

# ATHENS voice

102.5  
ATHENS  
VOICE  
RADIO

## Summer Guide '22

# 75 γνωστοί

συγγραφείς, καλλιτέχνες,  
πολιτικοί, επιχειρηματίες  
πάνε διακοπές με την Α.Υ.



Παιδιά - ετοιμαστήκατε ;

# Το καλοκαίρι είναι



# ΕΣΔΩΝ



Γιατί καλοκαίρι χωρίς παγωτό  
δεν είναι καλοκαίρι. Ανακάλυψε την  
ποικιλία μας σε ένα κατάστημα Lidl  
και απόλαυσε κάθε καλοκαιρινή στιγμή  
με υπέροχες δροσερές γεύσεις.







## Βρείτε τις 10 ΔΙΑΦΟΡΕΣ

Έτοιμοι για  
βαρκάδα με  
την οικογένεια  
Αντετοκούνμπο

Της ΤΑΝΙΑΣ ΔΕΛΗ

Παίξτε το μόνοι ή με παρέα  
κάτω από την ομπρέλα.  
Το αγαπημένο παιχνίδι  
μικρών και μεγάλων με τις  
διαφορές στις φωτογραφίες,  
που βελτιώνει την  
παρατηρητικότητα  
και ακονίζει το μυαλό.



Φωτο: ©NDF Agency/Nikos Zotos

1) Μία από τις σημαδούρες είναι αριστερά. 2) Η λαβή του όπλου που κρατάει ο ιεραστής είναι μπροστά του θανάτου. 3) Οι γραμμές από την μπροστινή του μιάλη του θανάτου. 4) Το σήμα της Nike από το αριστερό παπούτσι του θανάτου. 5) Το βραχιολάκι από το δεξί χέρι του συνοδού δίπλα στον θάνατο. 6) Το δάκτυλο του συνοδού που ξεπληρώνει από το μολύβι του θάνατο. 7) Ο ένας βραχιολάκι από τα γυαλιά του θάνατο. 8) Το κορδόνι που προεξέχει από την μπλούζα του θάνατο. 9) Το ένα από τα κουμπιά του καλντεμιού της βάρκας. 10) Το σήμα του Polo από το μολύβι του δευτέρου συνοδού πίσω από τον θάνατο.

ΤΙ ΛΕΙΠΕΙ ΑΠΟ ΤΗ ΔΕΥΤΕΡΗ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ



Αγκαλιάστε ό,τι αξίζει.  
Την υγεία σας.

## Full [Health]

Πρόγραμμα Νοσοκομειακής Περίθαλψης

- ① Δυνατότητα έναρξης ασφάλισης μέχρι την ηλικία των 70 ετών.
- ② Ετήσιο όριο κάλυψης έως € 1.500.000.
- ③ Επιλογή **οποιοδήποτε νοσοκομείου** στην Ελλάδα ή στο εξωτερικό.
- ④ **Εκπτώσεις από 20% έως 100%** για τα εξαρτώμενα μέλη της οικογένειας.

Ενημερωθείτε για το δικό σας πρόγραμμα από τα κατάλληλα πιστοποιημένα στελέχη των Καταστημάτων μας και στο [www.nbg.gr](http://www.nbg.gr)

**ΕΘΝΙΚΗ**  
Η ΠΡΩΤΗ ΑΣΦΑΛΙΣΤΙΚΗ



ΕΘΝΙΚΗ ΤΡΑΠΕΖΑ

Οι εκπτώσεις παρέχονται από την Εθνική Ασφαλιστική. Ισχύουν όροι και προϋποθέσεις.  
Η ασφάλιση διενεργείται με τη διαμεσολάβηση της Εθνικής Τράπεζας της Ελλάδος Α.Ε., Αιόλου 86, 10559 Αθήνα, [www.nbg.gr](http://www.nbg.gr),  
Α.Μ.Ε.Ε.Α.: 311481, Αριθμός Ειδικού Μητρώου του Ε.Ε.Α.: 1028 ([insuranceregistry.uhc.gr](http://insuranceregistry.uhc.gr)).



# Παπαστράτος

## Είμαστε οι πράξεις μας

Διάφανα, δημόσια και δεσμευτικά, η Παπαστράτος, ένα χρόνο μετά την ανακοίνωση της Στρατηγικής Βιώσιμης Ανάπτυξης, κάνει τον απολογισμό της

**Μ**ε την αδιαπραγμάτευτη φιλοσοφία ότι κάθε πράξη της είναι ένα βήμα, μικρό ή μεγάλο, προς το καλύτερο, η εταιρεία Παπαστράτος, ένα χρόνο μετά την ανακοίνωση της στρατηγικής της για βιώσιμη ανάπτυξη, έρχεται να παρουσιάσει τις δεσμεύσεις που έγιναν πράξη. «Με πράξεις μετριάμαστε, στις πράξεις κρινόμαστε. Πριν από τα λόγια μας, είμαστε οι πράξεις μας» λένε οι άνθρωποι της εταιρείας, η οποία έχει επενδύσει στη χώρα μας περισσότερα από 500 εκατ. ευρώ την τελευταία εξαετία, έχει δημιουργήσει εκατοντάδες νέες θέσεις εργασίας, εφαρμόζει στην πράξη την ισότητα και τη συμπερίληψη στο εργασιακό περιβάλλον κι έχει δεσμευτεί για ενάμισι εκατ. λιγότερους καπνιστές έως το 2025. Η Παπαστράτος, όλα αυτά τα χρόνια, μιλάει μόνο με πράξεις. Το όραμα της Παπαστράτος; Ένα μέλλον χωρίς τσιγάρο.

**2017-2022:**  
**Έμπρακτη υποστήριξη της**  
**ελληνικής οικονομίας**  
**με επενδύσεις άνω**  
**των 500 εκατ. ευρώ**

Το 2017, σε μια δύσκολη οικονομικά περίοδο για τη χώρα, η Παπαστράτος προχώρησε σε επένδυση 300 εκατ. ευρώ. Χάρη σε αυτή την επένδυση το εργοστάσιό της στον Ασπρόπυργο μετατράπηκε σε μονάδα αποκλειστικής παραγωγής θερμαινόμενων ράβδων καπνού για το πρώτο καινοτόμο προϊόν θέρμανσης καπνού της Philip Morris International, το IQOS, που το 2020 έλαβε αδειοδότηση από τον Αμερικανικό Οργανισμό Τροφίμων και Φαρμάκων (FDA) ως προϊόν διαφοροποιημένου κινδύνου, κατάλληλο για την προαγωγή της δημόσιας υγείας. Η συγκεκριμένη επένδυση σηματοδότησε την έναρξη του ριζικού μετασχηματισμού της Παπαστράτος από καπνοβιομηχανία σε εταιρεία τεχνολογίας με οδηγό την επιστήμη και όχημα την τεχνολογία και όραμα το τέλος του τσιγάρου.

Παράλληλα, το 2021, στον εορτασμό των 90 χρόνων ιστορίας της, ανακοίνωσε νέα επένδυση, ύψους 125 εκατ. ευρώ, με την οποία ενίσχυσε την παραγωγική δραστηριότητα των καινοτόμων προϊόντων θέρμανσης καπνού που παράγονται στην Ελλάδα και εξάγονται σε όλο τον κόσμο. Έναν χρόνο αργότερα, και μετά από αναπροσαρ-







## ΕΙΜΑΣΤΕ ΟΙ ΠΡΑΞΕΙΣ ΜΑΣ.

**ΑΥΤΕΣ ΜΑΣ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΖΟΥΝ.  
ΜΑΣ ΟΡΙΖΟΥΝ.**

**ΜΑΣ ΚΑΘΟΔΗΓΟΥΝ.  
ΕΙΝΑΙ Η ΑΛΗΘΕΙΑ ΜΑΣ.  
ΣΕ ΚΑΘΕ ΣΧΕΣΗ.**

**ΣΕ ΚΑΘΕ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ.  
ΜΕ ΠΡΑΞΕΙΣ ΜΕΤΡΙΟΜΑΣΤΕ.  
ΣΤΙΣ ΠΡΑΞΕΙΣ ΚΡΙΝΟΜΑΣΤΕ.**

**ΠΡΙΝ ΑΠΟ ΤΑ ΛΟΓΙΑ ΜΑΣ,  
ΕΙΜΑΣΤΕ ΟΙ ΠΡΑΞΕΙΣ ΜΑΣ.**

### ΕΡΓΑΣΙΑΚΗ ΙΣΟΤΗΤΑ ΚΑΙ ΣΥΜΠΕΡΙΛΗΨΗ ΣΤΗΝ ΠΡΑΞΗ

Ως εργοδότης επιλογής διαχρονικά, η Παπαστράτος διασφαλίζει την ισότητα στο εργασιακό περιβάλλον και ενισχύει έμπρακτα τη συμπερίληψη, μέσα από μια σειρά δυναμικών πρωτοβουλιών. Το 2018 ήταν η πρώτη εταιρεία στην Ελλάδα που έλαβε τη διεθνή πιστοποίηση εξάλειψης μισθολογικού χάσματος και ίσων ευκαιριών Equal Salary Certification. Και από τότε μέχρι σήμερα την ανανεώνει κάθε χρόνο, μέσα από μία απαιτητική διαδικασία αξιολόγησης των εσωτερικών πολιτικών και πρακτικών της.

Παράλληλα, το 2020 έγινε ενεργό μέλος της Χάρτας Διαφορετικότητας, μια δράση της Ευρωπαϊκής Επιτροπής για την προώθηση της διαφορετικότητας στον επιχειρηματικό κόσμο, ενώ το 2021 εφάρμοσε με επιτυχία εξειδικευμένο πρόγραμμα προσέλκυσης και ανάπτυξης γυναικών μηχανικών στο εργοστάσιό της. Επίσης, το 2021 ξεκίνησε να προσφέρει συνολικά 18 εβδομάδες άδειας μετ' αποδοχών στο κύριο άτομο φροντίδας μετά τη γέννηση/υιοθεσία του μωρού και 8 εβδομάδες άδεια μετ' αποδοχών στο δευτερεύον άτομο φροντίδας. Όλα τα παραπάνω αλλά και πολλές επιπλέον σχετικές πρωτοβουλίες οδήγησαν την εταιρεία στο να πετύχει, ήδη από φέτος και σχεδόν 2 χρόνια νωρίτερα από τον αρχικό της υπολογισμό, το 41% των διοικητικών της θέσεων να καλύπτεται από γυναίκες.

### ΚΑΝΟΝΤΑΣ ΠΡΑΞΗ ΤΗ ΔΕΣΜΕΥΣΗ #prostokalytero

Έχοντας την πίστη ότι η θετική αλλαγή πρέπει να ξεκινάει πρώτα από εμάς και στη συνέχεια να αγκαλιάζει την κοινωνία, η ΠΑΠΑΣΤΡΑΤΟΣ επέλεξε με θάρρος να αλλάξει τα πάντα για πάντα: τη λειτουργία της, τη φιλοσοφία της, το ίδιο της το προϊόν.

μογές στο αρχικό πλάνο, το ύψος της νέας αυτής επένδυσης έχει ήδη φτάσει τα 170 εκατ. ευρώ, ενώ αναμένεται, έως το τέλος του 2023, να ξεπεράσει τα 250 εκατ. ευρώ.

### Δέσμευση για 1,5 εκατ. λιγότερους καπνιστές στην Ελλάδα μέχρι το 2025

Η Παπαστράτος προχωρά σε πράξεις με όραμα μια Ελλάδα χωρίς τσιγάρο και, στο πλαίσιο αυτό, το 2021 δεσμεύτηκε δημόσια για 1,5 εκατ. λιγότερους καπνιστές στην Ελλάδα μέχρι το 2025. Στόχος που μπορεί να πραγματοποιηθεί είτε μέσω της οριστικής διακοπής του καπνίσματος είτε μέσω της αλλαγής σε καλύτερα, εναλλακτικά προϊόντα καπνού, σε σύγκριση με το συμβατικό τσιγάρο. Ήδη, ένα χρόνο μετά, το 1/3 του στόχου της μείωσης των καπνιστών στη χώρα μας έχει ήδη επιτευχθεί.

Με τη βοήθεια της επιστήμης και της τεχνολογίας, η Παπαστράτος αποτελεί μέρος της λύσης στο πρόβλημα του τσιγάρου. Τα τελευταία 12 χρόνια η μητρική της εταιρεία, Philip Morris

International, έχει επενδύσει πάνω από 8,5 δισ. ευρώ στην έρευνα και την ανάπτυξη καλύτερων εναλλακτικών σε σχέση με το τσιγάρο. Σύμφωνα με επιστημονικές μελέτες, τα προϊόντα αυτά είναι καλύτερες επιλογές σε σύγκριση με το συμβατικό τσιγάρο. Και αυτό συμβαίνει γιατί θερμαίνουν τον καπνό και δεν τον καίνε, αφού η καύση παράγει τις περισσότερες βλαβερές χημικές ουσίες.

Για τον λόγο αυτό η Παπαστράτος προχωράει στη διεύρυνση του προϊόντικού της χαρτοφυλακίου, σε μη καίόμενα προϊόντα, από διαφορετικές κατηγορίες, με γνώμονα την προσφορά περισσότερων εναλλακτικών σε όσους ενήλικες δεν διακόπτουν το κάπνισμα.

### ΣΤΟ ΕΠΙΚΕΝΤΡΟ Ο ΑΝΘΡΩΠΟΣ

**2021-2022:  
170 νέες θέσεις εργασίας  
στο εργοστάσιο  
της Παπαστράτος**

Η Παπαστράτος επιμένει κάθε της βήμα να έχει

ως αφετηρία τους ανθρώπους της: τόσο όσους ανήκουν ήδη στην οικογένειά της, όσο και εκείνους που ενδιαφέρονται να γίνουν μέλη της. Βάσει της βιώσιμης λειτουργίας της αποτελεί διαχρονικά η συνεχής προσέλκυση νέων ταλαντούχων συνεργατών και η σταθερή ανάδειξη και ανάπτυξη των δεξιοτήτων των εργαζομένων της. Από πέρυσι μέχρι φέτος, έχει προχωρήσει σε 170 προσλήψεις για το εργοστάσιό της στον Ασπρόπυργο, δηλαδή 55 επιπλέον θέσεις από όσες είχε εξαγγείλει.

**2021-2022:  
93.000 ώρες εκπαίδευσεων  
σε νέες τεχνολογίες**

Βασική προτεραιότητα της εταιρείας αποτελεί η συνεχής εκπαίδευση των ανθρώπων της στις νέες τεχνολογίες και στα εξελιγμένα συστήματα λειτουργία της, προκειμένου να διασφαλιστεί ότι προχωρούν όλοι μαζί μπροστά, χωρίς κανένας να μένει πίσω. Στο πλαίσιο αυτό, έχουν πραγματοποιηθεί ήδη 93.000 ώρες σχετικών εκπαιδεύσεων, ξεπερνώντας, και πάλι, την περσινή δέσμευσή της για 60.000 ώρες.

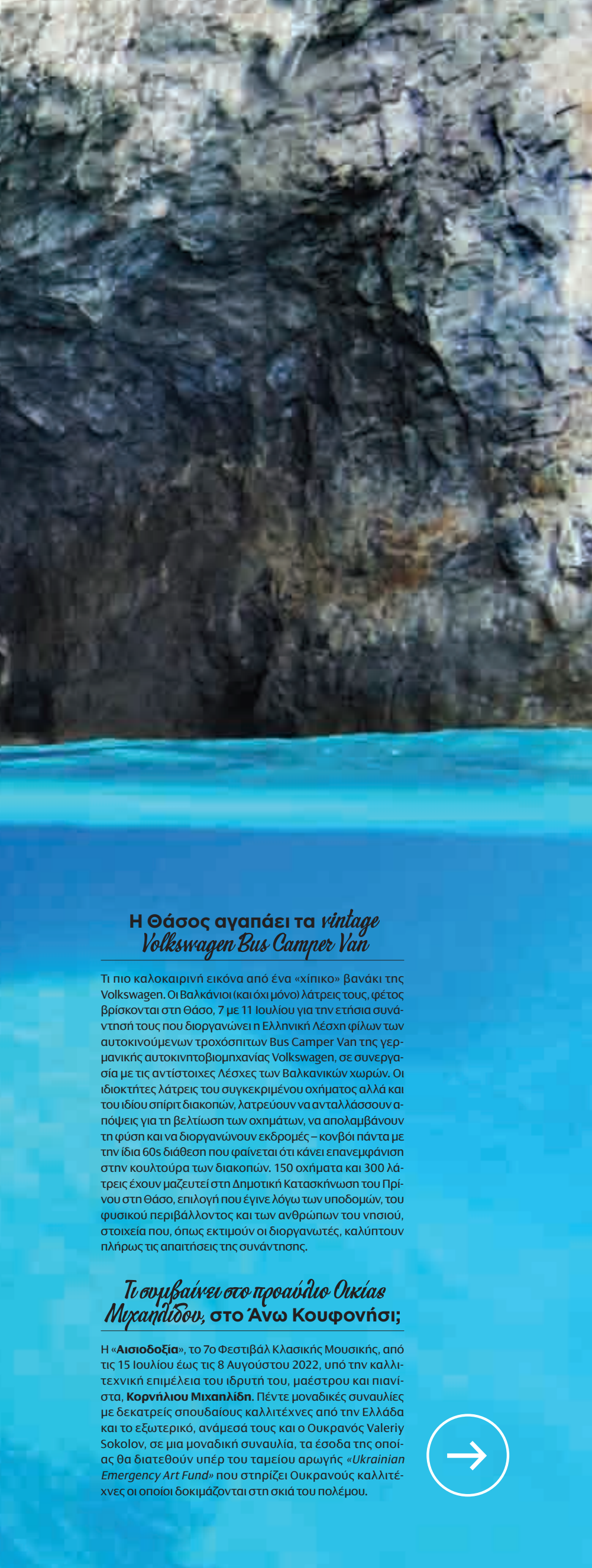


# Χωρίς ΞΑΠΛΩΣΤΡΕΣ 2022

*Βόλτα από νησί σε νησί  
με πληροφορίες, tips,  
ιστορίες, μυστικά και νέα*

ΤΟΥ ΓΙΑΝΝΗ ΝΕΝΕ  
(panikova500@gmail.com)





## Η Θάσος αγαπάει τα *vintage* *Volkswagen Bus Camper Van*

Τι πιο καλοκαιρινή εικόνα από ένα «χίπικο» βανάκι της Volkswagen. Οι Βαλκάνιοι (και όχι μόνο) λάτρεις τους, φέτος βρίσκονται στη Θάσο, 7 με 11 Ιουλίου για την ετήσια συνάντησή τους που διοργανώνει η Ελληνική Λέσχη φίλων των αυτοκινούμενων τροχοσπιτών Bus Camper Van της γερμανικής αυτοκινητοβιομηχανίας Volkswagen, σε συνεργασία με τις αντίστοιχες Λέσχες των Βαλκανικών χωρών. Οι ιδιοκτήτες λάτρεις του συγκεκριμένου οχήματος αλλά και του ιδίου σπρίτ διακοπών, λατρεύουν να ανταλλάσσουν απόψεις για τη βελτίωση των οχημάτων, να απολαμβάνουν τη φύση και να διοργανώνουν εκδρομές – κονβόι πάντα με την ίδια 60s διάθεση που φαίνεται ότι κάνει επανεμφάνιση στην κουλτούρα των διακοπών. 150 οχήματα και 300 λάτρεις έχουν μαζευτεί στη Δημοτική Κατασκήνωση του Πρίνου στη Θάσο, επιλογή που έγινε λόγω των υποδομών, του φυσικού περιβάλλοντος και των ανθρώπων του νησιού, στοιχεία που, όπως εκτιμούν οι διοργανωτές, καλύπτουν πλήρως τις απαιτήσεις της συνάντησης.

## Τι συμβαίνει στο προαύλιο Οικίας Μεχαηλίδου, στο Άνω Κουφονήσι;

Η «Αισιοδοξία», το 7ο Φεστιβάλ Κλασικής Μουσικής, από τις 15 Ιουλίου έως τις 8 Αυγούστου 2022, υπό την καλλιτεχνική επιμέλεια του ιδρυτή του, μαέστρου και πιανίστα, **Κορνήλιου Μεχαηλίδη**. Πέντε μοναδικές συναυλίες με δεκατρείς σπουδαίους καλλιτέχνες από την Ελλάδα και το εξωτερικό, ανάμεσά τους και ο Ουκρανός Valeriy Sokolov, σε μια μοναδική συναυλία, τα έσοδα της οποίας θα διατεθούν υπέρ του ταμείου αρωγής «Ukrainian Emergency Art Fund» που στηρίζει Ουκρανούς καλλιτέχνες οι οποίοι δοκιμάζονται στη σκιά του πολέμου.





# Κρήτη

## ΧΑΝΙΑ • ΗΡΑΚΛΕΙΟ

ΒΡΑΔΙΝΑ και ΗΜΕΡΗΣΙΑ  
Δρομολόγια από/προς ΠΕΙΡΑΙΑ

Εξοφνικό καλοκαίρι: βιβαίνουμε  
ταξίδι με το ηφαίο!



**30%**

Γίνετε μέλος στο πρόγραμμα  
**ANEK Smart Bonus**  
και κερδίζετε εκπτώσεις, δωρεάν επιστηρια  
και άλλα κερδοφόρα προνόμια!

**ΕΚΠΤΩΣΗ**  
στα ΗΜΕΡΗΣΙΑ ΔΡΟΜΟΛΟΓΙΑ  
σε **ΚΑΜΠΙΝΕΣ** και **Ι.Χ.** σιτηρίου

**ΠΑΚΕΤΑ**  
**ΠΡΟΣΦΟΡΩΝ**  
για επιβάτες  
με **Ι.Χ. Αυτοκίνητο!**

**3+1**  
**ΔΩΡΕΑΝ**  
εισιτήριο σε 4/κλινη  
**ΚΑΜΠΙΝΑ**

**20%**  
**ΕΚΠΤΩΣΗ**  
 στους ναύλους  
επιστροφής

ΕΝΗΜΕΡΩΘΕΙΤΕ ΑΝΑΛΥΤΙΚΑ  
ΓΙΑ ΤΙΣ ΕΚΠΤΩΣΕΙΣ ΚΑΙ ΤΑ ΔΡΟΜΟΛΟΓΙΑ ΤΩΝ ΠΛΟΙΩΝ  
ΣΤΟΝ ΤΑΞΙΔΑΩΤΙΚΟ ΣΑΣ ΠΡΑΚΤΟΡΑ ΣΤΟ ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΤΜΗΜΑ ΚΡΑΤΗΣΕΩΝ  
ΠΕΙΡΑΙΑΣ: **210 4197400** ΚΑΙ ΣΤΟ **www.anek.gr**

Δρομολόγια και τιμολογια για τον χώρο της Κρήτης



## Το μυστικό της Ανάφης

Είναι γνωστό σχεδόν ανέκδοτο ότι οι κάτοικοι της Σαντορίνης που θέλουν ένα υπέροχο, ήσυχο μέρος με καλή (και όχι τόσο μαύρη...) θάλασσα για διακοπές, προτιμούν την Ανάφη. Είναι ο ορισμός του «Χωρίς Ξαπλώστρες». Από την παραλία του Ρούκουνα με την ωραία σεβεντίλα της, τη δυσπρόσιτη αλλά πανέμορφη παραλία των Αγίων Αναργύρων με την άμμο-πούδρα, μέχρι τον οικογενειακό Άγιο Νικόλαο και το Κλεισίδι που είναι ιδανικό για απογευματινό μπάνιο, μέχρι «το μυστικό που κάρκε πια», τις δύο παραλίες Κατσούνι-Φλαμουρού που για να δεις τον βυθό δεν χρειάζεσαι μάσκα, η Ανάφη πάντα έχει ένα νέο μυστικό για όποιον την πιστεύει.

## Απορία του Πανωλεθρίαμβου:

- Πατί όλοι φωτογραφίζονται στο ηλιοβασιλέμα της Οίας;  
- Λόγω γραφικοκρατίας.  
(@kukutux)

## Φοίνικες πάνω στο κύμα

Μία εξωτική παραλία, σαν κινηματογραφικό location, με φοίνικες επάνω στο άκουσμάριν νερό. Στον **Πάνορμο** της Νάξου.

## Αναρρίχηση στο Grande Grotta της Καλύμνου

**Grande Grotta = Μεγάλη Σπηλιά.** Η ονομασία είχε δοθεί από τους Ιταλούς στην κατοχή των οποίων ήταν τα Δωδεκάνησα από το 1911 (όταν τα απέσπασαν από την Οθωμανική Αυτοκρατορία), μέχρι το 1946 που αποφασίστηκε να περιέλθουν στην Ελλάδα, μετά τη συμμετοχή της στον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο. Η Σπηλιά είναι εντυπωσιακή, με υπέροχη θέα και αποτελεί έναν από τους δημοφιλείς αναρριχητικούς προορισμούς παγκοσμίως. Τα Σαββατοκύριακα του Ιουλίου και του Αυγούστου σχηματίζονται μέχρι και ουρές επισκεπτών για να θαυμάσουν το Σπήλαιο με τον κοκκινωπό ασβστόλιθο, με ύψος 50 μέτρα, πλάτος που αγγίζει σε σημεία και τα 200 μέτρα.

## Ο Τσε ζει στη Σίφνο

Στο Κάστρο της Σίφνου ζει ο «**Κουβανός**», ίσως το πιο cult μαγαζί στην Ελλάδα, αφιερωμένο με φανατισμό στον Τσε Γκεβάρα και στον Φιντέλ Κάστρο, γεμάτο αναμνηστικά, γκράφιτι, μπουκάλια Havana Club και ιστορίες του ιδιοκτήτη, του Κώστα, από τότε που ζούσε στην Κούβα. Κανονικό όνομα του μπαρ: Kavos Sunrise.

## Ο Παπαδιαμάντης στη Σκιάθο

Οι παλιοί Σκιαθίτες έλεγαν ότι ήταν ένας περιθωριακός άνθρωπος, ο περιέγελος του νησιού. Υπάρχει και μία παλιά φράση που έλεγαν για τον κοσμοκαλόγερο των ελληνικών γραμμάτων: «**Ιφτικώς που ήρθαν οι ξέν'** να μας ειπούν ότι ο **μαρμάρης ήταν τράνος**».

## Το Κουρδιστό Πορτοκάλι

Στη Λήμνο υπάρχει βρεφονηπιακός σταθμός με το όνομα «**Το Κουρδιστό Πορτοκάλι**». Για νήπια που, όταν μεγαλώσουν και δουν την ομώνυμη ταινία, κάτι μέσα τους θα κάνει κρακ γιατί μόλις θα έχουν ανακαλύψει μια ποπ δυστοπία.

## Η Οδύσσεια ξεκινά στον Μόλυβο της Λέσβου

Από τις 11 μέχρι τις 19 Αυγούστου, το **Διεθνές Φεστιβάλ Μουσικής Μολύβου** (Δι-ΦΕΜΜ) θα στείλει μήνυμα για το μεγαλείο της ανθρώπινης αντοχής, της δύναμης και της επινοητικότητας, αφιερώνοντας τη φετινή του θεματική στην «Οδύσσεια». Στο φεστιβάλ συμμετέχουν κορυφαίοι μουσικοί από όλο τον κόσμο που θα ερμηνεύσουν έργα κλασικών συνθετών χωρισμένα σε ενότητες όπως Αναχώρηση, Περιπλανήσεις, Δοκιμασίες, Πινελόπη κ.ά. Επίσης το Φεστιβάλ θα παρουσιάσει στις 19 Αυγούστου σε παγκόσμια πρώτη την ανάθεσή του, το έργο των Κώστα Μαντζώρου και Νίκου Χαριζάνου «Ιθάκη», έργο για ηθοποιό/αφηγητή, τρία εγχόρδων και προηχογραφημένο υλικό.

## Το σύννεφο της Αμοργού

Στη **Χώρα της Αμοργού**, υπάρχει πάντα ένα μόνιμο σύννεφο από πάνω που βγάζει 10 μποφόρ και ας μη φυσάει σε όλο το νησί.

## Ο Χονδρογιώργης της Σκοπέλου

Παραλία –καμία σχέση με σωματοτύπο– που αποτελείται από πολλούς μικρούς κολπίσκους, υπέροχο και βολικό φιλό βοτσα-

λάκι, βράχια και γαλάζια νερά, κοντά στην Περιβολιού. Κατεβαίνει μονοπατάκι για να έχει περισσότερη περιπέτεια. συμπληρώνουν το σκηνικό. Η παραλία δεν είναι οργανωμένη (χωρίς Ξαπλώστρες) οπότε να είστε εφοδιασμένοι με τα απαραίτητα. Καλύτερα όμως να αποφύγετε τον Χονδρογιώργη, αν φυσάει βόρειος άνεμος – θα σας τρελάνει. Για πιο σασπένς, αριστερά προς τα βράχια μπορείτε να φθάσετε κολυμπώντας στην **παραλία της Πεθαμένης**. Έχει, λέει, τον ομορφότερο βυθό και χρώμα νερού.

## Βόλτα στο Μεταλλευτικό Μουσείο Μήλου

Βρίσκεται στον **Αδάμαντα**, στο επίνειο του νησιού. Είναι μία προσπάθεια ανάδειξης του ορυκτού πλούτου του νησιού που του δίνει αυτή τη γοητευτική, απόκοσμη όψη και της μεταλλευτικής του ιστορίας. Στους χώρους του Μουσείου υπάρχουν αντικείμενα, εικόνες και φωτογραφίες που παρουσιάζουν την εντυπωσιακή γεωλογική ιδιαιτερότητα της Μήλου και αφηγούνται με τον τρόπο τους τη μεταλλευτική ιστορία της, αποτιώντας, παράλληλα, έναν ελάχιστο φόρο τιμής σε όλους αυτούς που εργάστηκαν και εργάζονται για την ανάπτυξη της μεταλλείας στο νησί. Ιδιαίτερο ενδιαφέρον παρουσιάζει η Συλλογή Οψιδιανού του Μηλιού λαογράφου και συλλέκτη Ζαφείρη Βάου, που παρουσιάζεται για πρώτη φορά και αποτελείται από τέχνηρα από οψιδιανό, αυτή τη χαρακτηριστική μηλιακή ηφαιστειακή πέτρα, που αποτελεί σημαντικό κεφάλαιο στην αρχαιολογία της πρώιμης εργαλειοτεχνίας του Αιγαίου.

## Mamma Nia στην Κέρκυρα

Φουλ Ιούλιο και Αύγουστο, η Νία Βαρντάλος και όλο το γνωστό καστ του «*Big Fat Greek Wedding*» θα βρίσκονται στην Κέρκυρα γυρίζοντας το τρίτο σίκουελ της σειράς που, φυσικά, θα έχει γάμο. Οι περιοχές που κατὰ πάσα πιθανότητα θα γίνουν γυρίσματα: Βίστωνας, Άγιος Μαθαίος, Βαρυπατάδες, Σωκράκι και το Χωριό του Μπούα. Κυκλοφόρησε ότι οι ανάγκες της παραγωγής θα είναι μέχρι και για 500 κομπάρσους οπότε... ποτέ δεν ξέρεις.

## Ο Σίμος δεν είναι το παν

Αυτή η ατάκα θα μπορούσε να είναι λόγος καβγά για τους αφισιονάδος της παραλίας του Σίμου στην **Ελαφόνησο**, ειδικά για όσους την είχαν γνωρίσει πριν εμφανισθούν τα κότερα και οι ινφλουένσες. Πάντως: η Ελαφόνησος κρύβει και άλλο ένα διαμάντι, στη δυτική της πλευρά – την παραλία Κάτω Νησί ή Παναγιά ή Λιμνίτσα λόγω των νερών της βροχής που συγκεντρώνονται στην παραλία το χειμώνα. Το ίδιο όμορφη αμμουδιά όσο του Σίμου, τέλειο νερό, κέδροι αλλά με ένα πλεονέκτημα έναντι της παραλίας του Σίμου: εδώ βλέπεις και μαγικό ηλιοβασιλέμα.

## Το ωραιότερο χίπεδο του Αιγαίου

**Δημοτικό Γήπεδο Τήνου**, όμορφο και καταπράσινο, δίπλα στα μπλε νερά, στο σημείο Ηλιοβασιλέμα. (Το ηλεκτροδότησαν, μάλιστα, πριν 1-2 χρόνια.) Ακόμα και η διέθυνσή του είναι ωραία: Καζανόβα 5. Ο θρύλος λέει ότι τους χαμένους τους πετάνε στο νερό (όχι, εντάξει, πλάκα).

## Σαν σκηνή από την Οδύσσεια...

Στους **Τσουκαλάδες** ο γάμος άρχιζε αρκετές μέρες πριν, με το πλύσιμο των μαλλιών



Η νήσος **Χρυσή ή Γαϊδουρονήσι** βρίσκεται 8 μίλια νότια της Ιεράπετρας, στα ανοιχτά του Νότιου Κρητικού Πελάγους. Είναι μια επίπεδη νησίδα πασίγνωστη για τα τροπικά νερά της που εξαντλούν όλη τη χρωματική παλέτα του γαλάζιου και του πράσινου, το προστατευόμενο δάσος με τους μεγάλους άρκευθους και τα θαμνοκυπάρισσα και τα εκατομμύρια σπασμένα κοχυλάκια που δίνουν στη λευκή άμμο μια ροζ απόχρωση. Οι Γεραπετρίτες λατρεύουν το νησί αυτό και το ονομάζουν απλά «Νησί». Λέγεται ότι πριν από χρόνια ο Gianni Agnelli, ο πρόεδρος της Ferrari, ήθελε να αγοράσει το νησί για να το κάνει τουριστικό θέρετρο. Η Χρυσή, η νήσος Χρυσέα των αρχαίων, παίρνει το όνομα της από την κατάξανθη άμμο που έχει καλύψει όλο το νησί και προέρχεται κυρίως από θρύψαλα χιλιάδων κοχυλιών και συγκρατείται από τις ρίζες των άρκευθων. Το δεύτερο όνομα Γαϊδουρονήσι (ή Γαδαρονήσι) προέρχεται από το γεγονός ότι παλιά όποιος γαίδαρος γερνούσε στην Ιεράπετρα, οι Ιεραπετρίτες τον έφερναν στο νησί για να πεθάνει.  
(από το youtube του giannis psaroudakis)

για τα στρώματα. Επειδή το χωριό δεν είχε νερά, κατέβαιναν (με τα πόδια, εννοείται) στην παραλία του Αι-Γιάννη, σ' ένα ονειρεμένο τοπίο, όπου το πράσινο φτάνει μέχρι τη θάλασσα. Με τα άλογα κουβαλούσαν τα μαλλιά σε μεγάλα υφασμάτινα σακιά. Στο κεφάλι οι γυναίκες κουβαλούσαν κόφες και κοφοπούλες με όλα τα αναγκαζόμενα για το μαγείρεμα και το φαγοπότι.

Στον Αι-Γιάννη, δίπλα στη θάλασσα, έφτιαχναν σκάβοντας στην άμμο ένα λόμφο μεγάλο σαν δωματάκι για να έχουν γλυκό νερό. (Εκεί αναβλύζουν γλυκά νερά). Οι γυναίκες έπλεναν τα μαλλιά τραγουδώντας και άλλες δίπλα χόρευαν στην άμμο. Πιο πίσω, στ' απόσκια, οι άντρες έστηναν φωτιές και μαγείρευαν. Συνήθως ξερόβρασμα. Πίτες και γλυκά τα είχαν φέρι έτοιμα από το χωριό. Η νύφη και ο γαμπρός, με δίσκους, τριγυρούσαν και κερνούσαν όλους ούζο και γλυκά.

Όταν πλένονταν τα μαλλιά, τα απλώνανε στην άμμο, κοντά στη θάλασσα. Ήταν ποκάρια (όλο το μαλλί του προβάτου όταν το κουρεύουν) και κάθε τόσο πηγαίναμε και τα γυρίζαμε για να στεγνώσουν. Τότε στρώναμε τα άσηρα τραπέζομάντιλα που είχαμε φέρι, βγάζαμε τα πιάτα, τα ποτήρια, όλα τα σκεύη που είχαμε φέρι από το χωριό και τις πίτες, μοίραζαν και το ξερόβρασμα. Τρώγαμε, είχαμε βέβαια και το κρασάκι μας μαζί μας και πίναμε. Λέγαμε ευχές για το ζευγάρι, τραγουδούσαμε τα τραγούδια που λέγαμε και την ώρα που πλέναμε (...) Αργά το απόγευμα φορτώναμε τα πάνινα τσουβάλια με τα πλυμένα μαλλιά στα άλογα, φορτώνανε και τις κόφες στο κεφάλι οι γυναίκες κι ανηφορίζαμε για το χωριό. Η νύφη κι ο γαμπρός όταν συναντούσαν κάποιον, τον κερνούσαν.

(Αφήγηση ομάδας γυναικών από τους Τσουκαλάδες, για το βιβλίο της Εύης Λ. Βουτσινά «Λευκαδίτικα Μαγειρέματα», Fagotto Books)

## Το βυθισμένο Γερμανικό πλοίο

Ακόμα πιο γοητευτική και μυστηριώδης η ομορφιά της **Δονούσας** με τα απομεινάρια ενός βυθισμένου Γερμανικού πλοίου από την εποχή του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου σε μία από τις ωραιότερες παραλίες του νησιού, τον Κέδρο που είναι κοντά στο λιμάνι, με λευκή ψιλή άμμο και τικουάζ νερά. Πάρτε τη μάσκα, υποδυθείτε τον Κουστό που ανακάλυψε ναυάγιο και μετά διηγηθείτε τις περιπέτειές σας ενώ τρώτε πεντανόστιμα πιάτα με λαχανικά από το μικρό, ιδιόκτητο μπιστανάκι της ταβέρνας με το ίδιο όνομα: Κέδρος.

## Τα νησιά στο Twitter

- Μια φορά στη Μύκονο είχε πάρει φωτιά μια καλαμιά και είχανε σκάσει θυμάμαι ΔΥΟ πυροσβεστικά. Ήμασταν σε λεωφορείο, θυμάμαι, και είχε ψοφήσει όλο το λεωφορείο στα γέλια.

- Και η Λήμνος βγάζει Φέτα, αλλά άλλο το Καλαθάκι.

- Γραβιέρα Σαμικάλη τέρας, από το βόρειο άκρο του νησιού! Μετά έλα να μου πεις για γκουρμέ τυριά και πράσινα άλογα!

- Πολύ ωραία η Σκύρος. Κάνε την εκδρομή με τη βάρκα στο νότιο μέρος του νησιού, ρώτησε για τις παραλίες κοντά στο στρατόπεδο– στη μια κατεβήκαμε με σκονινί! Στα παιδιά αρέσει και η βόλτα με τα άλογα.

- Θα βρω ένα ήσυχο μέρος στη Μύκονο να μονάσω.

- Λέσβος: Άλογο τραυματίστηκε (και το θανάτωσαν) σε παράνομους ιππικούς αγώνες σε περιοχή NATURA που ισοπεδώνουν με φορτηγά. (@ipprothesisGR)

- Πήγα πέρσι Κέρκυρα μετά από 15 χρόνια... Πατί οι Κερκυραίοι σταμάτησαν να μιλούν τραγουδιστά; Πατί σταμάτησε αυτή η απίστευτη μελωδία στα αυτιά κάθε τουρίστα;

- Δύο μήνες θάσο και με έχουν μάθει όλοι οι ταβερνιάρηδες του νησιού. Τρελό πάρτι άνιμαλ.

- Σοφία Αραπογιάννη: Η περσινή «Σταρ Ελλάς» Ξεναγεί τουρίστες με το καϊκι στις παραλίες της Ιθάκης.

- Δημήτρης Μαυρίδης: Ο αθλητής που έκανε τον γύρο της Σαμοθράκης τρέχοντας και κολυμπώντας.

- Στη Σαντορίνη ήταν εικόνα αμερικανικής εισβολής όταν πήγα πριν δυο εβδομάδες. Πάνω από 80% των τουριστών του νησιού.

- Μόλις έμαθα ότι στους Παξούς έχει μοβ τσούχτρες, σμέρνες και σκυλόψαρα. Δε βαριέσαι... Και η πλαστική πισίνα μια χαρά είναι.

- Η πρωτεύουσα του ρεμπέτικου είναι η Σκόπελος. Εκεί είναι λες και γεννιούνται με ένα μπουζούκι στο χέρι. Και φυσικά έχει και τον Ξηντάρη που παίζει στο μαγαζί του μαζί με τους γιους του. Επίσης, αν πάει κάποιος, να επισκεφθεί οπωσδήποτε και τον Μώλο του Αστεριάδη. Μαγική φωνή και παίξιμο.

- Λευκάδα έπρεπε να λέγεται η περιοχή κάτω απ' το μαγικό. **Α**



opapstoreapp

opap  
Ζήσε το παιχνίδι

# SUMMER escape

2 HYUNDAI TUCSON HYBRID  
ΘΑ ΣΕ ΚΑΝΟΥΝ ΝΑ ΑΠΟΔΡΑΣΕΙΣ!

ΑΠΟ 05/07 ΕΩΣ 31/08

2 ΚΛΗΡΩΣΕΙΣ  
03/08 & 05/09



ΜΕΓΑΛΕΣ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙΝΕΣ ΚΛΗΡΩΣΕΙΣ\*  
ΑΠΟ ΤΟ OPAPSTORE APP!



ΤΟ ΚΑΤΕΒΑΖΕΙΣ ΕΔΩ!



Η ΔΥΝΑΜΗ ΣΤΟΥΣ ΠΑΙΚΤΕΣ

ΠΑΙΖΕΙΣ

ΕΝΗΜΕΡΩΝΕΙΣ

ΕΠΙΒΡΑΒΕΥΕΙΣ

ΑΡΜΟΔΙΟΣ ΡΥΘΜΙΣΤΗΣ ΕΕΕΠ. Η ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΣΕ ΤΥΧΕΡΑ ΠΑΙΧΝΙΔΙΑ ΕΠΙΤΡΕΠΕΤΑΙ ΜΟΝΟ ΣΕ ΑΤΟΜΑ ΑΠΟ ΤΩΝ 18 ΕΤΩΝ.  
Η ΣΥΧΝΗ ΣΥΜΜΕΤΟΧΗ ΕΝΕΧΕΙ ΚΙΝΔΥΝΟΥΣ ΕΒΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΑΠΩΛΕΙΑΣ ΠΕΡΙΟΥΣΙΑΣ - ΓΡΑΜΜΗ ΣΤΗΡΙΞΗΣ: 1114



ΠΑΙΞΕ ΥΠΕΥΘΥΝΑ



# Πόσα καλοκαίρια θέλεις για να γυρίσεις τα 117 ελληνικά νησιά;

**Θέλουμε πολλές ζωές για να τα εξερευνήσουμε όλα  
αλλά ό,τι προλάβουμε, σε μια ζωή, καλό είναι**

Της ΜΑΝΙΝΑΣ ΖΟΥΜΠΟΥΛΑΚΗ

**Ε**κίνησα να μετρώ νησιά για να δω σε πόσα έχω πάει, πόσα μένουν ακόμα, αν έχω ή δεν έχω απωθημένο με τα νησιά της Ελλάδας και... το έκοψα, ρε παιδιά, είναι 6.000 νησιά από τα οποία 117 τα κατοικημένα, ποιος νονός, ποιος κουμπάρος; πόσα καλοκαίρια θέλεις για να γυρίσεις 117 νησιά; Ακόμα κι αν αφήσουμε απέξω τα ακατοίκητα, αυτά που τα βλέπεις λιγούρικα από το κατάστρωμα του πλοίου ή του δελφινιού, ακόμα κι αν μετρήσουμε μόνο τα κατοικημένα, είναι ψιλο-αδύνατον να τα επισκεφθείς όλα. Είναι και λεφτά, με τα αυξημένα κόμιστρα. Άντε να γεμίσεις το ντεπόζιτο στο κότερο, κι αυτό είναι μεγάλο έξοδο, άμα θέλεις να κάνεις «island hopping», που λένε και στα Τρίκαλα, αν υποθέσουμε ότι σκοπεύεις να πας από νησί σε νησί με το κοτεράκι σου...

Πηγαίνεις από νησί σε νησί, ή σε πολλά διαφορετικά νησιά, όταν είσαι νέος, δεν έχεις παιδιά και ψοφάς για εξερευνήσεις. Ενθουσιάζεσαι με το ταβερνάκι στην Ικαρία/Σαμοθράκη/άλλο νησί, που φτιάχνει μόνον αυγά τηγανητά (αλλά τι αυγά!), βρίσκεις έναν σοφό γέροντα στη Σέριφο/Σίφνο/άλλο, που μιλάει για το νόημα της ζωής, πίνεις τον καλύτερο καφέ στη Νίσυρο/Ρόδο/άλλο, με συγκλονιστική θέα το Αιγαίο, απολαμβάνεις το ωραιότερο κοκτέιλ στη Μύκονο/Σαντορίνη/άλλο, μιλάς με ντόπιους που είναι όλοι τρελοί, βλέπεις αρχαία μνημεία που σε κάνουν να ανατριχιάζεις και τοπία που σε γεμίζουν ηρεμία, βουτάς σε διαφορετικές θάλασσες κάθε μέρα, ανακαλύπτεις γραφικά χωριουδάκια, κολπίσκους, βραχάκια, νησίδες, βουναλάκια, εκκλησάκια, καφεενεδάκια και μαγαζάκια με μπιζού/αντίκες/άλλα. Ζαλίζεις τον έρωτα των κολλητών σου με τις ανακαλύψεις σου, μετά, αλλά όσο τις ζεις, αισθάνεσαι βαθιά μέσα σου την ψυχική ανάταση του Ελληνικού Καλοκαιριού στα Νησιά. Συνδυασμένη με τη νεότητα, με το ότι είσαι τζόβενο δηλαδή, το ότι κοιμάσαι όπου να 'ναι και τρώς ό,τι να 'ναι και δεν σε πειράζει ο ήλιος/η μπίρα/άλλο, η ανάταση του Ελληνικού Καλοκαιριού στα Νησιά είναι αριστούργημα. Κακώς την λέω ανάταση, η σωστή λέξη είναι *Ευτυχία*, ή *Ευδαιμονία*. Μαζί και ανάταση όμως, γιατί σε ανεβάζει, ακόμα κι αν δεν έχεις όρεξη να ανέβεις: είναι δύσκολο να παραμείνεις πεσμένοι για ώρα όταν κάθεσαι σε νησιώτικη παραλία με τα πόδια στο κύμα, τον ήλιο στην πλάτη σου και την άμμο κάτω από τον πισινό σου. Δεν ξέρω πολύ κόσμο να το καταφέρνει, ανεξαρτήτως ηλικίας.

Μια και είπα «ηλικία»... όταν έχεις μωρά και μικρά παιδιά, κατεβάζεις τον πήχη. Θέλεις να είσαι κάπου με παιδίατρο, ωρυλά, κέντρο υγείας, με γνωστούς και φίλους να συνδράμουν σε περίπτωση ανάγκης. Επομένως ψάχνεις νησιά στα οποία αισθάνεσαι ασφαλής με τα μωρά σου. Με μικρά τα παιδάκια μου, πέρασα ωραία καλοκαίρια στην Ερέτρια, που είναι μια ώρα από την Αθήνα, αλλά και στη Θάσο, όπου έχω πολλούς φίλους να με πετάξουν στο Κέντρο Υγείας, αχρείαστο να 'ναι. Είχαν προηγηθεί άλλα, πιο ξένοιαστα καλοκαίρια σε Σίφνο, Σέριφο, Κύθνο, Σκόπελο, Αλόνησσο, Λευκάδα, Σκιάθο, Κέρκυρα, Αίγινα, Αγκίστρι, Σπέτσες, Ύδρα, Πάρο, Πόρο, Σαντορίνη... σίγουρα ξεχνάω τα μισά, σίγουρα είναι άλλα τόσα. Είχα περάσει τρελό μετα-εφηβικό καλοκαίρι στη Σαμοθράκη και ακόμα τρελότερο στην Ικαρία π.χ., στην οποία σκεφτόμουν σοβαρά να μετακομίσω, και ωραίες διακοπές στη Λήμνο, στη Μυτιλήνη, στην Κρήτη, τη Ρόδο και τη Χίο. Πωωω, κοιτάζω τον χάρτη τώρα: άντε να έχω πάει σε τριάντα-σαράντα νησιά, περισσεύουν ένα σωρό!

Και το τρίτο κομμάτι της ιστορίας «νησιά» αφορά την ηλικία, το επίσης τρίτο κομμάτι της ζωής μας στη διάρκεια του οποίου είμαστε πάνω από πενήντα ετών: πήγα στη Νίσυρο δύο χρονιές με το Μεσογειακό Ινστιτούτο Κινηματογράφου και πέρασα υπέροχους, επιμορφωτικούς Ιούνιους, και το καταπληκτικότερο ήταν ότι... δεν περίμενα πως θα πήγαίνα σε άλλο νησί. Νόμιζα πως είχα ξεμπερδέψει με τα νησιά, ό,τι είδα, είδα, από δω και πέρα τέλειωσαν οι εξερευνήσεις και οι ενθουσιασμοί και οι μεγάλες νησιώτικες ανατάσεις. Αλλά δεν τελειώνουνε, τελικά, παρά όταν εμείς αποφασίζουμε να τις τελειώσουμε. Ήμουν κάμποσο πάνω από πενήντα πέντε ετών την πρώτη μου χρονιά στη Νίσυρο, και την ερωτεύτηκα όπως ερωτεύεσαι μόνον τα ελληνικά νησιά – τις παραλίες, τη θάλασσα, το ηφαίστειο, τα χωριά, το φαγητό, τις τυρόπιτες, τα πάντα όλα. Ζήλεψα τον Γιώργο Καραμίχο, που έχει σπίτι εκεί και πάει συχνά, και όποιον άλλον αποκαλεί τη Νίσυρο δεύτερη πατρίδα του. Η δικιά μου δεύτερη πατρίδα είναι η Θάσος, την αγαπώ πολύ, περιμένω πώς και πώς να πάω τα καλοκαίρια. Ψοφάω για τις μυρωδιές, τις παραλίες, τη θάλασσα κ.λπ. όταν περνάω με το φέριμποτ από την Κεραμωτή νιώθω εικοσιπέντε χρονών. Ή μάλλον, νιώθω καθόλου χρονών, σα να μην έχω ηλικία, σα να είμαι απλώς μια τουρίστρια που φτάνει ενθουσιασμένη σε ένα αγαπημένο νησί. Έχουν ανέβει τα κόμιστρα, είναι αλήθεια, και το κόστος ζωής έχει πάει στο ταβάνι, τα ξέρω όλα αυτά, δεν έχω κότερο ούτε ζω στα σύννεφα. Αλλά ξέρω πόσο καλό κάνει στην ψυχή (μάλλον και στο σώμα) ένα οποιοδήποτε Ελληνικό Νησί, το καλοκαίρι. Εδώ μιλάμε ότι κάνει καλό ακόμα και σαν ανάμνηση το Νησί, σαν καρτ-ποστάλ που κουβαλάμε στο μυαλό μας από νησιά που είδαμε, ζήσαμε, αγαπήσαμε, απολαύσαμε... Πόσο μάλλον το ίδιο το Νησί, έστω για λίγες μέρες, όσο χρειάζεται για να πάρουμε μια βαθιά, καλοκαιρινή ανάσα...





# ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΜΕ SWATCH BIOCERAMIC

ΜΑΓΙΟ, ΑΝΑΛΑΦΡΑ ΡΟΥΧΑ,  
ΤΟ ΝΕΟ ΣΟΥ **SWATCH BIOCERAMIC**

**Φέτος οι καλοκαιρινές διακοπές  
θέλουν διασκέδαση, ήλιο,  
θάλασσα και τα πιο cool looks!**

Όποιο κι αν είναι το στιλ σου, οι καλοκαιρινές προτάσεις της **Swatch** είναι εδώ για να απογειώσουν τα outfits σου και να φέρουν στον καρπό σου την πιο πρόσφατη καινοτομία της μάρκας, το **BIOCERAMIC**!

