museum, Museum Modern Art Θεσσαλονίκη, Εθνική Πινακοθήκη, Μουσείο Σούτσου, Biennale de Touquet France, Salon de Jeane Peinture France, Collection White House U.S.A, Collection Kennedy's Massachusetts, Collection David Rockefeller U.S.A, Collection Stavros Niarchos, Gallery Alexander IOLAS, Gallery Paul Fachetti France, Gallery ART Point Tokyo Japan.

Έχει τιμηθεί με το Χρυσό Κλειδί των Αθηνών, το Μετάλλιο της Τέχνης (Jack Kozik) στην Ιταλία, έχει ανακηρυχθεί Πρέσβειρα Καλής Θελήσεως της Ελλάδας και έλαβε πολλές άλλες διακρίσεις και εκθέσεις σε όλο τον κόσμο.

Σήμερα, η ζωή της είναι ανάμεσα σε Νέα Υόρκη, Μαϊάμι, Τόκιο και Σεν Τροπέ. Στο Τόκιο βρέθηκε άλλωστε τον Ιούνιο, μετά την αναχώρησή της από την Αθήνα, πριν πάει για τις καλοκαιρινές της διακοπές στη Γαλλική Ριβιέρα.

Έρχεται όμως στην Ελλάδα και όποτε είναι δυνατό στη Λάρισα, την πόλη της, εκεί από όπου ξεκίνησε το μεγάλο ταξίδι που την οδήγησε τόσο ψηλά. Ψηλά, αλλά με τα πόδια της πάντα στη γη. Αυτόν τον παράδεισο στη γη, όπως λέει η ίδια.





Θερινά πολιτιστικά δρώμενα

Προτάσεις με συναυλίες, παραστάσεις, φεστιβάλ και ξεναγήσεις για όσους μείνουν στην πόλη αυτό το καλοκαίρι

✦ Του Μενέλαου Κατσαμπέλα

Επιστροφή σε πλήρη κανονικότητα δεν την λες, αλλά κάτι από το πρόσφατο παρελθόν θυμίζει η Λάρισα αυτό το καλοκαίρι, σίγουρα με περισσότερες ευκαιρίες διασκέδασης και ψυχαγωγίας, σε σχέση με το περυσινό, όπου οι πολιτιστικές αποδράσεις απλά αγνοούνταν...

Αυτό το καλοκαίρι, έστω και υπό την τήρηση ορισμένων περιοριστικών μέτρων, όσοι μείνουν στην πόλη το επόμενο διάστημα, εκτός από την ευκαιρία εξόρμησης στις κοντινές παραλίες, θα μπορέσουν να δουν και να ακούσουν πολλές συναυλίες, θεατρικές παραστάσεις και μια σειρά επιπλέον πολιτιστικών δράσεων, σαν αυτές που επιχειρούμε να παρουσιάσουμε στις επόμενες γραμμές.

Η έναρξη έγινε βέβαια τον Ιούνιο, με την σπουδαία παράσταση του **Μάριου Φραγκούλη** στο Κηποθέατρο, τη μεγάλη συναυλία δεκάδων Λαρισαίων μουσικών στον ίδιο χώρο, στο πλαίσιο της Ευρωπαϊκής Γιορτής Μουσικής και το 6ο Open Nights Festival.

Ένα καλοκαίρι με τα δικά μας παιδιά

Να ξεκινήσουμε με τις προτάσεις Λαρισαίων, ανθρώπων του πολιτισμού, που έγιναν με πολύ μεράκι και πολύ θα χαρούν να μας δουν να τις παρακολουθούμε.

Το ιστορικό Θεσσαλικό Θέατρο, ανεβάζει αυτό το καλοκαίρι την όγδοη κατά σειρά επιθεώρησή του, με τον τίτλο «Ο,τι θυμάμαι χαίρομαι», σε κείμενα και σκηνοθεσία **Κώστα Τσιάνου**, αναβιώνοντας τη Λάρισα της δεκαετίας του '50. Η σκηνή του θεάτρου της Αυλής του Μύλου γεμίζει με όμορφες αναμνήσεις από το παρελθόν, χρώματα και εικόνες που αναβιώνουν την ιστορικότητα

της πόλης και τονίζουν την διαχρονική της λαμπρότητα σε έναν κόσμο ονείρου, αναμνήσεων και φαντασίας.

Η επιθεώρηση, που θα πραγματοποιήσει την πρεμιέρα της την Τρίτη 6 Ιουλίου, θα συνεχιστεί με καθημερινές παραστάσεις Δευτέρα έως και Παρασκευή, έως τα τέλη Ιουλίου, ενώ το πρώτο δεκαήμερο του Αυγούστου θα ταξιδέψει σε σημαντικούς θεατρικούς χώρους του νομού, αλλά και της θεσσαλικής περιφέρειας.

Ένα άλλο παιδί του Θεσσαλικού Θεάτρου, ο **Λάκης Λαζόπουλος**, θα παρουσιάζει και στη Λάρισα την καινούρια του παράσταση «Περιμένοντας τον Καραϊσκάκη», όμως για λόγους υγείας ακυρώθηκε. Στην παράσταση πρωταγωνιστούσε μαζί με τη **Λένα Ουζουνίδου** και τον **Σπύρο Γραμμένο** ενώ την σκηνοθεσία είχε αναλάβει ο **Βαγγέλης Θεοδωρόπουλος**.





αναψυκτήριο | πίτες | καφέ



Δημήτριος Σ. Χασιώτης
Μεραρχίας 3, Λάρισα
Τηλ. 2410 619284

Μιλώντας για το Θεσσαλικό Θέατρο, η παράσταση «Τα αγάλματα περιμένουν», σε κείμενο του **Ανδρέα Φλουράκη** και σκηνοθεσία **Κυριακής Σπανού**, παρουσιάστηκε στις 26 Ιουνίου στο 8ο Διεθνές Θεατρικό Φεστιβάλ Βαλκανικών Χωρών στην Προύσα της Τουρκίας, ενώ προγραμματίζεται να παιχτεί τον Αύγουστο και στην Ελλάδα, ξεκινώντας το ταξίδι της από τη Λάρισα και το Β' Αρχαίο Θέατρο στις 24 και 25 Αυγούστου. Οι παραστάσεις συνεχίζονται με σταθμό τις Συκιές της Θεσσαλονίκης, το Φεστιβάλ των Φιλίππων και τελικά στο Ηρώδειο στις 4 Σεπτεμβρίου.

Η Αμάλ από την Συρία

Το Θεσσαλικό Θέατρο υπό την αιγίδα του Δήμου Λαρισαίων θα συμμετάσχει με εκδηλώσεις του στο Ταξίδι της Αμάλ (<https://www.walkwithamal.org/el/>) ένα μεγάλο διακρατικό καλλιτεχνικό γεγονός. Πρόκειται για το ταξίδι μιας κούκλας 3 μέτρων (της Αμάλ από τη Συρία) που ξεκινάει από τη Συρία, περνάει στην Ελλάδα, την Ιταλία, τη Γαλλία, τη Γερμανία, το Βέλγιο και καταλήγει στην Αγγλία. Σε κάθε πόλη που περνάει θα υποδέχονται την Αμάλ και θα την εισάγουν στην τοπική κοινότητα. Η Αμάλ θα βρίσκεται στη Λάρισα στις 31 Αυγούστου και θα την υποδεχτούμε στο Διαχρονικό Μουσείο και στον Πηνειό.

Δυναμικά ξεκινά τις δράσεις του και στο πλαίσιο της συμμετοχής του στο Διεθνές Δίκτυο Αρχαίου Δράματος το Θεσσαλικό Θέατρο. Οι εκδηλώσεις θα πραγματοποιηθούν στο Β' Αρχαίο Θέατρο 13 - 19 Σεπτεμβρίου, με τη στήριξη της Εφορείας Αρχαιοτήτων Λάρισας.