**Τι είναι το BIOCERAMIC;**

Το **BIOCERAMIC** είναι η μείξη κεραμικού και υλικών βιολογικής προέλευσης που προέρχονται από το καστορέλαιο. Το αποτέλεσμα είναι ένα πρωτοποριακό, στιβαρό υλικό, ελαφρύ και ανθεκτικό, το οποίο έχει παράλληλα μεταξένια αίσθηση. Από την πρώτη κυκλοφορία του το 2021, η **Swatch** έχει χρησιμοποιήσει το **BIOCERAMIC** σε διάφορες κατηγορίες προϊόντων, μεταξύ των οποίων μοντέλα των κατηγοριών **BIG BOLD**, **GENT** και **NEW GENT** καθώς και η συλλογή **BIOCERAMIC MoonSwatch**.

**Κλασικά Κομψό Στιλ;  
Η συλλογή Skin BIOCERAMIC  
είναι τέλεια για το καλοκαίρι!**

Η κατηγορία ρολογιών **Swatch SKIN** κυκλοφόρησε πρώτη φορά το 1997 και πλέον αποτελεί μια κλασική αξία, χάρη στον εξαιρετικά λεπτό σχεδιασμό και τη σχεδόν χωρίς βάρος αίσθηση που προσφέρουν. Πέντε νέα σχέδια Skin **BIOCERAMIC** κυκλοφορούν ήδη σε καλοκαιρινές αποχρώσεις που μας φτιάχνουν τη διάθεση και ταιριάζουν με όλα τα outfits της εποχής!

**Cool Casual Στιλ;  
Διάλεξε ένα ρολόι  
BIG BOLD BIOCERAMIC!**

Η σειρά ρολογιών **BIG BOLD** είναι η καλύτερη για να αναδειχθεί στο έπακρο το καινοτόμο αυτό υλικό! Η μεγάλη κάσα ρολογιού, διαμέτρου 47mm, παρέχει άπλετο χώρο ώστε να μπορέσουμε να απολαύσουμε τα χαρακτηριστικά του **BIOCERAMIC** στο έπακρο. Ο cool σχεδιασμός σε συνδυασμό με τις γήινες αποχρώσεις θα κάνουν τα μοντέλα της συλλογής **BIG BOLD BIOCERAMIC** το αγαπημένο σου statement piece που θα φοράς από το πρωί ως το βράδυ.

**Και μην ξεχνάτε...**

Όλα τα **Swatch** είναι ανθεκτικά στο νερό μέχρι 30 μέτρα βάθος, επομένως μπορείς να φοράς το αγαπημένο σου ρολόι και στις δροσιστικές βουτιές σου!

Περισσότερες πληροφορίες  
[www.swatch.com](http://www.swatch.com)





# ΚΑΘΕ ΣΤΑΓΟΝΑ ΝΕΡΟΥ ΜΕΤΡΑΕΙ

**Φ**ολέγανδρος, ένα αγαπημένο κυκλαδίτικο νησί, έτοιμο να σου χαρίσει απλόχερα την εμπειρία του ελληνικού καλοκαιριού. Την επισκέπτεσαι για να διαβείς τα σοκάκια της παραδοσιακής Χώρας της. Για να βουτήξεις στα κρύα καταγάλανα νερά της. Για να εξερευνήσεις την άγρια ομορφιά του τοπίου της και να σκαρφαλώσεις στην Παναγιά για να αγναντέψεις το μαγικό ηλιοβασίλεμα. Κι όμως, η Φολέγανδρος, ένας ειδυλλιακός προορισμός που περιτριγυρίζεται από το απέραντο γαλάζιο, έχει μια μεγάλη έλλειψη που την ταλαιπωρεί...

«Χωρίς νερό, δεν μπορούμε να έχουμε τουρισμό», δηλώνει η Δήμαρχος του νησιού, **Ευθαλία Παπαδοπούλου**. Η ανησυχία της είναι απόλυτα κατανοητή: η ραγδαία αύξηση του τουρισμού τα τελευταία χρόνια, που είναι πολύ καλό νέο για τη ζωή και την οικονομία του τόπου, φέρνει μαζί της και διαρκώς αυξημένες απαιτήσεις σε νερό. Ειδικά σε έναν προορισμό πολυτελείας όπου οι πισίνες στα καταλύματα δεν σπανίζουν, η αυξημένη ζήτηση έχει φέρει τις υποδομές του νησιού σε αδιέξοδο. «Οι ανάγκες για νερό κάθε χρόνο αυξάνονται και οι διακοπές στο δίκτυο υδροδότησης είναι ένα μεγάλο πρόβλημα για μας. Χρειάζεται να αναβαθμίσουμε τις υποδομές μας, αλλά και να προστατεύουμε κάθε σταγόνα νερού που έχουμε», συνεχίζει η κυρία Παπαδοπούλου.

Η ανάγκη για μια καθοριστική παρέμβαση που θα «ξεδιψάσει» τη Φολέγανδρο ήταν η αφορμή για τη συνεργασία του Δήμου Φολεγάνδρου με την Coca-Cola στην Ελλάδα, η οποία εδώ και 16 χρόνια υλοποιεί προγράμματα για την υπεύθυνη χρήση και ενίσχυση της επάρκειας του νερού σε πολλές περιοχές της χώρας μας. Ο καρπός της συνεργασίας λέγεται **“Zero Drop”**, ένα καινοτόμο πρόγραμμα που υλοποιείται με την αποκλειστική υποστήριξη του Ιδρύματος της Coca-Cola (The Coca-Cola Foundation), από τον διεθνή οργανισμό Global Water Partnership - Mediterranean.

Η **Μαρία Τζελέπη**, Διευθύντρια Εταιρικών Υποθέσεων, Επικοινωνίας & Βιώσιμης Ανάπτυξης της The Coca-Cola Company για Ελλάδα, Κύπρο και Μάλτα, εξηγεί: «Η ανάπτυξη πρέπει να πηγαίνει χέρι-χέρι με τη βιωσιμότητα, με την προστασία των φυσικών πόρων στους οποίους βασίζεται. Με το πρόγραμμα “ZeroDrop” στη Φολέγανδρο, φιλοδοξούμε να μεταδώσουμε στο σημαντικότερο “προϊόν” της Ελλάδας, τον τουρισμό, την ίδια λογική βιωσιμότητας που ακολουθούμε ως εταιρία στην παραγωγή των αναψυκτικών μας. Η ανάγκη για ένα βιώσιμο μοντέλο τουρισμού είναι επείγουσα, ειδικά στα νησιά μας που βρίσκονται στην πρώτη γραμμή της μάχης με τη λειψυδρία». Πρώτο μέλημα του “Zero Drop” ήταν να καλύψει το μεγάλο κενό μεταξύ παροχής και ζήτησης νερού στη Φολέγανδρο ειδικά τους καλοκαιρινούς μήνες. Με τη ζήτηση να φτάνει τα 1.000 m<sup>3</sup> ανά ημέρα και την παροχή νερού στο δίκτυο μόλις τα 550m<sup>3</sup>, οι διακοπές στην υδροδότηση μέχρι και το καλοκαίρι του 2021 ήταν αναπόφευκτες. Η λύση που εφαρμόισε το “Zero Drop” ήταν η διάνοιξη τριών νέων γεωτρήσεων θαλασσινού νερού για την παροχή μεγαλύτερης ποσότητας νερού προς επεξεργασία στις μονάδες αφαλάτωσης του νησιού, που ως τώρα υπολειπούνταν. Σε συνδυασμό με τη δεύτερη φάση του έργου, που περιλαμβάνει τα έργα διασύνδεσης που βρίσκονται σε εξέλιξη, ενισχύεται η παροχή νερού κατά 63%, καλύπτοντας έτσι το κενό μεταξύ προσφοράς και ζήτησης. Η παρέμβαση αυτή εξοικονομεί συνολικά περισσότερα από 10 εκατομμύρια λίτρα νερού κάθε χρόνο για τις ανάγκες της Φολεγάνδρου.

Όμως το “Zero Drop”, όπως λέει και το όνομά του, δεν σταματά εκεί. Στόχος είναι, ταυτόχρονα, η βελτίωση της



διαχείρισης του νερού, ο περιορισμός της σπατάλης και τελικά ο μηδενισμός των απωλειών νερού. Σε ένα νησί 800 περίπου κατοίκων, που κάθε χρόνο φιλοξενεί περισσότερους από 40.000 τουρίστες, η σπατάλη δεν μπορεί να περιοριστεί χωρίς την ευαισθητοποίηση των επισκεπτών. «Οι τουρίστες που έρχονται στο νησί, βλέπουν πισίνες, πολυτελή ντους και μπανιέρες, και δεν φαντάζονται ότι το νησί μας διψάει. Έτσι, δεν έχουν κίνητρο να σεβαστούν το νερό», λέει η **Αθανασία Πάντου**, ιδιοκτήτρια καταλύματος στην Άνω Μεριά, που τονίζει την ανάγκη ευαισθητοποίησης για τον ιδιαίτερο άνυδρο χαρακτήρα του νησιού, ώστε οι επισκέπτες να γίνουν σύμμαχοι στην προσπάθεια εξοικονόμησης νερού.

Η καμπάνια ευαισθητοποίησης του “Zero Drop” προσωποποιεί το νερό, δίνοντάς του «φωνή». Σε μια σειρά καλλιτεχνικών εικαστικών, το Νερό «μιλάει» και μας θυμίζει ότι παρότι συχνά αόρατο, βρίσκεται πίσω από κάθε εμπειρία που απολαμβάνουμε στη Φολέγανδρο. Τώρα, ζητά τη δική μας βοήθεια για να συνεχίσει να στηρίζει τη ζωή του νησιού. Τα εικαστικά φιλοξενούνται στο Zero Drop in fokiosk, που συναντά κανείς στο κέντρο του λιμανιού στον Καραβοστάση, καθώς και στο δωρεάν ενημερωτικό υλικό του προγράμματος, όπως ένας νέος τουριστικός χάρτης του νησιού που ταυτόχρονα περιλαμβάνει χρηστικές συμβουλές για την εξοικονόμηση νερού.

Παράλληλα, το “Zero Drop” ανέπτυξε εργαλεία για τους επαγγελματίες του ξενοδοχειακού τομέα και εκπαιδύσε όλους τους μαθητές του νησιού καθώς και περισσότερους από 100 εκπαιδευτικούς των Κυκλάδων στα ζητήματα ορθής διαχείρισης του νερού.

Επίσης, με το βλέμμα στις μεγάλες μελλοντικές προκλήσεις της κλιματικής αλλαγής και συμβαδίζοντας με το ενδιαφέρον της Coca-Cola στην Ελλάδα για την προώθηση της καινοτομίας, το “Zero Drop” δώρισε στον Δήμο Φολεγάνδρου 6 υδροπάνελ, μια νέα εφαρμογή που μετατρέπει την υγρασία του αέρα σε πόσιμο νερό για τους κατοίκους και τους επισκέπτες του νησιού, με αποκλειστική χρήση της ανανεώσιμης ηλιακής ενέργειας.

«Η ολιστική παρέμβαση του “Zero Drop”, με τους πυλώνες της στοχευμένης τεχνικής εφαρμογής, της πιλοτικής δράσης προώθησης της καινοτομίας και των δράσεων ευαισθητοποίησης και εκπαίδευσης, δεν στοχεύει μόνο να ανακουφίσει το πρόβλημα λειψυδρίας της Φολεγάνδρου, αλλά να διαμορφώσει ένα νέο αειφόρο τουριστικό μοντέλο για νησιωτικούς και παράκτιους μεσογειακούς προορισμούς, που θα έχει ως αναπόσπαστο στοιχείο του την ολοκληρωμένη διαχείριση των υδατικών πόρων», εξηγεί ο καθηγητής κ. **Μιχάλης Σκούλλος**, Πρόεδρος του Global Water Partnership Mediterranean.

Το “Zero Drop” στη Φολέγανδρο παρουσιάστηκε κατά τη διάρκεια επίτοπιας επίσκεψης του Γενικού Γραμματέα Φυσικού Περιβάλλοντος και Υδάτων, κ. Πέτρου Βαρελίδου, παρουσία της Δημάρχου του νησιού, κ. Ευθαλίας Παπαδοπούλου, του Βουλευτή Κυκλάδων κ. Φίλιππου Φόρτωνα, της κ. Μαρίας Τζελέπη, Διευθύντριας Εταιρικών Υποθέσεων, Επικοινωνίας και Βιώσιμης Ανάπτυξης, Coca-Cola Hellas, και του Καθηγητή κ. Μιχάλη Σκούλλου, Προέδρου, Global Water Partnership - Mediterranean.

Ο Γενικός Γραμματέας Φυσικού Περιβάλλοντος και Υδάτων, **Πέτρος Βαρελίδης**, στα εγκαίνια του προγράμματος δήλωσε: «Το “Zero Drop” είναι ένα πρόγραμμα που αναδεικνύει τη συνεργασία ιδιωτικού και δημόσιου τομέα και δημιουργεί αξία για την τοπική κοινωνία και τους κατοίκους της περιοχής».

Για τη Δήμαρχο κυρία Παπαδοπούλου, το “Zero Drop” δεν προσφέρει μόνο ανακούφιση σήμερα, αλλά στηρίζει και ένα όραμα για το βιώσιμο μέλλον του νησιού: «Το “Zero Drop” ήρθε στο νησί μας την κατάλληλη στιγμή, ώστε να συμβάλει στην προσπάθειά μας να εξελίξουμε τη Φολέγανδρο σε ένα νησί με μηδενικές απώλειες νερού».





●

**Zero Drop** το καινοτόμο  
πρόγραμμα προστασίας  
υδατικών πόρων που υλοποιούν  
η **Coca-Cola** στην **Ελλάδα**  
σε συνεργασία με την  
**Global Water**  
**Partnership – Mediterranean**  
και τον **Δήμο Φολεγάνδρου**  
με την υποστήριξη του  
**The Coca-Cola Foundation**

●





# Γαστρονομική απόβαση στα ελληνικά νησιά

Της ΚΑΤΕΡΙΝΑΣ ΚΑΜΠΟΣΟΥ

**Τ**α τελευταία χρόνια είναι παράδοση οι πιο γνωστοί και ταλαντούχοι έλληνες σεφ να σαλπάρουν στα νησιά βάζοντας πινελιές του ταλέντου τους στα καλοκαιρινά μενού των νησιώτικων εστιατορίων. Κάποιοι από αυτούς, παραμένουν πιστοί στα πόστα που τους είδαμε πέρσι, άλλοι πάλι αναλαμβάνουν νέα projects σε ξενοδοχειακές μονάδες, όλοι όμως έχουν έναν στόχο κοινό: να συνθέσουν το απόλυτο γαστρονομικό καλοκαίρι για τους επισκέπτες τους.

Η **Σαντορίνη** έχει την τιμητική της, όπως κάθε χρονιά, ως σταθερή επιλογή των σεφ και των απανταχού gastro-travellers. Αναμφισβήτητο το χιλιοβραβευμένο (και με αστέρι Michelin) **Varoulko Santorini** μέσα στο Grace Hotel είναι η νέα πηγή άφιξης στο νησί. «Είμαι πολύ χαρούμενος για το καινούργιο ξεκίνημα και το νέο μας "λιμάνι" στο Grace Hotel, ένα ξενοδοχείο συνώνυμο της εξαιρετικής φιλοξενίας. "Δένουμε" στη Σαντορίνη, το νησί με την πλούσια γαστρονομική κληρονομιά και παράδοση, το νησί πηγή έμπνευσης με τα υπέροχα τοπικά προϊόντα», θα μας πει ο **Λευτέρης Λαζάρου**. Στο Grace Hotel, να πούμε εδώ, τα ποτά του μπαρ 363 –τόσα και τα μέτρα που υψώνεται από την επιφάνεια της θάλασσας– επιμελείται ο **Θάνος Προυναρούς** του αθηναϊκού Baba Au Rum (μέσα στα 100 καλύτερα του κόσμου).

Τον **Εκτορα Μποτρίνι** (εκτός φυσικά από την Κέρκυρα και το χιλιοβραβευμένο του **Etrusco** στην Κάτω Κορακιάνα αλλά και το **Botrini's** μέσα στο Angsana στις Μπενίτσες), και εκτός από τη φημισμένη Σελήνη στην αυλή του Katikies Oia, συναντάμε και στο **Botrini's Santorini** με signature πιάτα που εντυπωσιάζουν στο δεκαεσσάρων σταδίων μενού του. Ο ίδιος επιμελείται και τα υπόλοιπα εστιατόρια του ομίλου Katikies, το **Therasia**, το casual ιταλικό **Katikies Kirini**, το **Chroma** με έμφαση στην ψαροφαγία και τα ωμά, το μεσογειακό μενού του **Nikki Beach**.

Ο **Γιάννης Παρίκος** παρουσιάζει ένα φρέσκο, καλοκαιρινό μενού στο **Rocabella** στο Ημεροβίγλι, με ενδιαφέρουσες σπεσιαλιτέ όπως το αβγό με κρέμα ναξιώτικης πατάτας, συριανό τυρί Σαν Μιχάλη και φρέσκια ελληνική τρούφα ή η σκορπίνα με τσιγαριστά χόρτα και σάλτσα κακαβιάς. Ο **Άνταμ Κοντοβάς** βρίσκεται για μια ακόμα φορά στα νησιά του **Alali** εντός του ξενοδοχείου Astarte

Καρπάτσιο χταπόδι με  
κροκέτες γεμιστά,  
μια νησιώτικη  
δημιουργία του  
Αλέξανδρου Τσιωτίνης





ΜΙΑ ΦΟΡΑ  
ΚΙ ΕΝΑΝ ΚΑΙΡΟ  
ΗΤΑΝ ΤΑ ΦΡΟΥΤΑ.

ΣΗΜΕΡΑ ΕΙΝΑΙ ΤΟ



ΜΕ  
ΦΡΟΥΤΑ

ΤΕΛΟΣ



Νέα



Νέο λαχταριστό και αγαπημένο επιδόρπιο γιαουρτιού ΔΟΔΩΝΗ  
με ζουμερά κομμάτια φρούτων, βιταμίνες και ινσουλίνη  
για τη θωράκιση του οργανισμού μας.

**Απόλαυση, όχι παραμύθια**



στο Ακρωτήρι, με τον βραβευμένο bartender Πάνο Κανατσούλη να επιμελείται τα κοκτέιλ, τον **Άρη Σκλαβενίτη** στη λίστα των κρασιών, τον **Σπύρο Πεδιαδιτάκη** στα επιδόρπια. Ποιο πιάτο σου θεωρείς «must try», τον ρωτάμε για να μας απαντήσει «το φιλέτο αρνί με ξινόχοντρο, ταραμά, αλμύρα και κουμουράτ».

Στο Ημεροβίγλι συναντάμε και το **La Maison Restaurant Santorini** με την υπογραφή του **Δήμου Σαμουράκη** και μοντέρνα διεθνή κουζίνα με ελληνικές πρώτες ύλες. Τα αχνιστά μύδια που περνάνε από σάρα, με σαλάτα από σέλερι και σάλτσα από ξινόγαλα και λάδι από άνηθο και wasabi ανήκουν στα highlight πιάτα του καταλόγου. Το μενού επιμελείται και (στο γνωστό από την Κηφισιά) **Fratti** στην παραλία του Περιβόλου, προτείνοντας ιταλική κουζίνα με ένα πιο θαλασσινό twist, όπως στρεϊδία, καβουροπόδαρα και καβιάρι σε πάγο.

Αντίθετα με σταθερή, νόστιμη κρεατοφαγία και άφθαστα ψητά σε ανοιχτή φωτιά ο **Άρης Βεζενές** μας περιμένει για δεύτερη χρονιά στο **Vezené Santorini**.

Στο φημισμένο νησί συναντάμε και τον **Παύλο Κυριάκη**, και συγκεκριμένα στο εστιατόριο **Aura** του ξενοδοχείου **Sea Breeze by Hilton**, με μεσογειακή κουζίνα με έμφαση στις ντόπιες πρώτες ύλες αλλά και στις γαλλικές τεχνικές.

Στη βεράντα του **Mavro** στο ξενοδοχείο **Kivotos** πάνω στην καλντέρα του Ημεροβιγλίου τα αγαπημένα υλικά του **Jean Charles Metayer**, όπως το ελληνικό μπαρμπούνι και το αρνί μαζί με τα ντόπια σαντορινιά προϊόντα μετατρέπονται σε menu degustation και a la carte με signature dishes όπως το αρνί μπούτι confit σε ελαιόλαδο με πάστα λεμονιού και σαντορινιό ντοματάκι και το μοσχάρι με αγκινάρα και sauce γλυκού σαντορινιού κρασιού.

Τη διεθνή υψηλή γαστρονομία με τη βαθιά κυκλαδίτικη παράδοση της **Σαντορίνης** θέλει να παντρέψει και ο executive chef του ομίλου Τραστέλη, **Arnaud Bignon**, με το **Magma by Spondi** το οποίο θα προσθέσει κι αυτό τα δικά του αστέρια Michelin στο νησί και λέγεται πως θα ανοίξει μέσα στον Αύγουστο.

Στο νησί των ανέμων τώρα, και έτερο «κάστρο» του κοσμοπολιτισμού στις Κυκλάδες, τη **Μύκονο**, ο **Αθηναγόρας Κωστάκος** κρατά τα νηία στο εντυπωσιακό **Noema**. Ο σεφ, με φιλοσοφία from soil to fire, δίνει έμφαση στην πρώτη ύλη αλλά και την παράδοση των αιγιοπελαγίτικων νησιών. Ταυτόχρονα, ο chef συνεχίζει την επιτυχημένη του συνεργασία με το διάσημο **Scorpios**.

Ο **Χριστόφορος Πέσκιος** για 8η φορά μοιράζεται ανάμεσα σε Αθήνα και **Μύκονο**, παραμένοντας στο **Jackie O** ενώ στη Χώρα φέτος έστησε και το **Jackie o Cantina**, με κρέατα στη σχάρα, γύρο και ινδικές κρέπες ντόσα.

Για 8η χρονιά θα βρίσκεται και ο αγαπημένος και πολυβραβευμένος **Γκίκας Ξενάκης** στο ξενοδοχείο **Andronikos** προτείνοντας μοντέρνα δημιουργική κουζίνα. Τον συναντάμε και στο Cove της **Πάρου** στο εστιατόριο **Rada** με μενού που εμπνέεται από τα παριανά προϊόντα.

Στην **Πάρο** δίνει το παρών και ο **Γιάννης Λουκάκος**, που επιμελείται το μενού στο **Deck** στη Νάουσα αλλά και ο εξαιρετικός **Σωτήρης Ευαγγέλου** που υπογράφει το μενού του βραβευμένου εστιατορίου **Grandma's** στο Liostasi. Ευάριστη γαστρονομική έκπληξη έρχεται και από την **Αντίπαρο**, εκεί που στήθηκε ο κυκλαδίτικος Βασίλεινας προτείνοντας μοντέρνα ψαροφαγία από τα χέρια του επί χρόνια σταθερού του σεφ **Μανώλη Γαρνέλν**.

Η **Σίφνος** κάθε χρόνο ανεβαίνει όλο και περισσότερο με νέα και πολύ ενδιαφέροντα γαστρονομικά projects. Το νησί που φημίζεται για την τοπική του κουζίνα, διαθέτει εδώ και χρόνια το καταπληκτικό **Ω3** στον **Πλατύ Γιαλό**, έκανε πέρο



Γκίκας Ξενάκης



Άγγελος Μπακόπουλος



Παύλος Κυριάκης



Εκτορας Μποτρίνης



Λεωτέρης Λαζάρου



Χριστόφορος Πέσκιος



Jean Charles Metayer



Πάννης Κιόρογλου

πάταγο με την περίφημη **Cantina** του ιδιοκτήτη-σεφ **Γιώργου Σαμοΐλη** (ο ίδιος και στο Ω3), ο οποίος βγάζει θαύματα στο μικρό και πολύ ατμοσφαιρικό του πόστο χρησιμοποιώντας σχεδόν αποκλειστικά σιφνέικα προϊόντα και «πατώντας» στη zero waste νοοτροπία. Φέτος, το νησί απέκτησε ένα ακόμη καυτό γαστρονομικό σποτ μια και ο **Αθηναγόρας Κωστάκος** εμφανίζεται και εδώ καθώς επιμελείται το μενού στο εστιατόριο του boutique ξενοδοχείου **NOS** βάζοντας κι αυτός στο επίκεντρο την κυκλαδίτικη γαστρονομία και τα προϊόντα του νησιού τα οποία απογειώνει με το μοναδικό του ταλέντο σε πιάτα όπως πικάντικο ταρτάρ παλαμιδάς με κάπαρη και τσακιστές ελιές, ταραμάς από τόνο Αλοννήσου, αρνί καπνιστό σε κληματοβέργες και πορτοκαλόπιτα με παγωτό εσπεριδοειδών.

Τέλος, στο νησί του Τσελεμεντέ, κατέφθασε και αέρας του κολωνακιώτικου Σίμου, μια και ο **Νίκος Θωμάς** υπογράφει το μενού στο **Bostani**, το καινούργιο εστιατόριο του ξενοδοχείου Verina Astra, μέσα σε κήπο με αρωματικά βότανα και φυτά. Στο μενού θα υπάρχουν και τα (σούπερ επιτυχημένα από το αθηναϊκό Σίμου), κόκορας με κρέμα αρσενικού Νάξου και ξινό τραχανότο αλλά και ο ντολμάς με ντελικάτα γλυκάδια και αβγολέμονο.

Ο από φέτος κάτοχος Michelin και εξαιρετικός **Αλέξανδρος Τσιοτινής** σάλπαρε για την **1ο** και το πολυτελές ξενοδοχείο Calilo που φιλοξενεί το εστιατόριο **Ches** με κόνσεπτ 33 πιάτα από τα 33 κυκλαδονήσια που θα προσφέρουν ένα γευστικό ταξίδι στις Κυκλάδες, με σταθμούς όπως η Μύκονος (κρεμμυδόπιτα με φρέσκα βότανα και χειροποίητο λαρδί), η Τήνος (κροκέτες κολοκυθίου με τριαντάφυλλο και κρέμα καπνιστού τυριού) και, φυσικά, η Ίος (κατσικάκι, νιώτικο στα κάρβουνα με χειροποίητο κριθαράκι μερμιτζέλι και λαχανικά κονφί). Τον συναντάμε όμως και στο Βόρειο Αιγαίο και συγκεκριμένα στη Σάμο και το **Casa Cook** στο Πυθαγόρειο.

Πέρα από τη φημισμένη της ντόπια κουζίνα, έχει και η **Νάξος** τα γαστρονομικά της highlights. Ο **Γκίκας Ξενάκης** δίνει τα τελευταία χρόνια τις κατευθύνσεις στο εντυπωσιακό όμορφο **Barozzi** πάνω στο λιμάνι, και ο **Χάρης Μπανάκος** βρίσκεται στο **Avaton 1739** αναδεικνύοντας τον πλούτο του πρωτογενούς τομέα του νησιού. Συνεχίζοντας, στην Πορτάρα, ο γνωστός από την ενασχόληση του με την κοσμετική Γιώργος Κορρές έστησε εδώ (στον τόπο καταγωγής του) το concept store **Naxos Apothecary** με καλλυντικά φτιαγμένα από λουλούδια και βότανα του νησιού αλλά και με ένα lounge resto που προσφέρει πιάτα με προϊόντα και πάλι της ναξιακής γης. Τελευταίο χोट νέο στο νησί και το **Belman**, μικρό μπαράκι που φέτος άνοιξε μέσα στα στενά του Κάστρου, με τον Μάνο Μπαμπούνη, μέλος της Nolanverse και αρχιτέκτονα (των Nolan-Proveleggios-Sweet Nolan) στην ιδιοκτησιακή ομάδα και την bar manager του Nolan και του Proveleggios, Πόπη Σεβαστού στα ποτά.

Πού να φας στο Ιόνιο; Η **Ζάκυνθος** φέτος αναδεικνύεται σε σημείο συνάντησης μεγάλων μαγείρων αφού εκεί συναντάμε τόσο τον **Χριστόφορο Πέσκια**, στο **Contessina Collection** με ελληνική δημιουργική κουζίνα, όσο και τον **Jean Charles Metayer** στο **Porto Zante Villas** αλλά και τον **Άγγελο Μπακόπουλο** που φέτος βρίσκεται στο **Lesante Cape**.

Γνωστή κυνηγός της καλής πρώτης ύλης και η **Αργυρώ Κουτσού** που γνωρίσαμε από την αθηναϊκή Τζουτζούκα και φέτος το καλοκαίρι την βρίσκουμε στην κουζίνα του **Comidoro** στο **Αν-ξούρι** με πιάτα «αλήτικα» και ανατρεπτικά.

Στο **Marbella Corfu** στην **Κέρκυρα**, ο **Γιάννης Κιόρογλου** που δραστηριοποιείται εδώ και χρόνια στις Κάννες, επιμελείται τα δύο εστιατόρια του ξενοδοχείου, το **Celeste** με κουζίνα της Γαλλικής Ριβιέρας και το **Kumquat** όπου παντρεύει πανασιατικές με μεσογειακές γεύσεις. Όπου και να βρεθείτε, καλά γαστρονομικά ταξίδια! **A**



**Ε**ίναι να βροδυ κυριολεκτικά σαν αλυσίδα, αλλά, χαζόζωα στο Instagram μέχρι να με πάρει ο ύπνος, κι ενώ τα βλέφαρά μου βαρύνονται, στο feed μου εμφανίζεται μια φωτογραφία που κοιτάει το βουνό του Ολύμπου μέσα από μια πορτοκαλί σκηνή. Ανοίγω τα μάτια δάκρυα. Πόσο θα ήθελα να κάνω camping στον Όλυμπο! Η φωτογραφία ανήκει στον **Μάριο Γιαννάκου** (@marios\_giannakou), για τον οποίο έχω ακούσει πολλά. Πρόκειται για ένα παιδί γεμάτο όρεξη και απρόσμενη δύναμη. Γιατί θέλει δύναμη να αλλάξεις τη ζωή σου. Κι όταν ο Μάριος είδε ένα φίλο του να παλαύκει για να ζήσει, πήρε την απόφαση να φέρει τη ζωή του τουμπα. Έκοψε το καπνιστή, άρκεσε να προσέχει τη διατροφή του και ξεκίνησε να εθλαστεί. Τεσσερα χρόνια μετά από αυτή την απόφαση ο Μάριος είχε χάσει 50 κιλά και είχε γίνει **υπερμαραθωνοδρόμος** – στην έρημο Αλ Μοχόουρ έτρεξε 270 χιλιόμετρα στον μεγαλύτερο υπερμαραθώνιο ερήμου στον κόσμο, άγινε 150 χιλιόμετρα στην παγωμένη Αρκτική και 250 χιλιόμετρα στη ζούγκλα της Κεντρικής Αμερικής. Περιόδια ώρες κοιμόντοκ το Instagram του. Ξεχάστηκα ότι αυτή η περπατητή ανθρωπότητα είναι ένα πραγματικό πρότυπο. Βλέποντας τις φωτογραφίες του θέλω κι εγώ να σπρωχθώ, να τρέξω, να προσέχω τη διατροφή μου και το σπορ που μου φέρνουν στον κόσμο, να αλλάξω τη ζωή μου όλη! Τον επόμενη κιόλας ημέρα αποφασίζω να επικοινωνήσω μαζί του! Ατέλνοντας του ερωτήσεις, τις οποίες είχε την ευγένεια να απαντήσει.



## Ο υπερμαραθωνοδρόμος **Μάριος Γιαννάκου** «κέρδισε» τη ζωή του, αλλάζοντας τη διατροφή του

*Τα φυτικά προϊόντα της Alpro κάνουν καλό  
σε εσένα αλλά και στο περιβάλλον*

ΤΗΣ ΜΑΡΙΑΣ ΑΛΕΞΙΟΥ



Είχε μπει στην ενασχόληση μερικά χρόνια πριν. Όμως, τα παχυντά ήταν πολύ διαφορετικά από τη ζωή σου. Πώς πήρете την απόφαση να αλλάξετε καθημερινότητα και τρόπο ζωής; Τι ήταν αυτό που σας παρακίνησε; Πριν κάποια χρόνια, όπως γνωρίζετε, ήμουν υπερβαρός και καπνιστής. Οι διατροφικές μου συνήθειες δεν ήταν σωστές και είχα υιοθετήσει έναν καθιστικό τρόπο ζωής. Όλα αυτά άλλαξαν, όταν αποφάσισα πως πρέπει να ισορροπώ τον εαυτό μου και την υγεία μου δίνοντας προτεραιότητα σε αυτά.

Εκτός από την αλλαγή, η διατροφή κι εμένα άλλαξε στην αλλαγή σου. Τι διατροφή ακολουθείτε σήμερα; Η σωστή διατροφή απασχολεί τη γαστρεντερική κοιλότητα της καθημερινότητας μου πλέον. Η τροφή που δίνουμε στον οργανισμό μας είναι ένα από τα πιο σημαντικά πράγματα που πρέπει να προσέχεις ένας άνθρωπος. Η διατροφή με βοήθησε όχι μόνο στην απώλεια των κιλών αλλά στη διατήρηση της υγείας μου, που αποτελεί ένα εξίσου, αν όχι το πιο σημαντικό κομμάτι. Στη διατροφή μου έχω εντάξει προϊόντα φυτικής διατροφής της Alpro που καλύπτουν τις διαφορετικές μου ανάγκες τόσο σε φυτικά όσο και σε γαλακτοκομικά, για όλες τις στιγμές της ημέρας, δημητριακά, ελαφρύς καφέ και σαλάτες.

Ποιες είναι οι ανησυχίες και περιορισμοί σου; Οι άνθρωποι αρχίζουν να ακολουθούν μια φυτική διατροφή αυτό θα είχε έναν θετικό αντίκτυπο στο περιβάλλον. Μια έκθεση των Ηνωμένων Εθνών για το 2019 που διανύουμε έδειξε πως η διατροφική μεταστροφή από το κρέας και άλλα ζωικά προϊόντα σε προϊόντα φυτικών πωλών έχει ως αποτέλεσμα τη μείωση του αποτυπώματος άνθρακα και τον περιορισμό των συνεπειών της κλιματικής αλλαγής.

Τι συμβουλή θα δίνετε σε κάποιον που σκέφτεται να ακολουθήσει έναν πιο υγιήνα τρόπο ζωής; Θα του ελέγα ότι χρειάζεται συνέπεια και υπομονή, γιατί κάθε αλλαγή είναι δύσκολη. Το αποτέλεσμα και η διαδικασία, όμως, αξίζουν. Είναι το καλύτερο δώρο που μπορεί να κάνει ένας άνθρωπος στον εαυτό του.

Οι απαντήσεις του Μάριου με έβαλαν σε σκέψη... Γιατί πριν δεν είχα συνειδητοποιήσει ότι η τροφή που επιλέγουμε να καταναλώνουμε δεν επηρεάζει μόνο εμάς, αλλά και το μέλλον του πλανήτη. Κι όμως έτσι είναι. Μετά από μια σύντομη αναζήτηση, βρήκα ότι μέχρι το 2030 η ανθρωπότητα θα χρειάζεται έδαφος διπλάσιο

Η ΣΩΣΤΗ ΔΙΑΤΡΟΦΗ  
ΑΠΟΤΕΛΕΙ ΑΝΑΠΟΣΠΑΣΤΟ  
ΚΟΜΜΑΤΙ ΤΗΣ  
ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΟΤΗΤΑΣ  
ΜΟΥ ΠΛΕΟΝ. Η ΤΡΟΦΗ  
ΠΟΥ ΔΙΝΟΥΜΕ ΣΤΟΝ  
ΟΡΓΑΝΙΣΜΟ ΜΑΣ ΕΙΝΑΙ  
ΕΝΑ ΑΠΟ ΤΑ ΠΙΟ  
ΣΗΜΑΝΤΙΚΑ ΠΡΑΓΜΑΤΑ  
ΠΟΥ ΠΡΕΠΕΙ ΝΑ ΠΡΟΣΕΧΕΙ  
ΕΝΑΣ ΑΝΘΡΩΠΟΣ.

από την έκταση της γης! Για να παράγει την τροφή της. Αν σε αυτό προσθέσουμε το γεγονός ότι η παραγωγή τροφίμων είναι υπεύθυνη για το 30% των εκπομπών αερίων που προκαλούν το φαινόμενο του θερμοκηπίου, τότε καταλαβαίνουμε ότι πρέπει να αλλάξουμε τον τρόπο ζωής μας... χέρι! Πως όμως; Πολύ απλά. **επιλέγοντας αυτό που κάνει καλό στον ίδιο μας τον οργανισμό.**

Ξέρουμε ήδη ότι τα φρούτα, τα λαχανικά και τα φυτικά τρόφιμα κάνουν καλό στην υγεία μας. Αυτό που ίσως αγνοούμε είναι ότι έχουν τη καλύτερη επίπτωση στο περιβάλλον, καθώς κατά την παραγωγή τους εκπέμπεται λιγότερο διοξείδιο του άνθρακα και χρειάζεται λιγότερο έδαφος και νερό. Καταγράφοντας αυτές τις γραμμές, επιστρέφω πάλι στις απαντήσεις του Μάριου. Σε ένα σημείο αναφέρεται: «στη διατροφή μου έχω εντάξει προϊόντα φυτικής διατροφής της Alpro που καλύπτουν τις διαφορετικές μου ανάγκες τόσο σε φυτικά όσο και σε γαλακτοκομικά, για όλες τις στιγμές της ημέρας, δημητριακά, ελαφρύς καφέ και σαλάτες. Ποιες είναι οι ανησυχίες και περιορισμοί σου; Οι άνθρωποι αρχίζουν να ακολουθούν μια φυτική διατροφή αυτό θα είχε έναν θετικό αντίκτυπο στο περιβάλλον. Μια έκθεση των Ηνωμένων Εθνών για το 2019 που διανύουμε έδειξε πως η διατροφική μεταστροφή από το κρέας και άλλα ζωικά προϊόντα σε προϊόντα φυτικών πωλών έχει ως αποτέλεσμα τη μείωση του αποτυπώματος άνθρακα και τον περιορισμό των συνεπειών της κλιματικής αλλαγής.

Την πλήρη γκάμα των προϊόντων της μπορεί να βρεί κανείς **φυτικά ροφήματα** με βάση διαφορετικούς καρπούς (και χωρίς ζάχαρη), **φυτικά επιδόρπια**, ακόμα και **φυτική κρέμα μαγειρικής** για τους πειραματισμούς σου στην κουζίνα ή για έναν **φυτικό cappuccino**. Όσο για τα **φυτικά ροφήματα της Alpro**, αυτά είναι άλλα κεφάλαια. Μπορείς να τα απολαύσεις ζεστά ή κρύα, να τα χρησιμοποιήσεις ως βάση σε λακτοβιωμένα ποτά, για τα συνδυάσεις με φρούτα ή δημητριακά για ένα σούπερ θρεπτικό ποτό. Με όλα τα λόγια τα προϊόντα της Alpro είναι ο πιο εύκολος (και νόστιμος!) τρόπος για να εντάξεις τη φυτική διατροφή στη ζωή σου, χωρίς να στερήσεις τίποτα τις γεύσεις που σου αρέσουν. Ανακάμψε το και κάνε τη σωστή επιλογή όχι μόνο για εσένα, αλλά και για τον πλανήτη. **!**



# Καλοκαίρι... στην υγειά σου!

Στις διακοπές, όπου και να βρεθείς, αναζήτησε τα ντόπια οινοποιεία — είναι όλα τους πανέμορφα και επισκέψιμα. Μίλα με τους οινοποιούς, έχουν τόσα ωραία να σου πουν, και (κυρίως) πιες τα υπέροχα κρασιά τους.

Της ΑΛΕΞΑΝΔΡΑΣ ΜΠΑΣΠΑΝΕΛΟΥ



## Ικαρία, όπως δεν την έχεις γνωρίσει

Η Ικαρία του γλεντιού, της χαλάρωσης, του κρασιού! Οι Ικαριώτες έχουν βρει το μυστικό της ζωής, ξέρουν να απολαμβάνουν κάθε στιγμή, και στα σίγουρα φτιάχνουν καλό κρασί. Γιατί το κρασί, θέλει αγάπη, υπομονή και μεράκι, και διαθέτουν και τα τρία!

Το νησί κάνει τη διαφορά χάρη στις ποικιλίες του με τα ασυνήθιστα ονόματα. Ίσως έχεις ξανακούσει για το ερυθρό **Φωκιανό**, το «πολύτιμο» της Ικαρίας. Το **Κούντουρο**, aka **Μαντηλάρι**, είναι η πιο αγαπημένη ποικιλία του Αιγαίου και όχι μόνο. Ίσως πρώτη φορά να ακούς για το λευκό αρωματικό **Μπεγλέρι**. Δες κι εσύ πώς η Ικαρία είναι ένα ανερχόμενο στολίδι στον κόσμο του κρασιού, δοκιμάζοντας δύο εκλεκτές δημιουργίες από το **Οινοποιείο Καρίμαλη**. Τον **Φιλόσοφο**, blend από Φωκιανό και Κούντουρο, ή το **Καλαμπελέ**, που θα πει «καλό αμπέλι», από Μπεγλέρι και Ασύρτικο. Και επειδή δεν λέμε ποτέ όχι σ' ένα ροζέ, το **Icarus**, Φωκιανό του **Οινοποιείου Afianes**, είναι το καλοκαιρινό απεριτίφ που αναζητάς. Εβίβα Ικαρία!



Κτήμα Καρίμαλη, Ικαρία



# Κάνε το ΜΠΑΛΚΟΝΙ

τον αγαπημένο σου καλοκαιρινό προορισμό

Από την **IKEA**



BONDISKUMEN  
Σύλινο τραπέζι Ø 179



VINDUMEN  
Καρέκλα €35

SEGLARO/SVARTO  
Οδηγεί τη χρεώσση  
με βάση €239

Δεν με τράβουν όλα αντιστροφή ημέρες για να ταξιδέψουν σε κάποιο νησί. Κάποιοι μένουν πίσω λόγω υποχρεώσεων, αλλά γιατί τους αρέσει η όμοια Αθήνα και αναπαύονται να την απολαύσουν όταν θα έχει λιγότερο κόσμο. Όποιος κι αν είναι ο λόγος που ο Αύγουστος σε βρίσκει στην πόλη, μπορείς να απολαύσεις στιγμές χαλάρωσης στο σπίτι, μόνος ή με φίλους. **Μερικές μικρές αλλαγές αρκούν για να μεταμορφώσεις το -ανεξαρτήτως μεγέθους- μπαλκόνι σου σε «νησί»** και να μαζευτεί η παρέα για παιχνίδι, να γιορτάσεις τη γενέθλια του παιδιού, να δεις μια ταινία ρομαντικά με το άλλο σου μισό ή να ξεπλύνεις με φρόντο τα αστέρια.

Ο πιο εύκολος τρόπος να μεταμορφώσεις το χώρο σου σε εξωτερικό προορισμό είναι φυσικά τα **φυτά**. Μερικά κομμάτια **κασπά** με χαμηλά φυτά στη γωνία, κρεμαστές ζαρντινιέρες στα κάγια ή ένα ανθρακώδες που θα καλύψει το διαχωριστικό ανάμεσα στο δικό σου και το δημόσιο μπαλκόνι είναι οι καλύτερες επιλογές. Ολοκλήρωσε τη διακόσμηση με μικρά λαμπάκια χαμηλού φωτισμού που δίνουν ρομαντικό ήσο στην ατμόσφαιρα και δεν δημιουργούν φωταύραση.

Κάνε το μέτρο άνετο για όλους με μερικές **καρέκλες εξωτερικού χώρου** με στιλ ηλεγμένης φόβας που παραπερνούν αμέσως σε καλοκαίρι. Είναι ελαφριές και αποθηκεύονται εύκολα, οπότε μπορείς να προσθέσεις ή να αφαιρέσεις όσες χρειάζεσαι στο χώρο. Αν θές τις κάνεις ακόμα πιο άνετες, πρόσθεσε **μαξιλαράκια** που δίνουν για να πιραμένουν σταθερά είτε σε λευκό χρώμα που είναι ανεκτικό στο καθαίρεμα, είτε σε διάφορα έντονα χρώματα αν θές να δώσεις πιο pop αίσθηση.

Ένα στρογγύλο **ξύλινο τραπέζι** είναι ιδανικό για κοινωνικές συγκεντρώσεις καθώς όλοι βλέπουντι μεταξύ τους. Παράλληλα, δε σου στερεί πολύτιμο χώρο από το μπαλκόνι και δεν έχει γωνίες που μπορεί να σε δυσκολεύουν σε ένα μικρό χώρο. Τέλος, τα πιο σημαντικά αν θέλεις να χρησιμοποιήσεις το μπαλκόνι σου κατά τη διάρκεια της ημέρας είναι φυσικά η... οκιά! Αν δεν έχεις τέντες, μην ανησυχείς γιατί μια **ομπρέλα πλίου** είναι ο ιδανικός τρόπος να αποκτήσεις τη σκιάση που χρειάζεται και να μείνεις σε ακόμα πιο καλοκαιρινή διάθεση!

SHARONFRUKT  
Κασπά εξωτερικού/  
εξωτερικού χώρου  
24cm €19,99



KUSDAARNA  
Μαξιλαράκι καρέκλας €7

UTSUNO  
Πράσινο φυτό  
εξωτερικού χώρου με 12 LED  
λαμπάρες €14,99

Βρες όλα όσα χρειάζεσαι  
για να μετατρέψεις το μπαλκόνι σου  
στον αγαπημένο σου καλοκαιρινό  
προορισμό σε ένα κατάστημα **IKEA** ή στο

**ikea.gr**



### Σαντορίνη, η αγαπημένη των κρασιών

Είναι η νησιώτικη πρωτεύουσα του ελληνικού κρασιού, με τους αρχαιότερους αυτόριζους αμπελώνες της χώρας μας. Κάνοντας μια βόλτα ανάμεσα στα λευκά κυκλαδίτικα σπίτια, συναντά κανείς μικρές πράσινες πινελιές που δίνουν «ανάσα» στην ξερική κυκλαδίτικη φύση. Είναι οι σαντορινιές αμπελιές, στις οποίες δίνεται το σχήμα της «**κουλούρας**». Μοιάζουν με πλεγμένες «αγκαλιές» που βαστούν στο εσωτερικό τους τον πολύτιμο καρπό, προφυλαγμένο από τον ήλιο και τους νησιώτικους ανέμους.

Το ξακουστό **Ασύρτικο**, σύμβολο της σαντορινιάς αμπέλου, με την υπέροχη οξύτητά του είναι ο «σταρ» των ελληνικών ποικιλιών που κάνουν διεθνή καριέρα. Ακολουθούν τα αρωματικά **Αη-δάνι** και **Αθήρι** που αγαπούν τόσο να συμμετέχουν στα λευκά blend με Ασύρτικο. Μια **Σαντορίνη Santo Wines**, ή ένα **Αηδάνι** του **Κτήματος Αργυρού** και θα καταλάβετε γιατί τα λευκά του νησιού αποθεώνονται παγκοσμίως. Τα ερυθρά της θηραϊκής γης είναι κυρίως το **Μαυροτράγανο** και η **Μανδηλαριά**. Έντονες προσωπικότητες! Το **Οινοποιείο Σιγάλα** έχει να σου «διηγηθεί» μια όμορφη εκδοχή των δύο μέσα από ένα blend τους με όνομα **Μμ-Σιγάλα**. Αξίζει να πιεις ένα ποτήρι **Νυχτέρι** και να ρωτήσεις τους ντόπιους οινοποιούς πώς ξεκίνησαν οι παππούδες τους αυτό το ιστορικό κρασί. Θα ακούσεις ιστορίες με βραδινούς τρύγους και υπόσκαφες κνάβες στις οποίες οι παλιοί διατηρούσαν τα σταφύλια μετά τον τρυγητό. Τέλος είναι γλυκό το ποιό της αμαρτίας, γι' αυτό το **Vinsanto** του **Οινοποιείου Χατζηδάκη** από λιαστά σταφύλια σου δείχνει τη γλυκύτητα όπως ακριβώς την έπλασε η φύση!

### Κρήτη, ο θησαυρός του Αιγαίου

«Από τα αμπέλι της ψυχής, σταφύλι Κοτσιφάλι, σιάζω κρασί και κάνω το, στους φίλους μου χαλάλι» λένε στην Κρήτη και το εννοούν! Το νησί είναι μια «κιβωτός» απέραντης φυσικής ομορφιάς, μεσογειακής κουλτούρας και γαστρονομίας. Έτσι και πας μία φορά στην Κρήτη, θα ξαναπάς! Αν μάλιστα δοκιμάσεις και τα κρασιά της, θα την ερωτευτείς μια για πάντα.

**Βιδιανό**, η μικρή ντίβα της Κρήτης, **Βηλάνα**, **Μοσχάτο Σπίνας**, καθώς και οι σπάνιες ποικιλίες **Πλυτό**, **Θραψαθήρι** και **Δαφνί** ανήκουν στη λευκή παλέτα των κρασιών του νησιού. Κάνε εισαγωγή στα κρητικά κρασιά με έναν **Άσπρο Λαγό**, **Βιδιανό** του **Κτήματος Δουλουφάκη**, ή μια **Ανθοσμία** του **Οινοποιείου Αμπελουργείν** από Μοσχάτο, Θραψαθήρι και Δαφνί. Φύγαμε για τα ερυθρά! **Κοτσιφάλι**, το Merlot της Κρήτης, **Λιάτικο**, το πολυδυναμικό, και **Μαντηλάρι**, το στιβαρό, είναι οι τρεις χάριτες του ερυθρού κρητικού αμπελώνα. Το **Καρνάρι**, Κοτσιφάλι του **Κτήματος Λυραράκη**, ή το γλυκόπιστο **Ιουλιάτικο** από λιαστά σταφύλια Λιάτικου της **Boutari Οινοποιητική**, σερβιρισμένα σε δροσερή θερμοκρασία είναι ό,τι πρέπει για ένα χαλαρωτικό δείπνο. Αν τύχει και βρεθείς σε κάποιο γλέντι στα Χανιά τότε ίσως ο οικοδεσπότης σου προσφέρει ένα ποτήρι **Μαρουβά**. Το παραδοσιακό αυτό κρασί παλαιώσης της ποικιλίας **Ρωμέικο**, θυμίζει κάτι από Sherry και, αν και παρεξηγημένο ίσως τα επόμενα χρόνια γίνει το καινούργιο ερυθρό κρητικό κι αγαπημένο. Να το θυμάσαι.

### Λήμνος η Αμπελόεσσα

Το καλαθάκι, τοπικό τυρί του νησιού, η ταιλάντσα «λήμνια άμπελος» του Αριστοτέλη, και το ευωδιαστό **Μοσχάτο**, συνθέτουν τη Λήμνο των αρωμάτων και των αυθεντικών γεύσεων. Από την άλλη οι αμμοθίνες που θυμίζουν



Κτήμα Λυραράκη, Κρήτη



Οινοποιείο Πετρακόπουλος, Κεφαλονιά



Κτήμα Χαριτάτου, Κεφαλονιά



Organic Wines, Λήμνος

εξωπραγματικό τοπίο, οι χρυσαφένιες παραλίες, και οι παραδοσιακοί οικισμοί της Λήμνου με τα κάστρα, αλλά και την υπέροχη ντόπια γαστρονομία, φτιάχνουν το ιδανικό travel plan γι' αυτούς που θέλουν να ζήσουν μοναδικές εμπειρίες.

Το **Λημνίό** ή αλλιώς **Καλαμπάκι**, όπως το λένε οι ντόπιοι, προέρχεται από εδώ και είναι η απόδειξη πως το ελληνικό κρασί έχει βαθιά τις ρίζες του στην αρχαιότητα. Βέβαια ταξιδεύοντας στην «Λήμνο την Αμπελόεσσα», όπως την αποκαλούσε ο Όμηρος, βλέπεις πως το μεγαλύτερο ποσοστό φύτευσης αντιστοιχεί στο **Μοσχάτο Αλεξανδρείας**, τη λευκή ποικιλία που ευδοκίμησε στα λημνιώτικα εδάφη. Λίγο Ασύρτικο και Φωκιανό, σε ελάχιστο ποσοστό, νοστιμίζουν την ποικιλιακή παλέτα της Λήμνου δημιουργώντας δροσιστικά blend με τις ντόπιες ποικιλίες. Μια βόλτα στους αμπελώνες της Λήμνου αξίζει τον κόπο, έτσι ώστε να δοκιμάσεις από τα χέρια των δημιουργών ένα ερυθρό **Λήμνος-Bio** του ονείρου από Λημνίό ή να κάνεις ένα σύντομο **Ταξίδι στη Λήμνο** με το ομώνυμο κρασί από Μοσχάτο Αλεξανδρείας του **Οινοποιείου Limnos Organic Wines**.

### Κεφαλονιά, το οινικό στολίδι του Ιονίου

Είναι οι άνθρωποι της Κεφαλονιάς που φτιάχνουν το κρασί τους τόσο επικοινωνιακό και πρόσχαρο. Όπου σταθείς πέφτεις πάνω σε γέλια, επανήσεις μουσικές που σου ανοίγουν την καρδιά, νόστιμους μεζέδες και τοπικό καλό κρασί. Τι άλλο να ζητήσεις;

Πρώτη και κυρίαρχη ποικιλία είναι η υπέροχη αρωματική **Ρομπόλα**, το καμάρι του Αίνου, η οποία παρουσιάζει έναν ενδιαφέρον «gout de terroir» χαρακτήρα. **Μαυροδάφνη**, **Μοσχάτο**, **Τσαούσι**, **Βοστυλίδι**, **Μοσχατέλα** και **Ζακυνθινό**, ποικιλίες σπάνιες μα θαυματοουργές, δείχνουν πόσα πολλά και σπουδαία μπορεί να δώσει η κεφαλονίτικη γη. Ένα wine tasting ή μια βόλτα στα αμπέλια των οινοπαραγωγών της Κεφαλονιάς, μοιάζει με παραμύθι. Γλυκύτατο άνθρωποι με απίστευτα κρασιά που πρέπει να απολαύσεις, όπως το **Θυμάρι Πέτρας**, Ρομπόλα από το **Οινοποιείο Πετρακόπουλου**, η «**Mademoiselle**» Μαυροδάφνη μιας άλλης εποχής από το **Κτήμα Χαριτάτου**, ή το **Ευφράνωρ**, blend Βοστυλίδι και Μοσχατέλα, του **Οινοποιείου Σκλάβου**!

### Σάμος, το μυθικό νησί

Κάπου στην άκρη του Αιγαίου, ανάμεσα σε πευκοδάση, ελαιώνες, και παραδοσιακούς οικισμούς, η Σάμος σε περιμένει (και) για να σε ξεναγήσει στους εύφορους καταπράσινους αμπελώνες της. Συνδυάζει βουνό και θάλασσα, γι' αυτό πριν ή μετά την βουτιά σου, ένας περίπατος στους πρόποδες του όρους «Αμπέλος» μοιάζει τόσο αναζωογονητικός.

Η Σάμος παράγει ίσως το κορυφαίο **Μοσχάτο**, ή αλλιώς **Μοσχοῦδι**, στη Μεσόγειο! Προτείνω για αρχή μια βόλτα στους ημιορεινούς αμπελώνες του **Οινοποιείου Nopera** και ένα απολαυστικό ποτήρι **Roya** ή **Roya Oak** για να διαπιστώσεις τη δυναμική του Μοσχάτου με ή χωρίς βαρέλι. Ύστερα ο **Ενιαίος Οινοποιητικός Συνεταιρισμός Σάμου** θα σε ξεναγήσει στα οινικά μονοπάτια του νησιού μέσα από ιστορικά εκθέματα και μύθους που φιλοξενεί στο Μουσείο Σαμιακού Οίνου στο Μαλαγάρι. Μετά από αυτό, ένα γλυκόπιστο απεριτίφ **Samos Vin Doux** θα σε γλυκάνει.

Όπου και να πάτε, ό,τι και να κάνετε, σημασία έχει η στιγμή. Αν αυτή συνοδεύεται από καλή παρέα και καλό κρασί τότε θα είναι αξέχαστη. Στην υγεία του καλοκαιριού! **A**





## PROTERGIA SUN SAVE

# Όταν ο ήλιος μας προσφέρει οικονομία, αυτονομία και βιωσιμότητα

**Η** επισημη μας το έχει πει εδώ και δεκαετίες: Χωρίς τον ήλιο δεν θα υπήρχε ζωή. Είναι αυτός που φωτίζει τις μέρες μας, που δίνει πνοή σε κάθε τι στον πλανήτη μας. Και ναι, μπορεί να γίνει ένας σπουδαίος σύμμαχός μας τόσο για την προστασία του πλανήτη από την κλιματική κρίση, όσο και για την οικονομική κατάσταση του καθενός από εμάς. Όλα αυτά μέσα από το **Protergia Sun Save**, τη νέα υπηρεσία της **Protergia**, του Τομέα Ηλεκτρικής Ενέργειας και Φυσικού Αερίου της **MYTILINEOS**, της μεγαλύτερης ιδιωτικής εταιρείας ενέργειας στην Ελλάδα, η οποία κάνει πράξη τη νέα εποχή της ηλεκτρικής ενέργειας με υπηρεσίες, προγράμματα και εργαλεία πιο φιλικά και «πρόσβλητα», ειδικά σχεδιασμένα για τον σύγχρονο πολίτη. Εξαιρετικά σημαντικό είναι το γεγονός ότι το προνομιακό και καινοτόμο αυτό πρόγραμμα απευθύνεται σε όλους τους χρήστες ηλεκτρικής ενέργειας, ανεξαρτήτως σύνδεσης παρόχου.

### Τι ακριβώς είναι το Protergia Sun Save

Όλα ξεκινούν με την εγκατάσταση ενός φωτοβολταϊκού συστήματος, στο σπίτι ή στην επιχείρησή μας, απόλυτα προσαρμοσμένου στις ανάγκες μας. Εμείς δεν θα χρειαστεί να κάνουμε τίποτα. Ειδικός τεχνικός θα εξετάσει τον χώρο και θα καταγράψει τις ανάγκες, ενώ στη συνέχεια θα εκπονήσει τη μελέτη και θα αναλάβει το έργο από την αρχή μέχρι το τέλος. Ξεκινώντας από τη μελέτη και την αδειοδότηση του συστήματος και συνεχίζοντας στην εγκατάσταση και στην τελική σύνδεση, θα μας παραδώσει έτοιμο ένα σύστημα που θα μας εξασφαλίσει οικονομία και ενεργειακή αυτονομία.

### Μεγάλο μπόνους: Αποθήκευση της ενέργειας

Είναι αδύνατο να αποτρέψουμε τον ήλιο από το να δύει, μπορούμε, όμως, μέσω της τοποθέτησης οικιακής μπαταρίας να κρατήσουμε την παρασχευμένη παραγόμενη ενέργεια και να τη χρησιμοποιήσουμε σε περιόδους αιχμής, απο-

φεύγοντας τη χρήση του δικτύου ηλεκτροδότησης και κάνοντας με αυτό τον τρόπο περισσότερη οικονομία. Επίσης, η αποθηκευμένη αυτή ενέργεια θα μας λύσει τα χέρια είτε σε προγραμματισμένες διακοπές ηλεκτροδότησης, είτε σε έκτακτες, λόγω π.χ. καιρικών φαινομένων, καθώς θα μπορούμε να καλύπτουμε τις βασικές λειτουργίες του σπιτιού μας για αρκετές ώρες. Η εγκατάσταση μπαταρίας προσφέρει άλλα επίπεδα ασφάλειας και άνεσης, προσδίδοντας υπεράζω στο ακίνητο.

### Κάνοντας οικονομία

Υπό προϋποθέσεις, υπάρχει η δυνατότητα μέχρι και μηδενισμού των εξόδων για το ρεύμα από τη στιγμή που είμαστε σε θέση να παράγουμε το δικό μας ρεύμα και να το διαχειριζόμαστε όπως εμείς κρίνουμε με βάση τις απαιτήσεις του σπιτιού μας.

### Έξυπνη διαχείριση της ενέργειάς μας

Μέσα από μια προηγμένη εφαρμογή της Huawei, είτε από το κινητό μας είτε από τον υπολογιστή μας, μπορούμε να ελέγχουμε την ενέργεια που παράγεται, καθώς και να παρακολουθούμε την εξοικονόμηση χρημάτων από τον λογαριασμό μας.

### Σημαντικό πλεονέκτημα

Πολύ σημαντική η δυνατότητα καθορισμού των διαστημάτων χρήσης ηλεκτρικής ενέργειας, καθώς μπορούμε να επιλέγουμε κατά βούληση τη χρήση ενέργειας μεταξύ του δικτύου, του φωτοβολταϊκού συστήματος ή της αποθήκευσης στην μπαταρία. Αυτό ακριβώς είναι και το πρώτο αλλά και το μεγαλύτερο βήμα προς τη νέα εποχή της ενέργειας, όπου ο χρήστης έχει στα χέρια του όλα τα εργαλεία που χρειάζεται για ένα πιο «πρόσβλητο» και αυτόνομο σπίτι. ●

protergia  
**sunsave**



# Ζούμε σε μια χώρα γεμάτη «θησαυρούς»!

Ας τους ανακαλύψουμε παρέα!

Στη Νέα Οδό και την Κεντρική Οδό, ανακαλύπτουμε διαρκώς νέους τρόπους για να αποτελούμε τον καλύτερο δυνατό συνταξιδιώτη για εσάς και τους αγαπημένους σας!

[kentrikiodos.gr/tours](http://kentrikiodos.gr/tours)

70 ΙΣΤΟΡΙΕΣ

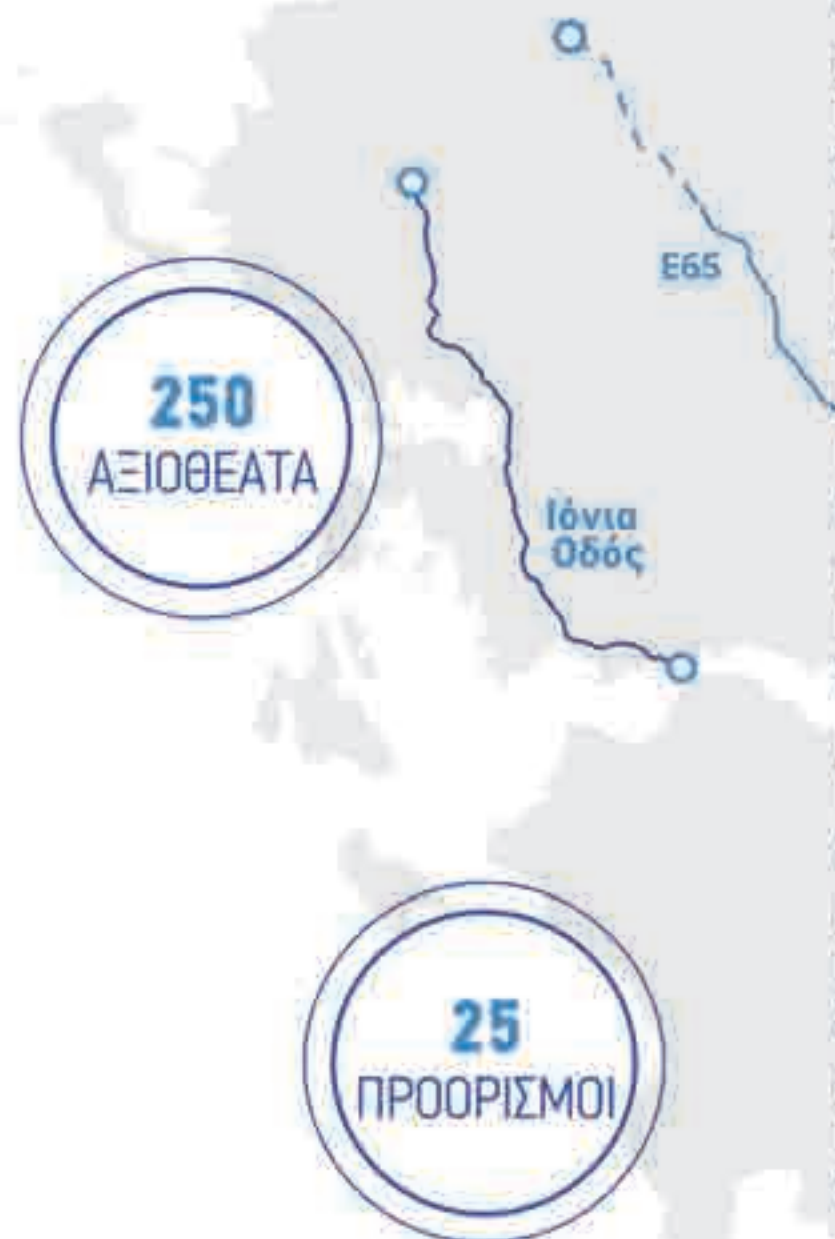
50 ΑΞΙΟΘΕΑΤΑ

5 ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΙ

Με τις Διαδρομές μας, φιλοδοξούμε να σας αποκαλύψουμε τον πλούτο κάθε περιοχής, που μπορείτε να επισκεφθείτε, άνετα και με ασφάλεια, μέσω των αυτοκινητόδρομων που λειτουργούμε, συντηρούμε και διαχειριζόμαστε!

Μάθετε περισσότερα στο [kentrikiodos.gr/tours](http://kentrikiodos.gr/tours)

Αρ.Γ.Ε.ΜΗ. 022510254000 / Έδρα: 13ο χλμ. Αυτοκινητόδρομου Κεντρικής Ελλάδας (Ε65)





608  
ΙΣΤΟΡΙΕΣ

neaodos.gr/tours

538 ΙΣΤΟΡΙΕΣ

200 ΑΞΙΟΘΕΑΤΑ

20 ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΙ



powered by  
Clio Muse  
TOURS

## Διαδρομές πολιτισμού, φύσης & γαστρονομίας με ένα κλικ!

Κάντε κλικ στο [neaodos.gr/tours](https://neaodos.gr/tours), καθώς και στο [kentrikiodos.gr/tours](https://kentrikiodos.gr/tours) και ο προσωπικός σας ξεναγός, θα σας παρουσιάσει με ήχο, εικόνες και άγνωστες ιστορίες, τα μνημεία φύσης και πολιτισμού, τα αξιοθέατα, τους μύθους, τα έθιμα, τα μουσεία και τις παραδόσεις των προορισμών που σας ενδιαφέρουν.

**Εσείς απλά, επιλέγετε προορισμό**  
και καθώς το [neaodos.gr/tours](https://neaodos.gr/tours) και το [kentrikiodos.gr/tours](https://kentrikiodos.gr/tours) είναι πλήρως προσαρμοσμένα και σε συσκευές κινητών, όταν πραγματοποιήσετε την επίσκεψή σας, πατάτε το Play στα αρχεία ήχου!

Μάθετε περισσότερα στο [neaodos.gr/tours](https://neaodos.gr/tours)

Αρ.Γ.Ε.ΜΗ. 007349501000 / Έδρα: Θεμιστοκλέους 87, Αθήνα

Με την υποστήριξη



Μ.Ι.Α.Σ.Ο.Μ.Κ.

Μέλη του Ομίλου ΓΕΚ ΤΕΡΝΑ



# Η ΤΕΧΝΗ των διακοπιών

Μεγάλα ονόματα αλλά και νεότεροι δημιουργοί, επετειακά ραντεβού και ένα καινούργιο τοπόσημο για την αρχαία κληρονομιά: για όλους και αυτό το καλοκαίρι φέρνει τέχνη.

Της ΙΩΑΝΝΑΣ ΓΚΟΜΟΥΖΑ

Πρώτη  
στάση  
Αρχαιοσαρων-  
κος

Ένας λαμπερός περιστρεφόμενος ήλιος δείχνει τον δρόμο για την πιο πηγή εικαστική μετάκληση του καλοκαιριού. Δεσπόζει στο παλιό σφαγείο της **Υδρας**, στον χώρο του **Ιδρύματος ΔΕΣΤΕ**, χάρη στον πολύχρωμο pop διάλογο με την αρχαιότητα που ξετυλίγει μέσα του ο **Τζεφ Κουνς** (έως 31/10). Μυρωδιές από φασκόμυλο, ένα τραπέζι με προσφορές αλλά κι ένας ουρητήρας-αναφορά στον Μαρσέλ Ντισάν σε υποδέχονται στην είσοδο, πριν αντικρίσεις στα ενδότερα ψηφιδωτά, πομπη-ανού ύφους τοιχογραφίες κι έναν γλυπτό ανδρόγυνο Απόλλωνα κιθαρωδό με έναν... πύθωνα να τυλίγεται πλάι του. Βγαίνοντας στον εξώστη που κρέμεται πάνω από τη θάλασσα, ένα σφαιρικό κάτοπτρο σε φέρνει αντιμέτωπο με τη φιγούρα σου αλλά και με το απέραντο γαλάζιο του ουρανού.

Εικαστικά καλέσματα, βέβαια, στην Υδρα υπάρχουν και φέτος πολλά. Στη Σχολή Εμποροπλοιάρχων, το **Hydra School Projects** του καλλιτέχνη και επιμελητή **Δημήτρη Αντωνίτη** προσεγγίζει στην 23η έκδοσή του το αρχέγονο και το ενστικτώδες. Η έκθεση **«Primal power»** φιλοξενεί έργα διάσημων αλλά και νέων καλλιτεχνών: από την καταγραφή της ιστορικής περφόρμανς **«Imponderabilia»** των Μαρίνα Αμπράμοβιτς και Ουλάι και το βίντεο **«Astronaut»** (2003) του Γιον Μπोक στους «ενοίκους» ενός υποβρύχιου κόσμου της νεοεμφανιζόμενης Μαρίνας Λεοντή. Στον καλλιτεχνικό σταθμό της **ΑΣΚΤ** η έκθεση **«Οι Σειρήνες ήταν γυναίκες πουλιά»** (έως 14/8) του οργανισμού **HYAM** εστιάζει στην υβριδικότητα μιας εποχής σε πλήρη μετάλλαξη, μέσα από έργα των Αν-Σαρλότ Φινέλ και Λητώ Κάττου.

Έργα θρησκευτικής ζωγραφικής των **Σπύρου Παπαλουκά**, **Φώτη Κόντογλου** και **Σπύρου Βασιλείου** (έως 27/7) εκτίθενται στο **Ιστορικό Αρχείο - Μουσείο Υδρας**. Σε διάλογο με τον τόπο οι επόμενες εκθέσεις εδώ, όπως αυτή με χαρακτηριστικά **φοιτητών της Σχολής Καλών Τεχνών** (3-30/9). Στην ιστορική **Οικία Λαζάρου Κουντουριώτη** οι εικόνες του φωτογράφου **Robert McCabe** (έως 31/10) μας διακιννίζουν στις δεκαετίες του 1950 και του 1960, σε μια παραδοσιακή κοινωνία που επιβίωνε λιτοδίαιτα κι ένα νησί που αρχίζει να μετασχηματίζεται σε κοσμοπολίτικο τουριστικό προορισμό.

Στον **Πόρο**, ανάμεσα στις στιβαρές, λαξευμένες στον λίθο, επιγραφές του **Αρχαιολογικού Μουσείου** ο **Πάνος Χαλαλμπους** (έως 31/10) παραβάλλει ονόματα χαραγμένα σε φύλλα καπνού. Θνησιγενή **«Επιγραφόμενα»** που επιδιώκουν να παραπέμψουν στη μνήμη μιας παραδοσιακής καλλιέργειας, στο εφήμερο της εποχής μας και την ευθραυστότητα της ανθρώπινης φύσης.

## Το εικαστικό εξπρές των Κυκλάδων

Οι καμωμένες με ξύλα ή μέταλλο φιγούρες αλόγων, οι σήμα-κατατεθέν γλυπτοί θώρακες, το βλέμμα της στον Καβάφη και στο θαλασσινό τοπίο δεν θα μπορούσαν να λείπουν από την αναδρομική της **Αλε-**

Τζεφ Κουνς, στο παλιό  
σφαγείο στην Υδρα



**Ξάνδρας Αθανασιάδη** (έως 2/10) στην **Ανδρο**. Η επίσκεψη στο Μουσείο Σύγχρονης Τέχνης του Ιδρύματος Β. & Ε. Γουλανδρή, όμως, αποκαλύπτει και άγνωστες πτυχές της δημιουργίας της, παιδικά έργα και τον πρωταρχικό ρόλο της αφαίρεσης στο μεταίχμιο των δεκαετιών 1980 και 1990.

Ομοβροντία προσκλήσεων από την **Τήνο**. Στον γραφικό Αρνάδο, πλάι στην εκκλησία του Αγίου Γεωργίου, ο **Δημήτρης Αληθεινός** (25/7-τέλη Σεπτεμβρίου) στην **228η Κατάκρυψη** επιθυμεί «να επανασυνδέσει εννοιολογικά την Τήνο με τη μικρή της αδελφή τη Δήλο». Έχοντας ξεκινήσει το εν λόγω πρότζεκτ το 1981, κρύβει στα σπλάχνα της γης έργα ως συμβολικές κατακρύψεις μνήμης για χάρη του μέλλοντος. Στο **3ο Συμπόσιο Γλυπτικής** (17/7-3/8) στο **Μουσείο Μαρμαροτεχνίας** στον Πύργο συμμετέχουν οι Αφροδίτη Λίτη, Τάκης Κοζόκος, Χρήστος Λαζαράκης και Βαγγέλης Χατζής. Στα Υστέρνια επιστρέφει το **ZIG ZAG Festival** (18-24/7) εστιάζοντας στο περιβάλλον μέσα από μια ομαδική έκθεση στο παλιό ιατρείο, παρεμβάσεις στον δημόσιο χώρο και παράλληλες εκδηλώσεις. Το καθιερωμένο πέρασμα από το **Μουσείο Κώστα Τσόκλη** στον Κάμπο φέτος υπόσχεται συναντήσεις με πρόσφατες δημιουργίες του γνωστού εικαστικού από την ενότητα «Τα ανησυχητικά σημάδια του διαστήματος», τη σύνθεση «Ιερά Χρόνια», έργα εμπνευσμένα από την Τήνο αλλά και τα σχέδια της «Μήδειας», που το μουσείο θα υποδεχτεί σε λίγα χρόνια στις νέες υπό κατασκευή αίθουσες, ως δάνειο από το ΕΜΣΤ.

Ο καλλιτέχνης θα έχει την τιμητική του και στην **Πινακοθήκη Κυκλάδων** στη **Σύρο** στην έκθεση «Κώστας Τσόκλης: Ο Διαχρονικός» (14/9-30/10). Το καλοκαίρι εδώ, πάντως, θα κυλήσει με «Θαλασσογραφίες Από τη Συλλογή της Τράπεζας της Ελλάδος» (17/7-10/9), έργα Ελλήνων ζωγράφων από τον 19ο αιώνα έως τις μέρες μας οι οποίοι αποτύπωσαν ιστιοφόρα και καρνάγια, κολυμβητές και τοπία, ναυμαχίες και καθημερινές σκηνές. Στην αίθουσα Τέχνης Γ. & Ε. Βάτη η έκθεση «Οργανικές εγγύτητες» εστιάζει στις συγγενείς αναφορές στο έργο των Μαρίας Βύρρα, Μάρθας Δημητροπούλου, Στέλιου Καραμανώλη και Θεόφιλου Κατσιπάνου (6-25/8).

Στην πρώην Σχολή Ουρσουλινών στο Κάστρο της **Νάξου** έρχεται «Η ώρα του μάγου» (18/7-18/9) για τον **Ηλία Παπαηλιάκη** και φέρνει ένα νέο σώμα δουλειάς πάνω σε έννοιες όπως η σχέση του παιχνιδιού και του εαυτού με το ζώο, η συμπίεση και η συναίνεση. Στην έκθεση θα παρουσιάσει μεταξύ άλλων τον μεγαλύτερο πίνακά του και το γλυπτό «Εξι μελέτες για το κυκλαδικό στερεό» που δουλεύει περίπου 25 χρόνια. Ο **Πύργος Μπαζαίου** φιλοξενεί «Ταπισερί» (έως 2/10), δώδεκα ετερόκλητες νησίδες ύφανσης με την υπογραφή των Μανόλη Ζαχαριουδάκη, Ειρήνης Γκόνου, Μαρίας Κώτσου, Ζωής Γαϊτανίδου κ.ά.

Ένα περιβαλλοντικό πρότζεκτ από την Αφρική (το **Flip Flop Arts Movement**) για την ανακύκλωση ενός αξεσουάρ ταυτισμένου με το καλοκαίρι εμπνέει την έκθεση «*Flip flops et cetera*» στην **Athanassiadou Gallery** στην **Πάρο** (έως 30/9) με έργα Ελλήνων γνωστών καλλιτεχνών.

Στην **Αντίπαρο** η γκαλερί της **Eva Presenhuber** παρουσιάζει ζωγραφική του **Όστιν Έντυ** (23/7-28/8). Ο τίτλος της έκθεσης «*Crossing the Bar*» αναφέρεται σε ποίημα του Άλφρεντ Τένισον και η θεματική της αντίστοιχα σε... αποχαιρετισμούς, στην προσωρινότητα και την ευθραυστότητα. Εγχώριο ρόστερ στην γκαλερί Αντί με εκθέσεις των **Βιργινίας Φιλιπούση, Γιάννη Αδαμάκη** και το **6ο Εργαστήριο Ζωγραφικής** της ΑΣΚΤ.

## Με την πυξίδα στην ανατολή

Οι κοινωνικές διαστάσεις της χειροτεχνίας πρωταγωνιστούν στο «*Handmade*» (εγκαινία: 4/8) στη **Σάμο**, που επιμελείται η **Κατερίνα Γρέγου** και παρουσιάζεται στο Art Space Pythagorion του Ιδρύματος Schwarz, σε συνεργασία με το Εθνικό Μουσείο Σύγχρονης Τέχνης. Η έκθεση (με έργα Νίκου Αλεξίου, Μπερτίτ Μπακ, Μαρίας Λουίζου, Τζένιφερ Νέλσον, Ελένης Μυλωνά, Μαρίας Βαρελά κ.ά.) θα επικεντρωθεί σε έργα με κοινωνική και



Η Ιλεάνα Αρναούτου και η Ισμήνη Κινγκ στο έργο τους «Tender shell geophilia» στο Μίνος Beach art hotel



Εργο της Λίνας Θεοδώρου στην Athanassiadou Gallery



«Primal Power» από το Hydra School Projects



## Vonafisso: Μπαμπάς και παιδί, μια τρυφερή σχέση στην Αντίπαρο

Ο διάλογος του μπαμπά **Δημήτρη Παπαδόπουλου** με τον γιο του **Αριστείδη** μέσω της ζωγραφικής ξεκίνησε πριν ακόμη ο μικρούλης μιλήσει κι ενώ είχε μόλις αρχίσει η πρώτη каранτίνα. Οι πρώτες λέξεις του Άρη γίνονταν σχέδια σε καμβά, και τότε πινέλα, μπογιές, παστέλ έπιαναν φωτιά. Αντίδοτο στη θλίψη, σπουδή στο χρώμα και εφελτήριο για να χτιστεί η φαντασία του παιδιού. Εφέτος, 19 από αυτά τα έργα παρουσιάζονται στην Αίθουσα Τέχνης ΑΝΤΙ στο Κάστρο της Αντιπάρου από 23/8 μέχρι 4/9.

πολιτική διάσταση και θα εξετάσει τις οικονομίες και τα δίκτυα σχέσεων στον πυρήνα των χειροτεχνικών πρακτικών και παραδόσεων.

Η ναυτική κουλτούρα της **Χίου** εμπνέει το πρόγραμμα του **DEO Projects**. Στο ιστορικό Χωρέμικο η Βρετανίδα **Ντόμινικ Γουάιτ** (έως 20/8) παρουσιάζει την εικαστική της έρευνα για το πώς το θαλάσσιο εμπόριο επηρέασε τα κυρίαρχα αφηγήματα του τόπου, ενώ στον **Χώρο Μνήμης Λαγκαδούσικης Ναυτοσύνης** η καλλιτεχνική κολεκτίβα **Serapis Maritime** ενορχηστρώνει μια συνομιλία με τα εκθέματα του μικρού μουσείου. Με αφορμή τη συμπλήρωση 100 χρόνων από τη Μικρασιατική Καταστροφή, το **Μουσείο Μαστίχας Χίου** προβάλλει τεκμήρια και αντικείμενα που έφεραν οι πρόσφυγες στη νέα ζωή τους στο νησί «Απέναντι» (28/7-31/12) από τις πατρογονικές εστίες.

Τη σχέση queer ποίησης και φωτογραφίας εξετάζει το «*Summer bouquet*» (έως 28/8) της **K-Gold Temporary Gallery** στην Αγία Παρασκευή **Λεσβού**, σε επιμέλεια Νικόλα Βαμβουκλή. Αφετηρία για τις εικόνες των Alfred Agostinelli, beraber co., Alexandre Furcolin, Ian Lewandowski, Robin Plus και Studio Prokopiou, το ποίημα «*Ενα δώρο*» του βραβευμένου Άντριου ΜακΜίλλαν.

## Κρήτη απ' άκρη σ' άκρη

Και στα **Χανιά** να μη μείνεις, μια περιήγηση στο νέο **Αρχαιολογικό Μουσείο** θα την οργανώσεις για να παρακολουθήσεις την ιστορία της περιοχής από τους προϊστορικούς οικισμούς στις πόλεις των ιστορικών χρόνων μέσα από 3.500 αντικείμενα. Έως 5/9 προλαβαίνεις και την έκθεση «*Bath time! Σώμα – νερό – διάλογοι*» για τις ποικίλες όψεις των διαχρονικών λουτρικών συνηθειών.

Αν δεν την είδες στην Τεχνόπολη στο Γκάζι, η «*Ειδύλλια οδός*» (έως 30/10) έχει μεταφέρει στο **Ρέθυμνο** στο **Μουσείο Σύγχρονης Τέχνης Κρήτης** έργα 33 καλλιτεχνών (Νίκος Αλεξίου, Λίντα Μπένγκλις, Blind Adam κ.ά.), οι οποίοι χρησιμοποιούν πρώτες ύλες με μακρά διαδρομή, όπως χώμα, μαλλί, καλάμια, υφάσματα, μάρμαρο.

Το GPS των διακοπών σου γράφει **Άγιος Νικόλαος**; Ο υπέροχος κήπος με τα γλυπτά στο **Minos Beach art hotel** είναι ανοικτός για επίσκεψη. Στην ακροθαλασσιά, ακολουθώντας το ανάγλυφο των βράχων φιγουράρει και το νέο του απόκτημα, η ενδιαφέρουσα εγκατάσταση «*Tender shell geophilia*» των **Ιλεάνας Αρναούτου** και **Ισμήνης Κινγκ**, οι οποίες απέσπασαν το Βραβείο Τέχνης Ιδρύματος Γ&Α Μαριδάκη 2022. Για να την ανακαλύψεις καλύτερα, αξίζει να βουτήξεις.

Στο **Ηράκλειο**, το **Ιστορικό Μουσείο Κρήτης** φιλοξενεί ζωγραφική του **Σωτήρη Σόρογκα** (έως 10/2022) από τη Συλλογή Πορταλάκη, ενώ στη Βασιλική Αγίου Μάρκου παρουσιάζονται για πρώτη φορά 59 έργα από τη **Συλλογή της Δημοτικής Πινακοθήκης** (έως 31/7).

## Από Τσιρίγο μέχρι Ιθάκη

Το πώς αντιλαμβανόμαστε και βιώνουμε τους τόπους και τις κυρίαρχες αφηγήσεις που προβάλλονται σε αυτούς επαναδιαπραγματεύεται η έκθεση «*Ammophila vol.3: There Was Land Here Before*» (18-28/8) με τη συμμετοχή των Πάκου Βλασσόπουλου, Διονύση Καβαλλιεράτου, Ηλέκτρας Μάιπα, Νάνας Σαχίνη, Εύας Στεφανή, Poka-Yio, Sasha Streshna, Vaskos κ.ά στο Σχολείο **Ελαφρονήσου** και στο **Αρχαιολογικό Μουσείο Νεάπολης Βοιών**.

Στις 23 και 24/8, στο μουσείο της **Νεάπολης** ετοιμάζουν και μουσική παράσταση, ένα πλεκτροακουστικό **Lamento** για τέσσερις περφόρμερ.

Το φεστιβάλ **Return2Ithaca** (26/8-11/9), πάλι, είναι αφιερωμένο στη φωτογραφία και προσκαλεί 10 Έλληνες και ξένους δημιουργούς να παράξουν έργο in situ με αφετηρία έμπνευσης τον Οδυσσέα και την καθαφική Ιθάκη. Τμήμα του προγράμματος, η έκθεση «**Return. What for?**» (διάρκεια 20/8-11/8) στο Μέγαρο Δρακούλη, με έργα από το περσινό πρόγραμμα φιλοξενίας καλλιτεχνών. **Α**



**T**

α μονοπάτια τους στην τέχνη φαντάζουν στην πρώτη ανάγνωση βγαλμένα από διαμετρικά αντίθετους κόσμους. Πώς ένα αυτοδίδακτο b-boy –αλλά και χορογράφος, σκηνοθέτης και εικαστικός– μπορεί να συνομιλήσει στη σκηνή με έναν βραβευμένο περιφέρμερ του σύγχρονου χορού, ο οποίος έχει στα πόδια του εκπαίδευση κλασική, στο μπαλέτο, και στο βιογραφικό του συνεργασίες με το Nederlands Dans Theater, το Μπαλέτο της Εθνικής Όπερας του Ρίνου και το Κρατικό Θέατρο του Μάιντς; Τι στοχασμό και λεξιλόγιο κινητικό δύναται να πυροδοτήσει η συνάντηση ανάμεσα σε έναν κουρδικής καταγωγής, μεγαλωμένο στη Γερμανία και πλέον κάτοικο Λος Άντζελες καλλιτέχνη κι έναν Αλβανό χορευτή;

Ο Ραούφ “RubberLegz” Γιασίτ και ο Μπριγκέλ Γκιόκα συναντήθηκαν το 2018 στην παράσταση *A Quiet Evening of Dance* του Ουίλιαμ Φορσάιθ και ήταν ο Αμερικανός διάσημος χορογράφος που τους παρότρυνε να συνεχίσουν τη συνεργασία τους. Καρπός της είναι το *Neighbours* που περιμένουμε στις 19 Ιουλίου στο Μέγαρο Χορού Καλαμάτας – αποτελεί, μάλιστα, την πρώτη διεθνή συμπαραγωγή του Φεστιβάλ Χορού της μεσσηνιακής πρωτεύουσας με το περιώνυμο *Sadler’s Wells*, έναν από τους μεγαλύτερους καλλιτεχνικούς οργανισμούς στον σύγχρονο χορό παγκοσμίως.

«Από τότε που συναντηθήκαμε, νιώσαμε έναν βαθύ σύνδεσμο και

θέλαμε να σκάψουμε βαθύτερα για να ανακαλύψουμε ένα νέο χορογραφικό σύμπαν. Αυτή ήταν μια ευκαιρία να γνωριστούμε καλύτερα και να προκαλέσουμε το παρελθόν μας σε ένα νέο ταξίδι, όχι μόνο ως ερμηνευτές αλλά και ως δημιουργοί» μας λένε από το Άμστερνταμ όπου παρουσιάζουν το εγχείρημά τους, λίγο πριν φθάσει στα μέρη μας. «Το “Neighbours” είναι ένα ντουέτο που συγχωνεύει δύο διαφορετικά υπόβαθρα, προσπαθώντας να βρει κοινό έδαφος για να αναδείξει ένα συγκεκριμένο θέμα, τη σχέση. Δώσαμε πολλή σημασία στον διάλογο για να κατανοήσουμε ο ένας τον άλλον και να προσεγγίσουμε την καλλιτεχνική διαδικασία ως αδέρφια, φίλοι και συνάδελφοι και ως δύο άνθρωποι οι οποίοι αναζητούν τη συζήτηση και το παιχνίδι».

Αγκώνες που ανταλλάσσουν ιστορίες, χέρια που μπλέκονται, αντικρούουν, θυμούνται, γόνατα και γοφοί που ξεδιπλώνονται σε περίπλοκους σχηματισμούς: ένα παζλ πέρα από σύνορα και γλώσσες, το κοινό δημιουργικό ταξίδι τους ξεκίνησε στη σιωπή για να αφήσει χώρο στη μουσική του σώματος και στην πορεία συνομίλησε με μελωδίες υπνωτιστικές, με τον ήχο του σαζ και τις συνθέσεις του Ρουσάν Φιλίζτέκ. «Καθένας μας προέρχεται από διαφορετικό υπόβαθρο. Την ίδια στιγμή, όμως, εντοπίσαμε πολλές ομοιότητες στην πολιτιστική μας κληρονομιά και τις μοιραστήκαμε». Οικογενειακές ιστορίες, καταβολές, συναντήσεις, αυτές οι φέτες ζωής και ο στόχος της συνάντησης και της αλληλοανακάλυψης υπήρ-

ξαν η βάση. «Οι παραδόσεις μας και οι διαφορετικές δεξιότητες μας οδήγησαν να δουλέψουμε με διαφορετικό τρόπο από ό,τι θα χορογραφούσαμε συνήθως. Όταν ξεκινήσαμε, δεν είχαμε κάποιο συγκεκριμένο θέμα. Ήταν η πρώτη φορά που έπρεπε να φέρουμε σε πέρας κάτι τέτοιο, να δημιουργήσουμε μια χορογραφία και να την ερμηνεύσουμε. Στην αρχή δυσκολευτήκαμε να καταλάβουμε ποιος θα ήταν ο σωστός τρόπος. Έτσι ξεκίνησε η συζήτηση πάνω στο ζήτημα του να είμαστε αυτό που είμαστε και η μεταξύ μας σχέση, οδηγώντας στη δημιουργία ενός νέου λεξιλογίου».

Αυτοσχεδιάζουν από κοινού κινητικά μοτίβα. Εστιάζουν στην αλληλοεπικάλυψη των γλωσσών κίνησης που κληρονομήθηκαν μέσω των λαϊκών χορών και των κοινοτικών εορτασμών στην αλβανική και στην κουρδική κουλτούρα. Διερευνούν τον τρόπο με τον οποίο οι ιστορίες αυτές ανατρέπονται μέσα από τις ξεχωριστές εμπειρίες του καθενός για να μεταμορφωθούν, όταν τελικά συναντιούνται. Το σώμα γίνεται έδαφος για να αναδυθούν μνήμες της νιότης, για να εξερευνηθούν στιγμές μεταμόρφωσης και στοχασμού στο μεταίχμιο υίβαρ, κλασικού και σύγχρονου χορού. Τι θα δούμε, λοιπόν, στην κεντρική σκηνή του Διεθνούς Φεστιβάλ Χορού Καλαμάτας; «Θα δείτε χαρά, σε ανθρώπους, καλλιτέχνες με ένα σύνολο δεξιοτήτων, που λαχταρούν να μοιραστούν μαζί χρόνο στη σκηνή». **A**

## Όταν οι «Γείτονες» χαρεύονται

Ραντεβού που δεν χάνεις αν αγαπάς τον χορό,  
το **Διεθνές Φεστιβάλ της Καλαμάτας** ανεβάζει αυλαία  
και φιλοξενεί την πρώτη του διεθνή συμπαραγωγή.  
Μας τη συστήνουν οι δημιουργοί της,  
**Brigel Gjoka και Rauf Yasit.**

Της ΙΩΑΝΝΑΣ ΓΚΟΜΟΥΖΑ



# ΤΟ ΜΑΤΕBOOK D16 ΤΗΣ HUAWEI ΑΛΛΑΖΕΙ ΤΟΥΣ ΚΑΝΟΝΕΣ ΤΟΥ ΠΑΙΧΝΙΔΙΟΥ

Το τέλειο  
laptop για  
την υβριδική  
εποχή

**Η** εποχή της εξ αποστάσεως εργασίας και μελέτης εξαιτίας της πανδημίας έφερε στο προσκήνιο την έντονη επιθυμία για laptop με υψηλότερες επιδόσεις, εφάμιλλες ενός desktop υπολογιστή.

Η HUAWEI, έπεται από μία εκτενή έρευνα στα «θέλω» αυτής της νέας εποχής, παρουσιάζει τον υπολογιστή **MATEBOOK D16**, ο οποίος ανεβάζει τις προσδοκίες για όλους εκείνους που αγαπάνε τα νέα laptop.

Την ώρα που οι περισσότεροι κατασκευαστές χρησιμοποιούν οθόνες 15,6 ιντσών για τα laptop τους, η HUAWEI δημιούργησε μία με 16 ίντσες, απαντώντας στις ανάγκες μας. Η εμπειρία της Full View οθόνης είναι καθηλωτική, ενώ δεν κουράζει τα μάτια λόγω του DC dimming - επιτρέποντάς μας να εργαζόμαστε πιο άνετα για περισσότερη ώρα.

Ο επεξεργαστής 12ης γενιάς Intel® Core™ H-Series Processor εξασφαλίζει τις υψηλότερες επιδόσεις ακόμα και στις πιο απαιτητικές εργασίες, ενώ με βάρος μόλις 1,7 Kg είναι πανεύκολο στη μεταφορά του.

Η λειτουργία Super Device αλλάζει ολοκληρω-

τικά ό,τι μπορεί να ξέρατε για τη χρήση ενός ηλεκτρονικού υπολογιστή, καθώς το **MATEBOOK D16** φέρνει μια πρωτοποριακή διασύνδεση εξωτερικών συσκευών. Το μόνο που χρειάζεται να κάνει κανείς είναι απλά να τις τοποθετήσεις δίπλα στο laptop και αυτό θα τις αναγνωρίσει. Μπορείτε να συνδέσετε το κινητό σας τηλέφωνο και να λειτουργούν και τα δύο ως μία συσκευή, ενώ με τη λειτουργία Mate View έχετε τη δυνατότητα να συνδέσετε το laptop σας με έναν σταθερό ΗΥ και να κάνετε τις εργασίες σας σε μεγαλύτερη οθόνη.

Ο νέος υπολογιστής της HUAWEI είναι επίσης το μέλλον του υβριδικού γραφείου. Με τη λύση **Smart Conference** δημιουργείται ένας χώρος συσκέψεων σπουδαίως, έχοντας υψηλή ποιότητας ήχο και κάμερα με έξυπνες λειτουργίες AI. Ο συνδυασμός της μεγάλης οθόνης, της εύκολης φορητότητας, της ισχυρής απόδοσης, του μεγάλου πλήθους δυνατοτήτων τηλεδιάσκεψης και της απρόσκοπτης συνδεσιμότητας κάνει το **MATEBOOK D16** την καλύτερη επιλογή για να κάνετε τις εργασίες σας, βάζοντάς σας παράλληλα στη νέα υβριδική εποχή.







# FOU GA RO ARTCENTER

ΕΔΩ Η  
ΤΕΧΝΗ  
ΣΥΝΑΝΤΑ  
ΤΗ ΖΩΗ!

Ασκληπείου 98, Ναύπλιο  
2752047300  
[www.fougaro.gr](http://www.fougaro.gr)  
Fb: To.Fougaro,  
INSTA: @fougaro







Το μοναδικό Κέντρο Τέχνης του Ναυπλίου, στεγάζεται σε ένα ιστορικό βιομηχανικό συγκρότημα & περιβάλλεται από κήπους, αίθρια με υδάτινα στοιχεία, πλατάνια & μουριές.

**Εδώ η Τέχνη - μικρή, μεγάλη, καθημερινή - γίνεται ένα με τη ζωή!**

Δύο τριγλώσσες βιβλιοθήκες, μία μεγάλη συλλογή τέχνης & εργαστήρια για κάθε ηλικία υποστηρίζουν δημιουργικές δράσεις όλο το χρόνο.

**Το φετινό καλοκαίρι το ΦΟΥΓΑΡΟ φιλοξενεί 2 νέες εκθέσεις.**

Η **GALLERY** παρουσιάζει την έκθεση ζωγραφικής «3» του γνωστού Κύπριου εικαστικού Λευτέρη Ολύμπιου. Παράλληλα, **στο χώρο BLUE2**, η Γερμανίδα εικαστικός Brigitte Hofherr παρουσιάζει έργα βοτανικής εικονογράφησης αφιερωμένα στη ντομάτα, σε μια σειρά με τίτλο "Endangered Portraits".

Ένα βραβευμένο **CAFÉBISTROT** με vintage έπιπλα & τέχνη, προσφέρει καφέ, ποτά & γεύσεις μεσογειακές. Το καλοκαίρι η δράση μεταφέρεται στο deck, με το **BLUEBAR** να κυριαρχεί στην Πλατεία, όπου κάθε Παρασκευή παρουσιάζονται dj sets, κάθε Σάββατο live μουσική, μεγάλες συναυλίες κάποιες Κυριακές, ενώ ένα ετήσιο Jazz Festival διοργανώνεται κάθε Σεπτέμβριο.

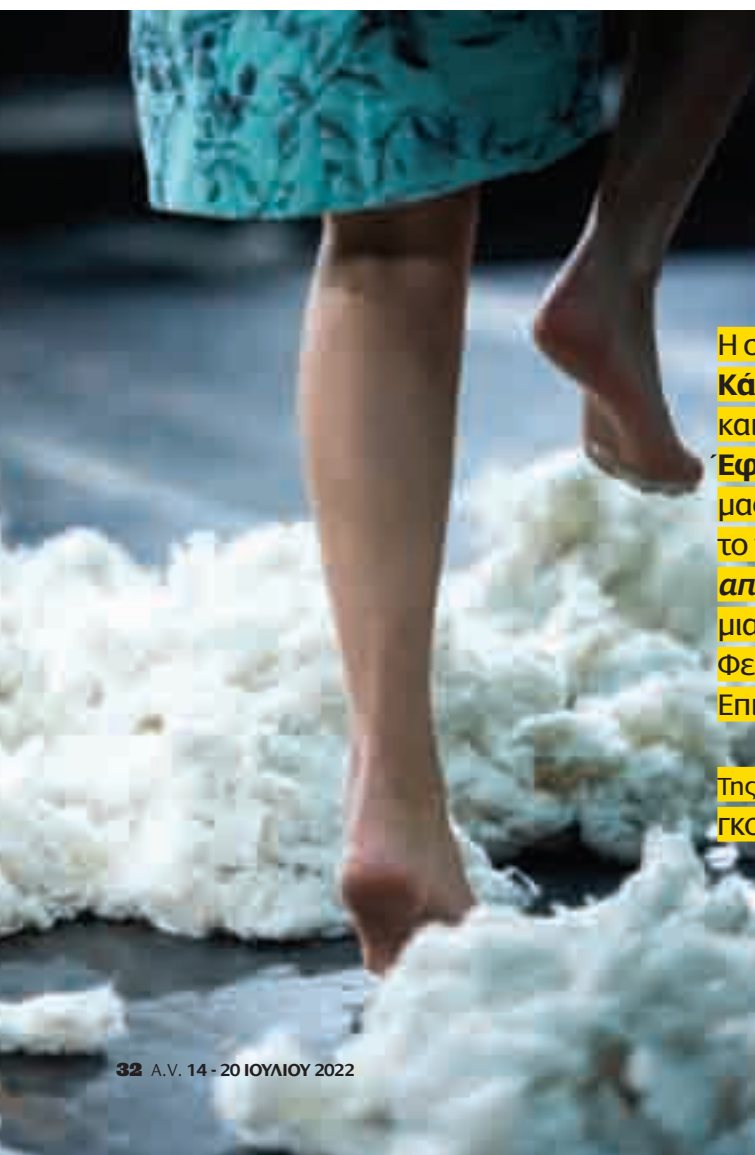
Η βιομηχανική & σύγχρονη αρχιτεκτονική & το επιβλητικό φουγάρο, προσθέτουν στη γαητεία του χώρου, κάνοντας το **FOUGARO ARTCENTER** ιδανικό μέρος να χαλαρώσει κανείς, να γευτεί & ν' απολαύσει τη ζωή!







## Ποιος είναι ο Αίαντας της μικρής Επιδαύρου;



Η συγγραφέας  
**Κάλλια Παπαδάκη**  
και η σκηνοθέτις  
**Έφη Θεοδώρου**  
μας συστήνουν  
το νέο έργο «**Ρίζες  
από βαμβάκι**»,  
μια ανάθεση του  
**Φεστιβάλ Αθηνών  
Επιδαύρου**

Της **ΙΩΑΝΝΑΣ  
ΓΚΟΜΟΥΖΑ**

**Τ**ο σκηνικό στην ορχήστρα του μικρού θεάτρου, ανάμεσα στα περιβόλια της Αρχαίας Επιδαύρου και τη θάλασσα, λιτό. Ένα σιδερένιο τραπέζι στεγάζει μια μάζωξη οικογενειακή σε πλήρη απαρτία μετά από καιρό. Θα μπορούσε να βρίσκεται μες στα βαμβακοχώρα στον Έβρο που τα χορεύει ο άνεμος, εκεί που η οικογένεια του Αίαντα κερδίζει το βίος της, εκεί που κι ο ίδιος επιστρέφει το 1978 ως νεοδιορισμένος φιλόλογος με όνειρα να κάνει μια καινούργια αρχή καλλιτεχνώντας χωρίς χημικά τα στρέμματα που του αναλογούν. Η δι-άψευση δεν θα αργήσει να έρθει. Κοφτή και κοφτερή σαν τις κουβέντες που ανταλλάσσουν οι χαρακτήρες μεταξύ τους. Τα πατρογονικά χωράφια όλα κληρονομιά στον αδελφό του Οδυσσέα που έμεινε πίσω να δουλέψει τη γη, «Πού να βρεις λίγη αγάπη; Μια αγκαλιά να θυμηθείς πώς κάποτε ήσουν κι εσύ παιδί» μονολογεί νιώθοντας την αδικία, πως κανείς δεν τον λογαριάζει. Και η αγάπη του γίνεται λαίλαπα. Καίει τα σπαρτά, το πατρικό σπίτι. Αφανίζει τελικά και τον ίδιο. Κάπως έτσι ξετυλίγεται το νήμα στο «**Ρίζες από βαμβάκι**» (15 & 16 Ιουλίου). Ανάθεση του Φεστιβάλ Αθηνών Επιδαύρου στην **Κάλλια Παπαδάκη**, στο πλαίσιο του κύκλου **Contemporary Ancients** για τη δημιουργία νέων θεατρικών έργων με αφετηρία κείμενα της αρχαίας δραματουργίας, είναι εμπνευσμένο από τον «Αίαντα» του Σοφοκλή. «Επίλεξα να συνομιλήσω με τον "Αίαντα" γιατί θέλησα να μιλήσω για τη βία που κατοικεί στα λόγια, στις πράξεις, στα όνειρά μας όταν συνθλίβονται» λέει η συγγραφέας. «Κράτησα την αρχική δραματουργική συνθήκη, της προσωπικής ματαιώσης, και την έσπειρα σε μια αγροτική οικογένεια της επαρχίας, φύτεψα τους σπόρους ενός οικογενειακού εμφυλίου που έχει ρίζες βαθιές – ακόμα και στην Ιστορία του τόπου. Μέχρι πού μπορεί να φτάσει κανείς για να υπερασπιστεί τον εαυτό του απέναντι σε ό,τι θεωρεί άδικο; Κληροδοτείται η βία; Παύει ποτέ ο σπόρος του κακού; Ο Αίαντας με συγκινεί γιατί φέρει αυτή την προσωπική ματαιώση. Το να σε ξεπερνά η εποχή σου, να πιστεύεις ότι αξίζεις και να

μη σου δίνεται η ευκαιρία να λάμψεις». Την πρό(σ)κληση του πρώτου ανεβάσματος (αν)έλαβε η διευθύντρια του ΔΗΠΕΘΕ Κρήτης **Έφη Θεοδώρου**. Τη γοήτευσε το έργο γιατί εντόπισε στο υπόβαθρό του έννοιες κλασικές και διαχρονικές. «Δεν αφορά απλώς στην ελληνική οικογένεια, την παθογένειά της, την αυτοχειρία ενός νέου. Κάτω από αυτά μπορείς να μιλήσεις για το έλλειμμα της αγάπης και της εμπιστοσύνης στους νέους ανθρώπους, τη ματαιώση. Το κεντρικό θέμα είναι το αίτημα για αγάπη – η αγάπη για την ελευθερία, την αυτοδιάθεση, την αποδοχή της διαφορετικότητας. Η παρουσία του Αίαντα προσλαμβάνει έναν αποκαλυπτικό χαρακτήρα για τους άλλους. Με την αυτοκτονία του είναι σαν να υψώνει καθρέφτες για να αντικρίσουν τους εαυτούς τους και να απελευθερωθούν. Πλέον τα ξαναβλέπουν όλα αλλιώς». Διαβάζοντας το κείμενο είδε μπροστά της ήρωες μοναχικούς, πονεμένους, εύθραυστους, ψυχές που σκλήρυνε ο μόχθος. Είδε, όμως, και τη διαφυγή μέσα από το όνειρο. «Υπάρχει ένα δίπολο αγριότητας-τρυφερότητας, σ' αυτό προσπάθησα να στηριχθώ» συμφωνεί η Κάλλια Παπαδάκη. Το κείμενο έχει γρήγορο ρυθμό και η Θεοδώρου με τη σκηνοθεσία της θα επιδιώξει να διαστέλλει και να συστέλλει τον χρόνο, με παράλληλες δράσεις και όλα τα πρόσωπα – του αυτόχειρα συμπεριλαμβανομένου – διαρκώς στη σκηνή. Παίζει με τη μοιερική συνθήκη, στην οποία και οι νεκροί ήρωες ορθώνονται ξανά. Μέχρι τέλους ο Αίας αναζητά την αγάπη και την αποδοχή. «Θα 'θελα να 'μουν ρίζα να με φροντίζουν. Κλαδάκι να με στηρίξεις. Φύλλο φαγωμένο να με γιατρέψεις. Μπουμπούκι να με κρατήσεις. Κι αν τύχει και μαραθώ να με κάνεις λίπασμα να ξαποστάσω»... Πώς θα 'θελαν να βγει το κοινό από την παράσταση; Συγκινημένο, με διάθεση για αναστοχασμό, αλλά και πιο έτοιμο να ανοικτεί. «Ο καθρέπτης του Αίαντα να στραφεί στους θεατές και να πυροδοτήσει την έκφραση, τις εξομολογήσεις, την επικοινωνία, συναισθηματικές εκρήξεις. Να σπκωθεί εκείνη τη στιγμή κάποιος και να πει μια μεγάλη αλήθεια του μπροστά σε όλους».