Συναυλίες και παραστάσεις

Φυσικά, όπως είχαμε συνηθίσουμε κάθε καλοκαίρι στην πόλη, στο Κηποθέατρο Αλκαζάρ θα έρθουν και φέτος, μετά την περυσινή διακοπή λόγω της πανδημίας, μια σειρά δημοφιλών τραγουδιστών και ερμηνευτών, ενώ θα παρουσιαστούν και πολλές από τις θεατρικές παραστάσεις που πραγματοποιούν περιοδεία ανά την επικράτεια. Ενδεικτικά αναφέρουμε τις εμφανίσεις της **Άννας Βίσση** στις 27 Ιουλίου, **Νατάσας Θεοδωρίδου** στις 2 Σεπτεμβρίου και **Στέλιου Ρόκκου - Μελίνας Ασλανίδου** στις 21 Σεπτεμβρίου. Παράλληλα και στις 9 Σεπτεμβρίου, στο AEL fc ARENA, θα εμφανιστεί ο **Αντώνης Ρέμος**.

Δροσερές βόλτες στα Μουσεία

Μια πολύ ποιοτική εναλλακτική πρόταση για όσους μείνουν τους καλοκαιρινούς μήνες στην πόλη, είναι η επίσκεψη στα μουσεία της, τα οποία φιλοξενούν ορισμένες ενδιαφέρουσες εκθέσεις, με



κοινή συνισταμένη τον εορτασμό των 200 χρόνων από την Ελληνική Επανάσταση του 1821.

Το Διαχρονικό Μουσείο, η Δημοτική Πινακοθήκη και το Λαογραφικό Ιστορικό Μουσείο Λάρισας προτείνουν την ξενάγηση σε σπουδαία εκθέματα, ανεκτίμητης ιστορικής και καλλιτεχνικής αξίας. Μια ξενάγηση σε υπερσύγχρονους χώρους που είναι παράλληλα και ... covid free.

Στο **Διαχρονικό Μουσείο Λάρισας**, η νέα περιοδική έκθεση που ξεκινάει τον Ιούλιο και θα διαρκέσει μέχρι τον Απρίλιο του 2022, περιλαμβάνει περισσότερα από 80 έργα ζωγραφικής, γλυπτικής και αργυροχοίας, χρυσοκέντητα, χαρακτηριστικά και βιβλία, τα οποία παρουσιάζουν με τον δικό τους εύγλωττο τρόπο την αντίληψη που είχαν οι άνθρωποι της περιοχής μας για τη ζωή και την τέχνη τις παραμονές του '21. (ΦΩΤ. Ασημένιο εναγγέλιο από την Τσαρισσάνη, ανήκει στα κειμήλια του Κωνσταντίνου Οικονόμου και χρονολογείται από το 1794).

Στο **Λαογραφικό Ιστορικό Μουσείο Λάρισας** λειτουργεί η έκθεση «ΕΠΙ-ΝΑΚΥΣΤΑΣΗ '21: ΘΕΣΣΑΛΙΑ», η οποία φιλοξενεί κειμήλια και τεκμήρια από την Ελληνική Επανάσταση από την συλλογή του Εθνικού Ιστορικού Μουσείου, κάποια από τα οποία αφορούν την περιοχή της Θεσσαλίας και εκτίθενται για πρώτη φορά στην περιοχή μας.

Στη **Δημοτική Πινακοθήκη Λάρισας** παρουσιάζεται η ομαδική έκθεση 29 γυναικών εικαστικών με τον χαρακτηριστικό τίτλο «Υφαίνοντας το Μέλλον μέρος II», όπου μέθοδοι παρελθόντος μετουσιώνονται σε έργα τέχνης. Στον ίδιο χώρο φιλοξενείται και η ομαδική έκθεση «Μαργαρίτες», με έργα 13, επίσης, γυναικών καλλιτεχνών.

Φεστιβάλ Κόμικς

Αυτό το καλοκαίρι θα το δούμε και αυτό: ένα πολυήμερο φεστιβάλ κόμικς, από τις 28 Αυγούστου έως τις 2 Σεπτεμβρίου, στον Μύλο του Παππά και όχι μόνο, το 3ο κατά σειρά LA Comics Festival, που σύμφωνα με τους διοργανωτές θα έχει πολλές ... θερμές εκπλήξεις!

Βέβαια, ολόκληρο το καλοκαίρι θα συνεχιστούν οι προβολές σπουδαίων ταινιών στον θερινό κινηματογράφο «Μπαρμπής Βοζαλής» στον Μύλο του Παππά.

Τέλος, με αφηγήσεις παραμυθιών, μουσική, και τραγούδια, πολύχρωμα υλικά και κατασκευές με θέμα το κουκλοθέατρο, συνεχίζονται τις Τρίτες και Τετάρτες του Ιουλίου και του μισού Αυγούστου, οι δράσεις του κουκλοθιάσου «Τιριτόμπα» στην αυλή του Μύλου.

Διακοπές με ένα βιβλίο...

Προτάσεις από τις εκδόσεις Πατάκη και το βιβλιοπωλείο Καλτσά

Σικελικό ειδύλλιο

Σώτη Τριανταφύλλου, «Σικελικό ειδύλλιο», μυθιστόρημα, εκδόσεις Πατάκη, σσ. 304.



Το «Σικελικό ειδύλλιο» δεν είναι ειδύλλιο. Είναι το χρονικό της συνάντησης δύο ανθρώπων σε μια μικρή πόλη της Σικελίας, στα μέσα της δεκαετίας του 1950. Με την πρώτη ματιά, ο αστυνόμος Λούκα Ντε Ματέις και η νεαρή Κοντσέττα Βιτάλε δεν έχουν τίποτα κοινό εκτός από τη σικελική τους καταγωγή: αλλά, καθώς αφηγούνται τα γεγονότα της ζωής τους, φανερώνουν όλο και περισσότερες ομοιότητες: είναι και οι δυο τους, ο καθένας με τον τρόπο του, ξένοι στον γενέθλιο τόπο· μοιάζουν με τα αντίθετα είδωλα του ίδιου καθρέφτη. Για τον Ντε Ματέις, ο τίτλος αυτού του βιβλίου ίσως να ήταν Σικελικό γοτθικό — ιστορία τρόμου δυτικά των Συρακουσών· στην Κοντσέττα ίσως να ταίριαζε περισσότερο ο τίτλος Κουκλοθέατρο σε τοπίο του Νότου· της άρεσαν οι μαριονέτες· άλλοτε έμοιαζε μικρότερη από την ηλικία της, άλλοτε πολύ μεγαλύτερη. Το Σικελικό ειδύλλιο τοποθετείται στο επαρχιακό περιβάλλον του νησιού εκείνη την όχι και τόσο μακρινή εποχή: μαφιόζικες δολοφονίες, εγκλήματα τιμής, βιασμοί και επαυνορωτικοί γάμοι. Ο Ντε Ματέις και η Κοντσέττα Βιτάλε δεν βρίσκουν τη θέση τους σ' αυτόν τον κόσμο. Αν και η προτροπή για τον εαυτό τους είναι Ζήσε!, όλα πάνε στραβά, σχεδόν όλα: ο Ντε Ματέις βρίσκει τον σικελικό τρόπο θανάτου και η Κοντσέττα αρνείται να συμμορφωθεί με τον σικελικό τρόπο ζωής.