## Προετοιμαστείτε για ένα καλοκαίρι όπως το θέλετε και κερδίστε με το πρόγραμμα **Επιστροφή!**

Όπου και αν ταξιδέψετε φέτος το καλοκαίρι, επιλέξτε για τη μετακίνηση, τη διαμονή και τη διασκέδασή σας επιχειρήσεις που συνεργάζονται με το πρόγραμμα επιβράβευσης **Επιστροφή**, για να κερδίζετε **ευρώ Επιστροφή** και στις διακοπές σας, με κάρτες **Eurobank** που συμμετέχουν στο Πρόγραμμα.



**Προγραμματίστε τις διακοπές σας με το πρόγραμμα Επιστροφή  
& απολαύστε το καλοκαίρι με ακόμη μεγαλύτερο χαμόγελο!**

Μάθετε περισσότερα στο [eurobank.gr/epistrofi](https://eurobank.gr/epistrofi)







# Δελφοί

Του **Asaf Avidan\***

ΦΩΤΟ: ΓΙΩΡΓΟΣ ΓΕΡΑΝΙΟΣ



Με γοήτευε πάντα το γεγονός ότι αυτοκράτορες και πληβείοι πήγαιναν στους Δελφούς για να ζητήσουν συμβουλή για τη ζωή τους, να πάρουν τις απαντήσεις που ήθελαν από το Μαντείο που ήταν ο ομφαλός της Γης, το κέντρο του κόσμου.

Δεν υπήρξε αμφιβολία για εμένα αν θα πήγαινα στους Δελφούς. Όποιος θαυμάζει την αρχαία Ελλάδα και τη μυθολογία θέλει να πάει σε αυτό το μέρος. Είχα βρεθεί στην Αθήνα για δουλειά και οι Δελφοί είναι τόσο κοντά που το χρειαζόμουν πραγματικά να πάω. Χρειαζόμουν να δω εκείνη την πέτρα που συμβολίζει τον ομφαλό της Γης. Και είναι ενδιαφέρον, επειδή διαβάζω το «Κόκκινο Βιβλίο» του Καρλ Γιουνγκ για την αυτοκαθοδηγούμενη φαντασία και αυτοσυγκέντρωση και για το πώς να φτάσεις σε μία κατάσταση τρανς ώστε να μπορέσεις να μιλήσεις στο υποσυνείδητό σου. Λένε ότι η Πυθία έφτανε σε μία τέτοια κατάσταση τοξικής έκστασης από τις αναθυμιάσεις που έβγαιναν κάτω από το γη. Και αυτό είναι πολύ ενδιαφέρον για μένα: το ότι πάντα φτάνεις στο ίδιο σημείο. Στο τέλος της μέρας, αυτό που βλέπω εγώ δεν είναι ένα Μαντείο, δεν είναι οι αυτοκράτορες, δεν είναι η αρχιτεκτονική ή η ιστορία. Αυτό που βλέπω εγώ είναι η θεμελιώδης, φρικτή πραγματικότητα του τι σημαίνει να έχεις συνείδηση, να καταλαβαίνεις. Και αν μπορείς να καταλάβεις τον εαυτό σου αμέσως αίρεται ένας φραγμός και μπορείς να καταλάβεις τα πάντα, όσα δεν είσαι εσύ, τους άλλους. Και αυτό φέρνει μαζί του το δυσβάσταχτο βάρος της μοναξιάς – αναδημιουργούμε τόσες πολλές απαντήσεις με μοναδικό σκοπό να μη νιώθουμε μόνοι στο σύμπαν. Να μη νιώθουμε αόρατοι.

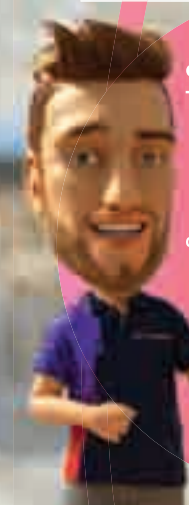
Στους Δελφούς πραγματικά νιώθεις τους ανθρώπους. Την ανθρώπινη ψυχή. Είναι σαν να πηγαίνεις στις Πυραμίδες. Άνθρωποι που παθητικά, πανέμορφα και με αξιοπρέπεια ψάχνουν να βρουν απαντήσεις. Και έτσι να δημιουργήσουν ό,τι είναι όμορφο για την κοινωνία.

Εκεί ένιωσα ότι ο τόπος μου μίλησε. Είμαι πολύ επιστημονικά προσανατολισμένο άτομο, δεν πιστεύω σε οiwονούς, δεν πιστεύω σε πνεύματα και εκείνη τη μέρα που πήγαμε με τη φίλη μου στους Δελφούς, είχε λίγο αέρα αλλά τα σύννεφα ήταν απίστευτα. Εξωγήινα σύννεφα. Ήταν ένα ειδικά που έμοιαζε με ολοστρογγύλο διαστημόπλοιο. Ήταν απλώς ένα σύννεφο, φυσικά και δεν σημαίνει τίποτα. Αλλά εγώ έβρισκα νόημα σε αυτό ακριβώς όπως οι άνθρωποι έβρισκαν νόημα στη θρησκεία ή σε αυτά που έλεγε το Μαντείο. Για μένα ήταν σαν να βλέπω τις θεμέλιες λίθους του κόσμου, της κοινωνίας. Το γιατί στήνουμε τόσες πολλές πέτρες για να δημιουργήσουμε έναν τοίχο, σαν καταφύγιο, που θα μας προστατεύσει από την πραγματικότητα. Ο Γιουνγκ, και πάλι, λέει ότι η συνείδηση είναι σαν να βρίσκεσαι κάτω από τον καυτό ήλιο στην έρημο, δεν έχει καταφύγιο, είσαι εκτεθειμένος. Και χτίζεις καταφύγια, μέσω του πολιτισμού, μέσω της θρησκείας, μέσω της αγάπης για να μη νιώθεις αυτό το βάρος.

\* Ο **Asaf Avidan** είναι διάσημος σε όλο τον κόσμο ποπ/ροκ τραγουδιστής και τραγουδοποιός. Θα βρίσκεται στην Αθήνα την Πέμπτη 22/9 για μία συναυλία στο Ηρώδειο.

## Καλοκαίρι στο σπίτι; Tips από το ΔΕΗ myEnergy

Αν σε ρωτήσουν ποιος είναι ο καλύτερός σου φίλος το καλοκαίρι, ξέρουμε ότι η απάντηση είναι «το air condition». Δεν υπάρχει τίποτα πιο απολαυστικό από το να επιστρέφεις στο δροσερό σου σπίτι μετά από μια κουραστική μέρα στην πόλη. Για να μην το μετανιώσεις όμως αργότερα στον λογαριασμό, διατήρησε τον θερμοστάτη του κλιματιστικού στους 26°C. Η ρύθμιση θερμοκρασίας κάτω από τους 26°C οδηγεί σε συνθήκες μη θερμικής άνεσης και αυξάνει το κόστος λειτουργίας.





### Της Γαίας Μερκούρη - Stegerhoek\*

ΦΩΤΟ: MICHEL SEDAN

Δεν μου άρεσε η Ύδρα όταν ήμουν μικρή μέχρι που μου τη «σύστησε» από την αρχή κάποιος που τη γνώριζε καλά. Αυτό είναι και το μυστικό αυτού του μικρού νησιού του Σαρωνικού με τους μόλις 2.500 κατοίκους. Είναι γεμάτο εκπλήξεις, κρυμμένες στα στενά σοκάκια της χώρας, και σε προκαλεί να τις ανακαλύψεις. Υπέροχο φαγητό, τέλειες μουσικές, ευχάριστοι άνθρωποι και αγάπη. Πολλή αγάπη. Στην όμορφη χώρα της Ύδρας, όρεξη να 'χεις, θα βρεις όλες τις γεύσεις, όποια κι αν είναι η διάθεση ή η περίπτωση. Ένα ρομαντικό δείπνο με εκλεκτά θαλασσινά και θέα το ηλιοβασίλεμα στο μοναδικό **Sunset Restaurant** ή ένα χαλαρό αλλά υπέροχο ιταλικό γεύμα το μεσημέρι στο **Caprice**, και αν προτιμάς φανταστικά κοκτέιλ στο μπαρ **Παπαγάλος**. Αυτό που θέλω να πω είναι πως η Ύδρα φροντίζει όλες σου τις επιθυμίες και το κάνει όχι μόνο με τις γεύσεις της, αλλά προπάντων με τους ανθρώπους της, που είναι έτοιμοι να σε εξυπηρετήσουν με χαμόγελο. Άνθρωποι που θέλεις να βρίσκονται γύρω σου.

Πράγματι, οι άνθρωποι στην Ύδρα είναι οι πιο φιλόξενοι, ζεστοί και καλοπροαίρετοι άνθρωποι που έχω γνωρίσει. Αντιμετωπίζουν τον πελάτη σαν να είναι οικογένεια και είναι πάντα πρόθυμοι να βοηθήσουν τους επισκέπτες να βρουν το «σπίτι» τους μακριά από το σπίτι τους. Ένα ποτό από τον Γιάννη στο μπαρ **Περατής (Pirate Bar)**, ένα χαμόγελο και μια ευχάριστη κουβέντα με τον Μπάμπη στο μπιτ μπαρ **Σπηλιά**, που σε καλωσορίζει κάθε πρωί, και χορός στις μουσικές του Λάμπρου στον «**Ομίλο**» μέχρι να δώσει ο ήλιος. Φτιάχνεις σχέσεις με αυτούς τους ανθρώπους, και ακριβώς επειδή η Ύδρα είναι τόσο μικρή, ο σερβιτόρος θυμάται πως θέλεις επιπλέον ζάχαρη στον freddo espresso σου.

Η Ύδρα ήταν από πάντα μια «κοινότητα» καλλιτεχνών και συγγραφέων, και αυτή της την ταυτότητα διατηρεί έως σήμερα, καθώς εξακολουθεί να γοητεύει όσους δραστηριοποιούνται στις διάφορες και ποικίλες μορφές τέχνης. Το καταλαβαίνεις, το νιώθεις, γιατί μια απλή κουβέντα εξελίσσεται πάντα σε δημιουργική ανταπόκριση επιχειρημάτων. Αυτό είναι κάτι που αγαπώ στην Ύδρα, οι άνθρωποι που την επισκέπτονται είναι τόσο ενδιαφέροντες και τόσο διαφορετικοί από τους τουρίστες, που ίσως συνηθίζεις να βλέπεις στην «καθημερινότητα» του καλοκαιριού. Σε εμνέουν, σου ανοίγουν ορίζοντες. Τους ανθρώπους που γνώρισα εγώ στην Ύδρα τους έχω όλους στην καρδιά μου σαν καλούς φίλους, παρόλο που κάποιους ίσως να τους συναναστράφηκα ένα καλοκαίρι μόνο ή ένα βράδυ, στο **Amalour** και στον «**Ομίλο**», δυο μέρη που ενώνουν ξένους μεταξύ τους, ανώνυμα.

Η Ύδρα τα συνδυάζει όλα, εξαιρετικό φαγητό, αλλά και τέχνη που θα θαυμάσεις τόσο στις γκαλερί του νησιού όσο και στην ίδια την όψη της, στην αρχιτεκτονική των σπιτιών της.

Παρά το μικρό της μέγεθος, είναι ένα ξεχωριστό νησί που, αν το ζήσεις όπως το ζω εγώ, θα σου προσφέρει αξέχαστες αναμνήσεις, φιλίες ζωής, ανοικτούς ορίζοντες και νέες ιδέες, αλλά και ένα hangover από τα πάρτι που, σαν καλή φίλη, σίγουρα θα σε προσκαλέσει.

\* Η Γαία Μερκούρη - Stegerhoek είναι φωτογράφος.





Στην Ύδρα με τη μεγάλη ιστορία και τη νοσταλγική αρχοντιά, έχει πολλά να δείξ και να κάνει. Σίεκι του διεθνούς τζετ σετ για δεκαετίες, με κρυστάλλινα νερά, γραφικά κτίρια, επιβλητικά αρχοντικά με λουλουδιασμένες αυλές, χωρίς αυτοκίνητα και μηχανάκια, σίγουρα θα περάσεις υπέροχα!

**Πού να κολυμπήσεις**  
Φυσικά στην Ύδρονετα για να απλώσεις την πετσέτα σου στον βράχο και να κάνεις βουτιές. Στο **Μικρό και Μεγάλο Καμίνι** θα νιώσεις την αύρα της θρυλικής ταινίας «Τοργόνες και Μαλγκές». **Βλυσος, Μανδράκι, Μπισσι** και **Άγιος Νικόλαος** είναι οργανωμένες παραλίες με πεντακάθαρα νερά. Στη **Λιμνιώνιζα** στη νότια ακτή του νησιού, θα φτάσεις με θαλάσσιο ταξί.

**Πού να μείνεις**  
Στο συγκλονιστικής αρχιτεκτονικής και πιο παλιό ξενοδοχείο του νησιού, την ατμοσφαιρική **Hydroussa** (2298052400), στο **Λιτώ** (2298053385), με τις υψηλές επιμέδου υπηρεσίες, στον παραδοσιακό ξενώνα **Κίρικη** (2298053181) με το φιλόξενο περιβάλλον και την όμορφη θέα, και στο **Mistral Hotel** (2298052509). Ενδιαφέρουσες επιλογές και η **Bratsera** (2298053971), το **Orloff Boutique Hotel** (2298052564) και η **Φαίδρα** (2298053330). Για πιο μπασέμ διαμονή στα **Πυτιούσσα** (2298052810), **Φιλένια** (2298052537), **Αλκυονίδες** (2298054055), **Σοφία** (2298052313), όλα τους στο λιμάνι και στα γύρω στενά.

**Πού να φας και να πιεις**

Στην Ξερή Ελιά (2298052886), για παραδοσιακή ελληνική κουζίνα. Φρέσκο ψάρι στην **Κονδυλένια** (2298053520), στο Καμίνι. Στο **Παραδοσιακό** (2298054155), μέσα στα στενά, για μεζέ ή και μαγειρευτό, στο **Γετονικό** (2298053615) και την **Σπράϊ Ύδρα** (2298052556) για κα-ταπληκτικό ψάρι. Στη **Βεράντα** (2298052259) που βρίσκεται στην ταράτσα ενός παλιού υδραΐκου σπιτιού για κλασικές ελληνικές και ιταλικές γεύσεις και στην **Ύδρονετα** (2298054160), για κοκτέιλ με θέα θάλασσα. Για σουβλάκια και πολιτικές γεύσεις στο **...Και Κρεμμύδι** (2298053099). Για ωραία παραδοσιακά γλυκά στο χέρι ή και σε τραπέζια στης κυρίας Φλώρας – ακούει και στο **Ανέμιο** (2298053136), μιν χόσεις το φοβερό παγωτό καϊμάκι με πρόβιο γάλα! Ωραίο χειροποίητο παγωτό θα φας και στο **Cool Mule** (2298052100). Στον **Τσαγκάρη** (2298052314), για τα ονομαστά παραδοσιακά αμυγδαλωτά και για καταπληκτικά γλυκά. Για κοκτέιλ στον **Ισαλο** (2298029661). Στο **Ρολόι** (2298052265) από καφέ και ουζάκι μέχρι ελληνική κουζίνα και βάρλες με παγωτό. Για την απόλυτη υδραϊκή εμπειρία στον **Περατή** (2298052711), το κλασικό bar του νησιού που έχουν επισκερτεί ο Ερίκ Clapton και όλοι οι διάσημοι που πάτησαν στο νησί, αλλά και στο **Amalour** (2298029680) για τις ωραίες του μουσικές. –A.Y. team



Δήμος: 2298320200  
Πρώτες Βοήθειες: 2298053150  
Αστυνομία: 2298052205  
Λιμεναρχείο: 2298052279





# Αίγινα

Της **Δόμνας Μιχαηλίδου\***



Αίγινα. Το νησί των παιδικών και εφηβικών μου αναμνήσεων. Το νησί που έβγαλα τις βοηθητικές ρόδες στο ποδήλατο αλλά και το νησί που έδωσα το πρώτο μου φιλί. Το νησί των τζιτζικιών, των ατελείωτων μεσημεριών και της ποδηλατάδας. Ένας τόπος που αγάπησα και αγαπώ βαθιά. Ένα νησί στο οποίο επιστρέφω ξανά και ξανά για να απολαύσω την ηρεμία του, την ευκολία και την ξεγνοιασιά του. Δελφίνοι από Πειραιά για Αίγινα σχεδόν πάντα χωρίς air condition. Καθόμασταν πίσω, στο μπαλκονάκι του, και αποβιβαζόμασταν στην Αγία Μαρίνα, στο σπίτι της θείας μου, λίγες ημέρες μετά το τέλος της σχολικής χρονιάς.

Κάθε καλοκαίρι ήμουν εκεί, παρέα με τις δύο ξαδέλφες μου και τη θεία μου, η οποία ήταν καθηγήτρια γαλλικών και είχε πολλές ημέρες διακοπών. Όταν ήμασταν πολύ μικρές, πηγαίναμε για μπάνιο στον **Μάντζαρη** και, όταν πια γίναμε έφηβες, δίναμε ραντεβού στον **Σώτο** και στη διάσημη ντίσκο **LEO** στην **Αγία Μαρίνα**. Το «πρόγραμμα» μας ήταν προκαθορισμένο και φοβερά «αυστηρό». Ξυπνούσαμε, τρώγαμε πρωινό, πηγαίναμε για μπάνιο, επιστρέφαμε στο σπίτι για μεσημεριανό και περιμέναμε να πέσει λίγο ο ήλιος για να κάνουμε ατέλειωτες ποδηλατάδες που θα μας οδηγούσαν στο γήπεδο μπάσκετ ώστε να δούμε τα αγόρια να παίζουν. Το καλοκαίρι της Α' Γυμνασίου ήμουν και πάλι στην Αίγινα. Εκεί ήταν που έδωσα το πρώτο μου φιλί με τον Θοδωρή. Είχε προηγηθεί και το πρώτο μου «σ' αγαπώ», λίγα χρόνια νωρίτερα. Μου το είχε ψιθυρίσει στο αυτί ο φίλος μου ο Μαργαρίτης, όταν πήγα να στη Γ' Δημοτικού. Θυμάμαι να κοκκινίζω και να λέω «κι εγώ», χαμηλόφωνα. Καλοκαίρι αλλά και Καθαρά Δευτέρα στην Αίγινα, τιμώντας την οικογενειακή παράδοση που μας ήθελε να την περνάμε όλοι μαζί στο σπίτι του καλύτερου φίλου του πατέρα μου, στην **Παχειά Ράχη** κοντά στους πρόποδες του **Ελλάνιου Όρους**. Τι είναι για εμένα η Αίγινα; Θα είναι για πάντα η γλυκιά νοσταλγία των τζιτζικιών, των ζεστών μεσημεριών και του ποδηλάτου των παιδικών και εφηβικών μου χρόνων.

\* Η **Δόμνα Μιχαηλίδου** είναι υπηπουργός Εργασίας και Κοινωνικών Υποθέσεων.

info

Γραφικά σοκάκια, ποιοτικό φαγητό, ωραίες παραλίες, φιλόξενοι άνθρωποι. Μην χάσεις το **Fistiki Fest** (15-18/9), στο οποίο ο διάσημος καρπός του νησιού έχει την τιμητική του.

## Τι να δεις

Αξίζει μια επίσκεψη στον **Αρχαίο Ελαιώνα**. Ο ναός της **Αφραίας** είναι συγκλονιστικός, μια βόλτα στην **Παλαιοχώρα** με τα 365 εκκλησάκια θα σε γοητεύσει. Το **σπίτι του Καζαντζάκη** στον δρόμο προς Σουβάλα, το **Λαογραφικό Μουσείο**, το μοναστήρι στον **Άγιο Νεκτάριο**, ανάβαση στο **Όρος**, η **Παχειά Ράχη** αξίζουν μια βόλτα.

## Πού να καλυμπίσεις

Μέσα στην πόλη στις παραλίες **Αύρα**, **Παναγίτσα** και **Κολόνα**. Ένα βήμα από τη Χώρα, στον δρόμο προς Στον **Άγιο Βασίλη** και στον πρώτο και δεύτερο **Μαραθώνα** (οργανωμένες). Στην **Πέρδικα** για βουτιές, στην **Αγία Μαρίνα** και στη **Σουβάλα**. Σταθερές επιλογές είναι: **Κλειδί**, **Μουριώτη** και **Σαρπές**, πιο ήσυχες η **Βαγιά**, ο **Τούρλος** και οι **Πόρτες**. Κοσμοπολίτικες είναι το **Bocampo** στη Β' Μαραθώνα, το **Fyki Beach Restaurant** στην Αιγινήτσα και το **Klima Beach Bar** στο Κλειδί.

## Πού να φας

Στην πόλη: Στον **Κρητών Γεύσεις Εν Αιγίνης** (2297026255) με ζωντανή ελληνική μουσική. Στο **art cafe Tortuga** (2297022210). Ο **Μπάμπης** (2297023594), με πολύ καλή ελληνική κουζίνα, με τραπέζια πάνω στο κύμα. Για σουβλάκι στα **Τεκεδάκια** (2297028944), ωραία και αυτά στον **Μαύρο Γάτο** (2297026452). Ο **Μπακαλόγατος** (2297500501), τσιπουράδικο-μεζεδοπωλείο με καλές τιμές και γραφική αυλή. Το **Σχολείο** (6984211728) για πίτσες και μακαρονάδες. Στην **Αυλή** (2297026438). Λίγο πιο κάτω το **Κάππος Έτσι** (2297027219), με υπέροχα πιάτα. Ο **Τσίας** (2297023529) στην παραλία της Αίγινας. Δίπλα το αναγνωμένο **Μαριδάκι** (2297023023) με παραδοσιακή κουζίνα και ο πασίγνωστος **Σκοτάδης** (2297024014). Ο **Βατζούλιας** (2297022711), γραφική ταβέρνα με αυλίτσα. Ο διάσημος **Μάνιτας στο Κύμα** (2297022245) σε νέο χώρο με μαγευτική αυλή και σταθερά καλά πιάτα. Λίγο πιο κάτω, το **Αχιβαδάκι**

(2297024001) με θαλασσίνα. Στον δρόμο προς Σουβάλα, το

**Καλαμάκι στο Τσακ Μαρ** με κρέατα, και η **Καβουρόπετρα** (2297023001), για φρέσκο ψάρι. Το **Svelto Kouneli** (6944690180), στη Σουβάλα με κλασικά πιάτα και ωραία κρασιά. Στην Αγία Μαρίνα, στο **Θολός** (2297032129), χορταστικές μερίδες, υπέροχη αυλή. Στην **Κυψέλη**: Το **Il Posto** (2297028950), του συμπαθέστατου Γεράσιμου στην πλατεία, με καλά ιταλικά πιάτα. Στον **Μαραθώνα**: Η **Όστρια** (2297027682) με σπιτικά μαγειρευτά, φρέσκα ψάρια. Στην **Πέρδικα**: Ο **Νώντας** (2297061233), με ιστορία από το 1936, είναι εξπέρ στις παραδοσιακές γεύσεις και το ολόφρεσκο ψάρι. Στο **Μικρό Καφέ** που πρόσφατα μετακόμισε στο τέλος του πεζόδρομου (και έγινε μεγάλο καφέ), θα απολαύσεις ωραιότατο πρωινό ή brunch με θέα θάλασσα. Ιταλικές γεύσεις στο **Casa della Piza** (2297062278), με συνταγές του Εράλντο από τη Βενετία. Στο **Ρεμέτζο** (2297061658) για φρέσκα ψάρια, νόστιμα κρεατικά και τρομερή φιλοξενία. Στη **Βαγιά**: Η **Χορεύτρια** (2297053118), με πίτσα και πιάτα της ώρας.

## Πού να διασκεδάσεις

Στο τέλος της παραλίας το **Inn On The Beach** (2297025604), πάνω στη θάλασσα με καφέ, σνακ, κοκτέιλ, πάρτι με guest djs. Για ωραίες μουσικές θα πας στα **Περδικιώτικα**, με τον «κρυφό» κήπο και τα τρομερά μπέργκερ. Το **Πάντα Ρεϊ** (2297022317, 6944651699), με μπέργκερ, μακαρονάδες και live. Στο νησί θα βρεις και 3 θερινούς κινηματογράφους: **Ολύμπια**, **Ακρογιάλι** και **Άνεσις**.

## Πού να μείνεις

Στη Χώρα, στις **Fistikies** (2297023783). Στη **Ρατσώνη** (2297027039), με 12 πολυτελή θεματικά διαμερίσματα. Ένα χιλιόμετρο από το κέντρο το **Hotel Danae** (2297022424). Στον **Pyrgos Ralli** (6944421577) σε περιβάλλον που θυμίζει Τοσκάνη. Στην Αιγινήτσα, το **LaLi Bay Resort & Spa** (2297061215), το πρώτο 5άστερο στο νησί. Το **Perdica Suites** (2297061101). Στην Αγία Μαρίνα στο **Κατερίνα** (2297032075). Στη Σουβάλα στο **Hotel Xanthippi** (2297052201). Στον Μαραθώνα, στο **Ostria** (2297027677). Το **Vagia Hotel** (2297071179). -A.V.team

Η φωτογραφία είναι από το Αίγινα Run



Δήμος: 2297320011  
Αστυνομία: 2297022100  
Λιμεναρχείο: 2297025734  
Πρώτες Βοήθειες: 2297020100





# CALZEDONIA

#CALZEDONIA @CALZEDONIA.COM



# Σπέτσες

Της **Όλγας Κεφαλογιάννη\***

➔ Είναι οι Σπέτσες ένα νησί που μπορείς να επισκεφθείς σε όλη τη διάρκεια του χρόνου; Είναι, το λέω με βεβαιότητα, διότι έμεινα εκεί (λόγω συνθηκών) σε όλη τη διάρκεια του πρώτου lockdown.

Τότε ήταν που ανακάλυψα ότι, εκτός από τις παραλίες που τον χειμώνα σου δίνουν τη δυνατότητα να κάνεις υπέροχες διαδρομές, όπως για παράδειγμα στη **Ζωγεριά**, ακολουθώντας όλο το μονοπάτι προς την εκκλησία, υπάρχουν και διαδρομές στο μέσο του νησιού, όπου ανακαλύπτει κανείς ένα υπέροχο δάσος. Φτάνοντας στην κορυφή βλέπεις την Πελοπόννησο, την Ύδρα, τη Δοκό... Νομίζω πρέπει όποιος επισκεφτεί το νησί να ανακαλύψει το μονοπάτι για τη **Βίλα Χαρά** και να κάνει τον περίπατο που καταλήγει στη μαγική κατοικία με την πλούσια ιστορία όπου ο John Fowles έγραψε ένα από τα αγαπημένα μου μυθιστορήματα, τον «*Μάγο*».

Όμως οι Σπέτσες έγιναν για μένα, μετά το Ρέθυμνο και την Κρήτη, ένας αγαπημένος τόπος, γιατί εκεί ουσιαστικά δέσαμε τη ζωή μας με τον σύζυγό μου, τον Μίνω. Κι έτσι κάναμε πέρσι τον γάμο μας μόνο με τις οικογένειές μας κάτω από τον ουρανό των Σπετσών, σε μια τελετή που θυμόμαστε και οι δύο με απέραντη τρυφερότητα.

Εκείνος μου έδειξε τα μέρη που πήγαινε από μικρός και μοιραζόμαστε πια μαζί. Το «**Καφενείο**» στην **Ντάπια**, που ξεκίνησε με τις κλασικές ψάθινες καρέκλες και τον ελληνικό καφέ στη χόβολη, αλλά σήμερα είναι το κεντρικό σημείο συνάντησης, η βεράντα του ξενοδοχείου **Ποσειδώνιο**, που διατηρεί μια αίγλη από τα παλιά, για φαγητό στην ταβέρνα του «**Πάτραλη**» στην **Κουνουπίτσα** (διαχρονική αξία του νησιού) και ο κοσμικός «**Ταρσανάς**» στο **Παλιό Λιμάνι** για φρέσκο ψάρι. Φυσικά το αγαπημένο μου **Il Posto** στην Ντάπια για παγωτό μηχανής ή το **Alfi's** για το σορμπέ bitter σοκολάτα. Κλασική επιλογή το μπαρ **Spetsa** στον **Άγιο Μάμα** και το **Bikini** στο Παλιό Λιμάνι για μετά. Και φυσικά το καλά κρυμμένο μυστικό, η ταβέρνα **Παχνί**, με την ωραία αυλή όπου τρως λαχταριστά παϊδάκια!

Αυτό που κάνει ακόμη πιο ιδιαίτερο το νησί είναι πως, καθώς απαγορεύονται τα αυτοκίνητα, τα «ιππήλατα» δηλαδή, τα αμαξάκια είναι ένα κοινό μεταφορικό μέσο, όπως την παλιά εποχή και όχι μια τουριστική ατραξιόν, όπως συμβαίνει σε πολλά μέρη της Ελλάδας.

Το νησί των Σπετσών έχει μια ιδιαίτερη θέση πια στην καρδιά μου. Είναι ένας γλυκός τόπος, ένα μικρό νησί με μεγάλη ιστορία, μια ανάσα από την Αθήνα, που διατηρεί ακόμη και σήμερα μια ανόθευτη ομορφιά.

\* *Η Όλγα Κεφαλογιάννη είναι δικηγόρος, βουλευτής Α' Αθηνών.*







Ιδανικός προορισμός λόγω κοντινής απόστασης για τους Αθηναίους αλλά και για το διεθνές τζετ σέτ, που καταφθάνει κάθε καλοκαίρι με τα ιδιωτικά πολυτελή του γιοτ. Τι είναι αυτό που τους κερδίζει; Τα γραφικά στενά και οι κοσμικές περατζάδες, τα κρυστάλλινα νερά, οι επισκέψεις στο εμβληματικό **Μουσείο της Μπουμπουλίνας** και η ψυχία που επικρατεί χάρη στον μειωμένο αριθμό μηχανών και αυτοκινήτων που κυκλοφορούν στο νησί.



Δήμος: **2298072225**  
 Αστυνομία: **2298073100**  
 Λιμεναρχείο: **2298072245**  
 Κέντρο Υγείας: **2298072472**



#### Πού να κολυμπήσεις

Στην κοσμοπολίτικη παραλία των **Αγίων Αναργύρων**. Στην άκρη υπάρχει μονοπάτι που σε οδηγεί στη **σπηλιά του Μπεκίρη** για υπόγειες βουτιές. Η **Αγία Παρασκευή** είναι ακόμα πιο όμορφη. Για άνεση στην **Αγία Μαρίνα**. Πολύ καλές είναι και οι **Κουνουπίτσα, Αναργύρειος Σχολή, Λιγονέρι**. Η παραλία του **Αγίου Μάμα** κοντά στο λιμάνι έχει αμμουδιά και ο **Άγιος Νικόλαος** βότσαλο. Για πιο ηριβέ πήγαινε στις **Κουζουνός, Ξυλοκέριζα, Καμάρες** (από κρημνα) και **Ζωγεριά**, όπου βρίσκεται και το περίφημο μαγέΡΙκο με το κοκκινόστο κοτόπουλο.

#### Πού να μείνεις

Στο **Poseidonion**

#### Grand Hotel

(2298074553), πολυτελές, επιβλητικό και με εστιατόριο, ή στο Παλιό Λιμάνι στον ξενώνα **Orloff Resort** (2298075444) το όμορφο boutique hotel. Επίσης, στο **Twin House Hotel** (2298074432). Στο συγκρότημα **Nissia** (2298075000), στο high class **Spetses Hotel** (2298072602), στον παραδοσιακό ξενώνα **Niriides** (2298073392), στο **Armata Boutique Hotel** (2298072683), στην Ντάπια.

#### Πού να φας και να πιεις

Ο **Καπελογιάννης** (6931093415) είναι παραδοσιακό ουζερί-μεζεδοπωλείο από το 1945. Μεσογειακές γκουρμέ γεύσεις στον Ορλώφ (2298075255),

πάλι στο Παλιό Λιμάνι. Το **Kaiki Beach** (2298074507), με μεσογειακή κουζίνα, και την κλασική ψαροταβέρνα **Πάτραλης** (2298075380). Στο **Clock** (2298072259), για πίτσα και μπέργκερ. Εξαιρετικό και το **Παχνί** (2298075299), με ελληνική κουζίνα, λαχανικά από το μποστάνι τους και σπιτικά γλυκά. Στον **Πολίτη** (2298072248) για γλυκά. Για χειροποίητα παγωτά στο **Alfi's** (2298073204). Ποτό στο παλιό και κλασικό **Spetsa** (2298074131) κοντά στην Ντάπια, στο **Bikini** (2298074888) στο Παλιό Λιμάνι, στο **Votsalo Cocktail Bar** (2298073031), και για clubbing στο **Guzel** (6972032509). -A.V.team





# Πόρος

## Πόρος ανίκατε μάχαν

Του **Τάκη Θεοδωρόπουλου\***

Η παιδική ηλικία είναι η πατρίδα της ψυχής. Σαν υδατογράφημα αναδύονται οι αναμνήσεις κάτω από την επιφάνεια. Πόρος, ένα μεγάλο κεφάλαιο της παιδικής μου ηλικίας. Δεκαετία του εξήντα. Το θωρηκτό «Αβέρωφ», παροπλισμένο μπροστά στο Προγυμναστήριο. Στον χώρο δεσπόζουν τα **Θερινά ανάκτορα του Όθωνα**. Για περισσότερες λεπτομέρειες σας παραπέμπω στην «Αλίκη στο Ναυτικό», εγκώμιο της αθωότητας. Το πρώτο ραντεβού η Αλίκη με τον Παπαμιχαήλ το δίνουν κάτω από το ρολόι. Αυτό έχει το σχήμα καμπαριού και βρίσκεται στην κορυφή της κωμόπολης με τις κεραμοσκεπές. Δεν υπάρχει εικόνα του Πόρου χωρίς το ρολόι, το οποίο, εκτός των άλλων, έχει τη σπάνια ιδιότητα για δημόσιο ρολόι να δείχνει σωστά την ώρα. Το ρολόι το έφτιαξε ο Ιωάννης Παπαδόπουλος, δήμαρχος και βουλευτής, μεγάλος θεός, άντρας της αδελφής της εκ πατρός γιαγιάς μου, της νόνας μου. Είχε ταξιδέψει ως το Λονδίνο για να το παραγγείλει. Είχε αγοράσει κι αυτό το σπίτι, ένα διώροφο, ανάμεσα στον κινηματογράφο και την γκαλερί Citrohne, όπου έμενα και τότε και μένω και τώρα. Τότε συγκατοικούσα με τις διάφορες θείες, τη Χρυσώ, την Αντιγόνη, την Ισμήνη, τη Ζίτσα, την Ελένη και την Άννα, άλλες χήρες, άλλες χωρισμένες. Το αγαπημένο μου φαγητό ήταν οι κεφτέδες και το παστίτσιο. Εξακολουθώ να τα αγαπάω, μόνον που τώρα στον Πόρο βρίσκεις και steak tartare, και μάλιστα γνήσιο, όχι περασμένο στη μηχανή του κιμά, κομμένο στο χέρι. Μα είναι δυνατόν να βρεις steak tartare στον Πόρο; Και όμως είναι, και μάλιστα στον ίδιο κατάλογο με το παστίτσιο. Έτσι είναι ο Πόρος. Και τώρα στο ίδιο σπίτι όπου περνούσα τα καλοκαίρια της παιδικής μου ηλικίας, αντί για τις θείες, αιωνία τους η μνήμη, με φιλοξενεί ο ανιψιός μου Τάσος, αεικίνητος και λάτρης των έντονων γεύσεων. Χάρη σ' αυτόν, ξαναβρήκα τον Πόρο που τον είχα χάσει. Ανάμεσα στο παγωτό κωνάκι και το ποδήλατο της παιδικής μου ηλικίας, ανάμεσα στη Νεράιδα του Λάτση και τα σημερινά σουπερ Κατ, έχει μεσολαβήσει ένας κόσμος και μια ολόκληρη ζωή. Κατά σύμπτωση είναι η δική μου ζωή. Γι' αυτό αγαπώ τον Πόρο. Δεν θα μιλήσω για τη φυσική του ομορφιά, τον **Πευκώνα της Καλαβρίας**, τις παραλίες ή την προκουμαία που κάποτε ήταν γεμάτη βαρκάκια και τώρα είναι γεμάτη σκάφη. Κάτι τερατώδεις κατασκευές που έχουν αντικαταστήσει τις «βενζίνες» της παιδικής μου ηλικίας. Αυτές που νόμιζες πως θα διαλυθούν μόλις άναβαν οι μηχανές και σε πήγαιναν στις παραλίες, **Νεώριο, Αίγλη, Μοναστήρι**. Στο κάτω-κάτω από φυσική ομορφιά όπου κι αν ταξιδέψεις η Ελλάδα σε ανταμείβει – σε πείσμα του αγαπημένου μου γκρινιάρη, του Σεφέρη, που αγάπησε τον Πόρο. Η **Βίλα Γαλήνη** – υπάρχει ακόμη – και η «Κίχλη» – το ποίημα για το μισοβυθισμένο πλοίο που θυμάμαι το φουγάρο του να εξέχει απ' την επιφάνεια του νερού όταν ήμουν μικρός. Πού να ξέρω όμως πως ο Σεφέρης το είχε κάνει ποίημα; Ο Σεφέρης σημάδεψε τον Πόρο της εφηβείας μου, τον Πόρο που δεν ήταν εκεί. Του είχα γυρίσει την πλάτη και τον ξαναβρήκα στις σελίδες του ημερολογίου του αγαπημένου μου τότε ποιητή. Η Βίλα Γαλήνη, το σπίτι του Λαμπράκη, ο λόφος με το πευκόδασος. Στην εφηβεία μου και τα χρόνια που ακολούθησαν ήμουν αφοσιωμένος στο Αιγαίο, η Άνδρος πρώτα, η Μυτιλήνη αργότερα. Τον Πόρο τον είχα σχεδόν ξεχάσει, μάλλον τον είχα καταχωνιάσει στο υπέδαφος της ζωής μου. Ώσπου μια μέρα με κάλεσε ο ανιψιός μου Τάσος στο ίδιο εκείνο σπίτι που είχα περάσει τα καλοκαίρια της παιδικής μου ηλικίας με τις θείτσες. Παρότι ήμουν άλλος άνθρωπος, ο Πόρος δεν είχε χάσει τη θαλπωρή του, σαν να άνοιγε στον καιρό της ωριμότητας ένα παράθυρο στο τοπίο της παιδικής μου ηλικίας. Έχει αλλάξει η πληθυσμιακή σύνθεση. Τα εστιατόρια είναι γεμάτα από σκαφάτους ή ιστιοπλόους. Δύο φυλές με ειδικά χαρακτηριστικά, γραφική ενδυμασία και κοινό τρόπο συμπεριφοράς. Αυτό που με εντυπωσιάζει είναι ότι όλοι δείχνουν να παίρνουν πολύ στα σοβαρά το έργο τους. Κυρίως όταν πρόκειται να δέσουν. Πέρυσι είχε έρθει και το γιγάντιο του Ζούκερμπεργκ, ο ανιψιός μου είχε στείλει το drone του να το φωτογραφίσει, προσπάθησαν να το καταρρίψουν οι φρουροί του Ζούκερμπεργκ όμως αυτό επέζησε. Μπορεί να μοιάζει λίγο ειρωνικό ο Ζούκερμπεργκ να έχει τέτοια ευαισθησία με την προστασία της ιδιωτικότητάς του, όμως τι να κάνουμε; Με τούτα και μ' εκείνα ο Πόρος είναι πάντα εδώ. Κι όταν τον ξαναβρήκα, μετά από τόσες δεκαετίες ζωής, ανακάλυψα πως ούτε εγώ είχα φύγει ποτέ από τον Πόρο. Κάπου διάβασα, ελέω δημοσιογραφικού λυρισμού, πως ο Πόρος είναι η Βενετία του Σαρωνικού, λάθος. Η Βενετία είναι πανάκριβη ενώ ο Πόρος είναι απολύτως προσιτός. Έχει βέβαια την πολύχρωμη κωμόπολη όμως, καλώς ή κακώς δεν έχει το βάρος του μπαρόκ που σε αρπάζει απ' τον λαιμό. Στον Πόρο μπορείς να χαλαρώσεις και να νρεμήσεις, κάτι που μοιάζει μάλλον αδύνατον στη Βενετία.

\*Ο **Τάκης Θεοδωρόπουλος** είναι συγγραφέας-μυθιστοριογράφος και δημοσιογράφος.

Ιδανικός προορισμός για καλοκαιρινές διακοπές, ο καταπράσινος και γραφικός Πόρος, παρότι αρκετοί τον έχουν συνδυάσει για εξορμήσεις του Σαββατοκύριακου, καθώς βρίσκεται πολύ κοντά στον Πειραιά (μία ώρα με το γρήγορο και δυόμισι με το συμβατικό, ενώ μπορείτε να φτάσετε και οδικώς μέχρι το Γαλατάκι έπειτα με το καραβάκι άλλα 10 λεπτά). Να περιηγηθείτε στα στενά της πόλης του Πόρου με τα ωραία νεοκλασικά, να δείτε το ιστορικό ρολόι που είναι το σήμα κατατεθέν του νησιού, να κάνετε βόλτες στον παραλιακό δρόμο. Να πάτε και απέναντι, στο λιμανάκι του **Γαλατά**, για να δείτε το **Λεμονοδόσος**. Στο **νησί της Καλαβρίας** υπάρχουν άλλοι 2 οικισμοί, ο **Άγιος Νεκτάριος** στην ενδοχώρα και το παραθαλάσσιο τουριστικό θέρετρο της **Κυανής Ακτής**.

### Πού να κολυμπήσεις

Οι περισσότερες παραλίες του Πόρου διαθέτουν πυκνή βλάστηση που φτάνει μέχρι τη θάλασσα και είναι όλες εύκολα προσβάσιμες. Η πιο μεγάλη και δημοφιλή παραλία είναι το **Ασκέλι**, πλήρως οργανωμένη και κοντά στην πόλη. Η **Βαγιωνιά** είναι ένας γραφικός όρμος με μια βυθισμένη πολιτεία στον βυθό της! Στο **Λιμανάκι της Αγάπης** τα πεύκα φτάνουν μέχρι την ακροθαλασσία, όπως επίσης και στο **Μικρό και Μεγάλο Νεώριο** (αμφότερα οργανωμένα). Η πιο κοντινή παραλία στην πόλη είναι το **Κανάλι**, αμμουδερή, με ταβέρνες και beach bar.

### Πού να φας και να διασκεδάσεις

Είναι δεκάδες τα καφέ, τα μπαράκια και τα εστιατόρια στην πόλη του Πόρου, ενώ υπάρχουν και πολλές ενδιαφέρουσες ταβέρνες λίγο πιο έξω, στις παραλίες του νησιού. Να πάτε στο **Oasis** (2298022955), σερβίρει εξαιρετικό φαγητό και διαθέτει άψογο σέρβις, στο **Steak With Me** (2298023522) για ψητά αλλά και για την πολύ νόστιμη γαριδομακαρονάδα, στο **Κανάλι beach bar** (2298024771) που λειτουργεί και ως εστιατόριο, με πολύ καλό φαγητό σε value for money τιμές.

### Πού να μείνεις

Εκατοντάδες οι επιλογές, κάποιες από αυτές εξαιρετικές και σε πολύ καλές τιμές. Προτείνουμε να ρίξετε μια ματιά στην επίσημη τουριστική ιστοσελίδα του **Δήμου Πόρου** [www.visitporos.com](http://www.visitporos.com), η οποία έχει πληροφορίες για όλα τα καταλύματα, από τετράστερα και τρίαστερα, μέχρι ενοικιαζόμενα δωμάτια και Airbnb. - A.V. team





Παρκάρετε **εύκολα, γρήγορα & ανέπαφα**  
στο Επίσημο Parking του Αεροδρομίου

από **5€**/ημέρα



**Εύκολα**

Προπληρωμή online



**Γρήγορα**

Δίπλα στο terminal



**Ανέπαφα**

Αυτόματες μπάρες

Κλείστε τη θέση σας στο **www.aia.gr**







Chora  
MYKONOS  
Barefoot Luxury Living

Main Store: Agios Taxiarchis, 84600 (main road to Ano Mera) - Tel.: (+30) 22890.71.107  
Branch Store: 43 str., Florou Zouganeli, 84600 (Mykonos Town) - Tel.: (+30) 22890.79.363  
WhatsApp / Viber: (+30) 6936.622.009  
E-mail: [info@choramykonos.com](mailto:info@choramykonos.com)







choramikonos.com



# Μύκονος

Του **Αντώνη Κ. Φιξ\***

➔ Ο πατέρας μου, από τους πρώτους Αθηναίους στο νησί, ερωτεύτηκε τη Μύκονο το '70. Όταν ήταν, ακούω, ένας επίγειος ξυπόλτος παράδεισος. Υπάρχουν ακόμη όψεις αυτού του παραδείσου, απλά τώρα θέλει παπούτσια. :)

Στον Άγιο Σώστη, έσβησα το κεράκι του 1 έτους. Μεγάλωσα σ' ένα σπίτι που έκτισε ο πατέρας μου γεμάτο κεριά (δεν είχε φθάσει το ρεύμα τότε) και κάτι τεράστιες κουνουπιέρες, πάντα με κάποια διαολεμένη τρύπα...

Η Μύκονος για μένα είναι ένα μωσαϊκό στιγμών και κάθε καλοκαίρι ξαναμαζεύω τις ψηφίδες.

Στον χίπικο **Άγ. Σώστη** βουτάς στα ζωογόνα νερά του βορρά, μαθαίνεις να στήνεις σκηνή με καλαμιές (σκιά γιοκ) και να δένεις το pareo σου (από τον Λουκά στο El Pareo) να μη σου πέφτει.

Στην παρθένα **Κάπαρη** ακούς τα, σπάνια πλέον, ελληνικά, αγναντεύεις τη **Δήλο** και ξαπλώνεις στους ζεστούς λείους βράχους της για (γυμνή) ηλιοθεραπεία. Ναι, είναι η ελληνική βερσιόν του The Beach.

Μύκονος χωρίς Δήλο, σώμα χωρίς πνεύμα – δεν γίνεται. Θα πας στο αρχαίο αμφιθέατρο να θαυμάσεις την ακουστική και θα ανέβεις στον **Κύθνο** να ανακαλύψεις ότι το μυθικό «καθαρότερο φως» δεν είναι μύθος.

Δεύτερο πιο ιερό μέρος για μένα, το **180 sunset bar** του φίλου μου Αναστάση. Δεν είναι bar, είναι ψυχοθεραπεία: η πιο ωραία θέα στο νησί, οι πιο μυστηριακές μουσικές και μια παγωμένη Μίκοπη (δεύτερη πιο αγαπημένη μπίρα).

Θες να δεις τι σημαίνει πραγματικός καλλιτέχνης; Ακολούθα τα σχεδιαστικά χνάρια του **Minas** στο κατάστημά του, στο **club Astra** και –για τους τυχερούς– στο σπίτι του.

Για καφέ και δουλειά με λάπτοπ θα πας στο προσωπικό μου γραφείο, το καφέ **Velanos**. Εκεί συναντάς, μεταξύ άλλων, ξενιτεμένους καθηγητές πανεπιστημίου που ελπίζουν ότι το κολύμπι θα τους δώσει την έμπνευση να τελειώσουν το νέο τους βιβλίο.

Ο καθένας, βλέπεις, φτιάχνει τη δική του Μύκονο.

\* Ο **Αντώνης Κ. Φιξ** είναι νομικός- ψυχολόγος.





Από τα πιο κο-σμοπολίτικα νησιά του πλα-νήτη, ανταγωνίζε-ται με μεγάλη επιτυχία διεθνείς προορισμούς. Γραφικό, με γαλάζιες θάλασσες και καθαρές παραλίες, την πιο ξέ-φρενη νυχτερινή ζωή, αλλά και με τη **Δήλο** απέναντι, διάσημη από την αρχαιότητα.

#### Πού να κολυμπήσεις στη Μύκονο

**Αγία Άννα:** Αμμουδερή παραλία στο παλιό λιμάνι.

**Άγιος Στέφανος:** Οικο-γενειακή παραλία κοντά στη Χώρα.

**Χουλιάκια:** Μετά τον Άγιο Στέφανο, με βό-τασα.

**Μεγάλη Άμμος:** Από τη Χώρα προς τον Ορνό, η πρώτη μεγάλη αμ-μουδερή ανοργάνωτη παραλία. Κατάλληλη για wind και kite surfing.

**Κόρφος:** Ο παράδεισος των windsurf και kite surfers.

**Άγιος Ιωάννης - Δια-κόρτης:** Οργανωμένη ρηκή παραλία με θέα στη Δήλο.

**Κάπαρη:** Μικρούλα με άμμο και πρόσβαση από κατφυροκό μονοπάτι, δίπλα στον Άγιο Ιωάννη.

**Ορνός:** Αμμουδιά, ρακέτες, ξαπλώστρες και σέρβις από τα ξενο-δοχεία.

**Ψαρού:** Η πιο κοσμική παραλία του νησιού, κρυστάλλινη, γεμάτη ξαπλώστρες, σέρβις από το Nammos.

**Πλατύς Γιαλός:** Από εδώ ξεκινούν τα κα-ραβάκια για τις νότιες παραλίες Paradise, Ελιά, Λια, Αγγράρι – γεμάτη εμπορικά, mini markets, ξενοδοχεία, ταβέρνες και εστιατόρια.

**Παράγκα:** Οργανωμένη με Λευκή άμμο και τον χαρακτηριστικό βράχο στη μέση για βουτιές, **Paradise:** Καταπληκτικά νερά, πολλός κόσμος, ο παράδεισος των clubbers. Εδώ και το διασημότερο club της Ελλάδας. Στα decks του μαζεύονται κάθε καλο-καίρι οι πιο περιζήτητοι djs του κόσμου.

**Super Paradise (Πλυ-ντρί):** Η παραλία που βοήθησε να γίνει διά-σημο το νησί. Τα all day πάρτυ εδώ ξεκίνησαν τη δεκαετία του '70! **Αγγάρι:** Με ωραία κοντή άμμο, νερά δρο-σερά που βαθαίνουν απότομα. Ξαπλώστρες, water sports και φαγητό – ποτό πάνω στην άμμο. **Ελιά:** Μεγάλη, οργα-νωμένη, με φιλή άμμο, εύκολη πρόσβαση, με ρηκά νερά, gay friendly. Ιδανική για θαλάσσια σπορ.

**Καλό Λιβάδι:** Αμμουδε-ρή και οργανωμένη.

**Λούλος:** Μικρούλα δί-πλα στο Καλό Λιβάδι.

**Καλαφάτης:** Το ρα-νεβού των σέρφερ του πλανήτη, από τους μεγαλύτερους κόλπους του νησιού.

**Αγία Άννα:** Δίπλα στον Καλαφάτη, πιο ήσυχη, με άμμο και χαλικάκι, ξαπλώστρες, Diving Center και γήπεδο beach volley.

**Λια:** Ωραία χαλαρή παραλία. Gay friendly. Εδώ θα βρεις τη σχολή κατάδυσης & snorkeling Go Dive Mykonos

Padi Scuba (6946957732, 6942616102).

**Τηγάρι:** Μετά τη Λια, με κοντή άμμο και δύ-σκολη πρόσβαση.

**Μερίν:** Ήσυχη παρα-λία για απομόνωση στην ΒΑ πλευρά.

**Φωκός:** Χωρίς ξαπλώ-στρες (και με κακή σύνδεση στο ίντερνετ) σε ταξιδεύει πίσω στο χρόνο...

Τέλειο ταβερ-νάκι που λειτουργεί η οικογένεια Ταμπουλ-χανά (6945828561, 6944644343).

**Φτελιά:** Ωραία νερά, άμμος, κλασική για windsurfing και kite surfing.

**Πάνορμος:** Μποέμ με σέρβις από το Principote (2289077184)

**Άγιος Σώστης:** Ανοργά-νη από τη γυμναστή (λί-γων πλέον) στα βόρεια με το γνωστό για τις ουρές αναμονής ταβερ-νάκι Kiki's (6940759356).

**Φαγητό και ποτό στη Χώρα της Μυκόνου**

**Στον Γιαλό:** Κλασικά στον **Niko** (2289024320) και στον **Κουνέλα** (2289028220) για ψάρι,

και στο ναπολιτάνικο **Catari** (2289078571). Στο all day **Kazarma** (2289028256 & 6948104405).

**Σχολή Καλών Τε-χνών:** Στο **Matsuhisa Mykonos** (2289 027362) το διάσημο εστιατό-ριο του **Nobuyuki Matsuhisa** μέσα στο **Belvedere Hotel** (2289025122). Εκεί διπλά, φέτος θα συ-ναντήσεις το **Byblos Mykonos** (6945570872), με περουνιανό-ιαπωνική γαστρονομία με executive chef τον Θάνο Στασινό.

**Μικρή Βενετία/Α-Λευκάδρα:** Για farm to table φιλοσοφία και ωραία μεσογειακή κουζίνα στο **Nice n easy** (2289025421) με executive chef τον συνιδιοκτήτη Χρήστο Αθανασιάδη, για κοκτέιλ στο ηλιοβασιλέμα στο **Scarpa** (2289023294), στο **Semeli Bar** (6944385959), στο **Galleraki** (2289 027188) και στο **Baos** (2289026505) για δυνατά vibes μέχρι το πρωί. Το **Cocco Mykonos** (2289022458), το νέο ιταλικό bistrot του ξενοδοχείου Belvedere, στη θέση του θρυλικού Scarpa. Ένα petite εστιατόριο με κρεατικά και ψαρικά, σαλάτες, πίτσες και ζυμαρικά σε αυθεντικές ιταλικές εκτελέσεις.

**Στους Ανεμόμυ-λους:** στο διάσημο –και νέο στο νησί– **Bagatelle** (2289078792) για γαλλι-κή κουζίνα. Στο ιστορικό **Sea Satin** (2289024676) για ψάρια και ελληνική κουζίνα με γλέντια πά-νω στα τραπέζια.

**Πλατεία Αγίας Μονής (Παραπορτιανή):** Κλασικά στο **Jackie O' town bar** (2289077298, 6973010981) του Mi-χάλη και του Carsten,

καθώς και στο **Jackie O' Cantina** με street food, ανοιχτό και για πρωινό/brunch και στο φετινό opening, το **Yacht Club** (22890 77298), για να πε-ράσεις τη νύχτα χορεύ-οντας στους ρυθμούς διάσημων DJ's.

**Λάκκα:** Στο «από πά-ντα» ιταλικό **Sale & Pepe** του Ivan Οττανιάνι (2289024207) και στη μεταμοντέρνα μπα-καλοταβέρνα **Bakalo** (2289078121). Μυκο-νιάτικες γεύσεις στο **Nautilus** (2289027100).

**Πανάχρα:** Στο **Noema** (2289448277), με κυκα-δίτικη κουζίνα που «πει-ράζει» ο Αθηναγόρας Κωστάκος.

**Τρία Πηγάδια:** Σταθερά στη θέση του το hot club **Astra** (2289024767, 6982440540) με καλε-σμένους Αθηναίους djs, στην Ενόπλων Δυ-ναμικών champagne & cocktail bar **Queen** (6946618539) και το club **Bon Bonniere** (6980611154), γνωστό

και από Λονδίνο - Νέα Υόρκη. Με καταγωγή από την Ιμνίτζα το διά-σημο new age καμπα-ρέ-ρεστοράν **Lio** στην Ενόπλων Δυνάμεων 6 (6945670034) από τον όμιλο Pascha.

**Καλογερά:** Μεσογειακή κουζίνα στο κοσμικό μπαρ-εστιατόριο **Interni** (2289026333).

Στο περουνιανό **Coya Restaurant** (2289022515), εκεί που παλιά ήταν ο διάσημος Φιλίππης, το **Kalita** (2289027102) με ανα-νεωμένο μενού. Το **Ceresio Mykonos** (6946907000) προσφέ-ρει ιταλική κουζίνα από τον chef Elio Sironi.

Νέα προσθήκη το **Tuya Mykonos** (2289022890), με εξαιρετική κουζίνα επηρεασμένη από τη Γαλλική Ριβιέρα.

**Πλατεία Μελετοπού-λου:** Στο **Koursaros Mykonos** (2289078140) για πιάτα θαλασσινών και πεντανόστιμο σούσι και στην αυλή του **Mamalouka** (2289023505).

**Πλατεία Γουμνείου:** Στο διαχρονικό **Maison de Catrin** (2289022169) στη Νίκιου.

**Ματογιάννια:** Στο εστι-ατόριο και μπαρ **Lotus** (2289022881) mix μεσο-γειακή κουζίνα. Για (χα-λαρό) ποτό στο **Guzel Garden** (6944460930), σε κήπο με μπουκαμ-βίλιες και στο **Guzel Dance & Night Club** (6944231999) για «υπο-βρύχια» και πολύ χορό μέχρι το πρωί!

**Πολυκανδρώτης:** Στο ιστορικό **Remezzo** (2289025700) με ψαγ-μένη ελληνική κουζίνα και καλό κοκτέιλ μπαρ. Νέο hot spot αυτό το καλοκαίρι είναι το club-restaurant **Billionaire Mykonos** (6971966832), shows με γαστρονομική εμπειρία νεο-ασιατικής και ιταλικής κουζίνας.

**Πλατεία Μαντών:** Θα βρεις το αγαπημένο και all day long **Everest** (2289022245) για χαλαρό καφεδάκι για την απο-γευματινή σου βόλτα ή για κάποιο πρωινό σνακ μετά το ποτάκι σου.

**Ευαγγελιστράκι, στην Περιφερειακή:** Παγωτά με απίθανες γεύσεις στο **Casa Dolce** (2289110714) του Νίκου Κουκιάδα.

**Λίγο έξω από τη Χώρα:** Στο διάσημο και πολυ-σχητισμένο **Nusr-Et** (695 664 4738), για «υ-ψηλή» κρεοφαγία και αν-είσαι τυχερός για συνα-ντήσεις τον Salt Bae. Στο καλύτερο brunch-άδικο

**Liberty Breakfast Room** (2289024005). Στο ξενοδοχείο **Cavo Tagoo** (2289020100), στο **Zuma**

για μοντέρνα ιαπωνική κουζίνα και στο ολο-καίνουργιο **Meraki** για σύγχρονη ελληνική και μεσογειακή κουζίνα (αλυσίδα high-end ελ-ληνικών εστιατορίων σε Λονδίνο, Ντουμπάι κ.λπ. με την υπογραφή του Αθηναγόρα Κω-στάκου). Για cocktail με πανοραμική θέα στη Χώρα της Μυκόνου θα

πας στο **180 Sunset Bar** (6951956333).

**Προτάσεις διαμονής στη Χώρα της Μυκόνου**

Στο κομψό **Riva Suites** (2289023363) στο Παλιό Λιμάνι, μόλις 5 λεπτά από τη πόδια από τη Χώρα.

Στο Κάτω Μίλι στο **Mykonos Theoxenia** (2289022230), το ιστορι-κό ξενοδοχείο σε σχέδια του μεγάλου αρχιτέκτο-να Άρη Κωσταντινίδη.

Στο **Matogianni Hotel** (2289022217), στο **Semeli** (2289027466), στο **Rochari**

(2289023107), στο **Καρ-μπονάκι** (2289024124), και στο **Boheme** (2289023300).

Στο Δραφάκι, στο **Andronikos** (2289027362), με θέα στη Χώρα και με το εστιατόριο Lady Finger, και στο **Ostraco Suites** (2289023396).

Τα τρία ξενοδοχεία του **Mykonian Hotels Korali** (με εστιατόριο το Baos), **Kyma** (με εστιατόριο το Noa) και **Naia** (2289023415) (με εστιατόριο το **Naros sushi bar**). Όλα με θέα την πόλη.

**Πού να ψωνίσεις στη Μύκονο**

Στο **Chora Mykonos Barefoot Luxury Living**, ή αλλιώς στη «χώρα» των όμορφων πραγμάτων (Άγιος Ταξιάρχης, 2289071107, Φλώρου Ζουγανέλη 43, Χώρα, 22890 79363).

Φως, απαλά χρώματα, φυσικά, ασυνήθιστα υ-λικά, σκονί, ξύλο, γυαλί, πηλός, αντικείμενα και φόρμες που απονέουν λίγη πολυτέλεια και την διαχρονική, και ανε-κτίμητη, φινέτσα του χειροποίητου. Πάνω σε κάθε αντικείμενο αντα-νακλάται ένας τόπος εξωτικός, ένας τόπος πρεμίας και γαλήνης που θα σε εμψεύσει και θα σε κάνει να ονει-ρευτείς την καινούργια, ανανεωμένη «καθημε-ρινότητα» του σπιτιού σου. Φωτιστικά σε γίνεας απορώσεις από Rattan, σκονί, ψάθα, ξύλο και πολλά ακόμη υλικά που θα μεταμορ-φώσουν κάθε σου χώρο. Αν ονειρεύεσαι ένα σοφιστικέ δωμάτιο που θα μαγνητίζει τα βλέμματα, εδώ θα βρεις αγαλματίδια, γλυπτά, καλάρια και αντικείμενα που θα ολοκληρώσουν την αισθητική σου. Ακόμη, διακόσμηση τον εξωτερικό σου χώρο με κομψές ομπρέλες από σκονί, πολυέρο-νες χαλάρωσης αλλά και ένα υ-πέροχο ανάκλι-ντρο-καρδιά για ινσταγκραμικά

ενσταντά με φόντο το ηλιοβασιλέμα του ελληνικού καλοκαιριού.

Στη Χώρα, στην πλατεία της Αγίας Κυριακής, θα βρεις το **KITON ISLAND, της STORMY SA**, με σπορ συλλογές για άν-δρες και γυναίκες. Στα Ματογιάννια θα βρεις το κορυφαίο **MINAS design (Πλατεία Αγ. Κυριακής, 2289027320)** για να διαλέξεις τα last for life rock κοσμήματα σε ασήμι, χρυσό και λευκόχρυσο που θα πάρεις. Εκεί και το διά-σημο, παραδοσιακό και από το 1956 κατάστημα

δερμάτων των σανδαλιών **LIONTIS** (2289023482).

Στην Αγίου Ευθυμί-ου τα **Calzedonia** (2289026897), τα απόλυ-τα καλοκαιρινά ρούχα στις καλύτερες τιμές. Μην ξεχάσεις να δοκι-μάσεις τη μυκονιάτικη μπίρα **Mikono**, πολύ αξιόλογη προσπάθεια. Η μικροζυθοποιία βρίσκε-ται στη Θέση Αργυραίνα (2289077912).

**Τέχνη / σινεμά / events στη Μύκονο**

**Cine Manto** (Λίμνη, Χώρα, 2289026165, www.cinemanto.gr). Στην Ανδρόνικο, μέσα σε μυστικό κήπο κρύβεται ένα από τα 10 ομορφό-τερα θερινά σινεμά του κόσμου. Δες το πρό-γραμμα στο περιοδικό τους «On Screen». Οργα-νώνει επίσης πολλές εν-διαφέρουσες εκδηλώ-σεις, ημερίδες, προβολή ντοκιμαντέρ κ.ά., ενώ παράλληλα λειτουργεί η κουζίνα του Cine Manto café-restaurant, με καφέ, πλούσια πρωινά, χυμούς, σαλάτες, ψητά στα κάρβουνα. Για πρώτη φορά το **ATHENS OPEN AIR FILM FESTIVAL** έρχεται στη Μύκο-νο. Το **Mykonos Art Festival 2022** με εικα-στικές εγκαταστάσεις γνωστών καλλιτεχνών στη Χώρα και έργα που έγιναν ειδικά για το Φε-στιβάλ, video προβολές, χορό, συναυλίες Ελλή-νων και ξένων καλλιτε-χνών, αφιερώματα σε δημιουργούς, κινηματο-γράφο. Διάρκεια έως 30 Σεπτεμβρίου.

Στο **Kapopoulos Fine Arts** (Ενόπλων Δυνάμεων 15, Κεντρικό Ματογιάννι, 2289027005 και νέα γκαλερί Μαθαίου Ανδρό-νικου 48, 22890 79 289), θα βρεις συλλογή εικα-στικών έργων μοντέρ-νας τέχνης και υψηλής αισθητικής.

Κάπου ανάμεσα στις βουτιές και νυχτερι-νές εξόδους κάνε μια επίσκεψη στο **Αρχαι-ολογικό Μουσείο της Μυκόνου** (22890 22325) να δεις αγγεία προϊστο-ρικών μέχρι υστερο-ελληνιστικών χρόνων (μέσα 3ης χιλιετίας - 1ος αιώνας π.Χ.), επιτύμβια αγάλματα από τη Ρή-νεια και τη Μύκονο. Το **Λαογραφικό Μουσείο Μυκόνου** (2289 022591), εκτός του κεντρικού **Μουσείου στο Κάστρο**, αποτελείται από το **Αγροτομυσείο – «Μύ-**

**λος του Μπόννη**» και το «**Σπίτι της Λένας**» και αξίζει να τα επισκεφθείς όλα! Στο νησί φιλοξενεί-ται το **Ναυτικό Μουσείο Αιγαίου** (2289 022700).

**Διαμονή, φαγητό, διασκέδαση εκτός Χώρας Μυκόνου**

**Στην Άνω Μερά:** Στην κεντρική πλα-τεία του χωριού το **Στέκι του Προέδρου** (2289071925), η χαλαρο-ταβέρνα του **Βαγγέλη** (2289071577) και το **Fisherman - Γιώργος & Μαρίνα** (2289071405).

Για πίτσα και φα-νταστικό καλτσόνε dolce στο **Bandanna** (2289071800). Κλασι-κά για την περιήρημη κοτοσαλάτα και για γουρνοπούλα στο **Ο,τι Απομένει** (2289 071534) και στο καινούργιο **Μαντρί** (2289072100) για ελληνική κουζίνα. Εκεί και το **Flickers** (2289071425) όπου θα βρεις είδη δώρων και χειροποίητα κερία.

**Νότια**

**Κόρφος:** Στο ξενοδο-χείο **Aeonis Suites & Spa** (2289040500) με το εστιατόριο **Cove**.

**Ορνός:** Το **Mykonos Ammos** (2289022600) με 4 εστιατόρια: το **My Ammos Lounge Bar**, το μεσογειακό-fusion **Kuzina** (2289026434) με υπογραφή του Άρη Τσα-νακλίδη, το fusion και sushi **Pasaji Mykonos** (2289023216) και η ιτα-λική τρατορία **Farina** (2289 079773) πάνω στην άμμο. Δίπλα το ολόλευ-κο ξενοδοχείο **Mykonos Blanc** (2289027618) με το ανατολίτικο ύψους **Shisha Bar**. Για κλασική ταβέρνα με τραπέζια στο κύμα στον **Κω-σταντή** (2289022837), στο all day **Ανέφαντο Γιαλόζιο** (2289027991) και στο **Ανάγκιο** (2289024344). Στο ασια-τικό fusion **Buddha Bar Beach** (2289023220) στο πολυτελές ξενοδοχείο **Santa Marina Resort & Villas** (2289023220) και στο **Villa del Sol** (2289022861). Το **Kensho Boutique Hotel** (2289078788) με καλό bar restaurant και wellness centre. Ακόμα, το **KIVOTOS** (2289024094) με ιδιωτι-κή παραλία και εστιατό-ρια, όπως το γκουρμέ **Namah** και πριβέ δέιπνο σε ξύλινη εξέδρα. New entry στην περιοχή του Ορνού το **O' by Mykonian Collection** (2289444000). Εκεί θα βρεις και το **Obar's poolbar** για gourmet πρωινό, μεσημεριανό στη βροσιά της πισίνας. Στο **Baloo** θα βρεις ολόφρεσκα θαλασ-σινά, ντόπια κρέατα και σπάνιες ετικέτες κρασιών.

**Στην Αλεωάντρα/Άγιος Ιωάννης:** Στο ξενοδοχείο **Kalesma Mykonos** (2289077222 & 6983918726) πή-γαινε γραμμή στο bar-restaurant του (γνωστού από τη Γλυφάδα) **Pere Ubu** με σεφ και εδώ τον εξαιρετικό Κώστα Τσίγκα.

**Ψαρού:** **Nammos** (2289022440), το πενταδίσχημο Με-

σογειακή κουζίνα, θαλασσινά, σούσι και σπέσιαλ κρέατα. Ακόμα hot yoga, μασάζ, βόλτες με σκάφος Riva. Στο πολυτελές εμπορικό κέντρο του **Nammos Village** (2289078400) θα βρεις το **KITON** ανδρικά, γυναικεία ρούχα και accessories (2289022488). Αλλά και το **Luisa** (2289022015), με διεθνείς και ελ-ληνικές φίρμες. Το ξενοδοχείο **Mykonos Blu** (2289027900) προ-σφέρει βίλες με ιδιωτικό κήπο και πισίνα, εστια-τόριο, σπα και γιοτ για εκδρομές. Το **Kensho Psarou** συστήνεται εκ νέου ως **N Hotel Mykonos** (22890229002) και ξεχωρίζει για την υψηλών προδιαγραφών φιλοξενία.

**Πλατύς Γιαλός:** Μεταξύ άλλων και η **Αυλή του Θεοδωρή** (2289078100), το **Blue Myth** (2289022127), για σούσι στο **Yialo Yialo** (2289078916), στο γκουρμέ **Efisia** του ξενοδοχείου **Myconian Ambassador** (2289024166). Διαμονή στο **Branco Mykonos** (2289 023500). Στον δρό-μο για Πλατύ Γιαλό θα φας στο **Nikos Gallop** (2289024306) κρεατικά και κρητικούς μεζέδες. Διαμονή στο **Argo Hotel** (2289023405).

**Παράγκα:** Πάρτι διάθεση στο **Kalua** (2289023397), άμα θες ταβέρνα στον **Τάσο** (2289023002). Οπωσ-δήποτε πήγαινε και στο συγκρότημα **Sant' Anna Mykonos** (2289025803) με τη μεγαλύτερη παραθαλάσσια πισίνα στην Ευρώπη και duo organic εστιατόρια. Το **Paraga Beach Hostel & Camping** (2289025915) διαθέτει καλό εστια-τόριο. Το ξενοδοχείο San Giorgio άλλαξε σε **Soho Roc House** (2289027474).

**Paradise:** Ο παράδεισος των clubbers. Δυνα-τές μουσικές, beach parties στο **Tropicana** (2289023582). Στο night club **Cavo Paradiso** (2289027205, 6948504989). Κατα-δύσεις στο **Mykonos Diving Center** (2289024808).

**Super Paradise (Πλυ-ντρί):** Ιστορικό το **Super Paradise** (2289023023). Το **Jackie O' Beach Club** (2289077298, 6973010981) με drag shows, αδελφάκι του Jackie O' Bar της Χώ-ρας. Τσεκάρετε και την **Jackie O' Boutique**

(2289077298), το Neil Barrett Pop-Up Store με ελληνικά brands και κοσμήματα του Mina (2289077298, 6973010981).

**Ελιά:** Σέρβις στην παραλία από το beach bar **Arte & Mare Elia Suites** (2289072002) και από το **Pavilion**, το εστιατόριο του casual chic resort **Myconian Utopia** (2289076060). Ολοκαίνουργια άφιξη των ξενοδοχείων Myconian Collection εί-ναι το **Panoptis Escape** (2289445400).

**Καλό Λιβάδι:** Το **Solyamar** (2289071745) με dj μπαρ και εστιατό-ριο με μεσογειακή κου-ζίνα και sushi. Για διαμο-νή στα **Archipelagos** (2289072012), **Sea Side Studios & Houses** (6974807670) και στο **Aegon Revive** (2289 44900) με το εστιατόριο **Dalos**.

**Καλαφάτης:** Στο **El Aragosta** (2289072710) με ιταλική κουζίνα.

**Αγία Άννα:** Οργανω-μένο beach bar το **Anastasia Village** (2289071205). Για α-στακομακαρονάδες σε φυσική σπηλιά στο **Spilia Seaside Restaurant** (2289071205 & 6949449729) ή στο all day προσεγγμένο beach bar restaurant Saint Anna Beach (6934499888).

**Φτελιά:** Το **ΦARMA restaurant** (2289072361) με κουζίνα αποκλειστικά με τοπικά προϊόντα που καλλι-εργούν γύρω από τη φάρμα. Στο **Alemagou** (2289071339) για θαλασ-σινά, κρέας και γεύσεις Μεσογείου, φυσικά και ωραίο ποτάκι! Φέτος, η εμπειρία του ομίλου Pacha, ολοκληρώθηκε με το **Ftelia Pacha** (6985726707) που συν-δυάζει το πνεύμα της Μυκόνου με boho chic και πολυτελή ατμόσφαι-ρα. Κολύμπι, φαγητό, ποτό και χορός! Εκεί, σε έναν πρώην οικισμό ψαράδων άνοιξε φέτος και το «διαφορετι-κό» **The Sanctuary Mykonos** (6944059616) προσφέροντας μεσο-γειακές γεύσεις μαζί και με τελετουργίες για το σώμα και την ψυχή, όπως γιόγκα, κουντα-λίνι, νηπτική θεραπεία, διαλογισμό ενσυνειδη-τότητας κ.ά.

**Πάνορμος:** Στο **Principote** (2289077184) για μεσογειακή κου-ζίνα και διαμονή στο **Panormos Village** (2289025182). - A.V. team

#### Tips για το εξοχικό σου από το ΔΕΗ myEnergy

Είσαι στο εξοχικό, κυκλοφορείς ξυ-πόλυτος και απολαμβάνεις μια δροσε-ρή λεμονάδα στο μπαλκόνι. Όλα είναι τέλεια εκτός από τον αέρα που «έκοψε» και σκέφτεσαι να μεταφερθείς για την υπόλοιπη ημέρα στο εσωτερικό που έχει τη βροσιά του κλιματιστικού. Σιγου-ρέψου ότι έχεις κλείσει όλες τις πόρτες και τα παράθυρα όσο λει-τουργεί το σύστημα κλιματισμού, για να μην χάνεται πολύτιμη ενέρ-γεια. Άφησε μόνο ένα παράθυ-ρο ελάχιστα ανοιχτό για την απαραίτητη ανακύκλωση του αέρα του χώρου.

Δίμορ: 2289360100  
Αστυνομία: 2289022716  
Λιμεναρχείο: 2289022218  
Κέντρο Υγείας: 2289023998



«Το νησί σε κάνει δικό του “θέλεις δε θέλεις”.  
Ευχής έργο θα ήταν να μη σε διαλύσει»  
-Μάνος Ελευθερίου

➔ Ορθόδοξη και Καθολική, η νήσος Σύρος ακουμπάει τους δύο λόφους της Ερμούπολης στο λιμάνι. Με κομμένη την ανάσα βλέπεις την ομορφιά να απλώνεται από τη θάλασσα στον ουρανό. Και φυσικά περίοπτη θέση κατέχει η περιοχή «**τα Βαπόρια**» η πιο φωτογραφιμένη γωνία του νησιού, πρώτη και παντοτινή εικόνα που παίρνεις όταν φτάνεις με το καράβι. Μοναδικό αρχιτεκτονικό επίτευγμα νεοκλασικής αισθητικής η πρωτεύουσα των ανεμοδαρμένων Κυκλάδων, η πρωταγωνίστρια της μεγάλης Χίμαιρας, στέκεται επιβλητική αλλά και φιλόξενη.

Την ανακάλυψα πριν από 25 περίπου χρόνια, η φίλη μου η Κάτια Δ. με φιλοξενούσε καλοκαίρια στο σπίτι της με την εσωτερική αυλή πίσω από το **Δημαρχείο**. Τώρα φιλοξενεί κόσμο στο ανακαινισμένο από την ίδια ξενοδοχείο **villa Selena** στη γωνία πίσω από τον υπέροχο **Άγιο Νικόλαο**. Αν χαθείς στα σοκάκια της **Ερμούπολης** θα εντυπωσιαστείς από την ομορφιά των κτιρίων, τα χρώματα στους τοίχους, τις μυρωδιές από τα φρέσκα μαγειρεμένα φαγητά, τις γάτες που ψάχνουν σκιά και τα παιδάκια που τρέχουν στα σοκάκια ή στην κεντρική πλατεία με το επιβλητικό Δημαρχείο.

Εκεί γνωριστήκαμε με την Έλενα Σ. και από τότε συνέχεια μαζί σε παρέα, σε δουλειά, σε ταξίδια, σε αγωνίες, στο σπίτι της στην **Ποσειδωνία** με τα μεγάλα πεύκα, πέρασαν τα χρόνια και μεγάλωσαμε. Μαγειρέψαμε ομελέτες χωρίς τυρί και κόβαμε ντομάτες από το μπιστόνι της.

Στο **Δελφίνι**, κολυμπάγαμε γυμνοί ατελείωτες ώρες. Λίγο πριν φτάσεις εκεί, το **Κίνι** και ο **Λωτός** σε καλούν για βουτιές στο ηλιοβασιλέμα και ωραίο φαγητό, εκεί στον μεγάλο κόλπο με τις βαρκούλες στο τέρμα του μόλου θα βρεις την **Πέρλα**, το ταχύπλοο του καπετάν Νικόλα που σε πάει βόλτα στις πάνω παραλίες. Στις παραλίες που μαζεύουμε φούσκες από τα βράχια. Καταπληκτικές βουτιές, **Βαρβαρούσα**, **Αντός**, **Λια**, **Γράμματα**. Στα Γράμματα πας και περπατώντας από **Σαν Μιχάλη**, την πίσω κορυφή του νησιού, εκεί που αγναντεύεις την Τίνο και τρως μεζέδες. Στα Γράμματα έχει και δέντρα και κάποιες νύχτες γίνονται πάρτι κυρίως με πανσέληνο. Άμα σ' αρέσει η φάση κοιμάσαι και στην ύπαιθρο. Γυμνισμό δεν κάνεις πια εύκολα στο νησί, ίσως σε κάποιες έρημες παραλίες, ή σε κάποιες ξεχασμένες άκρες. Δεν θα τα αποκαλύψω και όλα, κάπου πρέπει να κρυβόμαστε.

Πριν δύο χρόνια ένα βράδυ που περιμέναμε με τον Άγγελο τη Ρίτα (ή Ριτάρα, ή Δράκαινα της Λαλακιάς) να σχολάσει από τη δουλειά της για να πάμε όλοι μαζί στο **Παλλάς**, τον υπαίθριο μαγικό κινηματογράφο της Ερμούπολης, έπεσα πάνω σε μια θεία μου, ξαδέλφη του πατέρα μου που είχα χρόνια πολλά να τη δω, με αναγνώρισε και μου αποκάλυψε ότι η συνονόματη γιαγιά μου, η μητέ-

ρα του πατέρα μου, ήταν από τη Σύρο, γεννήθηκε εκεί, πίσω από το σινεμά και έφυγε για την Αθήνα όταν πέθανε ο πατέρας της στα 17 της, μαζί με τις 6 αδελφές της. Τα πούλησαν όλα μου είπε και έφυγαν για μια καλύτερη ζωή. Τότε κατάλαβα αυτή τη φυσική μου έλξη και αγάπη για το νησί. Η Σύρος για μένα είναι η επιστροφή σε μια ρίζα που τόσα χρόνια δεν είχα. Είναι αυτή η φούντωση και η φλόγα που είχα μέσα στην καρδιά. Λες και μάγια μου είχαν κάνει. Την επόμενη μέρα με βοήθησε ένας φίλος στο ληξιαρχείο, βρήκα όλα τα στοιχεία – βαπτίσεις, γάμους, υπογραφές.

Στη Σύρο θέλω να πηγαίνω όλες τις εποχές, χειμώνα, φθινόπωρο, άνοιξη, καλοκαίρι. Το έχω δοκιμάσει σταδιακά, Πάσχα στην **Παρακοπή** και την **Ποσειδωνία**, Χριστούγεννα στην **Κοίμηση της Θεοτόκου**, εκεί θα δεις και μια από τις πρώ-

τες εικόνες που έχει ζωγραφίσει ο Δομνίκος Θεοτοκόπουλος.

Στη Σύρο ηρεμώ, ψυχαζώ, σχεδόν δεν σκέφτομαι, διαβάζω, ακούω μουσική, βολτάρω και κολυμπώ στα βράχια του (**Μέγα**) **Μου Γυαλού**, περπατώ στην προβλήτα του λιμανιού, ή κάνω την αγαπημένη μου διαδρομή από την παραλία του **Φετούρη**, στις **Αγκαθωπές** και μέχρι το **Κόμπτο**, που μπορεί τον Αύγουστο να έχει συνωστισμό αλλά τους άλλους μήνες είναι υπέροχο. Μας βρίσκει εκεί ακριβώς, στη μέση της παραλίας. Εκεί κάνεις και θαλάσσια σπορ, φέτος λέω να κάνω.

Στις Αγκαθωπές τρως στην **Ντελαγκράτσια** και για πιο κοσμικά στο **ONO all day bar restaurant** αλλά και για πιο εναλλακτικά στο **Πεποκέ**, ένα υπέροχο γαλλικού τύπου εστιατόριο που το έχει η Ρίκα με τον Γάλλο σύντροφό της.

Η **Άνω Σύρος** έχει μαγευτική θέα και δαιδαλώδεις διαδρομές, που, αν αφεθείς να χαθείς, κάθε φορά θα ανακαλύπτεις κάτι διαφορετικό – μέχρι και φεστιβάλ εκκλησιαστικού οργάνου και κλασικής μουσικής στον **Σεν Τζώρτζη**, την καθολική εκκλησία, γίνεται εκεί τον Αύγουστο που διοργανώνει ο Χάρης Β.

Φάε στο καινούριο στέκι **hygge**, πιες κοκτέιλ με ενσυναίσθηση στο **Theosis**, φάε βαφλάκι στη διαδρομή, μέσα στα στενάκια, ή σουβλάκι από φακές μαζί με δικηγόρους, χορογράφους και άλλους καλλιτέχνες στο **Χύμα και Τσουβαλάτα**.

Αν θες να φας παραλιακά, πας στο **Μαράκι** στο **Αχλάδι** και τρως πάνω στο κύμα. Στην άλλη πλευρά, βουτάς στα ρηχά νερά του **Γαλησσά** ή για πιο «ελεύθερες» βουτιές πίσω στην **Αγία Πακού** από κάτω. Περπατάς το μονοπάτι και παίζει

# Σύρος

Του **Κωνσταντίνου Ρήγου\***



να κολυμπήσεις μόνος, μη σε νοιάζει. Αν έχεις κάποιον φίλο ο γύρος του νησιού από θαλάσσης είναι υπέροχος, το ανακάλυψα χάρη στην Άννα και τον Πύργο.

Αν θες πεζοπορία και μια μαγική ανακάλυψη, πας προς **Άγιο Στέφανο**, αφήνεις το αυτοκίνητο και περπατάς μέχρι το μαγικό εκκλησάκι του Αγίου Στεφάνου, λαξευμένο σε έναν βράχο, εκεί που ο μύθος λέει για ένα γιγάντιο χταπόδι που βγήκε από τα νερά και άρπαξε έναν ψαρά για να τον πνίξει... Πάρτε νερό μαζί και καπέλο το καλοκαίρι. Στην επιστροφή, αν έχει ηλιοβασιλέψει, πας στο **Ηλιοβασιλέμα** και τρως στου σεφ Μπουγιούρη. Εκεί θα φας και θα ξαναπιάς. Πάρε οπωσδήποτε ταραμοσαλάτα. Και αν το κέφι γυρίσει, το μαγαζί ενδέχεται να γίνει «καλοκαιρινό» και τότε παίζει να χορέψεις μέχρι τελικής πτώσης.

Στην πόλη κάνουμε βόλτα στην αγορά. Θα βρεις τα πάντα και κυρίως με ποιότητα και αγάπη στην τέχνη. Θα πεις ωραία κοκτέιλ στο **Baba** και για μετά, αν θες, πας στην παραλία της Ερμούπολης που μετατρέπεται σε ένα υπαίθριο μπαρ αλλά όχι όπως το φαντάζεσαι. Αν θέλεις μπαίνεις μέσα, αν θέλεις μένεις έξω στα τραπέζια και πίνεις ήσυχα το ποτό σου.

Α, να μην ξεχάσω το θέατρο **Απόλλων** κόσμημα της Ερμούπολης. Και τις υπέροχες και ξακουστές εγχώριες νοστιμιές όπως λουκούμια, τυρί Σαν Μιχάλη, χαλβαδόπιτα, κάπαρη, παλαιωμένο τσίπουρο 18.02 από το αποστακτήριο Μακρυνιώτη και κρασί Φάμπρικα.

\* Ο **Κωνσταντίνος Ρήγος** είναι χορογράφος, σκηνοθέτης, φωτογράφος, διευθυντής του Μπαλέτου της Εθνικής Λυρικής Σκηνής.



Κοσμοπολίτικη, η Σύρος θα σε ανταμείψει με χίλιους δυο τρόπους. Θα σε πλημμυρίσει με χρώματα και αρώματα νησιωτικής εξοχής, θα σε γυρίσει σε παλιές εποχές χάρη στα νεοκλασικά της Ερμούπολης, θα σου αποδείξει ότι καθολικοί και ορθόδοξοι μπορούν να συνυπάρχουν αρμονικά δημιουργώντας μια καταπληκτική κουλτούρα.

#### Τι να δεις

Πρωτεύουσα των Κυκλάδων η πανέμορφη Ερμούπολη. Μία βόλτα στα σοκάκια θα σε βγάλει στο **Δημαρχείο** στην **πλατεία Μισούλη**, ενώ στην κορυφή του **Γαλησσά** θα βρεις το **καθολικό ξωκλήσι της Αγίας Πακούς** με θέα το Αιγαίο. Στον **Ιερό Ναό Κοιμήσεως της Θεοτόκου** βρίσκεται το **Μνημείο της Εθνικής Αντιστάσεως**. Να αναζητήσεις το μουσείο του πατριάρχη του ρεμπέτικου, **Μάρκου Βαμβακάρη**, στην **Ανω Σύρο**.

#### Πού να κολυμπήσεις

Τα τελευταία χρόνια το **Ono Concept** μαζεύει τον περισσότερο κόσμο, ενώ για πιο χαλαρές καταστάσεις επιλέγεις το **Κόμπτο**. Πιο κοσμοπολίτικη παραλία οι **Αγκαθωπές** και πιο ψαγμένη η **Αμπέλα**. Μπορείς να κάνεις το μπάνιο σου και κοντά στην Ερμούπολη, στα **Βαπόρια**. Για οικογένειες: **Μέγας Γυαλός, Βάρη, Γαλησσάς, Κίνη**.

#### Πού να μείνεις

Στο κέντρο, στην πλατεία Μισούλη και σε ένα κτίριο του 19ου αιώνα, βρίσκεται το **Diogenis Hotel** (2281086301) με υπέροχα δωμάτια. Πολύ κοντά στο λιμάνι είναι το πρόσφατα ανακαινισμένο κτίριο του **Παλλάδιον** (2281086400) και εκτός πόλης θα κοιμηθείς στο πολυτελές **Pino di Loto** (2281071504) στο Κίνη, και στη Βάρη στο **Γιωσήφρακι** (2281061406) εκεί που σκάει το κύμα. Δες και το **Hotel Ploes** (2281079360) με deluxe δωμάτια και διασκόμηση.

#### Πού να φας

Στο Κίνη, στη βεράντα πάνω στη θάλασσα του **Αλλού Γυαλού** (2281071196), από τα καλύτερα της Σύρου, ή στο παραδοσιακό **Δύο Τζιτζίκια στ' Αρμυρίκια** (2281071151), για να δεις τη θάλασσα

την ώρα που πέφτει ο ήλιος. Στο **Ηλιοβασιλέμα** (2281043325) στον Γαλησσά θα δοκιμάσεις φρέσκο ψάρι και δημιουργικά πιάτα του καταπληκτικού Κώστα Μπουγιούρη πίνοντας ωραία κρασιά και στο **Περί Τίνος** (2281043325) θα πας για μοντέρνες ελληνικές γεύσεις. Στην **Ανω Σύρο** θα βρεις τα θρυλικά κειφτεδάκια του **Λίλη** (2281088087), που χρονολογούνται από το 1950 και τα έτρωγε φανατικά ο Μάρκος Βαμβακάρης, ενώ στο **Πλακόστρωτο** (6973980248) θα πας για μαμαδίσιο φαγητό με θέα θάλασσα. Τέλος για γλυκάκι στο **Django Gelato** (2281076660) με το εκπληκτικό του παγωτό, (το ξέρεις πια και από το αθηναϊκό του αδελφάκι), ωραίο παγωτό και στο **Grand Gelato Family**, εκεί μαζί με μία βάφλα.

#### Πού να διασκεδάσεις

Στο **Ελληνικό Καφε-νέιον** (2281089248) θα ξεκινήσεις τη μέρα σου με καφέ η brunch στην πλατεία Μισούλη. Στο **Ciel** (6989181867) θα δοκιμάσεις τα ωραία κοκτέιλ, θα κινηθείς στους ρυθμούς της μουσικής θα γευτείς το μενού του Χάρη Νικολούζου. Στο **Kouchico** (2281300880) θα πεις ένα από τα γνωστά κοκτέιλ του και το πρωί θα προμηθευτείς καφέ πριν το μπάνιο σου. Από το **Ono Concept** (2281045099) περνάει όλο το νησί για φαγητό, ποτό, γλυκά, μουσική και μπάνιο.

#### Τι να ψωνίσεις

Στο **Χίμαιρα art & craft**, στην Ερμούπολη (**Μάρτεν Νόρδε-στρομ**, 2281301554), θα ανακαλύψετε μια μεγάλη ποικιλία από έργα τέχνης, χρηστικά αντικείμενα και κοσμήματα φτιαγμένα από καλλιτέχνες απ' όλη την Ελλάδα, που διαλέγει ένα προς ένα ο ιδιοκτήτης του καταστήματος Μάνος Μαστοράκης. Αναζητήστε και τα δικά τους υπέροχα κεραμικά, που φτιάχνονται εδώ, στο εργαστήριό τους. Δεν γίνεται να φύγεις από το νησί χωρίς να έχεις αγοράσει παραδοσιακά λουκούμια, χαλβαδόπιτα και τυριά. Τέλος στο **Chimera Art & Craft** (2281301554) θα βρεις χειροποίητα έργα τέχνης και κοσμήματα του συλλέκτη Νίκου Μαστοράκη. -Α.Υ. team



Δήμος: 2281088232  
Αστυνομία: 100 & 2281096100  
Λιμεναρχείο: 2281088888  
Γενικό νοσοκομείο: 2281360500



## ΧΙΜΑΙΡΑ ART & CRAFT

Μοναδικά έργα τέχνης και χρηστικά  
αντικείμενα απ' όλη την Ελλάδα

Ενα ιδιαίτερο κατάστημα με πλούσια συλλογή έργων τέχνης, χρηστικών αντικειμένων και κοσμημάτων από χειροτέχνες και καλλιτέχνες από όλη την Ελλάδα, διαλεγμένα ένα προς ένα από τον Μάνο Μαστοράκη, ο οποίος άφησε τη ζωή στην Αθήνα για να εγκατασταθεί μόνιμα στη Σύρο και να δημιουργήσει αυτό το αληθινό στολίδι. Φωτεινό, με καθαρές γραμμές και έντονα χρώματα που σου φτιάχνουν τη διάθεση, το Χίμαιρα art & craft σε καλεί στο εσωτερικό του να ανακαλύψεις τους θησαυρούς της ελληνικής τέχνης. Εδώ θα βρεις έργα γνωστών δημιουργών, όπως τα αγγειοπλαστικά είδη Λεμπέση από τη Σίφνο, αλλά και μικρών καλλιτεχνών

που έχουν να δείξουν σπουδαία δουλειά στην σύγχρονη και παραδοσιακή κεραμική. Διακοσμητικά, κοσμήματα, φωτιστικά και χρηστικά αντικείμενα φτιαγμένα με φαντασία και μεράκι σε περιμένουν να τα επιλέξεις για να ομορφύνεις το σπίτι σου ή να κάνεις ένα ξεχωριστό δώρο στους αγαπημένους σου. Επίσης, στο εργαστήριο του Χίμαιρα art & craft φτιάχνονται και τα δικά τους μοναδικά κεραμικά αντικείμενα, ενώ φιλοξενούνται και Έλληνες κεραμίστες στο πλαίσιο του προγράμματος Residency. Εάν είσαι τυχερός και επισκεφθείς την πανέμορφη Σύρο θα τα δεις όλα αυτά από κοντά, διαφορετικά το Χίμαιρα art & craft μας δίνει και τη δυνατότητα του e-shopping.

📍 Μάρτεν Νόρδεστρομ 10, Ερμούπολη, Σύρος, 2281301554, [chimeracraft.gr](mailto:chimeracraft.gr)

📱 [Chimera art & craft.br](https://www.chimeraartandcraft.br) 📷 [chimera\\_artandcraft](https://www.instagram.com/chimera_artandcraft)





Του **Ευθύμη Καραδήμα\***

➔ Κράτα τους φίλους σου κοντά και τους εκθρούς σου κοντύτερα, λέει μια παροιμία. Πήγαμε λοιπόν για διακοπές στην Τήνο, το άντρο της θρησκευτικής δέσσης. Εκθρό της διανόησης και της λογικής. Ή μήπως όχι; Η αλήθεια είναι πως όχι. Η Τήνος είναι ένα νησί που εν μέσω δυνατών αέρηδων διατηρεί το απαγκίο της ήρεμης σκέψης, ενώ ταυτόχρονα προσφέρει μια ευγενική αμφιστρέφεια.

Η πρώτη εικόνα, φτάνοντας από θαλάσσης, είναι και η χειρότερη που θα δείτε. Το λιμάνι στέκει σαν παραπέτασμα, λες και θέλει να αποθαρρύνει τον άγνωστο ταξιδιώτη από το να κατέβει. Θα την ξεχάσετε με το που αποβίβαστε και κινήσετε για την περιοχή της διαμονής σας. Σήμανση υπάρχει παντού, και οι δρόμοι είναι μια χαρά. Οι δε κάτοικοι του νησιού είναι ένα κεφάλαιο από μόνοι τους. Ευγενέστατοι και εξυπηρετικοί. Το ξέρω ότι για τους περισσότερους αυτό ίσως δεν αποτελεί λόγο να επισκεφθείς ένα νησί το καλοκαίρι, αλλά, συμπαθάτε με, το τελευταίο που θέλω ερχόμενος από τη μεγάλη πόλη είναι την αγένειά της.

Μια φίλη μās είχε κάνει έναν χάρτη με μέρη που αξίζει να επισκεφθούμε. Αυτό βοήθησε πολύ. Το νησί είναι μεγάλο και οι αποστάσεις δεν είναι για να παίρνονται αφήφιστα. Ακόμα και αν σας αρέσει η οδήγηση, το να πάτε κάπου που νόμιζετε πως είναι καλά για φαγητό ή κολύμπι, και να επιστρέψετε άπραγοι ψάχνοντας εναλλακτική πριν δύσει ο ήλιος, δεν είναι ωραίο. Συμβουλή λοιπόν, ρωτήστε κόσμο που έχει πάει πρόσφατα και μοιράζεται τα ίδια ή παραπλήσια με εσάς γούστα.

Κομβικό μέρος για να μείνετε είναι ο **Τριπόταμος**. Κάτω από τη σκιά του μεγάλου βράχου του **Εξώμβουργου**, της αρχαίας πρω-

τεύουσας της Τήνου. Εκεί ήταν το κάστρο της. Το ψηλότερο κάστρο του Αιγαίου, όπως λέγεται, με τελευταίους κυρίους του κάποιους Ενετούς το 18ο αιώνα, πριν το κάνουν σκόνη οι Οθωμανοί. Έχει θέα να ανέβεις, αλλά έχει και ζέστη. Λένε ότι στον Τριπόταμο περνούσε τα καλοκαίρια του ο Κορνήλιος Καστοριάδης. Τύχη να μοιράζεσαι τις ίδιες εικόνες, έστω και με καθυστέρηση κάποιων δεκαετιών, με έναν άνθρωπο του πνεύματος.

Η **Βωλάξ** (ή **Βώλακας**), με το επικό της όνομα και τους διάσπαρτους στρογγυλούς βράχους από διάπυρο υλικό να δεσπόζουν μέσα στη ρευστή συμπαντική στασιμότητα, σε ταξιδεύει σε εποχές που ο θόρυβος σήμαινε κάτι πολύ κακό. Και σίγουρα κακό ήταν το θέαμα της **Γιγαντομαχίας**, που λέγεται ότι έλαβε χώρα εδώ, με τις μπάλες αυτές να εκτοξεύονται από τους Γίγαντες εναντίον της Ολύμπιας παρέας, μαζί με φλεγόμενα βελανίδια, και φαντάζομαι ύβρεις και κατάρες. Τελικά χάσανε.

Εκεί κοντά θα δείτε και τον περιβόητο περιστεριώνα και πιθανώς να φωτογραφηθείτε μπροστά του. Να γνωρίζετε ότι δεν είναι πραγματικός, αφού βλέπει Βορρά, που σημαίνει δεν δύναται να προστατεύσει κάποιο πτηνό από το κύο.

Τα **Υστέρνια**—μιλάμε για Τήν έμπνευση στις ονοματοδοσίες—, με τη φοβερή θέα τους ψηλά, και τον όρμο τους κάτω, είναι κομμάτι της εμπειρίας Τήνος-καλοκαίρι· η **Χώρα** προσφέρεται για νυχτερινή έξοδο αλλά και μεσημεριανή χαλαρότητα (το καφέ-βιβλιοπωλείο με τους σπάνιους τίτλους είναι ένα ταξίδι από μόνο του)· ο **Πύργος**, το μεγαλύτερο χωριό του νησιού, με την παράδοση στη μαρμαροτεχνία και το σπίτι-μουσείο του **Γιαννούλη Χαλεπά** (η ιστορία αυτού του καλλιτέχνη είναι συγκλονιστική, και δυστυχώς με τρα-

γικό τέλος), είναι κάποια από τα μέρη που αξίζει να επισκεφθείτε, όποιες και αν είναι οι διαθέσεις σας.

Τι μας άρεσε: Η φυσική ομορφιά, οι διαδρομές, τα χωριά, η καλοσύνη και ευγένεια των ντόπιων, η αρμονική συνύπαρξη του κοσμικού με το θρησκευτικό στοιχείο— κάτι που προσωπικά αποδίδω στο υψηλό πολιτισμικό πρόσημο που φέρει το νησί.

Τι θα μας άρεσε να αλλάξει: Θλίψη προκαλεί το εμπόριο στο όνομα της ελπίδας ανθρώπων που φτάνουν στην Τήνο για να ζητήσουν λύση σε κάποιο πρόβλημα που τους έχει συνθλίψει. Ανατριχιαστικό το θέαμα νεαρής μητέρας να ανεβαίνει τη διαδρομή από το λιμάνι στον ναό με τα γόνατα. Συγκλονιστικό και το χαλάκι που έχει τοποθετηθεί κατά μήκος της διαδρομής. Γράφοντας αυτές τις σειρές, θυμήθηκα την ερώτηση που γεννήθηκε στο μυαλό μου, σε έναν φανταστικό διάλογο που έμεινε στις σημειώσεις μου: «*Καλή μου, γιατί φθείρεις τα γόνάτα σου; Ποιος πόνος μέγας σε έσπρωξε να έρπεις και ποιος διάολος σε έπεισε τούτο εσύ να κάμεις; Υπάρχει θεός καλός που τον πιστό του θέλει να βλέπει έτσι; Ή μήπως ανθρώπου όφελος σου λέγει σκύψε να σ' ακούσει; Γιατί ο γιος μπορεί το αίμα οίνο να έκανε, μπορεί και όχι, αλλά άνθρωπος την πίστη χρήμα σίγουρα έκαμε, και από την πίστη σου ετούτος τρώγει. Να 'σαι καλά και τα προβλήματα σου λίγα*».

Αν δείτε ζώο με δεμένα τα πόδια του (παστούρωμα) φωτογραφίστε την ταυτότητα που φέρει στα αυτιά του, σημειώστε το σημείο, ενημερώστε τις αρχές και αναρτήστε την πληροφορία στις fb σελίδες **Φιλόζωοι Τήνου** και **zoosos.gr**. Αυτό κάναμε και εμείς.

\* Ο **Ευθύμης Καραδήμας** είναι μουσικός, ιδρυτής των συγκροτημάτων *Nightfall* και *The Slayerking*.