Δεν είμαι άνθρωπος, είμαι δυναμίτης

Sue Prideaux, Φρίντριχ Νίτσε, «Δεν είμαι άνθρωπος, είμαι δυναμίτης», η βιογραφία, εκδόσεις Πατάκη, σσ. 456

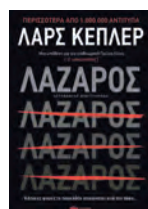


Το έργο του Φρίντριχ Νίτσε δυναμίτισε τα θεμέλια της δυτικής σκέψης. Έννοιες όπως ο θάνατος του Θεού, ο υπεράνθρωπος και η ηθική του δούλου διαποτίζουν την κουλτούρα μας, υψηλή και χαμηλή,

ωστόσο ο ίδιος είναι ένας από τους πιο παρεξηγημένους φιλοσόφους στην Ιστορία. Ο Νίτσε θεωρούσε πως όλη η φιλοσοφία είναι αυτοβιογραφική. Η Sue Prideaux οδηγεί τους αναγνώστες στον κόσμο ενός μεγαλοφυούς, εκκεντρικού και πολύ βασανισμένου ανθρώπου, φωτίζοντας τα γεγονότα και τους ανθρώπους που διαμόρφωσαν τη ζωή και το έργο του. Από την ήρεμη, ευλαβή, χριστιανική ανατροφή του, η οποία σκιάστηκε από τον μυστηριώδη θάνατο του πατέρα του, στο μοναχικό φιλοσοφείν στα ψηλά βουνά και τη φρίκη και τη θλίψη της τελικής διολίσθησης στην τρέλα, η Prideaux διερευνά με οξυδερκεία και ευαισθησία τη διανοητική, συναισθηματική και πνευματική ζωή του Νίτσε. Επιπλέον μας δίνει ολοκληρωμένες τις προσωπογραφίες των ανθρώπων που τον σημάδεψαν: του Ρίχαρντ και της Κόζιμα Βάγκνερ, της Λου Σαλομέ —της μοιραίας γυναίκας που του ράγισε την καρδιά— και της φανατικά εθνικίστριας και αντισημιτικής αδελφής του, της Ελίζαμπετ, που τον πρόδωσε παραχαράσσοντας τα κείμενά του και επιτρέποντας την κατάχρησή τους στα χέρια των Ναζί.

Λάζαρος

Λαρς Κέπλερ, Λάζαρος, αστυνομικό μυθιστόρημα, εκδόσεις Πατάκη, σσ. 624



Σε ένα διαμέρισμα στο Όσλο ανακαλύπτεται ένα πτώμα σε κατάσταση προχωρημένης αποσύνθεσης. Η έρευνα της αστυνομίας θα φέρει στο φως μακάβρια ευρήματα: το θύμα αποδεικνύεται τυμβωρύχος που συνέλεγε «τρόπαια». Και ανάμεσα τους βρίσκεται το κρανίο της νεκρής γυναίκας του επιθεωρητή Γιούντα Λίννα. Λίγες μέρες αργότερα, μια Γερμανίδα αστυνομικός ζητά τη βοήθεια του Γιούντα για την εξιχνίαση μιας υπόθεσης φόνου στο Ρόστοκ. Και τότε αυτό που στην αρχή φάνταζε σαν μια παράλογη διαίσθηση μετατρέπεται σε τρομακτική βεβαιότητα. Ο διαβόητος κατά συρροή δολοφόνος Γιούρεκ Βάλτερ έχει επιστρέψει. Ο επιθεωρητής ξέρει ότι μονάχα ένα πράγμα τού μένει να κάνει: να προστατέψει πάση θυσία την κόρη του. Και δεν μπορεί να υπολογίζει στη βοήθεια των συναδέλφων του, γιατί κανείς δε συμμερίζεται τις παρανοϊκές θεωρίες του.

Ποιος τρελός θα φοβόταν ένα φάντασμα; Όμως δε βλέπουν όλοι την ίδια πραγματικότητα. Όταν οι νεκροί επιστρέφουν, κάποιοι πιστεύουν στα θαύματα, κάποιοι ξαναζούν τους χειρότερους εφιάλτες τους.

«Ένα από τα καλύτερα θρίλερ της χρονιάς. Η επιτομή της εθιστικής ανάγνωσης!» Jeffery Deaver, New York Times

Οι μηχανορράφοι

Ουν -σου Κιμ, Οι μηχανορράφοι, μυθιστόρημα. Μετάφραση Νίνα Μπούρη. Εκδόσεις Πατάκη, σσ. 432



Σε μια τρομακτική, αν και όχι αδιανόητη, Σεούλ, εγκληματικά συνδικάτα, «οργανωτές» και εκτελεστές διαγκωνίζονται για την κυριαρχία. Πίσω από τις δολοφονίες που αλλάζουν τον ρου της ιστορίας, βρίσκονται πάντα μηχανορράφοι, των οποίων τα σχέδια εκτελούν πληρωμένοι δολοφόνοι. Από την εποχή της ιαπωνικής κατοχής της Κορέας, η «βιβλιοθήκη των σκυλιών» είναι η πιο ισχυρή οργάνωση των δολοφόνων αυτών. Ο Ρέσενγκ είναι δολοφόνος, μια ζωή εκτελεί συμβόλαια θανάτου. Παίρνει εντολές από τους «οργανωτές» —τα μυστηριώδη αφεντικά που κινούν τα νήματα— και τις ακολουθεί κατά γράμμα. Δεν αμφισβητεί ποτέ το πού να πάει, ποιον να σκοτώσει, ούτε αναρωτιέται γιατί το σπίτι του είναι γεμάτο βιβλία που δε διαβάσει κανείς. Όπου μια μέρα αποφασίζει να παραβεί τους κανόνες και να αφήσει ένα θύμα να πεθάνει με τον τρόπο που επιθυμεί. Στο εξής, κάθε κίνησή του παρακολουθείται. Μήπως οι «οργανωτές» έχουν αποφασίσει ότι οι μέρες του είναι μετρημένες; Και εφόσον δε γνωρίζει ποιοι είναι, πώς είναι δυνατόν να τους ξεφύγει;

Ο Ουν-σου Κιμ γράφει μια ακαταμάχητη κοινωνικοπολιτική αλληγορία. Αποτυπώνει με λαμπερή γραφή, σκοτεινό χούμορ και οξύ σαρκασμό έναν πολύπλοκο και πολυεπίπεδο κόσμο που, παρά την εντυπωσιακή τεχνολογική εξέλιξή του, κουβαλάει βαριά τη σκιά του πρόσφατου, αλλά και του όχι τόσο πρόσφατου, παρελθόντος του. Οι πρωταγωνιστές του, άνθρωποι που ζουν στο περιθώριο της κορεατικής κοινωνίας, φέρνουν στον νου την ταινία Παράσιτα.

Διαβάζοντας παρά θιν' αλός

✦ Γράφει ο Τάσος Καστρινός

Στην εποχή της οθόνης, μικρής ή μεγαλύτερης, οι βιβλιόφιλοι φαίνεται να διατηρούν τις αγαπημένες τους συνήθειες, ειδικά την περίοδο των διακοπών. Λίγο πριν φύγουν για την παραλία ρίχνουν στην τσάντα τους ή στο αυτοκίνητό τους τα αγαπημένα τους βιβλία, που δεν πρόλαβαν να διαβάσουν ή τα βιβλία που μόλις αγόρασαν από το αγαπημένο τους βιβλιοπωλείο. Οι τίτλοι αμέτρητοι, όπως και οι προτιμήσεις.

Άλλοι επιμένουν να μελετούν δίπλα στο κύμα πολιτικά και κοινωνικά βιβλία, άλλοι ιστορικά και φυσικά πολλοί να ρουφάνε τις σελίδες των λογοτεχνικών βιβλίων, από αστυνομικές ίντριγκες, ταξιδιωτικές περιπλανήσεις έως λαβ στόρι. Φέτος η ανάγκη της θάλασσας και

των διακοπών είναι συνώνυμο των διακοπών μετά τη μακρά περίοδο της καραντίνας και των περιοριστικών μέτρων. Εκεί, λοιπόν δίπλα στη θάλασσα, στην άμμο, την πολυθρόνα θαλάσσης ή τη σέζλονγκ «βουτάνε» στις σελίδες των αγαπημένων τους βιβλίων, ενώ μόλις ανασπκώσουν το βλέμμα τους ατενίζουν την απέραντη ραστώνη του γαλάζιου στο Αιγαίο που γλύφει αλμυρά την αμμουδιά...

Εκτός από τα βιβλία συναντάμε αναγνώστες κάθε λογής, εφημεριδοφάγους, φαν των αθλητικών εντύπων ή των κυριακάτικων εκδόσεων, αλλά και περιοδικό μονοθεματικά για το αυτοκίνητο, το εξοχικό κ.ά., ή ποικίλης ύλης για χάζεμα και κους κους...

Διαχρονικές συνήθειες που δεν θα σβήσουν στην ψηφιακή μας εποχή. Επιλέξτε τα βιβλία σας, τα περιοδικά και τις εφημερίδες σας και καλές διακοπές...



Προτάσεις από το βιβλιοπωλείο Καλτσάς

Γίνε άτρωτος

Εύη Πούμπουρας, «Γίνε άτρωτος», εκδόσεις Κάκτος, σσ. 345.