## VERANDA

*Εξαιρετική κουζίνα  
με θέα στο γαλάζιο  
του Αιγαίου*

**Β**εράντα όνομα και πράγμα, με θέα το Αιγαίο, και εξαιρετικό φαγητό όλες τις ώρες της ημέρας. Η Άικερ Καρολίνα και ο Κυριάκος Αναστασόπουλος, συνεταιίροι αλλά και ζευγάρι στη ζωή, άνοιξαν τη Veranda τους στις 5 Μαΐου, προσέχοντας και την κάθε λεπτομέρεια: άριστες πρώτες ύλες, πολλά τοπικά προϊόντα, τέλεια πιάτα. Η μέρα ξεκινάει από τις 9 με φοβερό brunch (έως τις 14.00) που βασίζεται σε ελληνικές γεύσεις. Να σας προτείνουμε το αλμυρό κρουασάν με scrambled eggs, τθνιακό τυράκι και χειροποίητη μαρμελάδα ντομάτας, αλλά και τις ολοκληρωμένες επιλογές για πρωινό του παππού και της γιαγιάς. Από τις 14.00 και έως τα μεσάνυχτα μπορείτε να απολαύσετε lunch και dinner, με χορταστικά ψητά της ώρας, θαλασσινά, όπως γαρίδες, χταπόδι με φάβα,

σαρδέλα ψητή, καλαμάρι, το αξέχαστο κοκκινιστό μοσχάρι με λινγκουίνι. Κι ακόμη τους αξεπέραστους ντοματοκεφτέδες, την ολόφρεσκη κυκλαδίτικη σαλάτα με ντοματίνια, γαύρο μαρινάτο, καπαρόφυλλα και παλαιωμένη γραβιέρα του συνεταιρισμού Τήνου, το φανταστικό ντόπιο κατσικάκι λεμονάτο με πατάτες φούρνου και τα σουτζουκάκια με τηγανητό πουρέ πατάτας. Στη Veranda θα πιείτε και τον καφέ σας αλλά και το κοκτέιλ σας, εμπνευσμένα και αυτά από τις ελληνικές ρίζες, έχοντας σαν βάση τους το τσίπουρο και το ούζο, καθώς και πολύ καλά κρασιά αποκλειστικά από τον ελληνικό αμπελώνα και κυρίως από το νησί της Τήνου. Με φιλόξενους ανθρώπους που θα σας υποδεχτούν στην όμορφη Veranda τους, λίγα χιλιόμετρα από τη Χώρα, στην περιοχή Άγιος Ιωάννης Πόρτο.

📍 Τήνος, Άγιος Ιωάννης Πόρτο, 2283026320  
f veranda.tinos, veranda.tinos i veranda.tinos



## ΑΦΙΕΡΩΜΑ Summer Guide '22



## ΚΡΟΚ ΜΕΣΙΕ

*Το all day bistrot  
που θα σας κλέψει  
την καρδιά*

**Σ**ε μια από τις πιο όμορφες νησιώτικες αυλές, το Κροκ Μεσιέ στο μικρό χωριό Κρόκος συνεχίζει για πέμπτο καλοκαίρι να ενθουσιάζει επισκέπτες αλλά και ντόπιους με τις εξαιρετικές του γεύσεις. Ανοικτό από τις 9.30 το πρωί και με την κουζίνα του να σερβίρει μέχρι αργά το βράδυ, θα σας προτείνει εξαιρετικό specialty καφέ και στη συνέχεια επιλογές σε brunch που σίγουρα θα σας ενθουσιάσουν, καθώς πρόκειται για σύγχρονες συνταγές όλες φτιαγμένες με τοπικά προϊόντα. Φοβερό το κροκ μαντάμ με λούζα (παραδοσιακό τθνιακό αλλαντικό), εμπνευσμένη η πίσα, με χειροποίητη ζύμη, τηγανητά ρεβύθια και ψητό κουνουπίδι, άπαικτες οι παραδοσια-

κές τθνιακές τηγανόπιτες με λούζα, τυράκι Τήνου και μέλι, να δοκιμάσετε οπωσδήποτε και τα πιτάκια με κοπανιστή -τθνιακό τυρί ΠΟΠ- που σερβίρονται με τσάντνεϊ ντομάτας. Στο νησί και στις διακοπές ο χρόνος δεν έχει πολλή σημασία, έτσι το brunch σερβίρεται μέχρι αργά, ενώ τα κοκτέιλ αρχίζουν και καταφθάνουν από νωρίς, την ώρα που η κουζίνα συνεχίζει να βγάζει τα νόστιμα και ωραία της, με το μενού να περιλαμβάνει ζυμαρικά, κριθαρότο, ταλιάτα, burgers (πάντα με ντόπιο κρέας), αλλά και κάποια συνοδευτικά για το κρασί. Όλα αυτά σε ένα χαλαρό περιβάλλον, σε μια ονειρεμένη εξοχή, πλάι σε ευγενέστατους και φιλόξενους ανθρώπους.

📍 Κρόκος, Τήνος, 2283051089 f krokmonsieur.tinos i krok.monsieur.tinos





## Τήνος

Του **Ανδρέα Στάιου\***

Τι μπορεί να πει κανείς για την Τήνο; Κάτι που δεν έχει ειπωθεί και θα μπορούσε να αποτελέσει ένα μυστικό του νησιού; Η αλήθεια είναι ότι δεν ξέρω. Για εμάς που ξέρουμε και περπατάμε αυτό το νησί πολλά χρόνια και το έχουμε δει να αλλάζει δεν υπάρχουν πια μυστικά. Εμφανίζονται κάθε χρόνο νέα σημεία σε διαφορετικά χωριά που γύρω από αυτά το νησί σου δίνει την αίσθηση ότι μεγαλώνει δίνοντας όλο και περισσότερο χώρο στην τουριστική ανάπτυξη του νησιού. Τα μέρη αυτά δεν είναι καινούργια. Το τουριστικό κύμα τα μεταλλάσσει από κλασικά νησιώτικα μέρη σε όμορφα, καλόγουστα τουριστικά spots. Τα χρόνια της αθωότητας του νησιού ανήκουν πια στο παρελθόν.

Το νησί λοιπόν πρέπει να το ανακαλύψεις. Να κουρασθείς με τις μακρινές αποστάσεις του και, φυσικά, να ταλαιπωρηθείς με τον αέρα που ειδικά τον Αύγουστο κυριαρχεί. Δεν ακούγεται πολύ δελεαστικό, αλλά όλα αλλάζουν όταν πατήσεις το πόδι σου στο νησί. Με τη Χώρα του, που δεν είναι και η πιο όμορφη των Κυκλάδων, λίγα λεπτά μετά ή λατρεύεις αυτό το νησί ή θες να φύγεις με το πρώτο πλοίο. Η πορεία βέβαια όλων αυτών των χρόνων μάλλον αποδεικνύει ότι η μεγάλη πλειονότητα λατρεύει αυτό το νησί.

Τι μπορείς να κάνεις; Αρχικά να δεις πολύ όμορφα ορεινά χωριά. Χωριά που μπορείς να εξαφανιστείς και να περπατάς με τις ώρες όπως η **Καρδιανή**, τα **Υστέρνια** και, φυσικά, ο **Πύργος**. Μπορείς να πας επίσης στην **Κώμη** με τις μαρμάρινες λεπτομέρειες στις προσόψεις των σπιτιών, τον **Κτικάδο** με την όμορφη θέα, τον **Βώλακα**, όπου θα δεις το εντυπωσιακό φαινόμενο των διάσπαρτων βράχων, καθώς και στο **Τριπόταμο** με τα γραφικά δρομάκια και την παραδοσιακή ιδιαίτερη κυκλαδίτικη αρχιτεκτονική.

Έχει επίσης μουσεία και άλλα αξιοθέατα. Οι **Ουρσουλίνες**, το **Μουσείο Τσόκλη** στον **Κάμπο**, το **Μουσείο Μαρμαροτεχνίας**, καθώς και το **Μουσείο του Γιαννούλη Χαλεπά** στον **Πύργο**. Η Τήνος είναι η πατρίδα του ελληνικού μαρμάρου και φροντίζει να σ' το δείχνει παντού. Σε δρομάκια, σπίτια, ακόμα και στάσεις λεωφορείων σπάνιας τεχντροπίας διάσπαρτες στο νησί. Έχει και περισσότερες φυτεμένους πάνω στον δρόμο – άλλους σε καλή, άλλους σε κακή κατάσταση, αλλά σίγουρα θα σου τραβήξουν το μάτι.

Υπάρχουν αρκετές παραδοσιακές παραλίες πολύ γνωστές και φωτογραφημένες, όπως η **Κολυμπήθρα** (τόσο η μεγάλη με αρκετό αέρα και, φυσικά, δραστηριότητες όσο και η μικρή, που είναι πιο οικογενειακή), τα **Κιόνια** και οι **Άγιος Γιάννης** και **Άγιος Φωκάς**. Τα τελευταία χρόνια έχουν αναδειχθεί και άλλες παραλίες, όπως η **Απηγανιά**, με το ιδιαίτερα απαιτητικό προφίλ της αλλά τα υπέροχα νερά, τα κοσμοπολίτικα **Καλύβια**, ο **Άγιος Ρωμανός** με δέντρα για σκιά και ξεκούραση και, βεβαίως, η **Ρόχαρη** με το εναλλακτικό της στιλ.

Εδώ θα βρεις γεύσεις για όλα τα γούστα. Από τα πασίγνωστα και φημισμένα «Θαλασσάκι» (στα Υστέρνια) και «**Μαραθιά**» (στον Άγιο Φωκά) έως τα πιο ιδιαίτερα «**Ήταν ένα μικρό καράβι**» στην πιο όμορφη αυλή της χώρας και το «**Σαν το αλάτι**» πάνω στο κύμα με την απεριόριστη θέα. Μην παραλείψεις όμως να σταματήσεις και στα μικρά, ήσυχα ταβερνάκια ή ακόμα και καφενεία χωριών που κρύβουν θησαυρούς.

Η Τήνος δεν είναι αυτό που βλέπεις στην αρχή, φτάνοντας. Είναι κάτι πολύ πιο όμορφο που θα σε δυσκολέψει πολύ να την ανακαλύψεις, αλλά, αν επιμείνεις, είναι σίγουρο ότι θα σε ανταμείψει...

\* Ο Ανδρέας Στάιος είναι Digital Director UM.

Το νησί είναι από παλιά γνωστό για την Παναγία της Τήνου και τον θρησκευτικό του τουρισμό, ενώ τελευταία ακούγεται πολύ και για το υπέροχο φαγητό του και τις φανταστικές παραλίες του. Οι παραδοσιακοί οικισμοί και οι γραφικοί περιστεριώνες φτιάχνουν το κυκλαδίτικο κάδρο. Οι απέραντες παραλίες συμπληρώνουν την εικόνα. Η Μαντόνα των Κυκλάδων έχει πολλά να σου δώσει.

## Τι να δεις

Ξεκινάμε από την **Παναγία της Τήνου**, την εμβληματική αυτή εκκλησία. Επίσης, αξίζει να επισκεφθείς τη **Μονή Κεχροβουνίου** ή **Αγίας Πελαγίας** στην περιοχή του Αρνάδου. Αν αντέχεις την πεζοπορία, να ανέβεις τον λόφο του **Εξώμβουργου**, όπου βρισκόταν το βενετιάνικο κάστρο της Τήνου και ήταν η αρχαία πρωτεύουσα του νησιού. Στη συνέχεια έχουμε το **Μνημείο της Έλλης**, του καταδρομικού που τορπιλίστηκε 15αύγουστο το 1940. Στη Χώρα υπάρχει και η **Πινακοθήκη**. Ο **Πύργος** είναι το μεγαλύτερο χωριό του νησιού και κορυφαίο κέντρο μαρμαροτεχνίας. Εκεί και το **Μουσείο Μαρμαροτεχνίας**, που έστησε το **Πολιτιστικό Ίδρυμα Ομίλου Πειραιώς** (Πύργος, 2283031290). Αφού δεις το **Σπίτι-Μουσείο του Γιαννούλη Χαλεπά** (2283031270) κάνε τη βόλτα σου στα όμορφα στενάκια και δοκίμασε γαλακτομπούρεκο στην πολύχρωμη πλατεία με τον τεράστιο πλάτανο. Το **Περιστράτειο Υδραγωγείο**, από το οποίο υδρευόταν η πόλη μέχρι το 1934, είναι ενδιαφέρον θέαμα. Η πανέμορφη **Μονή των Ουρσουλινών** στα **Λουτρά** φιλοξενεί το καλοκαίρι πολλές πολιτιστικές εκδηλώσεις. Για να μπεις στο χωριό **Ταραμπάδο** θα περάσεις μέσα από μια μεσαιωνική καμάρα και θα θαυμάσεις τους ξακουστούς περιστεριώνες του 16ου αιώνα. Τα **Υστέρνια** υπήρξαν ένα από τα σημαντικότερα κέντρα μαρμαροτεχνίας και έχουν φαντασμαγορική θέα στο πέλαγος. Το νησί διαθέτει και **Μουσείο Μοντέρνας Τέχνης «Κώστας Τσόκλης»** (Κάμπος, 2283051009). Επιβάλλεται και μια βόλτα στην **Καρδιανή**, το πιο γραφικό χωριό της Τήνου, την ώρα του ηλιοβασιλέματος. Η Τήνος φημίζεται για τα όμορφα χωριά της. Να επισκεφτείς οπωσδήποτε τον **Βώλακα**, τα **Δύο Χωριά**, τον **Τριαντάρο** και τον **Πάνορμο**. Επιπλέον, φέτος στο νησί μπορείς να παρακολουθήσεις τις εξής εκθέσεις: Φωτογραφίας του Στράτη Ελισσαίου με τίτλο «**Αποτύπωση των Βράχων της Τήνου**» (8-26/7). Έκθεση γλυπτικής, ζωγραφικής, χαρακτικής, φωτογραφίας video art του **Συλλόγου Καλλιτεχνών Εικαστικών Τεχνών Τήνου** με τίτλο «**Ιστορίες Νερού**» (31/7 - 21/8) και έκθεση ζωγραφικής του Παπαδόπουλου (24/8 - 13/9). Επίσης την έκθεση φωτογραφίας για τα 100 χρόνια από τη Μικρασιατική Καταστροφή (14-30/9).



Δήμος: 2283360100-5  
Αστυνομία: 2283022100  
Λιμεναρχείο: 2283023129  
Γενικό νοσοκομείο: 2283360000





# TUTTI BLU

TINOS LIVING SPACE

*Ξένοιαστη διαμονή  
σε ένα από το ομορφότερα  
αρχοντιλιά της Τήνου*

**Ε**να παλιό αρχοντικό στο γραφικό χωριό Μέση της Τήνου, με παράδοση τριών αιώνων και με όλες τις ανέσεις του 21ου αιώνα, είναι το καλύτερο μέρος για να σας φιλοξενήσει στις διακοπές σας. Ο πανέμορφος ξενώνας έχει ιστορία από το 1786 και οι ιδιοκτήτες του τον ανακαίνισαν με απόλυτο σεβασμό στην αρχιτεκτονική του νησιού, χωρίς να αλλοιώσουν τον παραδοσιακό του χαρακτήρα. Η πέτρινη οικία ήταν μάλιστα και το πρώτο σπίτι του οικισμού και βρίσκεται στην κεντρική του πλατεία. Οι τέσσερις ξενώνες ήταν ξεχωριστά δωμάτια του παλιού αρχοντικού και περιλαμβάνουν σε ενιαίο χώρο αυτό-

νομη κουζίνα και τραπεζαρία, ανεξάρτητο μπάνιο και χώρους ύπνου. Έχετε επίσης τη δυνατότητα να απολαύσετε παραδοσιακό τπνιακό πρωινό. Μάλιστα, η τοποθεσία είναι εξαιρετική μιας και σε απόσταση μικρότερη των 5 χιλιομέτρων γύρω από τον ξενώνα βρίσκονται το εμβληματικό Ξώμπουργο, το χωριό Βωλάξ με τους ιδιαίτερους μοναδικούς πέτρινους γεωλογικούς σχηματισμούς, το Μοναστήρι της Παναγίας και άλλα όμορφα χωριά της ενδοχώρας. Παράλληλα, πλησίον του ξενώνα θα συναντήσετε κανείς παραδοσιακά καταγεγραμμένα μονοπάτια, αμπελώνες, οινοποιεία, τυροκομεία και φυσικά παραλίες.

📍 Μέση, Τήνος, 6955093535, [www.tuttblu.gr](http://www.tuttblu.gr)  
 📱 [tuttblutinos](https://www.facebook.com/tuttblutinos) 📷 [@tuttblutinos](https://www.instagram.com/tuttblutinos)



## ΑΦΙΕΡΩΜΑ Summer Guide '22



# ΤΗΣ ΜΑΡΓΑΡΙΤΑΣ

*Εδώ θα βρεις τα πιο  
αγαπηδιάρια  
χειροποίητα προϊόντα*

**Μ**πορεί να είναι μικρό στην όψη αλλά το μαγαζάκι με τα χειροποίητα της Μαργαρίτας στην Τήνο κρύβει έναν πλούτο από λογής-λογής προϊόντα, φτιαγμένα με αγάπη και μεράκι. Θα βρεις στα ράφια της παραδοσιακά ελληνικά εδέσματα αλλά και πιο ιδιαίτερα καλούδια όπως λαχταριστές μαρμελάδες και γλυκά του κουταλιού (must try η μαρμελάδα πορτοκαλί-σοκολάτα), αρωματικά λικέρ, βότανα, τουρσιά και άλλα πολλά που ξυπνάνε αυθεντικές μυρωδιές από αναμνήσεις από το χωριό που πηγαίναμε κάποτε μικροί. Οι συνταγές είναι δανεισμένες

από το συρτάρι της γιαγιάς, γι' αυτό και παρασκευάζονται με αγνές πρώτες ύλες χωρίς προσθήκη συντηρητικών. Στη Μαργαρίτα θα βρεις και διάφορα καλλωπιστικά είδη, ανάμεσά τους αρωματικά σαπούνια, μάσκες και κρέμες σώματος (ανάρπαστη γίνεται αυτή με αμύγδαλο και βαμβάκι) από υλικά και συστατικά φιλικά προς το δέρμα, που απορροφώνται εύκολα χαρίζοντάς μας ομορφιά και ευεξία, εποχιακά είδη, κεριά και πλεκτά. Η χαμογελαστή ομάδα της είναι εκεί για να προσφέρει χρήσιμες πληροφορίες γύρω από την όμορφη ιστορία που συνοδεύει το κάθε προϊόν.



📍 Πύργος Τήνου, 2283031885

📱 [Χειροποίητα Σπιτικά Προϊόντα της Μαργαρίτας](https://www.facebook.com/tismargaritas) 📷 [tismargaritas](https://www.instagram.com/tismargaritas)



## Πού να κολυμπήσεις

Η μεγαλύτερη και πιο οργανωμένη παραλία είναι ο **Άγιος Φωκάς**, θα φτάσεις και με τα πόδια από τη Χώρα. Λίγο πιο κάτω και ο **Άγιος Σώστης**. Για ήσυχους κολυπίσκους προχώρησε μέχρι το τέλος της παραλίας, στα **Κιόνια**. Τις μέρες με βροιά απόφυγε τη **Λιβάδα**. Για κάτι πιο ήρεμο, κάνε μία βόλτα μέχρι τον **Άγιο Πέτρο**. Η **Παχιά Άμμος** με τεράστιους αμμόλοφους και διάφανα νερά είναι ιδανική για παιδιά, ενώ από τις πιο ωραίες είναι και η **Ανγηγανιά**, με δύσκολη πρόσβαση, αλλά με κρυστάλλινα νερά. Για surf να πας στην **Κολυμπήθρα**. Η κρυφή παραλία της Τήνου είναι η **Αγία Ελένη**, με πολύ ωραίο beach bar, γαλάζια νερά και ένα εκκλυσάκι τέλειο για γάμους – αν το σκέφτεσαι. Στα **Καλύβια** το beachbar «βαράει», ενώ στην παραλία των Υστερνίων θα χαλαρώσεις. Προτεινόμενη παραλία με άμμο και όμορφα νερά είναι ο **Άγιος Ρωμανός** με το **beach bar Lefko** (6972247351). Όμορφος είναι και ο **Μπάλλος ή Βούρνοι**. Εκεί, θα απολαύσεις σνακ ή κανονικό γεύμα στο **Bianco Beach Restaurant** (6986752100). Στη **Ρόχαρη**, μία αμμουδερή παραλία στον Πάνορμο, θα χορέψεις σε κουβανέζικους ρυθμούς πινότας tiki cocktails στο **Alohari** (6972326036).

## Πού να μείνεις

Στο **Tutti Blu Tinos Living Space** (6955093535, [www.tuttblu.gr](http://www.tuttblu.gr)), ένα παλιό αρχοντικό στο γραφικό χωριό Μέση, ανακαινισμένο με απόλυτο σεβασμό στην αρχιτεκτονική του νησιού. Οι τέσσερις ξενώνες ήταν ξεχωριστά δωμάτια του παλιού αρχοντικού και περιλαμβάνουν σε ενιαίο χώρο αυτόνομη κουζίνα και τραπεζαρία, ανεξάρτητο μπάνιο και χώρους ύπνου. Θα απολαύσετε, επίσης, παραδοσιακό τσινιακό πρωινό, ενώ σε κοντινή απόσταση βρίσκονται πολλά αξιοθέατα. Το **TinosHeartApartment**

(6984120243), είναι ένα πανέμορφο, νεοκλασικό σπίτι στη Χώρα της Τήνου, ενώ το **Παράθυρο στο Αιγαίο** (6978104762, [parathirostoigaio.gr](http://parathirostoigaio.gr)), έχει παραδοσιακά διαμερίσματα στη Χώρα με υπέροχη θέα. Το **Living Theros Suites** (2283031163), στη γραφική Καρδιανή έχει μοναδική αρχιτεκτονική, ζεστή φιλοξενία και τρομερή θέα. Τα **Castria Studios** (6972984473) στα Κιόνια έχουν πανοραμική θέα στο μπλε του Αιγαίου. Το **Vincenzo Family Rooms** (2283025888) θα σου δείξει τι σημαίνει ελληνική φιλοξενία με γεύματα από τον κήπο και τη φάρμα της οικογένειας. Επίσης πολύ ωραίο και το ξενοδοχείο **Αγέρι** (2283024231). Στον Άγιο Φωκά: **Golden Beach** (2283022579), πάνω ακριβώς στην πεντακάθαρη παραλία. Στην περιοχή του Αγίου Ιωάννη Πόρτο: **PortoVlastos** (2283025229), επιπλωμένα διαμερίσματα 300 μ. από τη θάλασσα και **Porto Raphael** (2283023913), με μεγάλο κήπο για παιδιά. Στον Άγιο Σώστη στο **Cavos** (2283024224), και στον Άγιο Μάρκο το **Vega Apartments** (2283024035), με υπέροχη θέα, πλούσιο πρωινό από ντόπια προϊόντα, δοκίμασε τα πεντανόστιμα σπιτικά τους κέικ. Στον Τριαντάρο, 15 λεπτά από τη Χώρα, στοκαμουφλαρισμένο χτισμένο από κυκλαδίτικη πέτρα **Aeolis Tinos Suites** (2283029044) που μπορείς να δοκιμάσεις πιο γκουρμέ μεσογειακές πιάτα στο **Zoga Restaurant**.

## Πού να φας

Στο **Κρόκ Μεσιέ**, στον Κρόκο (2283051089), για φοβερό brunch, με παραδοσιακές αλλά και σύγχρονες συνταγές, φτιαγμένες όλες με τοπικά προϊόντα. Δοκίμασε τις παραδοσιακές τσινιακές τηγανόπιτες με λούζα, το τοπικό αλλαντικό, αλλά και τα comfort πιάτα της κουζίνας στη συνέχεια της ημέρας, όπως τα πεντανό-

στιμα burgers με ντόπιο κρέας. Επίσης, πολύ ωραία κοκτέιλ σε μια πανέμορφη νησιώτικη αυλή. Στην ολοκαίνουργια **Veranda** (2283026320) θα απολαύσεις εξαιρετική κουζίνα, με θέα στο Αιγαίο, με άριστες πρώτες ύλες και πολλά τοπικά προϊόντα. Φοβερό brunch που βασίζεται σε ελληνικές γεύσεις μέχρι τις 14.00 και στη συνέχεια ψητά της ώρας, θαλασσινά, αλλά κι ένα κοκκινιστό μοσχάρι που θα σου μείνει αξέχαστο. Να τους ρωτήσεις για τα κρασιά τους, πολλά από τα οποία είναι τσινιακά. Στον Όρμο Υστερνίων, στο καταπληκτικό **Θαλασσάκι** (2283031366), μπροστά στη θάλασσα, με την τρομερή μαγειρική-σα Αντωνία Ζάρνα. Επίσης, στα Υστερνία θα βρεις το εστιατόριο **Εξωμεριά** (2283031552) με ατέρμονη θέα και πολλές καλές επιλογές. Μην ξεχάσεις να απολαύσεις παραδοσιακό υποβρύχιο, για να θυμηθείς τα παιδικά και ανέμελά σου χρόνια! Οπωσδήποτε στην ιστορική ταβέρνα-σουλέρ **Galeria Tinosby T-Cuicine**, στη Χώρα, δίπλα στη θάλασσα. Φρέσκα ψάρια από ντόπιους ψαράδες και λαχανικά από το δικό τους μποστάνι (*Χώρα, 6987404497*). Στην παραλία του Αγίου Φωκά στο **Σαν το Αλάτι** (2283029266), σε ωραία τοποθεσία. Στη Χώρα, αγαπημένο το **Μικρό Καράβι** (2283022818) με ελληνική κουζίνα, βασισμένη σε τοπικά προϊόντα. Ο κατάλογος είναι μεγάλος, με πολλά ντόπια πιάτα με πειραγμένη διάθεση και δροσερή αυλή. Θαλασσινές νοστιμιές αλλά και θαλασσινές γεύσεις θα βρεις στο καρνάγιο της Τήνου, στη Χώρα, στην ταβέρνα **Ταρσανάς** (2283024667). Κοντά στη θάλασσα και μέσα σε αυλή πνιγμένη στο πράσινο είναι το **Αίθριο ο Μάρκος** (2283023033), οπωσδήποτε τη χωριάτικη ομελέτα. Για πρωινό και όχι μόνο στο **Τριανταράκι** (2283041371). Παράγγειλε πεινιλή με τοπική

λούζα και French toast τσουρέκι και θα μας θυμηθείς! Στον Πάνορμο στη **Mariva** (2283031314), για την υπέροχη μακαρονάδα του ψαρά. Στη **Σβούρα** (2283051830), για μεζεδέσματα με φρόντο την πλατεία της Κώμης. Στη **Μαραθιά** (2283023249), στην παραλία του Αγίου Φωκά, ζήτα τα ωραία σπιτικά του τυριά και κυρίως το περίφημο καρίκι, αγκινάρες τουρσί, και απόλαυσε όλα τα εξαιρετικά του πιάτα –φιλιά στον Ευρυπιδή! Στον **Ντίνο** (2283031673) στον όρμο Παννάκη, στην Καρδιανή, θα φας φοβερό ψάρι και γαριδομακαρονάδα. Στο παραδοσιακό καφενείο της **Κυρά Λένης** (2283051409), στο χωριό Κρόκος, για τηγανόψωμο, φουρτάλιες και τσινιακά τυριά. Στο **Περιβόλι** (6945987460), στην Καρδιανή, μια σκιερή βεράντα με σύγχρονη θέα, νόστιμα φαγητά και τρομερή σπιτική πορτοκαλόπιτα. Στον όρμο της Καρδιανής, θα βρεις το **Dear John** (2283031760) με πολύ καλές επιλογές πρωινού και μεσημεριανού. Για ακόμη μία ωραία πορτοκαλόπιτα και εξαιρετικό παγωτό μηχανής θα επισκεφθείς το νέο γαστροκαφέ, **Κλούκι** (2283041179) στο Φαλατάδο. Στο καφεοινοπλαντωπολείο **Τερέζα** (2283041320) στο χωριό Μυρσίνη με παραδοσιακές τοπικές γεύσεις.

## Πού να διασκεδάσεις

Στον θρυλικό **Κουρσάρο** (2283023963), το παλαιότερο μπαρ του νησιού, γνωστό για τις μουσικές που παίζει. Για ποτό ποτό στο νέο **See you soon** (2283024007). Ακριβώς δίπλα το **Santiago** (6987451393) για tacos και τεκίλα. Για χορό και ποτό σε εξωτικό τοπίο στον **Αργοναύτη** (2283021047), μπαρ με ιδιαίτερη διακόσμηση και μεταξύ άλλων κοκτέιλ με ρακί. Ωραία κοκτέιλ και στο **Prickly Bear** (2283300696), στη Χώρα. Για χορό μέχρι αργά στο **Τριανταράκι** (2283041371). Παράγγειλε πεινιλή με τοπική

(6948894093) και το **Όλα Ελληνικά** (2283400554). Λίγο έξω από τη Χώρα, το **Omma** (2283026673), για ποτό, κοκτέιλ και πολλή μουσική. Με σχεδόν 30 χρόνια λειτουργίας, ο **Κάκτος** (2283025930), αν θες πιο ethnic ατμόσφαιρα και mojito με τέλεια θεάτη χώρα και afterparty. Και αν πάλι θες να ξεφύγεις από τον πολύ κόσμο της Χώρας υπάρχουν τόσες επιλογές. Στα Υστερνία, το χωριό των καλλιτεχνών, το **Μαγιού All day bar** (2283031882), από το πρωί, για καφέ και πρωινό, μέχρι αργά το βράδυ με κοκτέιλ. Στον Πύργο, στο **Αθμάρι** (2283031977), δοκίμασε το «τρικ» με λικέρ μαστίχας, σιρόπι θυμαριού, δενδρολίβανο και λιαστή ντομάτα. Τσέκαρε οπωσδήποτε τον κατάλογο των κοκτέιλ με τα ελληνικά ονόματα, όπως Λεβέντης ή Μέντορας, και τις ενδιαφέρουσες μίξεις με παραδοσιακά τσινιακά προϊόντα. Στην ιστορική πλατεία του Πύργου, ο **Μεγάλος Καφενές** (2283031647) λειτουργεί πάνω από έναν αιώνα με ελληνικό καφέ στο μπρίκι και πλούσιο πρωινό. Στην Κώμη το **Kalais aperitivo all day** (2283051212), για μυρωδάτο καφέ, χειροποίητα λικέρ και γλυκά, μπρουσκέτες με τοπικά προϊόντα, ξεχωριστά κοκτέιλ, κέικ και παγωτό αγκινάρας! Στον Πάνορμο, για μια μπύρα στο μεζεδοπωλείο **Περί Ανέμων** (2283031922), για κρασί στο **360** (2283031433). Το **Κυριακάτικο** (2283022606), στην αγορά, είναι σημείο συνάντησης, κάτσε στην αυλή για καφέ στη χόβολη, χυμούς ή ρακί. Στο Φαλατάδο, στο **Leleyes**, σε καλοκαιρινή αυλή για κρασάκι και κοκτέιλ. Στην Καρδιανή, στο **Sunsetbar** (6940965994, 6943539968), για μαγευτικό πλοιοβασιλέμα και signature cocktails, εκπληκτική λίστα κρασιών και sushi. Φυσικά θα διασκεδάσεις σε κάποιο **τσινιακό πανηγύρι**. Το γλέντι συνοδεύεται από λαϊκά όργανα και χορούς. Φέτος θα πετύχεις του Προφήτη Ηλία (Βακέτα,

Χώρα), Αγ. Άννας (Τζάδος) και Αγ. Παρασκευής (Υστερνία) αναφορικά με την περίοδο Ιουλίου. Τον Αύγουστο το πανηγύρι της Μεταμορφώσεως (Πριάστρο, Καρυά), της Κοίμησης της Θεοτόκου (Χώρα της Τήνου, Βρυσί), του Αγίου Αγαπητού στην Αγάπη, της Κυρά Ξένη (Πύργος), στα Εννιάμερα της Παναγίας (Τσικνιάς) και του Αγίου Ιωάννη στην Κώμη.

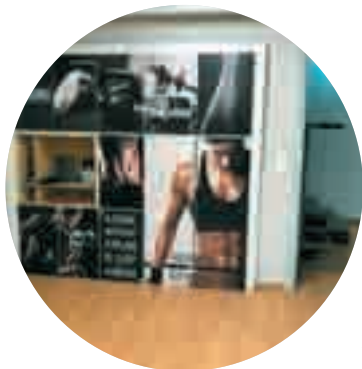
## Τι να ψωνίσεις

Να πας οπωσδήποτε στην **Μαργαρίτα** (2283031885), στον Πύργο της Τήνου, όπου θα βρεις από λαχταριστές μαρμελάδες και γλυκά του κουταλιού, μέχρι αρωματικά λικέρ, βότανα, τουρσιά και άλλα πολλά που ξυπνάνε αναμνήσεις από το χωριό που πηγαίναμε κάποτε μικροί. Μαζί με αυτά και διάφορα καλλωπιστικά είδη, ανάμεσά τους αρωματικά σαπούνια, μασκες και κρέμες σώματος από υλικά και συστατικά φιλικά προς το δέρμα. Στην **Armonia** (Πάνορμο, 2283031710/Χώρα, 2283026663), για ρούχα και αξεσουάρ υψηλής ποιότητας και αισθητικής σε αρμονία με τη φύση. Στην **Κατσίκια** (2283023466), boutique ρούχων με πλούσια επιλογή καφτανιών, καπέλων και άλλων ενδυμάτων και στο **Karybu** (2283023301) για ενδυματικές ή διακοσμητικές επιλογές.

## Wellness

Εάν θέλεις να φροντίσεις τον εαυτό σου και τις ημέρες των διακοπών, να επισκεφθείς το **YUPIYANNA** (2283025170), έναν χώρο που συνδυάζει τη γυμναστική, την ευεξία και την ομορφιά, καθώς στο τμήμα #Wellness, μπορείς να απολαύσεις υπηρεσίες περιποίησης άκρων, μασάζ προσώπου και σώματος, αισθητικής, sauna, solarium, extensions βλεφαρίδων, μόνιμο μακιγιάζ και άλλα πολλά. **-A.V. team**

# ΑΦΙΕΡΩΜΑ Summer Guide '22



## YUPIYANNA

Γυμναστική, ευεξία, ομορφιά, για εσάς που αγαπάτε τον εαυτό σας!

Ο αγαπημένος χώρος ευεξίας και ομορφιάς στην Τήνο, τόσο για τους κατοίκους του νησιού όσο και για τους επισκέπτες, εδώ και 10 χρόνια. Το YUPIYANNA προσφέρει μια ολοκληρωμένη πρόταση σε όλες και όλους που αγαπούν τον εαυτό τους και φροντίζουν το σώμα τους, αποτελώντας τον πρώτο ολοκληρωμένο χώρο στον συνδυασμό γυμναστικής, ευεξίας και ομορφιάς στις Κυκλάδες!

Στο τμήμα του #Fitness, προσφέρονται γυμναστικά προγράμματα για κάθε επίπεδο και ηλικία, τα οποία διαφοροποιούνται σύμφωνα με τις ανάγκες των ασκούμενων αλλά και με την εποχή του χρόνου.

Στο τμήμα #Wellness, μπορείτε να απολαύσετε υπηρεσίες μασάζ (κυταρίτιδας, χαλαρωτικό, reiki, σοκολατοθεραπείας), αλλά και μασάζ αποθεραπείας μετά από δυνατή

προπόνηση. Επίσης, υπηρεσίες περιποίησης άκρων, αισθητικής, sauna, solarium, extensions βλεφαρίδων, μόνιμο μακιγιάζ (φρύδια, περίγραμμα χειλιών, γραμμή eyeliner), θεραπείες αδυνατίσματος, κρυσταλλολύση, παθητική γυμναστική, οριστική αποτρίχωση (φωτολινόλυση).

Στο #Human τμήμα θα γνωρίσετε το νέο σας εαυτό, με μια ολοκληρωμένη ανάλυση σώματος, αξιολόγηση της σχέσης πρόσληψης - απώλειας θερμίδων, καθώς και με εξειδικευμένα προγράμματα διατροφής.

Το YUPIYANNA, που προσπαθεί πάντα να εξελίσσεται, συχνά προσκαλεί, επίσης, ειδικούς και αναγνωρισμένους αθλητές ή επιστήμονες, προκειμένου να ενημερώνονται από τους πλέον κατάλληλους ανθρώπους οι φίλοι του. Να το γνωρίσετε οπωσδήποτε!



Τήνος, Ι. Βούλγαρη, 2283 025170, [www.yupiyanna.gr](http://www.yupiyanna.gr)

YupiYannaFnB yupi\_yanna





info

Βρίσκεται σε απόσταση αναπνοής από την Αττική και συχνά θεωρείται από πολλούς νησί του Σαββατοκύριακου. Είναι, όμως, πολλά παραπάνω. Η **Υδρούσα**, όπως την έλεγαν παλαιότερα, με περίπου 2.500 μόνιμους κατοίκους, έχει πρωτεύουσα την **Ιουλίδα** ή **Χώρα**, λιμάνι την **Κορρησία** ή **Λιβάδι** και αρκετούς ακόμα μικρότερους οικισμούς, μεγαλύτερος εκ των οποίων είναι το **Βουρκάρι**. Φημίζεται για τα υπέροχα φυσικά τοπία, τους γραφικούς οικισμούς και τις μαγευτικές παραλίες της. Αν

**καμιά**, με παχιά σκιά από αλμυρίκια. Ο **Κούν-δουρος**, σχεδόν 45' από το λιμάνι, έχει παραλίες για κάθε γούστο. Εύκολη πρόσβαση και beach bar στο **Γιαλισκάρι**. Ο **Σίνος** είναι off road, απαιτεί κατάλληλο όχημα.

**Πού να μείνεις**  
Πολλές οι επιλογές σε όλο το νησί. Ενοικιαζόμενα δωμάτια, ενδεικτικά, είναι τα **Aegean View** (2288022046 και 6985794024) στην Κορρησία, οι **Λεύκες** (2288021443) στο Βουρκάρι, **Kea Village** (2288022120 και 6972243330) στην Ιουλίδα, **Ανεμούσα** (2288021485) στον Οτζιά, **Γιαλισκάρι** (2288021197) στο Γιαλισκάρι. Υπάρχουν, βεβαίως, μεγάλα ξενοδοχεία με όλες τις ανέσεις. Ενδεικτικά: **Porto Kea** (2288022870) στην Κορρησία, **Ydor Hotel Spa** (2288022044) στο **Βουρκάρι**, **Spathi Beach Suites** (6942575627) στο Σπαθί.



Δήμος: 2288360000  
Αστυνομία: 2288021100  
Λιμεναρχείο: 2288021344  
Ιατρείο: 2288022200

σου αρέσει η πεζοπορία, ακολούθησε τα μονοπάτια, ενώ αν είσαι λάτρης της των καταδύσεων θα ανακαλύψεις πολλά ναυάγια κάτω από τη θάλασσα.

## Τι να δεις

Η αμφιθεατρική **Χώρα** της Κέας ενδείκνυται για ατέλειωτες βόλτες. Εμβλήματα της ο Λαξεμένος πάνω σε βράχο Λέοντας. Το παραθαλάσσιο χωριό **Ποίσσες** φημίζεται για τον αρχαιολογικό χώρο, ενώ το Βουρκάρι είναι το πιο hot σημείο του νησιού. Ακολούθησε το μονοπάτι που σε βγάξει στην αρχαία πόλη Καρθαία. Την καλύτερη θέα θα την απολαύσεις από το εκκλησάκι της Παναγίας της Καστριανής. Να δεις τον **Πύργο της Αγίας Μαρίας**, το **Αρχαιολογικό Μουσείο**, το **Αγροτικό Λαογραφικό και Πολιτιστικό Μουσείο Κέας**.

## Πού να κολυμπήσεις

Στον **Οτζιά**, τη μεγαλύτερη παραλία του νησιού. Στα τροπικά **Εύλα** με τα γαλάζια νερά και την ατέλειωτη αμμουδιά. Αν φυσάει βοριάς κατευθύνσου προς **Σπαθί**. Παραδίπλα η **Συ-**

## Πού να φας και να πιεις

Στην κορυφή της Χώρας, στην Ιουλίδα, στο **Σπίτι στη Χώρα** (2288029101), για brunch μέχρι τις 12 και με σπιτική κουζίνα από τις 6 το απόγευμα, με κλασικές και τζαζ μουσικές. Στο **Πανόραμα** (2288022341) με εξαιρετική θέα και σπιτικά γλυκά, αλλά και πρωινά νωρίς και κοκτέιλ το βράδυ. Στη Χώρα στο γκουρμέ **Kylix** (6932596757), με ειδικά κρητικά θέα, στους παραδοσιακούς **Καλοφραγάδες** (2288022118), και ακριβώς δίπλα στον **Παπαρούνα** (2288022583), που έχει και ψάρι. Σπουδαία μαγειρευτά, επίσης στη Χώρα, στην **Πιάτσα** που φιλοξενεί και live και στο **Στέκι**. Στον Οτζιά στην **Ταβέρνα της Άννας**, στο Βουρκάρι για ψάρι στον **Αρίστο** και στον **Σείριο**. Για ποτό, ο **Λέων** (6987506892), στη Χώρα είναι το πιο alternative, το **Viral** λίγο έξω από την Ιουλίδα το after. Πολύ ωραία καφέ μπαρ στο Βουρκάρι είναι τα **Kokka** και **Breaz**. **AV.team**

# Τζια

## Απάτησα την Τζια για λίγη Σίφνο

Του **Ρομέν Γαβράς\***

➔ Το νησί μου είναι η Τζια, πηγαίνω εκεί από τότε που γεννήθηκα, κάθε καλοκαίρι με την οικογένειά μου. Θυμάμαι από τα επτά μου χρόνια να περνάω όλη τη μέρα στα βράκια, με το μαχαίρι μου προσαρμοσμένο στο speedo μου, λίγο λεμόνι και τα ξαδέρφια μου, να ψάχνουμε για αχινοί που τους τρώγαμε ωμούς (προφανώς ήταν τη δεκαετία του '80 και επιτρεπτόταν). Αυτό το νησί σφυρηλάτησε στη φαντασία μου τη σκέψη ότι ο κόσμος ήταν μεγαλύτερος από το Παρίσι όπου μεγάλωσα, ότι οι άντρες πριν από την εποχή μας έκαναν όλους αυτούς τους λόφους να μοιάζουν με σκάλες. Πρόσφατα, όμως, ανακάλυψα τη Σίφνο και τη λάτρεψα. Την αγάπησα τόσο πολύ που ένιωσα σαν να απατούσα την Τζια, το νησί των παιδικών μου χρόνων.

Πήγα στη Σίφνο τον περασμένο μήνα για να δω τους φίλους μου, τον Νώντα και τον Νίκο, οι οποίοι έχουν στο **Κάστρο** ένα wine bar, το **Loggia**, που προσφέρει φυσικά κρασιά από τον ελληνικό αμπελώνα. Το χωριό Κάστρο βρίσκεται στην κορυφή ενός λόφου μπροστά στη θάλασσα και είναι χτισμένο έτσι ώστε να απωθεί τους πειρατές. Είναι εκπληκτικό, σπάνια περίπτωση να βρίσκομαι σε ένα μέρος που προσφέρει τόσο απόλαυση στις αισθήσεις, με αυτά τα κρασιά και με αυτό το χωριό και το ανέγγιχτο τοπίο. Σχεδόν θα μπορούσες να γυρίσεις μια πειρατική ταινία χωρίς να χρειαστεί να αλλάξεις πάρα πολλά στο σκηνικό. Έμεινα σε ένα απομακρυσμένο σπίτι στο **Πουλάτι**, που βρίσκεται ανάμεσα σε δύο εξωκκλήσια, για να είμαι σίγουρος ότι η ψυχή μου θα είναι ασφαλής. Στο Πουλάτι, ακριβώς κάτω από το σπίτι μας, κατά τη γνώμη μου βρίσκεται το καλύτερο βραχώδες σημείο του νησιού για να κολυμπήσεις· ο ήλιος ανατέλλει ακριβώς εκεί. Το κολύμπι με την ανατολή του ηλίου, αφού έχεις φάει το καλύτερο κατσικάκι και καταναλώσει θειικά κρασιά στη Loggia όλη τη νύχτα, είναι πέρα από αυτόν τον κόσμο. Μου άρεσε τόσο πολύ αυτό το νησί που θέλω να «γευθώ» ακόμα και το χώμα του. Νιώθω ότι τώρα ζω διπλή ζωή, όπου είμαι ερωτευμένος με δύο νησιά, την Τζια και τη Σίφνο.

\*Ο **Ρομέν Γαβράς** είναι σκηνοθέτης. Από τον Σεπτέμβριο θα παρουσιάζεται στη Στέγη του Ιδρύματος Ωνάση το πρότζεκτ του με τίτλο **GENER8ION**.

## Ξεκούρασε το ψυγείο σου με tips από το ΔΕΗ myEnergy

Επιστρέφοντας από το μπάνιο στη θάλασσα, οι περισσότεροι ανοίγουμε το ψυγείο για να πάρουμε μια παγωμένη μπύρα, λίγο καρπούζι ή το οικογενειακό παγωτό που θα φάμε με το κουτάλι μέσα από τη συσκευασία παρά με τους φίλους στην αυλή. Η πόρτα του ψυγείου ανοίγει περισσότερες φορές κι από εκείνη του σπιτιού, οπότε για να μην ξεθεύεις άσκοπα ενέργεια και χρήματα, διατήρησε το χώρο συντήρησης στους 4-5°C και την κατάψυξη στους -16°C.









# Άνδρος

## Άντρο τη λέγαμε εμείς κι ακόμα έτσι τη λέμε

Του **Νίκου Σύμπουρα\***

➔ Άνδρος, Υδρούσα (λόγω των πολλών νερών), Λασία (λόγω της βλάστησης), Μικρά Αγγλία πιο πρόσφατα και πολλές ακόμα ονομασίες, δόθηκαν στο ομορφότερο για μένα νησί, το νησί μου.

Εμείς πάντως, Άντρο τη λέγαμε μικρά. Κι ακόμα έτσι τη λέμε. Άνδρος, λοιπόν!

Το νησί των καπεταναίων και των εφοπλιστών. Η πιο πράσινη από τις Κυκλάδες, αφού το βορειοανατολικό της τμήμα είναι γεμάτο νερά, με τη μοναδική, αρχοντική **Χώρα** που σαν γλώσσα γης διεισδύει στο Αιγαίο. Με τις – πολλές– υπέροχες αμμώδεις παραλίες (**Άχλα, Γυάλια, Χρυσή Άμμος, Κυπρί, Άγιος Πέτρος, Φελλός, Βιτάλι, Ζόρκος, Αποθήκες, Πισολιμιώνας, το Πήδημα της Γριάς...**) και χωριά που πραγματικά αξίζει να περπατήσει κανείς (**Στενιές, Μέντες, Λάμυρα, Κόρθι, Μπατοί...**). Και βέβαια, η Άνδρος ξεχωρίζει για την πολιτιστική της παράδοση και ιστορία. Το **Αρχαιολογικό Μουσείο**, το **Μουσείο Σύγχρονης Τέχνης Γουλανδρή**, η μοναδική **Καίρειος Βιβλιοθήκη** που φιλοξενεί πολύτιμα έγγραφα, βιβλία και αρχεία συνδεδεμένα με τον κορυφαίο Έλληνα διαφωτιστή Θεόφιλο Καίρη, το **Ίδρυμα Π.&Μ. Κυδωνιεύς** αλλά και το εξαιρετικό **Ναυτικό Μουσείο** στη Χώρα, αποτελούν από μόνα τους λόγο να ταξιδέψει κανείς στο νησί. Για για όσους ενδιαφέρονται για αρχαιολογικούς χώρους, τι να πει κανείς για την **Παλαιόπολη** (η αρχαία πρωτεύουσα του νησιού από τον 7ο αιώνα π.Χ. με τον μόλο που ακόμα και σήμερα φαίνεται από ψηλά) και τον εντυπωσιακό αρχαιολογικό της χώρο που «τροφοδότησε» με μοναδικά ευρήματα και ειδώλια το Αρχαιολογικό Μουσείο της Παλαιόπολης και της Χώρας. Αλλά και τον **Στρόφιλα**, το μεγαλύτερο σωζόμενο οικισμό Νεολιθικής Εποχής, του Αιγαίου, ή τη **Ζαγορά**, μία από τις καλύτερα σωζόμενες πόλεις της γεωμετρικής περιόδου στην Ελλάδα.

Για το τέλος άφησα τα ανδριώτικα εδέσματα: **Φουρτάλια** (από το βενετσιάνικης προέλευσης fritaja), με ντόπια χοιρινά λουκάνικα. Προτιμώ την πατατο-φουρτάλια από τη λυρο-φουρτάλια. Δοκιμάστε τη απαραιτήτως! Και από γλυκά, υπέροχα τοπικά αμυγδαλωτά, γλυκό κουταλιού κυδώνι και παγωτό (μ)πραλίνα στην **πλατεία του Πλάτανου** στη Χώρα. Δεν θα το μετανιώσετε. Όμως εμείς την Άνδρο τη λέγαμε Άντρο. Κι ακόμα έτσι τη λέμε. Πατί η Άντρος έχει μια δική της αύρα, όχι αυτή του «Διονυσιακού» τουρισμού αλλά την «Ομηρική», που συνδέεται με τη θάλασσα, τα βαπόρια, το νόστο, την επιστροφή στο νησί και στους ανθρώπους μας.

Πηγαίναμε για μπάνιο περπατώντας από το σπίτι στις **Στενιές** (το καταπράσινο χωριό με τη μοναδική ναυτική παράδοση, τα καλοσυντηρημένα καπετανόσπιτα και τα υπέροχα περπατήματα σε πολλά κοντινά αξιοθέατα). Φεύγαμε κολυμπώντας από το **Χιονατάκι** στα μπροστά **Γυάλια** (το όνομα το πήραν από τα διάφανα νερά που σου επιτρέπουν να δεις τα πάντα στον βυθό), φθάναμε απέναντι στην **Ψαρασμήνα**, τη σπηλιά με το γλυκό νερό, πάνω στη θάλασσα, που μόνο εμείς γνωρίζαμε – έτσι πιστεύαμε. Εκεί η καταγάλανη θάλασσα του Αιγαίου και τα βράχια σ' αγκαλιάζουν σαν μήτρα. Μέναμε για ώρες. Εκεί, κατεβαίνοντας στον βυθό για να πιάσεις εκείνον τον αχινό, σκέφτηκες πως ίσως δεν θέλεις να ανέβεις στην επιφάνεια ξανά. Εκεί, στα Γυάλια και την Ψαρασμήνα (και αλλού στην Άντρο), η θάλασσα γίνεται Αγάπη. Γυρίζοντας, μαζεύαμε από την παραλία πολύχρωμα «γυαλάκια» από μπουκάλια που είχε σπάσει και σμιλέψει η θάλασσα. Οι αδελφές μου έφτιαχναν με αυτά πανέμορφα διακοσμητικά και παιδικά κοσμήματα. Εκεί αγαπήσαμε τη θάλασσα. Να πάτε.

Στον δρόμο από τις Στενιές και τα Γυάλια προς τη Χώρα, στη μέση της διαδρομής, στο ψηλότερο σημείο, βρίσκεται η **Αγία Τριάδα**. Μόνη της, ορατή από τις Στενιές και τη Χώρα, αγναντεύει το Αιγαίο. Εκεί, στο πιο ψηλό σημείο, πήγαιναν οι γυναίκες των ναυτικών, να χαιρετίσουν με άσπρα μαντήλια τους αγαπημένους τους, που τύχαινε να περάσουν με το βαπόρι από την Άντρο, όσο πιο κοντά γινόταν στα βράχια. Είχαν να τους δουν χρόνια γιατί τα μπάρκα ήταν μεγάλα. Δεν μπορούσαν όμως να τους αγγίξουν. Τόσο κοντά, τόσο μακριά. Νοσταλγία, θλίψη, μοναξιά, δάκρυα. Η μπουρού του βαποριού «απαντούσε» στα μαντήλια, μέχρι το βαπόρι να χαθεί στον ορίζοντα. Αν είστε τυχεροί και ακούσετε την μπουρού διερχόμενου αντρώτικου βαποριού, ακόμα και

σήμερα θα ακούσετε μαζί και όλες αυτές τις μοναδικές ιστορίες των ναυτικών και των γυναικών που τους περίμεναν. Όπως τις ακούει εκεί από τον τάφο του, ακριβώς δίπλα και ο **Λεωνίδας Α. Εμπειρικός**, ένας από τους σημαντικότερους εφοπλιστές του νησιού, πατέρας του κορυφαίου υπερρεαλιστή ποιητή και λογοτέχνη της γενιάς του '30, Ανδρέα Εμπειρικού. «*Είπα τη λέξη θάλασσα, και αμέσως λιώνουν μέσα μου οι θρόμβοι, όπως οι θρόμβοι αυτών που τραγουδάν και λένε: "Άσπρο πουλί τρεχαντήρι..."*». Να πάτε. Θα ακούσετε ιστορίες θαλασσινές.