Πρώην πράκτορας της Μυστικής Υπηρεσίας, η Εύη Πούμπουρας μοιράζεται μαζί μας μαθήματα που διδάχτηκε από την προστασία Αμερικανών Προέδρων, καθώς και δεξιότητες και διαπιστώσεις από την παλαιότερη και σπουδαιότερη υπηρεσία ασφαλείας του κόσμου, για να μας βοηθήσει να προετοιμαστούμε για αγχωτικές καταστάσεις, να διαβάζουμε ακαριαία τους ανθρώπους, να επηρεάζουμε τον τρόπο με τον οποίο μας αντιλαμβάνονται και να ζούμε μια πιο άφοβη ζωή.

Το να γίνεις άτρωτος σημαίνει να μεταμορφωθείς σε ένα άτομο πιο δυνατό και με μεγαλύτερη αυτοπεποίθηση. Η Εύη Πούμπουρας δείχνει πώς μπορούμε να υπερνικήσουμε τους καθημερινούς μας φόβους, να αντεπεξέλθουμε σε δύσκολες συζητήσεις, να αναγνωρίζουμε ποιον μπορούμε να εμπιστευτούμε και ποιος μπορεί να μην έχει τις καλύτερες προθέσεις απέναντί μας, να επηρεάζουμε καταστάσεις και να προετοιμαζόμαστε για το απροσδόκητο. Όταν θα έχετε γίνει άτρωτοι, θα έχετε γίνει η πιο καλή, πιο θαρραλέα και πιο δυνατή εκδοχή του εαυτού σας. Η Εύη Πούμπουρας μας δείχνει ότι η αληθινή δύναμη βρίσκεται στον νου, όχι στο σώμα.

«Εν μέρει αυτοβιογραφικό, εν μέρει ένα άκρως διασκεδαστικό εγχειρίδιο αυτοβοήθειας για αυτούς τους δύσκολους καιρούς».
Daily Mail

ανεμόγετος

Γεώργιος Ελ. Τζιτζικάλης, «ανεμόγετος», εκδόσεις Κάκτος μυθιστόρημα, βασισμένο σε πραγματικά γεγονότα, σσ. 368.

Ο «Ανεμόγετος» είναι ένα μυθιστόρημα γεμάτο τρυφερότητα που, άλλοτε κωμικά και άλλοτε τραγικά, εξιστορεί τον αγώνα



ενός ανθρώπου να αναμετρηθεί με την αδικία, να ζυγίσει τις δυνάμεις του και να προχωρήσει τη ζωή του. Αποτελεί καταγραφή βασισμένη σε πραγματικά γεγονότα και μιλάει για την παγίδα των προσδοκιών, τις συνέπειες ενός κρυμμένου τραύματος και τη διατήρηση της ελπίδας.

Ο ήρωας αυτού του βιβλίου είναι ένας άνθρωπος που βίωσε την απώλεια και την ολοκληρωτική καταστροφή των ονείρων του. Όταν συνέβη αυτό, αναγκάστηκε να αποδεχτεί την ήττα του – κάτι που θα μπορούσε να τον τρελάνει και εν μέρει το κατάφερε –, ενώ υπομένοντας τον πόνο του, κατέφυγε σε μια άλλη πραγματικότητα ώστε να μπορέσει να ζήσει. Στην πορεία, αναμετρήθηκε με δεκάδες ατυχίες που του συνέβησαν, γνώρισε απίθανους τύπους (φίλους μα και εχθρούς) και όλο αυτό τον δίδαξε πώς να διαχειριστεί τον εαυτό του, το τραύμα του, τις αλλεπάλληλες κρίσεις πανικού και την κατάθλιψη.

Ένα βιβλίο που εξυμνεί τη ζωή και μιλά για όλες εκείνες τις φορές που αδικούμαστε, γονατίζουμε, και σπκωνόμαστε πάλι στα πόδια μας ώστε να κερδίσουμε μια επόμενη μάχη.

Γράφοντας ιστορία

Γιάννης Αντετοκούνμπο, «Γράφοντας ιστορία», εκδόσεις Κάκτος, σσ. 352. Επίλογος Βασίλης Σκουντής.



Ζωή σαν μυθιστόρημα, με το σύμπαν να συνωμοτεί για να επιτευχθεί το ακατόρθωτο, είναι η ζωή του Γιάννη Αντετοκούνμπο!

Τι πιθανότητες υπάρχουν ο γιος μεταναστών από τη Νιγηρία να αναδειχθεί δύο φορές MVP, μόλις στα μισά της τρίτης δεκαετίας της ζωής του, και να υπογράψει το πιο ακριβό συμβόλαιο στην ιστορία του NBA; Η πορεία της ζωής του

Γιάννη είναι τόσο μοναδική όσο και ο ίδιος.

Με πρωτοφανή σωματικά χαρακτηριστικά και αστείρευτο μπασκετικό ταλέντο, αφήνει πίσω τους αντιπάλους με την ίδια ταχύτητα που στο παρελθόν έτρεχε για να βοηθήσει την οικογένειά του να βιοποριστεί.

Πανίσχυρος και δυναμικός κάτω από το καλάθι, έγινε θρύλος που τη ζωή του θα διηγούμαστε για να εμπνεύσουμε τις επόμενες γενιές. Γιατί όταν η ίδια η ζωή ξεπερνά και την πιο ζωηρή φαντασία και την πιο ευφάνταστη ταινία, τότε γράφεται Ιστορία.

Για κάποιο λόγο

Vanessa Lillie, «Για κάποιο λόγο», Θρίλερ, εκδόσεις Κάκτος, σσ. 408.



Όταν το πορτοφόλι της Τζουλς Γουόρντινγκτον-Σμιθ ανακαλύπτεται δίπλα σε ένα πτώμα, η ίδια καθίσταται η βασική ύποπτη για τον φόνο. Αφού αγωνίστηκε για χρόνια να χτίσει την τέλεια οικογένεια και καριέρα, κινδυνεύει πλέον να χάσει τα πάντα.

Σίγουρα για την αθωότητά της, η Τζουλς αγωνίζεται απεγνωσμένα να καθάρσει το όνομά της. Υπάρχει όμως ένα μεγάλο πρόβλημα. Ήταν πολύ μεθυσμένη, όταν έλαβε χώρα ο φόνος, και δεν μπορεί να θυμηθεί τι συνέβη.

Ανικανοποίητη με τον χειρισμό της υπόθεσης από την αστυνομία, η Τζουλς ξεκινά τη δική της έρευνα για τον φόνο. Καθώς ανακαλύπτει νέα στοιχεία, εγκαινιάζει ένα ερευνητικό βλογ, το οποίο γίνεται viral, εκθέτοντάς τη στα δημόσια βλέμματα. Η όλη δοκιμασία αναγκάζει την Τζουλς να βρεθεί αντιμέτωπη με τους δαίμονές της, συμπεριλαμβανομένης της ταραχώδους παιδικής της ηλικίας και του αλκοολισμού της.

Όσο πιο βαθιά σκάβει η Τζουλς, τόσο περισσότερη σαπίλα ανακαλύπτει για τον φόνο αλλά και τον ίδιο της τον εαυτό. Απροσδόκητες αλήθειες συσσωρεύονται, έως ότου η ίδια θάβεται τόσο βαθιά, που ακόμη και η ανεύρεση του δολοφόνου μπορεί να μην είναι αρκετή για να την απελευθερώσει.



Φροντίζοντας τον σκύλο μας

Τρόποι και συμβουλές να κρατήσουμε τον σκύλο μας δροσερό και ασφαλή τους καλοκαιρινούς μήνες

✈ Γράφει ο Νίκος Μπούζης

Ιδιοκτήτης - Εκπαιδευτής LARISA DOG ACADEMY

Εάν ο σκύλος μένει σε αυλή τότε στο χώρο αυτόν θα πρέπει να υπάρχει ένα μέρος σκιερό (κατά προτίμηση από δέντρο) ώστε να μπορεί να ξεκουραστεί και να ρυθμίσει σωστά τη θερμοκρασία του. Το πάτωμα που θα ξεκουραστεί ο σκύλος, ουσιαστικά ο χώρος κάτω από τη σκιά, θα πρέπει να είναι ένας χώρος όπου δεν κρατάει θερμότητα. Για παράδειγμα γκαζόν ή χώμα και όχι τσιμέντο το οποίο βράζει και υπάρχει κίνδυνος θερμοπληξίας. Εάν μένει στο εσωτερικό του σπιτιού ή σε διαμέρισμα τότε ρυθμίστε το air-condition ή τον ανεμιστήρα σε μία θερμοκρασία στην οποία θα νιώθει άνετα ο σκύλος. Προσοχή για κάποιες ράτσες όπως είναι το γαλλικό μπουλντόγκ, μπόξερ και άλλες οι οποίες έχουν κοντό ρύγχος και και δυσκολεύονται να αναπνεύσουν όταν υπάρχει πολύ υγρασία και ειδικά τις ζεστές μέρες του καλοκαιριού. Δεν πρέπει να τα κουράζουμε ειδικά τις πολύ ζεστές ώρες της ημέρας και δεν πρέπει να μένουν σε εξωτερικό χώρο. Πάντα στο εσωτερικό του σπιτιού με air condition στη κατάλληλη θερμοκρασία.

- Γεμίστε με δροσερό νερό μία πσινα σκύλου ή εναλλακτικά μία παιδική πσινα και αφήστε το σκύλο σας να το ευχαριστηθεί! Για ράτσες όπως χάσκι, μαλαμούτ, Ακίτα και άλλες για τις οποίες το φυσικό τους περιβάλλον δεν είναι η ζέστη προσθέστε αρκετά παγάκια στην πσινα και ο σκύλος σας θα ξετρελαθεί!

- Δεν αφήνουμε ποτέ το σκύλο μας μόνο του στο αυτοκίνητο, ούτε με ανοικτά παράθυρα ιδιαίτερα το καλοκαίρι όπου μπορεί να ανέβει η θερμοκρασία πολύ γρήγορα μέσα σε μερικά λεπτά. Τα σκυλιά

δεν μπορούν να ιδρώσουν διότι δεν έχουν πόρους στο δέρμα τους και ρυθμίζουν τη θερμοκρασία τους με το λαχάνιασμα κατά κύριο λόγο. Έτσι λοιπόν πολύ γρήγορα μπορεί να έρθει η θερμοπληξία με αποτέλεσμα να χάσει τη ζωή του. Όταν έχουμε τον σκύλο μας στο αυτοκίνητο πάντα το air condition ανοικτό ή τα παράθυρα στο σωστό επίπεδο ώστε να μην μπορεί να βγάλει το κεφάλι του έξω και να κινδυνεύσει.

- Έχουμε πάντα στη διάθεση του σκύλου μας άφθονο δροσερό νερό κατά τη διάρκεια της ημέρας και προσέχουμε να το αλλάζουμε συχνά ώστε να μην προλάβει να «βράσει».

- Όταν βγάζουμε βόλτα το σκύλο μας προτιμούμε νωρίς το πρωί ή το απόγευμα και μετά, που έχει «πέσει» η θερμοκρασία. Ειδικά τις ώρες που έχει πολύ ζέση προσέχουμε τη θερμοκρασία στο έδαφος. Το τσιμέντο και ειδικά η ασφαλτος απορροφούν πολύ γρήγορα τη θερμοκρασία και μπορεί πολύ εύκολα να καούν οι πατούσες του σκύλου μας. Ιδανικά δεν βγάζουμε βόλτα το σκύλο μας τις πιο θερμές ώρες της ημέρας. Εάν όμως πρέπει να βγει οπωσδήποτε εκείνη την ώρα ελέγχουμε τη θερμοκρασία του εδάφους με τις παλάμες μας ώστε να είναι ανεκτή και ασφαλής. Μία ακόμα εναλλακτική είναι να βγούμε σε μέρη όπως πάρκα που έχουν πολύ πράσινο και όχι το καυτό τσιμέντο. Επίσης αποφεύγουμε την έντονη άσκηση τις εξαιρετικά ζεστές ημέρες.

- Εάν πάμε για μπάνιο σε κάποια παραλία μπορούμε φυσικά να πάρουμε το σκύλο μας και να δροσιστεί στη θάλασσα μαζί μας. Όμως πρέπει να προσέξουμε κάποια πράγματα. Όσο καθόμαστε στην παραλία φροντίζουμε πάντα να είναι στη σκιά και να υπάρχει δροσερό νερό στη διάθεσή του. Αφού γυρίσουμε από το μπάνιο μας ξεπλένουμε πολύ καλά το σκύλο ώστε να αποφύγουμε τυχόν δερματοπάθειες ή άλλους ερεθισμούς.

Free tip: Δεν ξεχνάμε ποτέ να ρωτήσουμε το γιατρό μας για το τι χρειάζεται ο σκύλος μας τους καλοκαιρινούς μήνες για την προστασία του από τσιμπούρια, σκνίπες, κουνούπια και άλλα έντομα ώστε να είναι

ασφαλής από διάφορες ασθένειες που μπορεί να προκύψουν εξαιτίας τους ή οποιουδήποτε άλλου παράγοντα. Επίσης τους κρατάμε μακριά από τοξικά φυτά και λουλούδια. Αυτά μπορεί να μην είναι μόνο τα γνωστά σε όλους

μας, αλλά και κάποια τα οποία βρίσκονται στην καθημερινότητά μας. Ρωτήστε το γιατρό σας για το ποια είναι αυτά. Καλό και ασφαλή καλοκαίρι με πολλά παιχνίδια με τον αγαπημένο μας τετράποδο φίλο!



μεζεδοπωλείο

Κατηλιό

οὐκ ἐν τῷ πολλῷ το εὖ

ΟΔΟΣ
ΡΕΜΠΕΤΚΟΥ

κάθε κήπος
έχει μια φωλιά
για τα πουλιά

κάθε δρόμος
έχει μια καρδιά
για τα παιδιά

Βάδισμα και γιόγκα: Οι μαγικές δυνάμεις

➤ **Επιμέλεια: Μαρία Δεμπέλα**
Καθηγήτρια φυσικής αγωγής –
Certified Yoga and Pilates Instructor
– Απόφοιτος Yoga Works

Τους μήνες που μας πέρασαν πολλοί άνθρωποι ανακάλυψαν ξανά τη χαρά του περπατήματος αναγκαστικά, μιας και ήταν ο μόνος λόγος για τον οποίο επιτρεπόταν να αφήσουν το σπίτι τους. Η σύγχρονη νευροεπιστήμη μας αποκαλύπτει πως το περπάτημα είναι κάτι πολύ περισσότερο από ένας τρόπος να μετακινηθούμε από το ένα μέρος στο άλλο, η μια φθηνή μέθοδος να κρατήσουμε την καρδιά μας σε καλή κατάσταση. Ίσως να είναι ένα από τα κλειδιά της ευτυχίας μας. Είμαστε το μόνο πλάσμα που περπατάει όρθιο στα δύο του πόδια. Ξέρουμε ότι αυτή η κίνηση που τη μαθαίνουμε σχεδόν αυτόματα μόλις το σώμα μας είναι σε θέση να στηριχτεί, κάνει καλό όχι μόνο στο σώμα αλλά και στο νου.

Καλοκαίρι και γείωση



Γείωση σημαίνει περπάτημα χωρίς παπούτσια στο χώμα, στο γρασίδι, ή την άμμο. Οι έρευνες αποκαλύπτουν πως αυτή η ενέργεια δημιουργεί μια ξεχωριστή και ευχάριστη αλλαγή στην ψυχολογία. Προάγει την υγεία, την ζωτικότητα, προσφέρει καλύτερο ύπνο, εναρμονίζει και σταθεροποιεί τους βασικούς βιολογικούς ρυθμούς του σώματος και περιορίζει χρόνιες φλεγμονές. Το καλοκαίρι είναι η εποχή που έχουμε την ευκαιρία περισσότερο από οποιαδήποτε άλλη στιγμή να βρεθούμε σε κάποια παραλία.