Όμως το νερό δεν βρίσκεται μόνο στη θάλασσα. Ανεβαίναμε στα **Αποίκια**, ένα όμορφο ορεινό χωριό, γνωστό για την πηγή της **Σάριζας** και, λίγο πριν φτάσουμε, στρίβαμε αριστερά προς την **Πυθάρα**. Περπάτημα στο πανέμορφο μονοπάτι – η Άνδρος έχει πάνω από 200 χλμ. σηματοδοτημένων πεζοπορικών διαδρομών (!) – και ναι: καταρράκτες σε **Κυκλαδονήσι**, βράχια σμιλεμένα από τη ροή του πεντακάθαρα ποταμίσιου νερού και ανάμεσά τους γούρνες σα λιμνούλες. Φύση πανέμορφη, απρόσμενη, σαν θύλακας ενός άλλου κόσμου μυστικού, γεμάτου νεράιδες και ξωτικά. Και ο Δ με την Κ, παιδιά ακόμα, να τσαλαβουτούν γελώντας, να θυμούνται και να ξεχνούν. Καθόμασταν στον βράχο και ακούγαμε το νερό. Στην Άντρο θυμάσαι και ξεχνάς πιο εύκολα. Να πάτε. Ειδικά αν «είστε» ή έχετε παιδιά.

Φεύγοντας από τα Αποίκια προς τα βόρεια του νησιού, σε έξι περίπου χιλιόμετρα, φτάνεις στο πανέμορφο **Μοναστήρι του Αγίου Νικολάου** (Άγιος της θάλασσας και των ναυτικών). Για μένα, το ομορφότερο της Άνδρου. Μόνο του στην πλαγιά του βουνού, με μοναδική θέα προς το πέλαγος, κτίστηκε τον 16ο αιώνα και, μετά από αρκετές επεκτάσεις, έφτασε στη σημερινή του μορφή. Εξαιρετικά καλά συντηρημένο, με πολλά ανεκτίμητης αξίας κειμήλια και εικόνες, ήσυχο και κατανοητικό, σε αναγκάζει να μιλάς χαμηλόφωνα. Πηγαίναμε το Πάσχα αλλά και τα καλοκαίρια ως παιδιά και τότε προτιμούσαμε να μένουμε στο προαύλιο, γύρω από τον γέρικο πλάτανο και την πηγή που και σήμερα αναβλύζει δροσερό νερό. Ο Άγιος θα μας έδινε την ευλογία του ακόμα και στο προαύλιο. Βολική πεποίθηση. Εκείνη τη μέρα μπήκα κατευθείαν μέσα. Παρακάλεσα για εκείνο που παρακαλούσα κάθε μέρα. Να βοηθήσει τη Μ. Μάλλον δεν θα μάθω ποτέ αν βοήθησε. Μάλλον δεν μπήκα μέσα τελικά. Να μπειτε. Να πάτε. Και φεύγοντας κατηφορίστε προς τα υπέροχα **Άχλα** για μια βουτιά που θα σας μείνει αξέχαστη.

Επιστρέψατε προς τη Χώρα, περνάτε τα **Λιβάδια** και τη **Μεσαριά** και φτάνετε στο χωριό **Αλαδινού** με την υπέροχη θέα. Περπατάτε για τριακόσια περίπου μέτρα σε ένα παραδοσιακό πλακόστρωτο καλντερίμι και φτάνετε στο σημαντικό **Σπήλαιο Φόρος**. Ένα από τα πρώτα σπήλαια που ανακαλύφθηκαν στην Ελλάδα από την Ελληνική Σπηλαιολογική Εταιρία (Ε.Σ.Ε.). Πήγαμε σχετικά πρόσφατα για πρώτη φορά – παρά τα τόσα χρόνια που πηγαίνουμε στην Άντρο– γιατί η Μ. εκτός από τη θάλασσα αγαπούσε πολύ την εξερεύνηση. Φτάσαμε στην κατηφορική είσοδο που οδηγεί στις πέντε αίθουσες του ηλικίας 4,5-5 εκατομμυρίων ετών σπηλαίου. Κοιτούσε το φως και την πανέμορφη φύση και μετά τη σκοτεινή είσοδο. Ξανά και ξανά. Αποφάσισε να μη μπει. Όχι ακόμα. Δεν ήταν έτοιμη. Μπήκα μόνος, καταγράφοντας με το τηλέφωνο κάθε βήμα. Εντυπωσιακά σταλακτίτες και σταλαγμίτες, πολύχρωμα πετρώματα και εξαιρετική ξενάγηση από τους οδηγούς. Βγήκα έξω και ήταν σα να μπαίνω σε έναν άλλο κόσμο. Η Α και η Ν ήταν δίπλα της και την άγγιζαν με κάθε ευκαιρία για να μη χάσουν ούτε μια στιγμή την επαφή. Δύο ολόκληρα χρόνια και τόσα πολλά πιο πριν. Καθίσαμε σε ένα πέτρινο πεζούλι εκεί κοντά. Της έδειξα τη μαγευτική διαδρομή στους εντυπωσιακούς διαδρόμους και στις αίθουσες του σπηλαίου, τα θαυμαστά έργα που μόνο η φύση ξέρει να «κατασκευάζει», τα χρώματα και το φως, εκεί που νομίζεις ότι το μόνο που υπάρχει είναι το σκοτάδι. Ένας άλλος κόσμος. Ελπίζω να είναι ένας. Να πάτε.

Να πάτε στην Άνδρο και, φεύγοντας με το βαπόρι, χαιρετίστε το νησί όπως το κάνει το περίφημο **άγαλμα του Αφανή Ναύτη του Τόμπρου** («σήμα κατατεθέν» της Άνδρου που να βρίσκεται στην άκρη της Χώρας, κάτω από το Κάστρο). Θα δείτε πως θα ξαναγυρίσετε και την Άνδρο θα τη λέτε πια Άντρο.

\* Ο Νίκος Σύμπουρας είναι Διευθύνων Σύμβουλος της Templo OMD.

info

Το δεύτερο μεγαλύτερο νησί των Κυκλάδων και ένας από τους πιο κοντινούς προορισμούς στην Αθήνα, με καταγάλανα νερά, καταπράσινα τοπία και γραφικά σοκάκια και χωριά. Στο νησί μπορείς να βρεις το **Μουσείο Σύγχρονης Τέχνης του Ίδρυματος Βασίλη και Ελίζας Γουλανδρή**, που αποτελεί διαχρονικά πόλο έλξης για το κυκλαδίτικο νησί και έναν από τους λόγους, που αξίζει κάποιος να το επισκεφτεί.

### Τι να δεις

Η **Χώρα** του νησιού φημίζεται για την αρχιτεκτονική της, τα πολλά πυργόσπιτα με τις βουκαμβίλιες και τα πολλά νεοκλασικά σπίτια των εφοπλιστών, το νησί έχει μεγάλη ναυτική παράδοση. Εκεί θα βρεις και το **Μνημείο του Αφανούς Ναύτη** προστάτη των ναυτικών. Η **Παναγία η Θεοσκέπαστη** είναι η προστάτιδα του νησιού και αξίζει μια βόλτα, το ίδιο και το χωριό **Αλαδινού** που κρύβει πίσω του μία μεγάλη ιστορία. Στις **Μέντες** θα δεις τις **πηγές Σάριζας**, απ' όπου βγαίνει το διάσημο νερό του νησιού, και τέλος είναι και η **Μονή Παναχράντου** που τραβάει τα βλέμματα των επισκεπτών.

### Πού να κολυμπήσεις

Η πιο διάσημη παραλία είναι της **Γριάς το Πήδημα**, με τον βράχο που «ξεπηδά» από τη θάλασσα. Στα **Πίσω Γυάλια** μαζεύεται νεολαία, στον **Άγιο Κυπριανό** στον δρόμο για Μπατοί είναι λίγο πιο απομονωμένα, όμορφα είναι και στο **Βιτάλι** στη βόρεια Άνδρο με το εκκλησάκι εκεί που σκάει το κύμα. Στον **Χαλκολιμιώνα** και τις **Αποθήκες** η πρόσβαση είναι δύσκολη αλλά αξίζει, όπως και στο **Ζόρκο** με τα ωραία νερά και την ταβερνούλα. Στο **Βορή** θα δεις και το «ναυάγιο», ενώ στα **Άχλα** είναι ιδανικά όταν δεν φυσάει βοριάς.

### Πού να μείνεις

Το **Hotel Perrakis** (Γαύριο, 2282071456) με κυκλαδίτικη αρχιτεκτονική. Στη Χώρα: **Αρχοντικό Ελένη** (6977074352), **Iro Suites** (2282025150), **Paradise Art Hotel** (2282022187), **Irene's Villa** (2282023344), **Μικρά Αγγλία**

**Boutique Hotel** (2282022207), **Anemomiloi Andros apartments** (6944278989), ενώ λίγο έξω από τη Χώρα θα βρεις το **Κτήμα Λεμονιές** (2282023677). Στο Γαύριο στο **Andros Holiday Hotel** (2282071443), στην **Αλθέα** (2282042404), και στη **Villa Zefiros** (2282071774, 6977222530), στο Κυπρί. Στο Κόρθι, στο **Nicolas** (2282061595). Κοντά στο Μπατοί, το **Blue Bay Village** (2282041150), και στην παραλία της Αγίας Μαρίας το **Ανερούσσα Beach** (2282041044). Στο Μπατοί υπάρχουν ακόμη η **Bila Ne-φέλη** (2282041965), και τα **Paradise design apartments** (2282041328).

### Πού να φας

Στην ταβέρνα **Σταμάτης** (2282041283) στο κέντρο του Μπατοίου, από τις πιο παλιές ταβέρνες του νησιού. Στη Χώρα θα πας στην **Ενδοχώρα** (2282023207) για ελληνική κουζίνα και στο **NeoBar** (6940592960) για πίτσα. Για τους λάτρεις του κρέατος Κώσσης και **Ασημόλευκα** (2282022227) είναι must επιλογές. Στου **Ζοζέφ** (2282051150), στον Πιτροφό θα βρεις πολύ καλή ανδριώτικη κουζίνα από τη φροβερή μαγειρίσσα Κατερίνα Ρεμούνδου. Μη χάσεις τη θέα και το φαγητό στο **Μπαλκόνι του Αιγαίου** (2282041020), τον **Βιομήχανο** (2282042300) στο Μπατοί και τους λουκουμάδες του **Λα-άς** (2282071201) στο Γαύριο.

### Πού να βγεις

Τόσο στη Χώρα όσο και στο Μπατοί θα εντοπίσεις πολλές επιλογές για έξοδο. Στα **Moomba** (2282300620) και το γνωστό **Capriccio** (6944167748) θα βρεις ωραία κοκτέιλς. Στο **Buka** (6945993216) θα χορέψεις στο υπερυψωμένο μπαλκόνι με θέα το Αιγαίο, στο **Senso Sesto** (2282042039) θα πίνεις τον καφέ σου απ' το πρωί μέχρι αργά το βράδυ. Στη **Λίθον** (2282029293) θα πεις ποτό με θέα το Παραπύρι και αν έχεις διάθεση για clubbing τότε είναι για σένα τα **Ανόμπερο** (2282071681) και **Marabu** (6937101695) στο Γαύριο. -Α.Υ. team



Δήμος: 2282360200  
Αστυνομία: 2282022300  
Λιμεναρχείο: 2282022250  
Κέντρο Υγείας: 2282360000





Στο νησί πρωτοήρθα το '99. Σχεδόν κατά λάθος. Ανάφη πηγαίναμε με τη Λίνα, με back pack και με σκηνή. Κολλήσαμε... Η ανθρωπιά, η απλότητα, η ανεκτικότητα, το μέτρο το κυκλαδίτικο, το φως το καθάριο και η καλοσύνη της ψυχής είναι τα στοιχεία που έκαναν αυτό τον τόπο, στα δικά μου μάτια τουλάχιστον, ξεχωριστό. Χρειαστήκαμε λίγες μέρες για να ερωτευτούμε τον τόπο και μια εβδομάδα για να αγοράσουμε ένα μικρό σπιτάκι στη Χώρα. Δώσαμε προκαταβολή, βάλαμε μέσα τα σλίπινγκ μπαγκ, ανάψαμε και δυο κεριά και γίναμε... Νιώτες! Τα παιδιά μας, αργότερα, τα φέρναμε βρέφη, ο Ερμής ήρθε στο νησί 40 ημερών, ο Οδυσσέας βαφτίστηκε εδώ, στην Παναγιά την Γκρεμινιώτισσα πάνω στην κορφή, από τον παπα-Σταύρο. Χρωστάω λοιπόν ευγνωμοσύνη στο νησί της Ίου και στους κατοίκους της που αγάλιασαν την οικογένειά μου κι εμένα από την πρώτη στιγμή που, μαγεμένος από την ομορφιά της, αποφάσισα να την κάνω όχι τόπο καταγωγής μου αλλά τόπο της καρδιάς μου.

Θέλησα, ύστερα από πρόσκληση της ομάδας του Φεστιβάλ Ίου 2022, μέσα από τις φωτογραφίες που θα παρουσιάσω την επόμενη άνοιξη και τις

οποίες ξεκίνησα να ετοιμάζω αυτόν τον χειμώνα, να ανταποδώσω αυτά τα συναισθήματα και να τα μοιραστώ με τους ανθρώπους του νησιού. Φωτογραφίζοντας παππούδες και γιαγιάδες με τα εγγόνια τους – τις γενιές της Ίου – θέλω να ελπίζω ότι μια νότα αισιοδοξίας μπορεί να ξεπροβάλει για το μέλλον του τόπου.

Καμιά φορά ξεμένω εδώ καιρό, τώρα ας πούμε πηγαioύμαι από τον Μάρτη. Άλλωστε αυτός είναι ο στόχος, όταν μεγαλώσουν λίγο τα παιδιά, σπουδές κ.λπ., να μπορούμε να ερχόμαστε όσο περισσότερο γίνεται στο νησί, όχι μόνο καλοκαίρια. Στη φωτογραφία είμαι στο σπίτι μας στη Χώρα – εν μέσω οικοδομικών εργασιών βρήκα λίγο χρόνο να με κουρέψει ο Γεράρδος, ένας μαθητής λυκείου που έχει όνειρο να έρθει στην Αθήνα και να ακολουθήσει το πάθος του, την κομμωτική.

Για να πάμε τώρα στο κυρίως θέμα, τις ομορφιές της Ίου... Ξεκινώντας από το λιμάνι, μπορείς να πας για μπάνιο στην παραλία του Γυαλού, να κλείσεις εισιτήριο για τις πιο όμορφες και μη προσβάσιμες παραλίες του με το Dream Boat του έμπειρου καπετάνιου Γιάννη ή με την όμορφη «Ζιγκουάλα» με τον Cavo Doro στην τιμονιέρα – όλοι εδώ έχουν παρατσούκλια – και γυρνώντας

αργότερα να βρεις αρκετές επιλογές για φαγητό και ποτό. Προχωρώντας προς την Κουμπάρα, ωραία είναι να πας στην ομώνυμη ταβέρνα για ψάρι φρέσκο σε όμορφο περιβάλλον, και στην οικογενειακή ταβέρνα «Πολύδωρας». Γυρνώντας πίσω στη Χώρα, οι επιλογές είναι πλέον πολλές και για κάθε γούστο. Για φαγητό σίγουρα στο Nest, ανοιχτό χειμώνα καλοκαίρι – τα αδελφία Γιώργος και Δημήτρης κάνουν κοινωνικό έργο.

Μυλοπότας, το κέντρο του τουρισμού στο νησί. Πλέον με πολλές και ποιοτικές επιλογές. Και από παραλίες; Έχουμε 35, όλες υπέροχες! Θα σας πω πέντε, τα SOS: Μυλοπότας, Γυαλός, Κουμπάρα, Μαγγανάρι, Αγία Θεοδότη – τις υπόλοιπες ας τις ανακαλύψει ο καθένας μόνος του... κι ας το κρατήσει για τον εαυτό του!

Πριν έρθω στο νησί είχα ρωτήσει κάποιον συνταξιούχο μου, κάποτε στην Κάρπαθο, να περιγράψει πώς είναι η Ίος στα μάτια του κι εκείνος είχε αποκριθεί: «Τι να σου πω, αν πας... θα ξαναπάς».

Με τα χρόνια, δεν βρίσκω κάτι πιο αληθινό με αυτό που συμβαίνει με αυτόν τον μυστηριακό τόπο. Καλό καλοκαίρι, όπου κι αν πας...

\* Ο Τάκης Σπυρόπουλος είναι φωτογράφος.

# Ίος

## Νιος, μια σχέση πάθους

Του Τάκη Σπυρόπουλου\*



info

Πανέμορφο νησί, από αυτά που ερωτεύονται και θέλεις να έρχεσαι ξανά και ξανά. Δύο είναι τα βασικά της χαρακτηριστικά: Οι φοβερές παραλίες και η πλούσια νυχτερινή ζωή. Οστόσο, τα τελευταία χρόνια λειτουργούν μεγάλα ξενοδοχειακά συγκροτήματα και εκτός των κλασικών προορισμών, της Χώρας και του λιμανιού, όπου μπορείς να κάνεις πιο ήσυχες διακοπές.

### Τι να δεις

Στο Πλακωτό, στα βόρεια του νησιού, λένε ότι βρίσκεται ο τάφος του Ομήρου – αζίζει μια βόλτα μέχρι εκεί. Περιήγησή στα στενάκια της Χώρας μέχρι ψηλά, στην Παναγιά Γκρεμινιώτισσα, με την υπέροχη θέα. Αναζητήσε το ανοιχτό θέατρο 1.100 θέσεων «Οδυσσέας Ελύτης» με τα μαρμάρια καθίσματα, από όπου μπορείς να αγναντέψεις ολόκληρο το Αιγαίο με μια ματιά. Μην ξεχάσεις να ποζάρεις μπροστά στους 12 ανεμόμυλους για την απόλυτα ινσταγματική, καλοκαιρινή σου φωτογραφία.

### Πού να κολυμπήσεις

Επιλογές πολλές και όλες αξιολογες. Ξεκινάμε με τον Παλό, οργανωμένη παραλία κοντά στο λιμάνι, με βελούδινη αμμουδιά, αρμυρίκια και πολύ κόσμο. Για κάτι πιο ήπιο στον Μυλοπότα, για βουτιές με κοκτέιλ και χορούς με τα τελευταία hits του καλοκαιριού. Στην Κουμπάρα, πεντακάθαρη παραλία (κοντά στο λιμάνι κι αυτή), θα ξεχάσεις το μαγικό σου. Το κοσμοπολίτικο Μαγγανάρι προσφέρεται για βουτιές σε κρυστάλλινα νερά και δίπλα σε ιδιωτικά σκάφη, ενώ η πιο ρομαντική ατμόσφαιρα βρίσκεται στην Αγία Θεοδότη στον Επάνω Κάμπο. Το ηλιοβασιλέμα με θέα το νησί Ηρακλεία είναι το κάτι άλλο. Ήσυχα κι ωραία είναι επίσης στον Κάλαμο, στον Παπά, στο Καμπάκι στις Πλάκες, στο Νεράκι, στον Πλακωτό, στο Σαπουνόχωμα, στο Πεταλίδι, στα Διαμούδια, στο Κλήμα, στον Βαλμά, στο

της Ψάθης, που προσφέρεται και για σερφ.

### Πού να μείνεις

Το Agalia Luxury Suites (2286091019), με θέα στο λιμάνι και τη Χώρα, προσφέρει γαλήνη και πολυτέλεια, διαθέτοντας πολυτελείς σουίτες και καμπάνες-κρεβάτια δίπλα στη μεγάλη πισίνα. Πολυτέλεια και ιδιωτικότητα προσφέρει και το Calilo Beach Heaven (2286440740), στο Μαγγανάρι, στην καρδιά μιας ιδιωτικής έκτασης 1.000 στρεμμάτων, με καταπληκτική παραλία ακριβώς μπροστά. Στον Κάμπο της Ίου, πέντε λεπτά με τα πόδια από τη θάλασσα, θα βρεις και το πολύ περιποιημένο Brother's Hotel (2286091508). Στη Χώρα θα βρεις δεκάδες ενοικιαζόμενα δωμάτια ανάμεσα στα στενά γραφικά δρομάκια, τα οποία μπορείς να δεις και στην ιστοσελίδα του δήμου. Αν πάλι είσαι του κάμπινγκ, στον Μυλοπότα θα βρεις όχι ένα, αλλά δύο. Μπαίνοντας στο χωριό θα δεις το Purple Pig Stars Camping (2286091302), ενώ στην άλλη άκρη βρίσκεται το ξεχωριστό κι αγαπημένο Far Out (2286091468).

### Πού να φας

Για αυθεντικά κυκλαδίτικα πιάτα, ολόφρεσκα ψάρια και κορυφαίες αστακομακαρονάδες στη φημισμένη Κουμπάρα (2286091699), στην παραλία της Κουμπάρας. Στην Κουμπάρα και ο Πολύδωρος (2286091132), αυθεντική ταβέρνα με μεγάλη βεράντα. Στο Ιθάκα (2286092184) στο λιμάνι της Ίου, για ελληνική σύγχρονη κουζίνα και στο Enigma (2286091847). Στον Μυλοπότα στο Karma Beach Bar (2286091156), στη Χώρα στο The Nest (2286091778). Στη χώρα μέχρι πολύ αργά για ωραία σουβλάκια στο Yummy (2286092065).

### Πού να διασκεδάσεις

Πώς οι βορειοελλαδίτες λένε «σαν τη Χαλκιδική δεν υπάρχει»; Το ίδιο ισχύει και για τη διασκέδαση της Ίου, δεν υπάρχει. Έχει, βέβαια, κάποιες ιδιαιτερότητες, οι οποίες είναι ότι ο μέσος όρος ηλικίας είναι κάτω των 30 ετών και ότι γίνεται ένας μικρός χαμός. Όλος ο πεζοδρόμος μέχρι την πλατεία της Χώρας της Ίου είναι γεμάτος μπαράκια και κόσμο, αν όμως θέλεις κάτι πολύ ιδιαίτερο να πας στο Slammer (6932304574).

– A.V. team



Δήμος: 2286360400  
Αστυνομία: 2286091222  
Λιμεναρχείο: 2286091264  
Πρώτες Βοήθειες: 2286360000

Κολιτσάνι, στο Πικρί Νερό και στην Τζαμαρία. Για τους πιο άγριους τύπους, το κατάλληλο σκηνικό παίζει στον κόλπο





# «The Children of an Endless Dream»

Το πρώτο ντοκιμαντέρ για τον μισό αιώνα της Ίου

Της ΕΥΤΕΡΠΗΣ ΜΟΥΖΑΚΙΤΗ



Σε σκηνοθεσία του Άρη Κατσιγιάννη και σε σενάριο του Τηλέμαχου Κατσιγιάννη. Τη Διεύθυνση Παραγωγής ανέλαβε η Έλενα Δομαζάκη. Διευθυντής φωτογραφίας ο Γιάννης Μιχελόπουλος, υπεύθυνος του Δημιουργικού Τμήματος ο Τάσος Φιλίππου, ενώ την παραγωγή στήριξε το Farout Hospitality Group. Βοηθός σκηνοθεσίας ο Άρης Ζιωτόπουλος.

Το όνομά της συνυφασμένο με τη νυχτερινή ζωή, την απόλυτη διασκέδαση και τα ξέφρενα πάρτι. Η Ίος όμως είναι κάτι παραπάνω από αυτά. «Είναι όλα εκείνα που περιλαμβάνει η αγάπη του να είσαι ελεύθερος, να ερωτευτείς, να μεθύσεις, να χαμογελάσεις, να αγκαλιάσεις, να αγαπήσεις, να γίνεις ένα με τους υπόλοιπους καθώς και με τον εαυτό σου» λέει ο Άρης Κατσιγιάννης, ο σκηνοθέτης του βραβευμένου ντοκιμαντέρ «The Children of an Endless Dream», που στηρίζεται σε μαρτυρίες ανθρώπων που από τη δεκαετία του '70 και μετά έφτασαν στο νησί από κάθε γωνιά του πλανήτη και τους ένωσε ένα πράγμα: τα όνειρά τους.

Στο ντοκιμαντέρ καταγράφεται ο μισός αιώνας ιστορίας της Ίου μέσα από τις αναμνήσεις των ντόπιων και τις μαρτυρίες των «αιώνιων» επισκεπτών της, ανθρώπων που μετά το '70 έκαναν τις σπηλιές και τις παραλίες του νησιού σπίτια τους, δημιουργώντας και ανθίζοντας το κίνημα των παιδιών των λουλουδιών. «Θελήσαμε να αποτυπώσουμε την αλήθεια και την ιστορία, να μείνει για πάντα αναλλοίωτη στον χρόνο. Μας μίλησαν θερμά για τη φιλοξενία που έχουν ζήσει στην Ίο και δεν την έχουν γνωρίσει σε κάποιο άλλο μέρος στον κόσμο. Αυτό τους έκανε να γυρίζουν πίσω κάθε χρόνο και μας κέντρισε το ενδιαφέρον. Ήταν μία άλλη γενιά ανθρώπων, με διαφορετική κουλτούρα, διαφορετικό ντύσιμο από τους ντόπιους αλλά οι ντόπιοι τους αγκάλιασαν και με το παραπάνω» εξηγεί ο Άρης. Όπως λέει και ο Στράτος στο ντοκιμαντέρ, «όταν είσαι νέος έχεις τα ίδια όνειρα, δεν έχει σημασία τι εθνικότητα είσαι, από πού έρχεσαι, πώς έχεις μεγαλώσει. Εδώ γίνεσαι ένα».



Και όντως, για τους ντόπιους δεν έχει καμία σημασία η καταγωγή. Πριν από τη δεκαετία του 1970 η Ίος ήταν ένα νησί εξορίας, με πολύ λίγους κατοίκους που ζούσαν μέσα στη φτώχεια και τις δυσκολίες. Μέσα στα επόμενα χρόνια, όταν ξεκίνησε να ανθίζει ο τουρισμός, η Ίος υπήρξε το νησί που όρισε τη διασκέδαση στην Ελλάδα. Μέσα από τα πολύχρωμα πλάνα αποτυπώνεται η εξέλιξη της πλούσιας ιστορίας του νησιού, αναδύονται έννοιες όπως η

διαφορετικότητα και η ενότητα. «Στα δικά μου μάτια, ένα από τα πιο συγκινητικά σημεία είναι ένα πλάνο που βρήκαμε από το 1970 περίπου, μία ταμπέλα και γράφει: "WELCOME TO IOS, ALL NATIONALITIES, COLORS & RELIGIONS ENJOY YOUR HOLIDAY". Ξέρεις τι είναι να στηρίζεις ένα τέτοιο μήνυμα εκείνα τα χρόνια; Πολλά μέρη πάνω στην γη και εν έτει 2022 δεν στηρίζουν ούτε μια λέξη από τη φράση αυτή», σημειώνει ο σκηνοθέτης.

Αυτό που υπάρχει κοινό σε κάθε ιστορία είναι πως όλες βασίζονται στο ίδιο συναισθήμα: την ενέργεια του νησιού, αυτή που μπόρεσε να φέρει τόσες διαφορετικές κουλτούρες στο ίδιο σημείο. Ένα νησί που η ατμόσφαιρα αποπνέει ελευθερία. «Ήμασταν μια άλλη φυλή ανθρώπων, κάνοντας έφοδο στο νησί τους. Διαφορετικές κουλτούρες, διαφορετικές ιδέες, και απλά μας υποδέχτηκαν και μας έκαναν να νιώθουμε πραγματικά λες και είμαστε σπίτι μας», λέει η Λάμπι.

Και ενώ η Ίος εξελίσσεται και αλλάζει, καταφέρνει να διατηρεί ένα βασικό πράγμα, την παράδοση της. Την ψυχαγωγία και τη φιλοξενία. «Παραμένει το νησί της διασκέδασης. Το νησί που πας και τα ξεχνάς όλα. Άτομα απ' όλο το κόσμο έρχονται κάθε καλοκαίρι εδώ για να περάσουν όμορφα και να ενωθούν με άλλους ανθρώπους. Για να ενώσουν τις καρδιές τους. Είναι ένα μέρος που νιώθεις ότι ο χρόνος σταματάει. Ένα μέρος που δεν σε κάνει απλά να αναπνέεις αλλά να ζεις» καταλήγει ο Άρης.



# Μήλος

Του **Anduze\***

➔ Η αγάπη μου για αυτή τη χώρα είναι καλά τεκμηριωμένη. Ποτέ δεν ένιωσα πιο ήρεμος πουθενά στον κόσμο. Η Ελλάδα είναι το σπίτι μου. Με αυτό ως δεδομένο, εμβαθύνοντας στα αγαπημένα μου πράγματα σχετικά με τη ζωή εδώ, το νησί που πηγαίνω περισσότερο είναι η Μήλος. Με το πυρετώδες πρόγραμμα της καλοκαιρινής μου περιοδείας, το τελευταίο πράγμα που θέλω είναι να παρτάρω όταν γυρίζω σπίτι. Έχω ανάγκη να χαλαρώσω, να ανασυνταχθώ και να επαναφορτιστώ. Η Μήλος ήταν πάντα ένα τέτοιο μέρος για μένα. Δεν είναι ποτέ πολύ γεμάτη τουρίστες και έχει μια αίσθηση ηρεμίας ανά πάσα στιγμή.

Το **Σαρακηνικό** είναι η αγαπημένη μου παραλία στον κόσμο, απλά και μόνο για την ξεχωριστή του φύση – δεν υπάρχει πουθενά αλλού τέτοιο μέρος. Η λέξη «σοουρεαλιστικό» είναι ίσως ο μόνος τρόπος για να περιγράψει κανείς τους βραχώδεις σχηματισμούς που κατακλύζουν τη μικροσκοπική περιοχή της παραλίας – τους βράχους στο χρώμα του φεγγαριού που αναδύονται από τη θάλασσα σαν σκηνικό κάποιου ξένου πλανήτη σε ταινία. Όταν είμαι εκεί νιώθω συγκεντρωμένος. Η καταγάλανη Μεσόγειος φεύγει και ξαναέρχεται με δύναμη ενάντια στη γη, υπενθυμίζοντάς μας ποιος είναι ο κυρίαρχος. Επίσης, δεν χάνω ποτέ την ευκαιρία να ηδηήξω από τα βράχια στη θάλασσα, προκαλώντας μου μια αναζωογονητική έκρηξη αδρεναλίνης – νιώθοντας ξανά παιδί. Στην κρυφή πλευρά διακρίνεται ένα ναυάγιο που αξίζει επίσης να εξερευνήσετε. Υπάρχει κάτι τρομακτικό αλλά και κάτι μαγικό σε αυτό, και πάντα περνάω λίγο χρόνο γοητευμένος από το μυστήριό του. Η παραλία **Τσιγκράδο** είναι η δεύτερη

αγαπημένη μου στο νησί. Πρέπει να είσαι σε φόρμα και λίγο τολμηρός, γιατί ο μόνος τρόπος για να φτάσεις είναι μια σκάλα που κρατιέται από ένα σχοινί σχεδόν ευθεία κάτω από το βουνό. Η ανταμοιβή είναι σκέτη ευτυχία. Παρθένος χώρος, καθαρά νερά, μυστικιστικές σπηλιές. Και μετά, όπως λέω σε όλους τους φίλους και την οικογένειά μου που επισκέπτονται τη Μήλο, είναι απολύτως απαραίτητο να νοικιάσετε ένα σκάφος για να δείτε το **Κλέφτικο** στην ακατοίκητη πλευρά του νησιού, ένα από τα πιο όμορφα αξιοθέατα. Το λατρεύω. Οι περισσότερες εκδρομές με σκάφος προσφέρουν κούμβηση με αναπνευστήρα και καγιάκ, καθώς και ένα γεύμα. Αλλά μπορείτε απλώς να χαλαρώσετε εν πλω και να μην πάρετε όλο το πακέτο, εάν το προτιμάτε.

Όσον αφορά το φαγητό, ειλικρινά δεν μπορώ να θυμηθώ τα ονόματα από όλα τα μέρη που έχω φάει (εκτός από τη **Μέδουσα**, δεν ξεχνιέται αυτό το όνομα), είναι όλα τόσο καλά. Αρκεί να είναι κάποια ταβέρνα ή εστιατόριο κάπου στα περίχωρα! Μπαρ; Όπως είπα δεν πάω ποτέ για πάρτι, αλλά ίσως ένα από τα πιο ωραία είναι η **Άκρη** – χαλαρά, δίπλα στη θάλασσα, καλή μουσική. Οπότε... νοικιάστε ένα αυτοκίνητο, ξεχάστε τον χάρτη και οδηγήστε μέχρι να χαθείτε. Θα βρεθείτε σε μέρη όπως το **Κλήμα**, τα **Μανδράκια** και οι **Κατακόμβες**. Μήλος σημαίνει «λάτρης της δόξας»... νομίζω ότι αυτό τα λέει όλα. Απολαύστε την!

\* Ο **Anduze** είναι soul καλλιτέχνης και frontman των **Parov Stelar**.

info

Τα ηφαιστιογενή πετρώματα σπίνουν απόκοσμα σκηνικά και παραλίες με τirkou-άζ νερά, η χώρα έχει για θέα συγκλονιστικά ηλιοβασιλέματα και τα σύρματα που υπάρχουν σε πολλά από τα γραφικά χωριουδάκια της μοιάζουν με χρωματιστούς πινάκες ζωγραφικής. Τα τελευταία χρόνια το νησί στην κυριολεξία αποθεώνεται ως το «ομορφότερο μέρος στον κόσμο» και προτείνεται από όλους τους διεθνείς τουριστικούς οδηγούς.

## Πού να κολυμπήσεις

Με το που πατήσεις το πόδι σου στο νησί θα τρέξεις στο **Σαρακηνικό!** Είναι ο λόγος που έγινε διάσημη η Μήλος κι όχι άδικα... Τα λευκά πετρώματα που απλώνονται σε λoφάκια είναι τόσο απόκοσμα, που νιώθεις σαν να κάνεις μπάνιο στο... φεγγάρι! Εξίσου εντυπωσιακό είναι και το **Κλέφτικο**, αλλά εκεί θα πας μόνο με καραβάκι. Πιο προσβάσιμες παραλίες είναι το **Αμμουδαράκι**, ο **Άγιος Ιωάννης**, η **Αχιβαδολίμνη** στα νότια, η τεράστια **Παπικινού** ή ο **Φυρονόταμος**. Η **Φυριπλάκα** είναι πανέμορφη, με beach bar, δυνατές μουσικές και πολύ κόσμο. Γενικώς, πάρε το μάζι και όπου δεις παραλία, σταμάτα. Είναι όλες πανέμορφες.

## Πού να μείνεις

Στον Αδάμαντα: **Santa Maria Village** (2287021949), **Tsakanos Studios** (2287021963), δύο λεπτά από το λιμάνι, σε πολύ ήσυχη περιοχή, **Ageri Milos** (6947074806), ξενοδοχείο **Πορτιανή** (2287022940). Επίσης, εξαιρετική επιλογή είναι και το **Margaritari Studios** (6988129123) με πεντακάθαρα δωμάτια και ασύλληπτη θέα. Οικονομική επιλογή είναι το **Λιόγερμα** (2287022300), στην παραλία της Λαγκάδας. Στα Πολλώνια: **Ανεμόεσσα Studios**

(2287021528), δωμάτια και studios πάνω στη θάλασσα. Στον Μύτακα, στο **White Coast - Pool Suites** (2287440500), για νύχτες και μέρες πολυτέλειας.

## Πού να φας

Στο **Akrotiri Seafood Obsession** (2287041414), στα γραφικά Πολλώνια, δίπλα στο κύμα, με γεύσεις σύγχρονης μεσογειακής κουζίνας. Πρόκειται για τον απόλυτο προορισμό στη Μήλο για όσους αγαπούν το ψάρι και τα θαλασσινά, με το βραβευμένο εστιατόριο να χρησιμοποιεί άριστες πρώτες ύλες, λαχανικά και μυρωδικά από το δικό του μποςτάνι, τα τυριά από τα τοπικά τυροκομεία του νησιού, ενώ το ψάρι και τα θαλασσινά έρχεται από ντόπιους ψαπαδούς. Στη Μήλο πρέπει να δοκιμάσεις οπωσδήποτε μπλέικα πιταράκια, χαλακίωτικο κατσικάκι, σκορδολάζανα και –φυσικά– την περίφημη καρπουζόπιτα. Πολλά από αυτά θα τα βρεις στον **Αλευρόμυλο** (2287023117), στον Παρασπόρο. Ο ιδιοκτήτης και ταλαντούχος μάγειρας Βασίλης Παπικινός λατρεύει τα ντόπια υλικά και παίζει την κυκλαδίτικη κουζίνα στα δάχτυλα. Στον Αδάμαντα, στο λιμάνι υπάρχει ο **Μικρός Απώλους** (2287024207) με τραπέζια πάνω στη θάλασσα για να απολαύσεις θαλασσινά, ψάρια και ντόπιους μεζέδες. Εδώ και το **Νόστος** (2287027494), με καλή θαλασσινή κουζίνα και ωραία κρασιά. Στην παραλία Παλιοχωρίου θα βρεις το **Sirocco** (2287031201) για μοντέρνα κουζίνα δίπλα στο κύμα. Για εξαιρετικά παραδοσιακά πιάτα γραμμή στο **Ω Χαμός** (2287021672), στην παραλία Παπικινού, μπροστά και η θάλασσα για βουτιές. Σίγουρα θα πας στα Μανδράκια, πολύ γραφικό ψαροχώρι, κι εδώ θα φας όλα τα ελληνικά μεζεδάκια που αγαπάς μαζί με ωραία κρασιά στη **Μέδουσα** (2287023670). Στον Τριοβάσαλο στο υπέροχο **Μπακάλικο του Γαλάνη** (2287028163),

για μικρά πιατάκια με ντόπιους μεζέδες, πάντα γίνεται μάχη για ένα τραπέζι. Τρυπητή: Στα **Γλαρονήσια** (2287023480), για καλή τοπική κουζίνα, φρέσκα ψάρια, ακτύπητη γαριδομακαρονάδα, ντόπια κρασιά. Στο **Αρμενάκι** (2287041061), στα Πολλώνια, κάτω από τα αλμυρίκια για φρέσκο ψάρι, τηγανητές σουπιές, κολιτοιάνους κι άλλους τηγανιτούς μεζέδες. Στο μαγαζί της **Εργίνας** (2287022524), παραδοσιακά πιάτα που θα απολαύσεις με θέα ένα συγκλονιστικό ηλιοβασίλεμα. Επίσης πρέπει να πας στο Εμπούρι και να βρεις την ομώνυμη ταβέρνα. Εδώ –κυριολεκτικά πάνω στο κύμα, άμα έχει φουσκοθαλασσιά, το νερό περνά από κάτω σου– θα δοκιμάσεις υπέροχη μπλέικα κουζίνα (πάρε οπωσδήποτε το κατσικάκι στον ξυλόφουρνο και για γλυκάκι το «εμπουριανό»!) και μάλιστα σε εξαιρετικές τιμές. Ο δρόμος μέχρι να φτάσεις είναι λίγο δύσκολος, αλλά το αξίζει και με το παραπάνω. Για σπιτικά γλυκά θα πας στο **Γλυκοφιλέμα της Ανεζίνας** (2287021730) στα Πολλώνια. Στα Πολλώνια υπάρχει και η **Κιβωτός των Γευσέων** (2287041121) όπου θα πάρεις φεύγοντας μπλέικο πελτέ, κάπαρη, γλυκό κουφέτο, τοπικά τυριά, μέλια, ντόπιο κρασί. Τέλος, στο λιμάνι πέρα από τα **Παραδοσιακά Εδέσματα** (2287023125) για να δοκιμάσεις παγωτό ντοντουρμά!

## Πού να διασκεδάσεις

Για cocktail με θέα το ηλιοβασίλεμα στην **Ουτοπία** (2287023678), στην Πλάκα. Στην Πλάκα επίσης θα βρεις κωμένο μέσα στα γραφικά, ασβεστωμένα στενάκια και το **Bacalico** (2287021258) με ωραίες μουσικές και cocktails. Στον Αδάμαντα θα πας στην **Άκρη** (6945423605) για κοκτέιλ με θέα το λιμάνι (συντά διοργανώνει και parties). Καταπληκτική θέα και καλά cocktails προσφέρει επίσης και το **Fiki** (6944202131). – A.V. team

Summer  
Guide '22





## AKROTIRI SEAFOOD OBSESSION

*Μια αξέχαστη γαστρονομική  
εμπειρία δίπλα στο κύμα*

Στο γραφικό λιμανάκι των Παλλαντίων τα κοραβόκια κορείνουν σιγά-σιγά την ίδια στιγμή που ο ήλιος βουτάει στον ορίζοντα ζωγραφίζοντας την κίτρινη και το κυριότερο ηλιοβασιλευμένο του κόσμου. Εδώ ακριβώς, πλάι στο κύμα, σε περιμένει το Akrotiri, σε ετοιμότητα με τα αλόερα τραπεζία του, για να σε ταξιδέψει στις αξέχαστες γεύσεις μιας σύγχρονης μεσογειακής κουζίνας. Το φθινόπωρο αυτό τα ιστορία άνοιξε το 2018 και μέσα στα 5 χρόνια λειτουργίας του κατάφερε να γίνει ο σπουδαιότερος προορισμός στη Μήλο για όσους αγαπούν το ψάρι και τα θαλασσινά. Δεν είναι τυχαίο που ήδη έχει διακριθεί με το χρυσό Βραβείο Αυθεντικής Ελληνικής Τεύσης από τον οργανισμό "Greek Taste-Beyond Borders", αλλά και με το Χρυσό Βραβείο Ποιότητας και Γεύσης στα Colden Awards του estiatoria.gr.

Στο Akrotiri η παραδοσιακή παντοφάρα με τις σύγχρονες τεχνικές της γαστρονομίας και αυτό έχει σαν αποτέλεσμα πιάτα δημιουργικά μια κι αξέχαστα νόστιμα. Σημαντικό ρόλο βέβαια παίζουν και οι εξαιρετικές πρώτες ύλες... Αξίζει να τονίσουμε ότι τα λαχανικά και τα μυρωδικά προέρχονται από ιδιόκτητο μπουτάνι του εστιατορίου, τα τυριά από τα τοπικά τυροκομεία του νησιού, ενώ το ψάρι και τα θαλασσινά από ντόπιους ψαράδες.



Ανάμεσα στη πιάτα που αξίζουν την προσοχή σου είναι το Seafood «Παστίτσιο» (με θαλασσινά κομμάτια γεμιστά με κρέμα γαρίδας, αρωματισμένα με σκόνη, καυτοποιημένα μπασμάλ και ντομάτες από αποξηραμένη φλούδα ντομάτας αλλά και ο Seafood «Μουσάκος» (με κρέμα θαλασσινών, πατάτα, μελιτζάνα, κολοκύθα, μπασμάλ με καυτοποιημένα θαλασσινά αρωματισμένα με κανέλα, σάλτσα ντομάτας γαρίδας και τσίλι, παρμεζάνα), τη κριβιάρια σπανάκι με κρέμα, μύδια, καλαμάρι και σπαράγγια της θάλασσας, το έξοχο τάρταρ γαρίδας όπως και τα φρέσκα σερίτες λαβράκι, φασόλια, εκτός από όλα τα παραπάνω, «στα σωσδομήστε» μπορείς και το αλόφρεσκο ψαράκι ημέρας που προμηθεύουν καθημερινά το εστιατόριο τα καϊκάκια της Μήλου.

Μπορείς να συνοδέψεις το γεύμα σου με κάποιο κρασί από τους ελληνικούς οπικελώνες i.o.e. το εστιατόριο συνεργάζεται με μικρά οπωροποιεία σε όλη την Ελλάδα και να κλείσεις με ένα υπέροχο γλυκό, όπως το αχλάδι ποσέ γεμισμένο με κρέμα πατίστερι αρωματισμένη με λεμόνι, γλασσο κόκκινου κρασιού, κρέμα σαρμαγιέν με νικαπτό Σαντορίνης, βάση από χειροποίητα μπισκότα, φιστίκι Αιγίνης, τζιντζερ και ξύσμα σοκολάτας.



Πολλόνια, Μήλος, 2287041414, [www.akrotirimilos.com](http://www.akrotirimilos.com),

@akrotiri.restaurant.milos @akrotiriseafoodobsession\_milos



# Αντίπαρος

Της **Νεφέλης Φασούλη\***

ΦΩΤΟ: ΤΖΕΛΛΑ ΒΑΛΑΒΑΝΗ



➔ Η Αντίπαρος ήταν και θα είναι το νησί όπου έχω περάσει τις πιο ξέγνοιαστες διακοπές της ζωής μου – για την ακρίβεια δεν έχω αισθανθεί ποτέ πιο ανάλαφρη από εκείνα τα καλοκαίρια που βρέθηκα εκεί να κατασκηνώνω, ως γνήσια φοιτήτρια. Είναι ένα νησί στη σκιά της πολύβουης και γεμάτης στιλ Πάρου, που σιγά σιγά μετεπιβιβάζεται στο καϊκι για εκεί – οπότε αν θες να την προλάβεις έρμη και γνήσια, βιάσου όσο προλαβαίνεις. Μάλιστα, αν έχεις και την επιλογή, μην πας Αύγουστο, μάλλον θα κουραστείς.

Αρχές Ιουλίου, όμως, είναι ο Παράδεισος, είναι το κάτι άλλο. Υπήρξα θαμώνας του κάμπινγκ της Αντιπάρου για πολλά χρόνια σερί όπως και κάθε ανήσυχος νέος. Έχει κάτι αυτό το μέρος που σε χαλαρώνει και σου παίρνει μακριά κάθε μαύρο. Το 24ωρο κυλούσε χαλαρά, με ολοήμερο μπάνιο στην παραλία γυμνιστών μπροστά από το κάμπινγκ (έχει και πολλές άλλες κρυστάλλινες ομορφιές να ανακαλύψεις, απλώς εμένα τότε μου αρκούσε να ξυπνάω και στο επόμενο λεπτό να παίρνω το βάπτισμα). Και μετά... όλη μέρα άραγμα. Ξέρεις, τα μικρά μέρη που δεν προσφέρουν άπειρες κοσμικές επιλογές στον ταξιδιώτη έχουν αυτή τη μαγεία – λίγα και καλά, οπότε κάτσε να τα χαρείς όσο θες. Έτσι και εγώ για αυτό την αγάπησα την Αντίπαρο, δεν ήθελα βόλτες με αυτοκίνητο, δεν μου έλειπε κάτι που δεν είδα ή δεν προλάβινα να δω. Ήμουν ολημερίς στην παραλία, στη γραφική **Χώρα-Κάστρο** και στη νυχτερινή ζωή με τα πόδια. Άντε και κανένα θερινό σινεμαδάκι στον **Ολίαρο**. Must-see επίσης η παραλία του **Σωρού** αλλά και το πολύ εντυπωσιακό **Σπήλαιο**.

Το βράδυ στην Αντίπαρο γινόταν κάτι μαγικό – στην αρχή περναντζάδα σε όλα τα μπαρ της Χώρας με ποτά και μουσικές, άραγμα στις ταράτσες του **Κάστρου** με μπίρες, αλλά μετά τις 4 το νησί ερήμωνε. Όλοι μαζί, σερβιτόροι και θαμώνες έπαιρναν αργά και στωικά τον χωματόδρομο για τη La Luna, την πιο γνήσια ντισκοτέκ των Κυκλάδων. Δεν το χωρούσε το μυαλό μου όταν έβλεπα όλο το νησί μαζεμένο εκεί, μέχρι να ξημερώσει για τα καλά και να ακουστεί το σιωπητήριο – «My baby just cares for me», να το χορέψουμε ήπια και ωραία και σαν καλά παιδιά να αδειάσουμε τον χώρο μέχρι αύριο, που θα επαναληφθεί το ίδιο βράδυ. Και πάλι, και πάλι, μέχρι να τελειώσουν οι διακοπές σου.

Θα μου πει κάποιος που το διαβάζει «άσε μας, ρε Φασούλη, απλά είδες το "Suntan" και μας τα λες αυτά». Όταν γυριζόταν το "Suntan", βρισκόμασταν εκεί ως παραθεριστές και παρακολουθούσαμε την πραγματικότητα να γίνεται ταινία. Τουλάχιστον μία φορά έλα στην Αντίπαρο να δημιουργήσεις αναμνήσεις που σ' αυτές θα ανατρέχεις για όλη σου τη ζωή.

*\* Η Νεφέλη Φασούλη είναι τραγουδίστρια. Παρουσιάζει τον Κόσμο της στις 8/7 στη Δημοτική Αγορά Κυψέλης, αλλά και σε μία καλοκαιρινή περιοδεία σε όλη την Ελλάδα.*



Το μικροσκοπικό νησί πλάι στην Πάρο πρωταγωνιστεί τα τελευταία χρόνια στα social media και στις κοσμικές σελίδες χάρη στις διασημότητες που αναζητούν τη δική τους γωνιά στο καλοκαιρινό αιγαιοπελαγίτικο όνειρο γράφοντας διαδρομές ανάμεσα στις παραλίες με τα γαλάζια νερά και τη Χώρα. Εδώ, παίζεται το παιχνίδι τα βράδια: από την περαντζάδα για το ηλιοβασιλέμα στον Σιφνέικο Γαλό έως το ζωντανό κεντρικό καλντερίμι.

#### Τι να δεις

Το **ενετικό κάστρο** στην καρδιά της Χώρας. Το εντυπωσιακό **κατακόρυφο σπήλαιο**, στο κέντρο του νησιού, με σταλαγμίτες, σταλακτίτες – ό,τι πρέπει για μια δροσερή επίσκεψη τις ζεστές ώρες της μέρας. Επίσης, το νησάκι **Δεσποτικό**, γνωστό για το αφιερωμένο στον Απόλλωνα αρχαίο ιερό, αλλά και για την παραλία Λιβάδι.

#### Πού να κολυμπήσεις

Οι καλύτερες επιλογές στο νησί είναι ο **Άγιος Σώστης** και η **Φανερωμένη**, με γαλαζοπράσινα νερά και χωρίς πολύ κόσμο, ο **Μικρός Σωρός** με το φιλόκαλο και η βοτσαλωτή παραλία στον **Άγιο Γεώργιο** (κοντά στο ξενοδοχείο

Ωλιάρος). Για οργανωμένο σκηνικό με καναπέδες, κρεβάτια, μπαρ και φαγητό στην αμμουδιά στην **Απάντημα** παραλία του **Beach House** (χρειάζεται κράτηση). Με σκάφος πηγαίνεις στο **Λιβάδι** – τη φαρδιά αμμουδιά του Δεσποτικού – και στα **Παντερονήσια**, με τα τικουάζ νερά, μεταξύ Πάρου και Αντιπάρου. Κοντά στη Χώρα, στις μαζικές αμμουδιές της **Ψαράλικής**, στο **Περιγιάλι** και στην παραλία του κάμπινγκ.