Η αίσθηση ελευθερίας που χαρίζει το ξυπόλυτο περπάτημα στην άμμο είναι μο-

ναδική. Ας αφήσουμε τη θέα της θάλασσας και το άγγιγμα του κύματος να διώξουν το στρες και να ηρεμήσουν τον νου.

Γιόγκα: Τα οφέλη που προσφέρει σε σώμα και μυαλό



1) Αυξάνει την ευλυγισία

Με τη σωστή διδασκαλία η γιόγκα μπορεί να είναι ένας εξαιρετικός τρόπος για να τεντώσετε τους μύες σας και να αυξήσετε το εύρος της κίνησης σας. Αυτό δε σημαίνει ότι πρέπει να είστε ευλύγιστοι για να κάνετε γιόγκα, αλλά εάν κάνετε τακτικά και για αρκετό καιρό, θα παρατηρήσετε μια σταδιακή αύξηση της ευλυγισίας σας. Παράλληλα οι ενοχλήσεις και οι πόνοι που συνδέονται με την πολύωρη καθιστική στάση θα αρχίσουν να μειώνονται και ως αποτέλεσμα αυτού, η στάση του σώματος θα βελτιωθεί σημαντικά.

2) Βελτιώνει την αντοχή

Λόγω της βαθιάς προσεκτικής αναπνοής που είναι απαραίτητη στη γιόγκα, μπορείτε να ενισχύσετε την ικανότητα των πνευμόνων σας καθώς και την αντοχή σας. Αυτό μπορεί να είναι εξαιρετικά χρήσιμο για τους λάτρεις του τρεξίματος και για όσους θέλουν να βελτιώσουν τις αθλητικές τους επιδόσεις.

3) Μειώνει το άγχος

Οι στάσεις γιόγκα που συνδυάζουν ασκήσεις τεντώματος ελεγχόμενης αναπνοής και τεχνικές χαλάρωσης, μπορούν να σας βοηθήσουν να μειώσετε το άγχος, την πίεση του αίματος και να βελτιώσετε τη λειτουργία της καρδιάς. Παράλληλα η γιόγκα μπορεί να βελτιώσει τη συγκέντρωσή σας, αφού σας μαθαίνει να εστιάζετε στο εδώ και τώρα, μια πρακτική που μπορεί να σας χρησιμεύσει γενικότερα στη ζωή σας.

Το χώμα γίνεται πάτωμα και οι ήχοι της φύσης η μουσική



Πραγματοποιώντας μαθήματα γιόγκα στη φύση, η ενέργεια της γης εισχωρεί στο σώμα μας μέσα από τις παλάμες των χεριών μας και των πελμάτων. Όταν έξω έχει ζέση, είμαστε πιο ευλύγιστοι σε σχέση με τους κρύους μήνες του χειμώνα. Ωστόσο όταν η θερμότητα διεισδύει στον αέρα, βοηθάει στο να χαλαρώσει το σώμα μας και μας δίνει την ευκαιρία να πραγματοποιήσουμε διάφορες στάσεις.

Ακολουθήστε αυτή τη νέα πρακτική γιόγκα στη φύση για να συνδεθείτε με το στοιχείο του αέρα και τα χαρακτηριστικά που αυτός δίνει στο σώμα και το νου, όπως είναι η ανάλαφρη κίνηση, η ελευθερία και η ελαφρότητα.

Ένα βήμα παραπέρα

Και για να πάμε ένα βήμα πιο μακριά, ακόμα και η μοναχική εικόνα του περιπλανώμενου ασκητή με το μπασιτόνι στο ένα χέρι και το δισάκι στον ώμο δεν είναι τυχαία. Είναι τόσο αρχαιολογική ακριβώς γιατί ξυπνά μέσα μας ακριβώς αυτή την ανάγκη να ταυτιστούμε με την κοινή πορεία της ανθρωπότητας για κάτι άλλο, ένα στόχο δίχως υλική υπόσταση. Όταν άλλωστε μιλάμε για πνευματικό «μονοπάτι» το οποίο θέλουμε να βαδίσουμε, ξέρουμε ότι είναι ένα μονοπάτι που χάραξαν τα βήματα άλλων πριν από εμάς, μια πορεία που διανύουμε μόνοι αλλά ποτέ μοναχικοί. Και το τέλος της θα το φτάσουμε όταν καταφέρουμε επιτέλους να συντονίσουμε νου, σώμα και καρδιά, ακριβώς όπως ανακαλύπτει η νευροεπιστήμη σήμερα ότι πρέπει να γίνει αν θέλουμε να είμαστε ευτυχισμένοι, υγιείς και με πλήρη επίγνωση του εαυτού μας σαν σύνολο.



κουταλάκι

**Ελληνικός καφές στη χόβολη,
σιροπιαστά γλυκά και άλλες νοστιμιές.**

Κάθε μέρα, ανακαλύπτουμε
και μια νέα συνταγή που μας έκανε εντύπωση
ή θυμόμαστε κάποια που νοσταλγήσαμε
να γευτούμε.

Ρωτήστε μας για τα προϊόντα
ημέρας!

 **2416 007 628**

 Βενιζέλου 157  @koutalakilarissa



Η μεσογειακή διατροφή την περίοδο του καλοκαιριού

«Πες μου τι τρώς και θα σου πω ποιος είσαι»
Brillat – Savarin J.A. (γαστρονόμος)

Η μεσογειακή διατροφή αποτελεί ένα από τα πιο καλά μελετημένα διατροφικά πρότυπα, φέροντας, ταυτόχρονα, μία ισχυρή πολιτισμική κληρονομιά. Επιχειρώντας μία πολύ σύντομη αναδρομή, θα διαπιστώσουμε ότι μέχρι τα μέσα του 20ου αιώνα η διατροφή των Ελλήνων ως επί το πλείστον ήταν σχετικά λιτή αλλά ποικίλη, με βυζαντινές και μικρασιατικές επιρροές και βασιζόταν στη τόπια παραγωγή προϊόντων και την εποχικότητα. Αργότερα, η εξέλιξη της ελαιοκαλλιέργειας συνέβαλε περαιτέρω στην αύξηση της κατανάλωσης ελαιολάδου και στη σταδιακή διαμόρφωση του διατροφικού προτύπου που σήμερα ονομάζουμε «μεσογειακό διατροφικό πρότυπο».

Σύμφωνα με αξιόπιστες μελέτες, όμως, σήμερα ο μεσογειακός τρόπος διατροφής υιοθετείται σε ποσοστό μικρότερο του 50%.

Ειδικότερα:

Την ήμερη κατανάλωση προσεγγμένων και ποιοτικών γευμάτων καθημερινά, έχει σε ανησυχητικό βαθμό αντικαταστήσει η κατανάλωση όλο και φθηνότερων και υποβαθμισμένων θρεπτικά τροφών υπό στρες, μπροστά στην τηλεόραση ή χωρίς πρόγραμμα.

Επιπλέον, τα σύγχρονα ελληνικά νοικοκυριά τόσο σε αστικές όσο και σε αγροτικές περιοχές αφιερώνουν λιγότερο χρόνο για την προετοιμασία του φαγητού.

Επίσης, ο σύγχρονος άνθρωπος είναι σήμερα ιδιαίτερα αποκομμένος από τις διαδικασίες παραγωγής της τροφής του και ενδιαφέρεται λιγότερο να αξιολογήσει και άλλες παραμέτρους, όπως η προέλευση, η φρεσκάδα και η αυθεντικότητα των πρώτων υλών.

Συχνά, το κίνητρό μας για φροντίδα του εαυτού μας το καλοκαίρι γίνεται πιο εμφανές και πιο εκμεταλλεύσιμο,

προσφέροντάς μας μία ακόμη ευκαιρία μέσα στο χρόνο να έρθουμε πιο κοντά σε αυτό το τόσο προστατευτικό για την υγείας μας πρότυπο. Μάλιστα, ο μεσογειακός τρόπος ζωής φαίνεται πως ανταποκρίνεται εξαιρετικά στους διατροφικούς στόχους του καλοκαιριού, όπως η καλή ενυδάτωση, η πρόσληψη αντιοξειδωτικών ουσιών και βιταμινών, η κατανάλωση ισορροπημένης ποσότητας τροφής (ώστε να μην επιβαρύνεται ο οργανισμός μας με μεγάλα και βαριά γεύματα), η κίνηση/άθληση (περπάτημα, κολύμπι κλπ). Έτσι, και φέτος το καλοκαίρι είναι σημαντικό να έχουμε υπ' όψιν και να προσπαθήσουμε για τις παρακάτω συστάσεις:

- Προτιμήστε εποχιακά και ντόπια φρούτα και λαχανικά
 - Οργανώστε δομημένα και θρεπτικά μικρά γεύματα μέσα στην ημέρα
 - Χρησιμοποιήστε ευεργετικές πηγές λίπους, όπως το ελαιόλαδο, οι ελιές, οι ξηροί καρποί και τα βούτυρα ξηρών καρπών, το αβοκάντο
 - Ενυδατωθείτε επιλέγοντας νερό, αλλά και κρύα αφεψήματα από βότανα (π.χ. κρύο τσάι)
 - Επιλέξτε τις λιγότερο δυνατόν επεξεργασμένες επιλογές τροφίμων. Ένα επεξεργασμένο τρόφιμο είναι κυρίως αυτό στο οποίο έχουν προστεθεί – μεταξύ άλλων – αλάτι, απλά σάκχαρα (ζάχαρη, αμυλοσιρόπιο κ.ά.), υποβαθμισμένες πηγές λίπους (π.χ. φοινικέλαια)
 - Να θυμάστε ότι υπάρχει πάντα και η εναλλακτική επιλογή ενός τροφίμου φυσικότερης προέλευσης
 - Φροντίστε να καταναλώνετε τουλάχιστον ένα γεύμα της ημέρας με συνδαιτυμόνες (π.χ. αγαπημένα πρόσωπα, καλούς φίλους). Η κοινωνική πλευρά του φαγητού, δίνει μία πιο ισορροπημένη και υγιή διάσταση στα γεύματα
 - Παραγγείλτε λιγότερο και μαγειρέψτε περισσότερο στο σπίτι σας. Αξίζει τον κόπο να ορίσετε δύο-τρεις μέρες την εβδομάδα για αυτή τη δραστηριότητα. Ειδικά σήμερα, μπορείτε να βρείτε πανεύκολα θρεπτικές και σύντομες συνταγές τόσο σε βιβλία, όσο και στο διαδίκτυο
 - Καλλιεργήστε τα λαχανικά και τα φρούτα σας!
- Ας είναι, λοιπόν, το φετινό καλοκαίρι μία ακόμη ευκαιρία για ευεργετικές αλλαγές στον τρόπο που ζούμε.

Γράφει η **Αλεξία Καταφού** • Δρ Διατροφολόγος – Διατροφολόγος



Ζαχαροπλαστείο Σοκολά

Με βάση την πολυετή εμπειρία του στο χώρο της ζαχαροπλαστικής και την εξαιρετική ποιότητα των πρώτων υλών του το Ζαχαροπλαστείο Σοκολά εγγυάται την γευστική απόλαυση των καταναλωτών του. Λεπτές και μοναδικές γεύσεις, δημιουργικότητα και μεράκι αποτελούν τον οδηγό της αξιόλογης πορείας του στην τέχνη της ζαχαροπλαστικής. Μια ποικιλία γλυκών πειρασμών θα συνοδεύσει τις γιορτές και τις χαρές σας με αξιοπιστία και αγάπη για την ποιότητα.



Μπατζογιάννης Αναστάσιος

Χατζημικάλη 43 & Ρίζου (γωνία), Λάρισα

Τηλέφωνο: 2410615115



Το ιατρικό μέλλον συναντά το παρόν στη Λάρισα...

Η οικογένεια, γιατρών, Γεωργίου Πίπη κάνει ένα ακόμη βήμα και φέρνει το μέλλον στην Υγεία πιο κοντά!

Η ανέγερση του νέου, υπερσύγχρονου κτιρίου του «Θεραπευτηρίου Ασκληπείου Λάρισας», όπου θα μεταστεγαστεί και θα επεκταθεί η υπάρχουσα κλινική προχωράει με γοργούς ρυθμούς. Η τελετή αγκυρώσεως των θεμελίων πραγματοποιήθηκε πρόσφατα με μεγάλη επιτυχία.

Για περισσότερο από 35 χρόνια η οικογένεια Γεωργίου Πίπη προσφέρει

ποιοτικές παροχές στον τομέα της Υγείας, γεγονός που την καθιστά γνωστή στην ευρύτερη περιοχή της Θεσσαλίας, της δυτικής Μακεδονίας, αλλά και γενικότερα στα νότια Βαλκάνια.

Το εγχείρημα ξεκίνησε με το πρότυπο οφθαλμολογικό κέντρο «Iris – eyecenter», ανδρώθηκε με την παρούσα κλινική, το «Θεραπευτήριο Ασκληπείο Λάρισας» και

τώρα έφτασε το πλήρωμα του χρόνου, να γίνει το επόμενο βήμα, η νέα δομή!

Πρόκειται για ένα μεγάλο επενδυτικό έργο, που έρχεται μετά από μία παρατεταμένη οικονομική κρίση για την Ελλάδα, χαράσσει τη νέα εποχή στο χώρο των επενδύσεων και πρόκειται να αφήσει το στίγμα του στον τομέα της Υγείας, προσφέροντας άμεσα δεκάδες νέες θέσεις

...
Το κοινό μυστικό της οικογενείας Πίπη είναι ότι εδώ και δεκαετίες επενδύει στο υψηλής εξειδίκευσης προσωπικό, στις υποδομές και στον διαρκή εκσυγχρονισμό του μηχανικού εξοπλισμού, σε μία εποχή μάλιστα που οι τεχνολογικές εξελίξεις τρέχουν με ιλιγγιώδεις ρυθμούς.

εργασίας.

Μία επένδυση που δείχνει τον δρόμο των ιδιωτικών νοσοκομείων στο μέλλον κι αναμένεται σύντομα να ενισχύσει τον υγειονομικό τομέα, μετά και από την υγειονομική κρίση λόγω covid 19, που δοκίμασε και συνεχίζει να δοκιμάζει τα συστήματα υγείας σε όλες τις χώρες της Γης.

Όμως η οικογένεια Πίπη γνωρίζει πολύ καλά, ότι η δόμηση ενός νέου κτιρίου από μόνη της, δεν αρκεί...

Η καρδιά για την παροχή υψηλών υπηρεσιών χτυπάει εκεί που το έμπυχο δυναμικό καθημερινά προσφέρει τις υπηρεσίες και τις γνώσεις του στον κόσμο.

Το κοινό μυστικό της οικογενείας Πίπη είναι ότι εδώ και δεκαετίες επενδύει στο υψηλής εξειδίκευσης προσωπικό, στις υποδομές και στον διαρκή εκσυγχρονισμό του μηχανικού εξοπλισμού, σε μία εποχή μάλιστα που οι τεχνολογικές εξελίξεις τρέχουν με ιλιγγιώδεις ρυθμούς.

Ως εκ τούτου πράττει αυτό που για τα μέλη της θεωρείται αυτονόητο...

Ενισχύει και συνεχίζει να εκπαιδεύει το προσωπικό της και μεριμνά για την διαρκή εκπαίδευσή του.

Όσο για τον εξοπλισμό; Όπως επιτάσσουν οι «επιταγές» της σύγχρονης επιστήμης, ανανεώνεται συνεχώς...



Το πλέον σύγχρονο μηχάνημα επεμβάσεων laser μυωπίας, υπερμετρωπίας, αστιγματισμού στον κόσμο. Η διαθλαστική σουίτα της Alcon Αμερικής, AlconRefractiveSuite, που έχει πρόσφατα εγκατασταθεί και λειτουργεί στο οφθαλμολογικό κέντρο «Iris – eyecenter» στη Λάρισα (www.iris-eyecenter.gr)



Ο νέος υπερσύγχρονος ενδοσκοπικός πύργος Olympus Visera 4k UHD, με δυνατότητες στην Γενική Χειρουργική, στην Ουρολογία, στην Γαστρεντερολογία, σε διαγνωστικό και σε επεμβατικό επίπεδο.

Ο σταθμός αναισθησίας Atlan A300, του εργοστασίου Dräger Γερμανίας. Αναισθησιολογικό μηχάνημα τελευταίας τεχνολογίας και υψηλής ποιότητας. Ενσωματώνει όλες τις κλασικές και μοντέρνες διαδικασίες αναισθησίας, συμπεριλαμβανομένης της εφαρμογής χαμηλής ροής (lowflow) και ελάχιστης ροής (minimalflow). Διαθέτει σχεδίαση που εξασφαλίζει τον προστατευτικό αερισμό του ασθενούς. Είναι κατάλληλος για ενήλικες, παιδιά και νεογνά και διακρίνεται για την εργονομία του, την ασφάλεια και την υψηλότερη ποιότητα αερισμού και παροχή αναισθησίας.





Δίπλα στο λιμάνι του Στομί-
ου, εκεί που το βουνό αμίγει
με τη θάλασσα, βρίσκεται το
Beach Bar Iranema. Και φέτος
γιορτάζει τα 22 χρόνια του! Με
μοντέρνα αισθητική και χρώ-
ματα που δένουν αρμονικά με
το πράσινο και το γαλάζιο του
τοπίου και ήχους από όλο τον
κόσμο το «Iranema» υπόσχεται
μέρες καλοκαιρινές και νύχτες
μαγικές. Ανεβαίνοντας από την
οργανωμένη παραλία στο bar,
φτάνουμε στο Hotel Vlassis.
Η θέα στη θάλασσα είναι μο-
ναδική και στο εστιατόριο του
ξενοδοχείου μπορεί κανείς να
απολαύσει από φρέσκο ψάρι
και τσιπουρομεζέδες μέχρι μα-
γειρευτά φαγητά.

**Δε κάνουμε τις
εξχωριστές live βραδιές
που διοργανώνει
το Iranema κατά
τη διάρκεια του
καλοκαιριού με
συγκροτήματα από
όλη την Ελλάδα.**

23 χρόνια Beach Bar Iranema

Το καλοκαιρινό μας στέκι δίπλα στο λιμάνι του Στομίου!



- **Κολυμπάμε** στα καθαρά νερά της οργανωμένης παραλίας του Iranema
- **Πίνουμε καφέ**, τσίπουρο, μπύρα, cocktails στο μπαρ κάτω από τη σκιά των πλατανιών
- **Τρώμε** στο εστιατόριο του ξενοδοχείου με θέα τη θάλασσα.
- **Ιδανικός προορισμός** για οικογένειες με παιδιά, ζευγάρια με ρομαντική διάθεση, αλλά και παρέες που ξέρουν να εκτιμούν την ομορφιά της φύσης και την καλή μουσική.



info

Στόμιο Λάρισας | T. 24950 91301, 24950 91198 | www.hotelvlassis.gr | hotelvlassis@gmail.com

ασφάλειες

αστικής ευθύνης

επιχείρησης

υγείας

κατοικίας

οχήματος

και σκάφους



NET-INSURANCE

ΔΙΚΤΥΟ ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΩΝ ΔΙΑΜΕΣΟΛΑΒΗΤΩΝ

ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΓΡΑΦΕΙΟ ΛΑΡΙΣΑΣ
ΜΑΝΔΗΛΑΡΑ 18, 4ος όροφος,
41221 Λάρισα
Τηλ. 2410 250560, fax 2410 250588
www.net-insurance.gr
info@net-insurance.gr

ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΟΙ ΠΡΑΚΤΟΡΕΣ
ΒΑΣΙΛΑ ΣΤΑΜΑΤΙΑ 6977459510
ΓΡΕΚΑ ΘΕΑΝΩ 698 439 2309
ΚΑΡΑΒΑΓΙΟΠΟΥΛΟΥ ΣΤΑΥΡΟΥΛΑ
6948083217
ΝΤΑΝΙΚΑΣ ΜΙΧΑΗΛ 693 676 9456
ΠΙΑΧΑ ΑΘΑΝΑΣΙΑ 6938706976

ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΗΜΑ
ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
ΑΜΑΝΑΤΙΔΗΣ ΓΕΩΡΓΙΟΣ
ΥΠΕΥΘΥΝΟΣ ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΟΣ
ΠΕΡΑΝ 22, ΤΚ 56123
ΑΜΠΕΛΟΚΗΠΟΙ ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗΣ
Τηλ. 2311 207094
Fax. 2311 242474
Mob. 6949001915
Giorg.amanatidis@gmail.com

ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΗΜΑ ΑΡΤΑΣ
ΝΟΥΛΑΣ ΧΑΡΗΣ
ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΠΩΛΗΣΕΩΝ
ΙΩΑΝΝΗ ΠΑΠΑΒΑΣΙΛΕΙΟΥ 6,
ΤΡΙΓΩΝΟ ΑΡΤΑΣ
(ΠΡΙΝ ΤΗΝ ΠΙΑΤΣΑ ΤΑΞΙ),
ΤΚ 47100, ΑΡΤΑ

Τηλ & fax: 2681028888
Mob. 6946867047 & 6983473750
Noulas.xaris.netinsuranse@gmail.com

ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΗΜΑ ΑΛΜΥΡΟΥ &
ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ
ΚΟΝΤΟΥΡΗ ΕΥΤΥΧΙΑ
ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΟΣ ΠΡΑΚΤΟΡΑΣ
ΙΑΣΟΝΟΣ 7, ΑΛΜΥΡΟΣ
ΜΑΓΝΗΣΙΑΣ
Τηλ. 2422023423
Mob. 6947915197
Eutuxia_91@hotmail.com

ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΗΜΑ
ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗΣ
NET-INSURANCE ΕΒΡΟΥ

ΑΡΧΟΝΤΙΔΗΣ ΦΩΤΙΟΣ ΚΑΙ
ΣΥΝΕΡΓΑΤΕΣ
ΑΒΑΝΤΟΣ 39
68100 ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ
Τηλ. 2551115655
Mob. 694 166 5707
arxon2018@gmail.com

ΥΠΟΚΑΤΑΣΤΗΜΑ ΧΑΝΙΩΝ
NET-INSURANCE ΚΡΗΤΗΣ
ΖΑΧΑΡΙΑΚΗΣ ΙΩΑΝΝΗΣ
ΑΝΑΣΤΑΣΙΟΣ
ΜΑΞΙΜΟΥ ΜΑΡΓΟΥΝΙΟΥ 2 &
ΙΩΝΙΑΣ 73136 ΧΑΝΙΑ
Τηλ. 28210 99874
Fax: 28210 99876
Mob. 698 880 8455
iazachariakis@net-insurance.gr

ΓΡΑΦΕΙΟ ΙΩΑΝΝΙΝΩΝ
ΓΙΟΥΓΛΗΣ ΠΕΤΡΟΣ
ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΟΣ ΠΡΑΚΤΟΡΑΣ
ΧΡ. ΚΑΤΣΑΡΗ 40 Α, 45221,
ΙΩΑΝΝΙΝΑ
Τηλ. 2651070950
Fax: 2651075949
Mob. 6977745003
pgiouglis@gmail.com

ΓΡΑΦΕΙΟ ΚΑΣΤΟΡΙΑΣ
(Δ/ση Επιθεώρησης Δυτ.
Μακεδονίας), Νταούτη Γιαννούλα,
Επιθεωρητής Ανάπτυξης,
ΓΡΑΜΜΟΥ 65, 52100, ΚΑΣΤΟΡΙΑ
Τηλ. 2467083510
Fax: 2467083512
Mob. 6977990871
ntaoutii_@hotmail.com



meet
the heart of
Greece

ΑΠΟΛΑΜΒΑΝΟΥΜΕ ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ
ΜΕ ΑΣΦΑΛΕΙΑ!



ΜΕΝΟΥΜΕ ΘΕΣΣΑΛΙΑ!



Ευρωπαϊκή Ένωση
Ευρωπαϊκά Διαρθρωτικά
και Επενδυτικά Ταμεία



Περιφέρεια Θεσσαλίας

Με τη συγχρηματοδότηση της Ελλάδας και της Ευρωπαϊκής Ένωσης