#### Πού να φας

Στο **Vassilenas Blue** (2284063250), το «αδερφάκι» του γνωστού και αγαπημένου Βασίλαινα, που φέτος το καλοκαίρι θα λειτουργεί σε μια όμορφη κυκλαδίτικη αυλή, στη Χώρα της Αντιπάρου. Το μενού όπως πάντα δημιουργικό, αλλά τιμώντας και την παράδοση, δίνει έμφαση στο ψάρι, με τα πιάτα να είναι φτιαγμένα από άριστες πρώτες ύλες. Με εξαιρετική λίστα κρασιών, στην οποία ο κυκλαδίτικος αμπελώνας έχει την τιμητική του. Η ομάδα του Λεωνίδα Κουτσόπουλου παραμένει στο **Samano** (), στο ξενοδοχείο **Kouros Village**, στην άκρη της παραλίας της Χώρας, σ' έναν χώρο με ωραία θέα στο λιμάνι. Επίσης, στη Χώρα: πιάτα



© DIMITRIS KIRIAKAKIS, UNSPLASH

με διεθνείς αναφορές σε προσεγμένο περιβάλλον στο Σαρου και στο οικογενειακό **Yam** (καλή περίπτωση και για πρωινό-brunch) σύγχρονη ελληνική κουζίνα (από τον σεφ Μανώλη Παγκούση) και επώνυμη πελατεία στο **Elia Kafenes**· ιταλικές γεύσεις στο γνωστό

(και από την Αθήνα) εστιατόριο **Lollo's** του Stefano Gentili και στο **Sale Rosso**· ελληνική κουζίνα θα ευχαριστηθείς στον Ανάργυρο και μαμαδίστικα πιάτα στο **Αργώ**, καλή ελληνική μεσογειακή κουζίνα και στο **Kalokairi**. Κλασικός προορισμός στο κεντρικό καλντερίμι της

χώρας η **Μαργαρίτα**. Αν η διάθεση σπκώνει βιενναμέζικες γεύσεις κατευθύνσου στο **Scent**, στο δρόμο προς τον Σιφνέικο Παλό. Στην παραλία **Απάντημα**, στο μενού του **Beach House** βρίσκουμε tapas αλλά και κλασικά ελληνικά πιάτα, κρέας και ψάρι (δημοφιλής επιλογή η

κολοχτύπα με όρζο). Στον Άγιο Γεώργιο: για φρέσκο ψάρι με θέα θάλασσα στον ονομαστό **Καπετάν Πιρίνο** και για κρεοφαγία και παραδοσιακές πίτες με πρώτες ύλες από τη φάρμα τους στην ταβέρνα **Ζομπός**. Σπιτικό φαγητό σε βεράντα με θέα απ' υψηλούς στην παραλία Σωρός

στο **Περαματάκι**.

#### Για παγωτό και ποτό

Κλασικά στέκια για βραδινές συναντήσεις με ποτά στη Χώρα, είναι τα **Boogaloo**, **Smile** και **Lime** στην πλατεία, το **Vintage** στο τέρμα του κεντρικού πεζόδρομου και το κεφάτο **Doors**. Γλυκιά δροσιά

Δήμος: 22840 61570

Αστυνομία: 22840 61202

Λιμεναρχείο: 22840 61485

Περιφερειακό ιατρείο: 22840 61219

με παγωτό στο χέρι θα πάρεις από τη **Vicky**, τον φούρνο **Ασπρονήσι**, το **Gelato di Nonna** και το **Trick or Treat**. Για brunch το μεσημέρι και κοκτέιλ και ποτά το βράδυ να πας στο **Time Marine**, στην παραλία της Ψαράλικής. Και για ποτό έως πολύ αργά στη θρυλική **La Luna**.

#### Πού να μείνεις

Στην παραλία Λιβάδια στα βορειοδυτικά, στο **boutique hotel The Rooster** (2284440900, [theroosterantiparos.com](http://theroosterantiparos.com)): δεκαεπτά ανεξάρτητες κατοικίες boho-style αισθητικής, καθεμιά με πριβέ πισίνα, και, επίσης, spa, μπαρ και εστιατόριο για «πειραγμένες» κυκλαδίτικες γεύσεις. Πάνω στην παραλία στο

Απάντημα, στο νησιωτικό συγκρότημα **Beach House** (2284064000, [beachhouseantiparos.com](http://beachhouseantiparos.com)), δωμάτια για 2 ως 4 άτομα, beach resto-bar και δυνατότητα για συνεδρίες γιόγκα και εναλλακτικές θεραπείες. Στον Άγιο Γεώργιο, στο περιποιημένο συγκρότημα διαμερισμάτων κυκλαδίτικης αισθητικής **Ωλιάρος** (2284025305, [www.oliaros.gr](http://www.oliaros.gr)). Στην Χώρα, στο **Kouros Village** (2284061084, [www.kouros-village.gr](http://www.kouros-village.gr)), στο ξενοδοχείο **Άρτεμις** (22840 61460, [www.artemisantiparos.com](http://www.artemisantiparos.com)) και στο **Villa Harmonia** (6973383979, [villaharmonia.gr](http://villaharmonia.gr)). Για διαμονή σε πολυτελή ιδιωτική βίλα, αναζητήσε τις προτάσεις του **Oliaros Villa Rentals** (2105230417, [oliarosvillarentals.com](http://oliarosvillarentals.com)).

#### Τέχνη

Στον χώρο της διάσημης γκαλερίστα Ενα **Presenhuber** στο Κάστρο της Αντιπάρου μας περιμένει η έκθεση του Αμερικανού ζωγράφου Austin Eddy «*Crossing the bar*» (23/7-28/8). Η γκαλερί **Anti** αυτό το καλοκαίρι φιλοξενεί εκθέσεις των Βιργινίας Φιλιππούση, Πάννη Αδαμάκη, Δημήτρη & Άρη Παπαδόπουλου, αλλά και φοιτητών από το 6ο Εργαστήριο Ζωγραφικής της ΑΣΚΤ. -A.V.team

Ο «Βασίλαινας»  
στην Αντίπαρο



VASSILENAS BLUE  
MODERN GREEK CUISINE

Χώρα, Αντίπαρος  
Κρατήσεις: 22840 63250



@vassilenasblueantiparos







Η αλήθεια είναι πως λατρεύουμε την Πάρο και μας άρεσε πολύ όταν καταλάβαμε πως μπορούμε να γράψουμε πράγματα για το νησί. Η αγάπη μας ωφείλεται στο ότι είναι ο τόπος καταγωγής μας, αλλά δεν είναι μονάχα αυτό. Δεν μεγαλώσαμε εκεί ως παιδιά, υπήρχαν όμως χρόνια που μέναμε μέχρι και 100 ημέρες στην Πάρο μαζί με τις διακοπές Πάσχα και Χριστουγέννων. Είναι ήσυχα σε σχέση με την πόλη, χάνεσαι στις πανέμορφες παραλίες και θες να περπατήσεις όλα τα γραφικά της σοκάκια. Υπάρχουν κάποιες σκέψεις να μείνουμε και μόνιμα στο μέλλον. Πότε δεν την είδαμε σαν το εξοχικό των διακοπών, είναι το σπίτι μας.

Λένε πως δεν μπορείς να ξεχάσεις τις στιγμές που έπαιζες με τους φίλους σου μικρό παιδί το καλοκαίρι. Για εμάς όλες αυτές οι ξέγνοιαστες αναμνήσεις είναι στην Πάρο. Μας άρεσε πολύ να αράζουμε στον Πύργο του παππού μας λίγο μετά το **Μοναστήρι**. Έπεφτε ο ήλιος και είχαμε πιάτο όλη τη θάλασσα του Αιγαίου κάνοντας άπειρες συζητήσεις. Τα νεανικά μας χρόνια είναι κατά βάσει στην **Παροικιά**. Στο **εκκλησάκι του Αγίου Κωνσταντίνου** μας άρεσε να αράζουμε και στη **Ζωοδόχου Πηγής** παίζαμε βόλους με τους φίλους μας, κάτι που στην περιοχή συνηθίζεται.

Η Πάρος είναι ξακουστή για τις μαγευτικές της παραλίες και το καλοκαίρι επιβάλλεται να κάνει κάποιος τις βουτιές του εκεί. Εμείς ξεχωρίζουμε τις παραλίες στο **Μοναστήρι**, στις **Κολυμπήθρες**, στην **Αλυκή** και φυσικά το **Μαρτσέλο**. Στην παραλία της **Χρυσής Ακτής** είναι το meeting point επαγγελματιών σέρφερς. Πιο παλιά κάναμε και εμείς φανατικά θαλάσσια σπορ με σκι και barefoot. Επίσης για πάρα πολλά χρόνια ήταν φανατική των water sports και η μητέρα μας.

Δεν γίνεται να πάμε στην Πάρο και να μην περάσουμε από το μαγαζί του **Nick's** στην Παροικιά για χάμπουργκερ. Μιλάμε για τα καλύτερα κρέατα που έχουμε βρει στην Ελλάδα και έχουμε πάει σε πολλά μαγαζιά για να δοκιμάσουμε. Πρακτικά έχουμε μεγαλώσει εκεί και στους τοίχους του μαγαζιού θα βρει κανείς πολλές φωτογραφίες από όλες τις φάσεις της ζωής μας από μικρά παιδιά μέχρι και σήμερα. Για γλυκό δεν παρεκκλίνουμε από τους παραδοσιακούς λουκουμάδες του νησιού, που είναι λαχταριστοί και τους συνδυάζουμε με παγωτό.

Γενικά δεν είμαστε πια του ξενυχτιού μέχρι τις πρώτες πρωινές ώρες επιλέγοντας μέρη για χαλαρό ποτό και άραγμα με φίλους, ώστε να απολαμβάνουμε τις ομορφιές του νησιού κατά τη διάρκεια της ημέρας. Τα αγαπημένα μας είναι το **Καφενέιον το Παραδοσιακόν** και το **Magaya** στην Παροικιά. Αν καμιά φορά ξε-νυχτήσουμε, μία επίσκεψη στον **Κάργα** για σουβλάκι είναι must μετά από αλκοόλ, σαν συνήθεια που δεν αλλάζει.

Η Πάρος δεν είναι όμως μόνο η **Παροικιά** και η **Νάουσα**. Πρόκειται για ένα νησί που έχει πολλά χωριά τα οποία είναι ανεξερεύνητα από τον περισσότερο κόσμο, όπως οι **Λεύκες** και ο **Κώστος**. Στο χωριό Κώστος έχουμε περάσει πολλές ώρες από την παιδική μας ηλικία μέχρι και πρόσφατα. Καθόμασταν στη μεγάλη πλατεία με τις τρεις ταβέρνες και τρώγαμε κοτόπουλο από τα χέρια του κυρ-Γιάννη. Είναι πολλές οικογένειες που διαλέγουν την Πάρο για διακοπές κάνοντας βόλτες στα χωριά της.

Το νησί μας, η Πάρος, μας βγάζει πολλά ευχάριστα συναισθήματα εξαιτίας των στιγμών που έχουμε περάσει εκεί. Ελπίζουμε να σας κάνουμε να την επισκεφτείτε φέτος το καλοκαίρι.

\* Ο **Good Job Nicky** είναι μουσικός και ο αδελφός του **Μιχαήλ Βαρθακούρης** είναι φωτογράφος.

# Πάρος

Των **Good Job Nicky\***  
και **Μιχαήλ Βαρθακούρη\***





Θέλει να περάσεις ένα ήσυχο ή ένα κοσμικό καλοκαίρι; Ψάχνεις απόμερες, ερμηκικές παραλίες ή θέλεις κόσμο, μπαράκι και κύματα γιατί λατρεύεις το windsurf; Από φαγητό τι προτιμάς, απόμερα ταβερνάκια με ντόπια κουζίνα ή σικ εστιατόρια με γνωστούς σεφ; Πού θέλεις να μείνεις σε φτηνό ενοικιαζόμενο δωμάτιο, σε κάμπινγκ ή σε πολυτελέστατο resort με πισίνα και τζακούζι; Καλοκαίρι χωρίς ψώνια δεν υπάρχει για σένα; Σου αρέσει όμως και η τέχνη; OK, δεν θέλεις πολλά, θέλεις απλώς την Πάρο. Αυτό είναι το νησί σου και τα συνδυάζει όλα!

#### Πού να κολυμπήσεις

Παραλίες για διασκέδαση: **Πούντα, Σάντα Μαρία, Φάραγγας, Μοναστήρι, Παρασπόρος, Μαρτσέλο, Χρυσή Ακτή.**

**Παραλίες και καλό φαγητό**  
**Σάντα Μαρία, Αγ. Ειρήνη, Κολυμπήθρες, Αμπελάς, Μώλος, Πίσω Λιβάδι, Λογαράς, Μεσάδα, Δρυός, Αωλαντώνης, Γλυφά, Αλυκή, Ξιφάρα, Μπουνταράκι.** Παραλίες πιο ήσυχες: **Λάγγερη, Φίλιζι, Νταμουλί, Υστέρι, Τσουκαλιά, Γλυφάδες, Καλόγηρος, Πυργάκι, Κριός, Καμίνια, Καλαμιάς, ο Γιάλος του Τούρκου.** Παραλίες για θαλάσσια σπορ: **Κολυμπήθρες, Αγ. Ειρήνη, Σάντα Μαρία, Χρυσή Ακτή και το στενό Πούντας - Αντιπάρος.**

Κοντά στην Παροικιά: Στον κόλπο της Παροικιάς, σε κοντινή απόσταση από το κέντρο, με αυτοκίνητο ή με караβάκι υπάρχουν μερικές πολύ δημοφιλείς παραλίες με άμμο, ομπρέλες, ξαπλώστρες ή αρμυρίκια και ζεστή, ρηχή, γαλάζια θάλασσα. Πρώτα συναντάμε τα **Λιβάδια**, πολυσύχναστη παραλία με ενοικιαζόμενα δωμάτια, μπαράκια και ταβέρνες. Συνεχίζοντας στον κόλπο η είναι ο **Κριός** με το κάμπινγκ, η παραλία **Μαρτσέλο** με πιο πάρτι διάθεση και στην άκρη του κόλπου η παραλία του **Αγίου Φωκά**, με το ωμό-νυμο εκκλησιά και αλμυρίκια για άραγμα. Μια καλά κρυμμένη μικρή παραλία που προτιμούν οι ντόπιοι είναι ο **Καλακόνας**. Στο

δυτικό άκρο του όρμου της Παροικιάς είναι και η παραλία **Σουβλιά**, με αμμουδιά και ρηχά νερά, ιδανική για παιδιά. Από την άλλη μεριά της Παροικιάς υπάρχει το **Δελφίνι** επίσης με άμμο και λίγα δέντρα και ο **Παρασπόρος**, αμμώδης με ομπρέλες και ξαπλώστρες. Νότια στον δρόμο για την **Πούντα** θα βρεις την **Αγία Ειρήνη**, πανέμορφη με φοινίκες και ταβερνάκι, ενώ για wind surfing, kite surfing και θαλάσσια παιχνίδια θα συνεχίσεις για την Πούντα.

#### Κοντά στη Νάουσα

Η πιο διάσημη παραλία της Πάρου είναι οι **Κολυμπήθρες** με μοναδικό τοπίο, ζεστά, ρηχά νερά, ξαπλώστρες – αλλά μπορείς να απλώσεις την πετσέτα σου και στους λείους βράχους για να κάνεις ηλιοθεραπεία με θέα τη Νάουσα. Αν έρθετε εδώ για μπάνιο δοκιμάστε το **Paros on the Rocks Restaurant & Bar** (+30 22840 52088, +30 696996444). Είναι πολύ ευγενικοί και φιλόξενοι και αν πεινάσετε θα σας ετοιμάσουν νόστιμα μεσογειακά πιάτα, φρέσκα θαλασσινά, ψάρι και πιάτα από τοπικά υλικά. Αν δεν βρεις μέρος να ξαπλώσεις συνέχισε για το **Μοναστήρι**, οργανωμένη παραλία ρηχή και καταγάλανη, ή για τις παραλίες κάτω από το **μοναστήρι του Άι Γιάννη Δέτη**, και στα μικρά κολπάκια έως και το **Γιαλό του Τούρκου**. Η αμμώδης παραλία **Ξιφάρα** είναι η φυσική συνέχεια της παραλίας των **Αγίων Αναργύρων** στην έξοδο της Νάουσας. Τα αβαθή νερά την κάνουν ιδανική για οικογένειες. Έξω από τον κόλπο της Ξιφάρας αξίζει ένα πέρασμα με βάρκα από τις νησίδες **Γαϊδουρονήσι, Τουρλίδες** και **Φόνισσες**. Οι γυμνιστές έρχονται στη **Λάγγερη**, κάτι ξέρουν, είναι υπέροχη, μεγάλη, αμμώδης με καθαρά νερά. Μια από τις πλέον οργανωμένες παραλίες είναι η **Σάντα Μαρία**, μεγάλη, αμμώδης με ομπρέλες και ξαπλώστρες, με πολύ κόσμο και μουσικές, ιδανική για μεσημεριανό πάρτι (εκεί είναι και το γνωστό κάμπινγκ), ενώ για πιο ήρεμες καταστάσεις υπάρχει δίπλα της η επίσης οργανωμένη **Μικρή Σάντα**

με δροσερά νερά και πιο πέρα το **Ζεφυλογιάννης** ή **Αγριοφασολιά**. Στο **Φιλιζι** θα παίξεις με τα κύματα. Συνεχίζοντας νότια θα συναντήσεις την παραλία **Γλυφάδες** και τα **Τσουκαλιά**, αγαπημένη των σέρφερ. Ο **Μώλος**, ένας μεγάλος, ωραίος κόλπος κοιτάει τη Νάξο και προσφέρεται για χαλάρωση. Δίπλα είναι και οι τσιμπήσεις. Στη νοτιοανατολική πλευρά θα βρεις το **Πυργάκι**, τα **Γλυφά**, το **Αωλαντώνη**, την **Τρυπητή** και τα **Τσερδάκια**. Νότια, πριν την **Αλυκή**, κάνεις στάση στο **Φάραγγα**. Για φυσική σκιά από αρμυρίκια ενδείκνυνται το **Πίσω Λιβάδι** και ο **Λογαράς** (έχουν και ταβερνάκια).

#### Πού να φας

Στην Παροικιά, στην καρδιά της παλιάς αγοράς, ο **Λεβαντής** (2284023613) με ωραία μεσογειακή κουζίνα, στο **Δάφνη** (2284022575) all day κήπος - σποτ με χυμούς, καφέδες, πρωινά και καλό φαγητό. Στη Νάουσα, στο παλιό λιμάνι ο κοσμικός **Τσαχπίνης-Ουζερι των Ναυτικών** (2284051662) στην καλύτερη θέση και με το καλύτερο ψάρι του νησιού και δίπλα του ομοίως ο **Marios** (2284051047) του Μάριου Τσαχπίνη με δημιουργική κουζίνα. Must η **Παλιά Αγορά** με τα διάσημα κεφτεδάκια (δεν κάνουν κρατήσεις). Το **oyster bar ohja!** (6955301639), ελληνο-γαλλικό fine dining και cocktail pairing, με κουζίνα βασισμένη στα φρούτα της θάλασσας και μεγάλη λίστα αποσταγμάτων, κρασιών και ποτών. Για κρασί και finger food στο **Moraitis Vinotheque** (2284055463). Ωραία θα φας επίσης στην **Κάπαρη** (6986195204), στο **Γεμενί** (2284051445), στη **Σωσώ** (6974878281). Στο ίδιο στενό το **Daverona Wise Greek Food**

(2284053333), η **Ydroussa** (2284055285) με «μυστικό» κήπο. Στη **Μικρή Βενετία** μας αρέσει πολύ η κυκλαδίτικη κουζίνα (με μοντέρνες πινελιές) στο **Σταθερό** (2284051888) και για ωραία ιταλική πάμε στο **Giacomo Paros** (2284051337). Με θέα το μαγικό ενετικό κάστρο το **Barbarossa** (2284051391) για ψάρι, θαλασσινά και sushi, ενώ διαθέτει και μπαρ με ωραία κοκτέιλ. Στη μαρίνα θα πας στο **Mediterraneo** (2284053176) γνωστό για τα φρέσκα ψάρια, τα νόστιμα πιάτα με θαλασσινά και τις λαχταριστές μακαρονάδες. Μοντέρνα ελληνική κουζίνα του Γκίκα Ξενάκη στο **Ραδα** του κομψού ξενοδοχείου **Cove Paros** (2284028576) στην παραλία των Αγίων Αναργύρων. Ο chef Πάννης Λουκάκος δημιουργεί ένα εξαιρετικό μενού στο **Deck bar restaurant** (6986515817 & 2284028578) στην Παραλία Πιπέρι με δημιουργική μεσογειακή κουζίνα, τοπικά υλικά με έμφραση στα ψάρια και τα θαλασσινά. Στον δρόμο προς τη Σάντα Μαρία στο **Siparos** (2284052785) με δημιουργική κουζίνα σε πολύ ωραία θέση. Στη Μάρπησσα φαγητό κάτω από τις μουριές στη **Χαρούλα** (2284041440) και στην ταβέρνα της **Άννας & Γιώργου** (2284042127). Στον κόλπο της Μεσάδας, κοντά στο Πίσω Λιβάδι, ναπολιτάνικη κουζίνα στο **Buonvento** (2284042694). Στην παραλία της Πίσω Αλυκής το εστιατόριο **Thalassa mou** (2284091461) προσφέρει δημιουργική κουζίνα πάνω στο κύμα. Ωραία θα φας και στο **Sayini** (2284 090536). Στον Αμπελά στο **Θαλάμι** (2284053351) για ωραία μεζεδάκια και στην **Christiana** (2284051573) για ελληνική κουζίνα ή για πιο γκουρμέ στο **Aspro** (2284052151) το εστιατόριο του 5αστερου ξενοδοχείου **Paros Rocks Luxury Hotel & Spa**. Στη Χρυσή Ακτή, το **Blue Café** (2284043242) είναι ένας all day προορισμός – κλείνεις από νωρίς

ξαπλώστρα. Στο Πίσω Λιβάδι για ωραίους σπιτικούς μεζέδες και φρέσκα ψάρια στον **Μαρκάκη** (2284 042177) και στον **Χάλαρη** (2284043257). Στον Πρόδρομο ο κλασικός **Τσιτσάνης** (2284041375), από τις παλιότερες ταβέρνες της Πάρου, και μέσα στα στενά του χωριού το μεζεδοπωλείο **Καλλιτεχνικό Καφενείο** (2284042033) με νόστιμο σπιτικό φαγητό από τα χεράκια της Μαρίας. Στις Λεύκες για κρέας στο **Αγνάντιο** (2284043089) και στον Κλαρίνο για κρέας στις δροσιές στη βεράντα με τις γαρδένιες και στη **Μαρουσώ** για καταπληκτικές πίτες με υλικά από το μπιστόνι τους και χειροποίητα γλυκά. Στον Κώστο θα πας στο **Γλυκό Λεμόνι** (2284 029059) για σπιτικό μαγειρευτό φαγητό και ψητά της ώρας, κάποιες μέρες έχει και live μουσική. Στην Πούντα, με θέα την Αντίπαρο, θα βρεις το **Les Amis** (2284051100) με μεσογειακή κουζίνα.

Ακόμα, στη Νάουσα και στην Παροικιά (όπως και στην Αντίπαρο) θα βρεις τον **Φούρνο Ραγκούση**, από το 1912, με μεγάλη ποικιλία από ζυμωτά ψωμιά με προζύμι και παραδοσιακά γλυκά. Λουκουμάδες με παγωτό στο **Παραδοσιακό** και σοκολατόπιτα στου **Χαμηλοθώρη**. Και στο δρόμο από τη Νάουσα προς τις Λεύκες το hot spot του νησιού, ο **Ξυλόφουρνος** με ψωμιά, γλυκά και υπέροχα παγωτά.

#### Πού να διασκεδάσεις

Στη Νάουσα: Θέα στο μπαλκόνι του **café cocktail bar Sommaripa Consolato** (2284055233) με ροκ μουσικές, πολύ ωραία θέα στο λιμανάκι. Στο Café **Karino** (2284051667) με τον φημισμένο καφέ και τα εξαιρετικά πρωινά. Στην πλατεία είναι και το μουσικό καφενείο **Takimi** (2284055095) με μεζεδάκια και καλές τιμές. Στην παραλία της Πούντας το **Punda Coast** (2284042601), ανοιχτό από το πρωί. Ακόμα το ιστορικό **Linardo** (6980527677), από το 1989, ένα από τα πιο δυνατά club

του νησιού στη Νάουσα.

#### Πού να μείνεις

Στην Πάρο, τόσο στην Παροικιά και τη Νάουσα, όσο και στους άλλους οικισμούς, υπάρχουν πολλά ενοικιαζόμενα δωμάτια και ξενοδοχεία, για όλα τα γούστα και τα βαλάντια. Μπορείτε να δείτε αναλυτικές πληροφορίες στην ιστοσελίδα της τοπικής ένωσης ξενοδοχών: [www.paroshotels.gr](http://www.paroshotels.gr)

#### Shopping

Για ντελικατέσεν στη Νάουσα και την Παροικιά το **Arsenis Delicatessen** (2284055017). Θα βρεις παριανά προϊόντα με την υπογραφή του Αρσένη Λουκή, αλλά και γραβιέρα Τήνου, πυκτόγαλο Χανίων, κρασοτύρι από την Κω, μαστέλο Χίου, φάβα Σχοινούσας και πολλές άλλες ακόμα ετικέτες προέλευσης, συνδυασμένα με εξίσου ιδιαίτερα αλλαντικά και αρωματικά κρασιά. Πολύ ωραίο και το **Μελίσσι** με μέλι δικό τους, ντόπια προϊόντα και ωραίες καλλυντικές κρέμες χειροποίητες με βάση το μέλι. Ρούχα, παπούτσια, αξεσουάρ, κοσμήματα και ό,τι άλλο χρειάζεσαι για το πιο fashion καλοκαίρι της ζωής σου θα το βρεις σε Νάουσα και Παροικιά. Επίσης να τσεκάρεις το **TWO'S**, το αρχιτεκτονικό concept store της interior designer Τίνας Βασιλικού (6932220797) και του αρχιτέκτονα Αντώνη Κολαούζογλου (6977078176). Θα βρεις πολύ όμορφα αντικείμενα για το σπίτι, αξεσουάρ ενώ συχνά οργανώνονται εκθέσεις ζωγραφικής. Ωραία κεραμικά στο **Εργαστήριο Κεραμικής Υγία** (2284029007), έξω από το χωριό Κώστος και στην Παροικιά. Αν ψάχνεις κάτι διαφορετικό, βόλτα με το **καϊκι Παναγία** και *ψάρεμα με τον Νικήτα* (6973304085). Βόλτα με καγιάκ με το **Sea Kayak Paros** (6977206541). Πόγκα στο **Tao's Center** (2284028882) που διαθέτει και εστιατόριο, στο **Yoga Shala** (6937375694) και στο **Okre blue** (6981014300). - A.Y.team



Δήμος: **2284360100**

Αστυνομία: **2284023333**

Λιμεναρχείο: **2284021240**

Ιατρικό Κέντρο: **2284024410**



→ Κίμωλος ή Αρζαντιέρα (ασημέ-  
νια), ένας κρυφός παράδεισος...  
Προσπαθούσα πολύ καιρό να  
επισκεφτώ αυτό το ακατέργαστο λαμπε-  
ρό διαμαντάκι των Κυκλάδων και φέτος  
ήρθε η μαγική στιγμή που κατάφερα να  
ανακαλύψω τον μαγικό τόπο που λέγεται  
Κίμωλος και κρύβεται ανάμεσα στη Μήλο  
και τη Φολέγανδρο. Η γοητεία της Κιμώλου  
με το γραφικό χωριό και τις καταγάλανες  
παραλίες της προσφέρει μια γαλήνη, μια  
ενέργεια που καταφέρνει να σε ηρεμεί και  
να σε αποφορτίζει με έναν μαγικό τρόπο...  
Με την πρώτη κιόλας βόλτα στο χωριό ανά-  
μεσα στα γραφικά σοκάκια και το κάστρο  
ένιωσα όλη την αυθεντικότητα των Κυκλά-  
δων αντικρίζοντας έναν μικρό παράδεισο  
αναλλοίωτο στο πέρασμα του χρόνου  
και την ανάπτυξη του τουρισμού, με το  
μεγαλείο της απλότητάς του να σε μαγεύει,  
χαζεύοντας κάθε γωνιά του χωριού σαν  
ξεχωριστό πίνακα ζωγραφικής με φόντο  
τις фиγούρες των Κιμωλιωτών να κάθονται  
στις λουλουδιένιες αυλές τους και να σε  
καλησπερίζουν.

Στο χωριό, στον δρόμο που λέγεται *αγορά*  
είναι τα μαγαζάκια είτε για πεντανόστιμο  
πρωινό όπως το **Μπαρ-Μπι**, τα παραδοσι-  
κά καφενεία για απογευματινή μπιρίτσα,  
τα μπαρ **Λαϊκόν** και το **Αγορά** για χαλαρό  
ποτάκι, το φημισμένο καφεμεζεδοπωλείο  
**Καλή Καρδιά**, εκεί κοντά και οι φούρνοι  
για την κιμωλιάτικη πίτα Λαδένια που είναι  
το απόλυτο σνακ για την παραλία. Όσο  
για τις παραλίες... Οι περισσότερες έχουν  
αμμουδιά και αρμυρίκια για προστασία από  
τον ήλιο. Η πιο διάσημη είναι τα **Πράσσα**  
που βρίσκεις όλο το πακέτο, λευκή άμμο,  
σμαραγδένια νερά, αλλά και την άνεση του  
beach bar με άνετες ξαπλώστρες, δροσερά  
ποτά και κοντά το εστιατόριο **Πρασονήσι**  
για φρέσκα ψάρια.

Το δικό μου όμως αγαπημένο μέρος για  
κολύμπι είναι οι οικισμοί **Γούπα-Καρά** για  
περπάτημα, παραθαλάσσια, στους λευ-  
κούς βράχους και βουτιές στις φυσικές  
πισίνες που έχουν σχηματιστεί, με θέα τα ε-  
ντυπωσιακά «σύρματα» – έτσι ονομάζονται  
οι λαξευμένες σπηλιές με τις πολύχρωμες  
ξύλινες πόρτες που κάνουν αντίθεση με  
τα λευκά βράχια κι εκεί αποθηκεύουν τον  
χειμώνα οι ψαράδες τις βάρκες τους για να  
τις προστατέψουν από τον καιρό. Τα «ρε-  
ματόνησα», οι βράχοι που σχηματίζουν νη-  
σάκια, συμπληρώνουν το μαγευτικό τοπίο.  
Κάποιοι ίσως έχουν ακουστά για τον βράχο  
που μοιάζει με γιγάντιο μανιτάρι, το λεγό-  
μενο **Σκιάδι**, στη Γούπα λοιπόν είναι κι ένα  
ακόμα παρόμοιο αξιοθέατο του νησιού, ο  
μεγάλος βράχος που μοιάζει με Ελέφαντα.  
Άλλη ωραία παραλία η **Αλυκή** κοντά στην  
ταβέρνα της Μπέμπα ή του Σάρδη, όπου η  
«Μπέμπα» θα σου σερβίρει τη λαχταριστή  
αστακομακαρονάδα. Μετά είναι η **Μπονά-  
τσα**, το **Καλαμίτσι**, η **Μαυροσπηλιά** και η  
**Ψάθη** – η παραλία του λιμανιού κοντά στο  
εστιατόριο Κύμα για θαλασσινά με «Πέτρι-  
νες Πλαγιές» από το οινοποιείο μας.

**Extra tips:** Όμορφες ανοιχτές δανειστικές  
βιβλιοθήκες είναι στημένες σε διάφορα  
σημεία του νησιού όπου μπορείς να δα-  
νειστείς αλλά και να προσφέρεις κάποιο  
βιβλίο. Τέλος, οπωσδήποτε βόλτα στη  
μαγευτική **Πολύαιγο**, αν το επιτρέπει ο και-  
ρός. #κίμωλο\_μου\_παράδεισο\_μου!

\* Η Βασιλική Παλιβού είναι οινοποιός, Κτήμα  
Παλιβού.

# Κίμωλος

Της **Βασιλικής Παλιβού\***

info

Με περίπου 1.000  
μόνιμους και φιλό-  
ξενους κατοίκους, η  
Κίμωλος είναι το νησί  
που θα σε γοητεύσει  
ήδη αγναντεύοντάς  
την από το πλοίο της  
γραμμής και σίγουρα  
θα την ερωτευθείς με  
το που πατήσεις το  
πόδι σου στο λιμάνι  
της. Ιδανικός προο-  
ρισμός για ήρεμες  
διακοπές, με καλό  
φαγητό, μπάνιο σε  
πεντακάθαρα νερά  
και ξεκούραση, πήρε  
το όνομά της από το  
λευκό πέτρωμα που  
κυριαρχεί σε πολλά  
σημεία του νησιού και  
μοιάζει με κιμωλία.

## Τι να δεις

Το **Χωριό** είναι ένας  
πανέμορφος οικι-  
σμός, με κατάλευκα  
σπίτια, λουλουδια-  
στές αυλές, μικρά  
στριφογυριστά δρο-  
μάκια και άπειρες ευ-  
καιρίες για την τέλεια  
φωτογραφία των  
διακοπών σου. Στο κέ-  
ντρο του Χωριού βρί-  
σκεται το **Κάστρο** και  
όσο πιο κοντά σε αυτό  
βρίσκεται κάποιο  
σπίτι τόσο πιο παλιό  
είναι. Σίγουρα πρέπει  
να επισκεφθείς το **Αρ-  
χαιολογικό Μουσείο**,  
απέναντι από τον  
**ναό της Παναγίας**  
**Οδηγήτριας**, όπου  
παρουσιάζεται η αρ-  
χαία ιστορία της Κιμώ-  
λου από την Ύστερη  
Νεολιθική Εποχή. Στη  
συνέχεια να δεις το  
Σκιάδι, ένα τεράστιο  
πέτρινο μανιτάρι, στο  
κέντρο του νησιού, το  
οποίο συμπεριλαμβά-  
νεται στον Άτλαντα  
γεωλογικών μνημεί-  
ων του Αιγαίου. Μπο-  
ρείς ακόμα να φύγεις  
για μια μονοήμερη  
απέλανση στη Μήλο.  
Αξίζει. Επίσης, πέρα  
από το Χωριό μικρότε-  
ροι οικισμοί με λίγους  
κατοίκους είναι η **Ψά-  
θη**, η **Γούπα**, το **Ρέμα**,  
ο **Καράς**, τα **Πράσσα**  
και η **Αλυκή**.

## Πού να κολυμπήσεις

Η ομορφότερη πα-  
ραλία δίχως άλλο  
είναι τα **Πράσσα**,  
όπου πηγαίνει και το

ΚΤΕΛ. Με τα πόδια  
προσεγγίσιμες είναι η  
**Αλυκή**, η **Μπονάτσα**,  
το **Καλαμίτσι**, ενώ με  
καϊκι θα πας σε παρα-  
λίες που δεν γίνεται  
να επισκεφθείς με τα  
πόδια αλλά και στο  
κοντινό, ακατοίκητο  
και ξεκουστό για τα  
υπέροχα νερά του  
νησάκι Πολύαιγος.  
Φανταστικά είναι και  
τα κολπάκια **Καράς**  
και **Ρέμα**, για βουτιές  
από τα βράχια. Εδώ  
φυλάνε τις βάρκες των  
χειμώνα οι ντόπιοι.

## Πού να μείνεις

Αρκετές οι επιλογές,  
τόσο στο **Χωριό**,  
όσο και στο λιμάνι,  
ίσως όχι τόσο πολλές  
για τον κόσμο που  
επισκέπτεται το νησί  
ιδίως τον Ιούλιο και  
τον Αύγουστο. Μπο-  
ρείς να πάρεις μια  
ιδέα από την επίσημη  
ιστοσελίδα του δήμου  
[www.kimolos.gr](http://www.kimolos.gr). Δυ-  
στυχώς, οργανωμένο  
κάμπινγκ δεν υπάρχει,  
αρκετοί όμως στή-  
νουν διακριτικά τη  
σκηνή τους λίγο πιο  
μακριά από την πολυ-  
κοσμία και δεν τους  
ενοχλεί κανείς.

## Πού να φας και να διασκεδάσεις

Πρώτα απ' όλα δεν γί-  
νεται να φύγει κανείς  
από την Κίμωλο χωρίς  
να δοκιμάσει την πα-  
ραδοσιακή λαδένια,  
που φτιάχνεται με  
ζυμάρι, φρέσκια ντο-  
μάτα, κρεμμύδι και  
ελαιόλαδο, αλλά και  
την τυρένια, που είναι  
μια ανοιχτή τυρόπι-  
τα με φύλλο ζύμης  
ψωμιού. Θα βρεις,  
επίσης, ντόπια κρέα-  
τα, ολόφρεσκα ψάρια,  
μέλι και καλό κρασί.  
Στο λιμάνι να φας στο  
**Κύμα** (2287051001),  
μπροστά στη θάλασ-  
σα, στο Χωριό στην  
**Αυλή του Σάμπλου**  
(2287051666). Για ποτό,  
στο Χωριό θα βρεις  
4-5 καφέ μπαρ συγκε-  
ντρωμένα σχεδόν όλα  
σε ένα δυο γραφικά  
μικρά σοκάκια, ενώ  
πολύ ωραίο είναι και  
το καφενείο-μπαρ  
που βρίσκεται στο  
λιμάνι. -A.V. team



Δήμος: 2287051218  
Ιατρείο: 2287051205  
Αστυνομία: 2287051218  
Λιμεναρχείο: 2287051071





**Δόσεις  
όπου  
εσύ θες!**

ΚΑΡΤΕΣ

Πιστωτικές  
Κάρτες



**Τώρα, έχεις τη δυνατότητα  
να προγραμματίσεις κάθε σου  
συναλλαγή σε δόσεις.**

Κάνε τις αγορές σου με τις πιστωτικές κάρτες  
της Τράπεζας Πειραιώς σε όποια επιχείρηση θες,  
ακόμη και εκεί που δεν προσφέρουν δόσεις  
και επίλεξε έως 12 άτοκες δόσεις μέσω winbank.

ΤΡΑΠΕΖΑ ΠΕΙΡΑΙΩΣ



Ισχύει για αγορές από 30€ και άνω που έχουν πραγματοποιηθεί εντός των τελευταίων 30 ημερών.  
Πληροφορίες και όροι: Τ. 210 32 88 000, [www.piraeusbank.gr](http://www.piraeusbank.gr)

**ΣΤΗΡΙΖΕΙ ΚΑΘΕ ΑΥΡΙΟ**



# Σέριφος

Της **Δανάης Μπάρκα\***

➔ Μήπως επειδή σ' αυτό το νησί ο Δίας ερωτεύτηκε τη Δανάη κι έγινε χρυσή βροχή για να ενωθούν;  
Μήπως γιατί γνώρισε τεράστια ανάπτυξη τον 6ο αιώνα χάρη στα μεταλλεία της; Μήπως επειδή έχει την ομορφότερη άγρια ομορφιά που έχω συναντήσει; Μήπως επειδή –παρά το μικρό της μέγεθος– έχει 83 χιλιόμετρα ακτών με πάνω από 70 πανέμορφες παραλίες; Μήπως επειδή δεν θα βρεις παραλία με μουσική στη διαπασών αλλά θα απολαύσεις ήσυχια το απέραντο γαλάζιο;

Ίσως αυτοί είναι κάποιοι απ τους λόγους που η Σέριφος είναι μοναδική. Πήγα πρώτη φορά πριν περίπου 12-14 χρόνια. Από τότε δεν υπάρχει καλοκαίρι που να μην πάω. Ερωτεύτηκα τις πανέμορφες ερημικές παραλίες της. Ερωτεύτηκα τη μοναδική **Χώρα** με τη θέα που σου κόβει την ανάσα. Το **καφενείο του Στράτου** με τα πολύχρωμα τραπεζοκαθίσματα και τον ωραίο ελληνικό καφέ. Ερωτεύτηκα το κοκτέιλ στον **Ναυτικό Όμιλο** χαζεύοντας τη δύση του ηλίου. Το **Γάνεμα**, ίσως μία από τις πιο ωραίες παραλίες που έχω πάει, με απόλυτη ψυχία, κρύα και καθαρά νερά και μια μικρή ταβερνούλα στην άκρη που αν είσαι τυχερός θα βρεις να κάτσεις και να αποχαιρετήσεις τον ήλιο που χάνεται στο βάθος. Οι άνθρωποι... από τον γιατρό που θα τον δεις να τριγυρνά με τη βέσπα του και να χαιρετάει, μέχρι τον κύριο Νίκο, καπετάνιο 95 χρόνων που θα σε πάει βόλτα με το καϊκι του. Ο **Άγιος Σώστης** με την εντυπωσιακή αμμουδιά και το πανέμορφο εκκλησάκι που δεν χορταίνεις να το χαζεύεις. Η **Ψιλή Άμμος** που θυμίζει εξωτικό νησί αλλά να που είναι σε ένα όμορφο γραφικό μέρος της Ελλάδας μας. Η **Λια**, ένας πανέμορφος κόλπος που σε κάνει να νιώθεις πιο ελεύθερος από οπουδήποτε άλλου. Δεν ξέρω τι να πρωτοδιαλέξω. Υπέροχο φαγητό, ωραίοι άνθρωποι, τόπος μαγικός και ασύγκριτος. Όνειρό μου; Να ζω εκεί μερικούς μήνες του χρόνου και να περπατάω ξυπόλυτη στο **Λιβάδι** με τους φίλους μου τραγουδώντας. Αχ, Σεριφούλα!

\* Η **Δανάη Μπάρκα** είναι ηθοποιός - παρουσιάστρια. Παρουσιάζει την εκπομπή «Πάμε Δανάη» Δευτέρα με Παρασκευή 10:50 στην τηλεόραση του MEGA.

Με πανέμορφη **Χώρα**, αμφιθεατρικά φωλιασμένη σε μια πλαγιά, δεκάδες παραλίες και χωριά, είναι ιδανικός προορισμός είτε θες να το ρίξεις έξω είτε να ξεκουραστείς.

## Τι να δεις

Τα ερείπια του βενετσιάνικου κάστρου με το **εκκλησάκι του Αγίου Κωνσταντίνου** στην κορυφή του βράχου, το **Λαογραφικό Μουσείο** και την αρχαιολογική συλλογή. Τα εγκαταλελειμμένα μεταλλεία στο **Μεγάλο Λιβάδι**. Το καστρομονάστηρο των Ταξιαρχών, κοντά στο χωριό **Γαλανή**. Την **Παναγιά**, χωριουδάκι με γραφικά σοκάκια.

## Πού να κολυμπήσεις

Ακόμα και η παραλία στο λιμάνι είναι τιμία επιλογή, με 3-4 χαλαρά beach bars. Καλή επιλογή και η παραλία μπροστά στο κάμπινγκ. Δημοφιλής επιλογή, με ταβέρνες και γαλάζια νερά η **Ψιλή Άμμος**. Δεντράκια και ωραία νερά στον **Άγιο Σώστη**. Με αλμυρίκια για σκιά, το **Γάνεμα**. Καντίνα και ξαπλώστρες στη **Βαγιά**. Για ψυχία και βουτιές χωρίς μαγιό στο αμμουδερό **Καράβι** (με πρόσβαση από μονοπάτι) και στη **Λια**. Αν δεν φουσά βοριάς, επιχειρείς και την κατάβαση στη **Συκαμιά**.

## Πού να μείνεις

**Alexandros Beach Resort** (2281051119), στα Λιβαδάκια, **Amfitriti** (2281052563) λίγο έξω από το λιμάνι, **Aniomonas Beach** (2281051618), στην παραλία του λιμανιού. Στο διάσημο κάμπινγκ **Κοράλι** (2281051500) στα Λιβαδάκια.

## Πού να φας

Στο Λιβάδι: **Μπακακάκι** (2281051010) με τραπέζακια πάνω στο κύμα. Εξαιρετικό ψάρι στην **Καλής** (2281052301) πάνω στην παραλία. Μαγειρευτά, ψάρια και κρεατικά στον **Τάκν** (2281051159) και στο **Θαλάμι** (2281052668). Ταϊλανδέζικο στον κήπο του **Blue Bamboo** (2281052027). Στη **Χώρα** για πρωινό στου **Στράτου** (2281052566) στην πλατεία του Δημαρχείου. Στη **Συκαμιά**, στην οικογενειακή ταβέρνα **Το ακρογιάλι του Βήτου** (2281051289).

## Πού να διασκεδάσεις

Στο λιμάνι, διαχρονική αξία είναι το **Yacht Club**, αλλά και το **Καρνάγιο**, με ροκ χαρακτήρα. Για πιο lounge κατάσταση το παραθαλάσσιο **Indigo**. Στη **Χώρα** αναζητήστε την **Πάνω Πιάτσα** στην πλατεία, τον **Γαίδαρο** και τον **Βάτραχο** στα στενάκια. -A.V. team



Διόβος: 2281051210  
Ιατρείο: 2281051202  
Αστυνομία: 2281051300  
ΛιΒεναρχείο: 2281051470



Δύο νέες  
γεύσεις παγωτού  
σε κάνουν  
να... λιώνεις



Kayak  
PURE MAGIC



Είναι η πιο καυτή μέρα του χρόνου. Αλλά καθόλου δεν σε νοιάζει. Σε λίγο θα βουτάς στα γαλαζοπράσινα νερά του νησιού κι αργότερα, ξαπλωμένος κάτω από τον ήλιο, θα έχεις στα χείλη τη δροσιά του παγωτού. Να μια στιγμή που αξίζει να περιμένει κανείς ολόκληρο τον χρόνο... Το καλοκαίρι είναι γεμάτο από τέτοιες μικρές στιγμές ευτυχίας και το παγωτό είναι η γεύση του. Η γεύση της καρδιάς, της ανεμελιάς, της ανακάλυψης. Αν σου αρέσει να εξερευνείς νέες γεύσεις, σου έχουμε το τέλειο νέο: Μόλις κατέφτασαν δύο ολοκαίνουργιες (και στο αλήθεια ανατρεπτικές!) γεύσεις παγωτού από την Kayak που θα δώσουν άλλη χάρη στο καλοκαίρι σου. Η πρώτη από αυτές είναι εμπνευσμένη από τις λιχουδιές της Ελλάδας γιατί φυσικά και η Kayak, ως μία αμιγώς ελληνική εταιρεία, δεν θα μπορούσε να μείνει ανεπηρέαστη από τη γαστρονομική παράδοση αυτού του τόπου. Έτσι, αυτό το καλοκαίρι σηκώνει πανιά και βάζει πλώρη για το Ιόνιο, εκεί όπου οι ντόπιοι φτιάχνουν ένα ξεχωριστό γλύκισμα... Ναι, σωστά το μάντεψες! Το **μαντολάτο** μόλις μεταμορφώθηκε σε βελούδινο παγωτό!

Με πλούσια σφράγη κρέμα και παραδοσιακό μαντολάτο αυτό το παγωτό έχει όλα τα φόντα να γινεί το αγαπημένο σου για φέτος. Αυτή, όμως, δεν είναι η μόνη λαχταριστή γεύση που θα δοκιμάσουμε... Τι θα έλεγες να συνδυάσεις το παγωτό μαντολάτο με παγωτό... **σοκολάτα-κουρμά**; Ο γνωστός σε όλους μας κουρμάς, δεν είναι άλλος από τον καρπό του φοίνικα του οποίου οι εξωτικές του ρίζες βρίσκονται στη Μεσοποταμία. Πρόκειται για ένα από τα πιο γλυκά φρούτα της φύσης, πλούσιο σε θρεπτικά συστατικά και βιταμίνες. Αν δίπλα σε αυτό προσθέσουμε και την ασύγκριτη γεύση της σοκολάτας, τότε το αποτέλεσμα είναι μια σοκολατένια γεύση παγωτού, που κάτι μας λέει ότι θα αλλάξει τις συνήθειες των **chocolate lovers** για πάντα! Οπότε τώρα ξέρεις τι γεύση έχει αυτό το καλοκαίρι. Μένει μόνο να τη δοκιμάσεις στο πιο κοντινό κατάστημα Kayak, αλλά και μέσω της Wolt ή του e-shop της Kayak ([www.kayak.gr](http://www.kayak.gr)), όπου με ένα κλικ το αγαπημένο σου παγωτό έρχεται ως την πόρτα σου! Καλό, παγωτένιο καλοκαίρι!



KAYAK  
BOUTIQUES  
ΕΛΥΣΙΑΔΑ  
ΨΥΧΙΚΟ  
GOLDEN HALL  
ΚΑΡΔΙΝΑΚΕΑ  
THE MALL ATHENS  
ΠΑΛΛΗΔΗ  
SMART PARK  
ΑΙΑ  
ΜΥΚΟΝΟ  
ΧΑΝΙΑ  
COSTA NAVARINO  
ΕΣΣΙΑ  
ΚΕΦΑΛΟΝΙΑ  
ΣΑΝΤΟΡΙΝΗ

kayak.gr

INSTA: kayak.gr  
FB: kayakicecream  
youtube.com/user/KayakIceCream

#MeltForKayak #ItIsKayak #KayakIcecream



# Σίφνος

Της **Diane Von Furstenberg\***

➤ «Ελλάδα... ο τόπος των θεών και του πολιτισμού.... Τα αρώματά της, η αίσθηση της αιωνιότητας.  
Η γη, οι πέτρες και τα ποτισμένα από τη θάλασσα βράχια της, μου είναι τόσο οικεία!  
Η Αθήνα, τα νησιά, οι αρχαίοι ναοί... Η ψυχή μου ανήκει εδώ ακριβώς».

\* Η Diane Von Furstenberg είναι σχεδιάστρια μόδας.





Η Σίφνος είναι πολύ όμορφη και τα έχει όλα: χωριά με συγκλονιστική λαϊκή αρχιτεκτονική και μοναδικά νεοκλασικά, παραλίες με γαλάζια καθαρά νερά, υπέροχα μονοπάτια για περπάτημα, χαλαρούς ρυθμούς, εξαιρετικά ντόπια προϊόντα και φοβερό φαγητό – από τα Εξάμπελα της Σίφνου καταγόταν ο εθνικός μας σεφ **Νίκος Τσελεμεντές** – με παραδοσιακές αλλά και μοντέρνες γεύσεις. Δεν είναι να απορεί κανείς που η Σίφνος είναι ένα από τα πιο δημοφιλή νησιά των Κυκλάδων και αγαπημένο των Αθηναίων.

#### Τι να δεις

Το νησί διαθέτει 200 χλμ. περίπου δίκτυο χωματινών ή λιθόστρωτων διαδρομών που ενώνουν τους παραδοσιακούς οικισμούς μεταξύ τους. Πρωτεύουσα από το 1836 είναι η πανέμορφη **Απολλωνία**, που σφύζει από ζωή μέρα και νύχτα. Δίπλα της ο **Αρτεμύνας**, που τη συναγωνίζεται σε ομορφιά με τα κυκλαδίτικα αρχοντικά του, και πιο πέρα το βενετικό χωριό **Κάστρο**, η παλιά πρωτεύουσα του νησιού, με θέα που κόβει την ανάσα, έχει και **Αρχαιολογικό Μουσείο**. Δίπλα στον οικισμό βρίσκεται το γραφικό **εκκλησάκι των Επτά Μαρτύρων** σκαρφαλωμένο στην κορυφή ενός βράχου. Υπάρχουν όμως και τα **Εξάμπελα** με τους λευκούς ανεμόμυλους, τα χωριά **Άγιος Λουκάς** και **Καταβατή** για να ξεναγηθείς από τις διηγήσεις των παλιών στην ιστορία του νησιού, η **Χερρόνησος** με το γραφικό λιμανάκι της από όπου έφευγαν παλιά τα φημισμένα κεραμικά του νησιού. Παντού θα δεις διασκορπισμένους αρχαίους πύργους που χρονολογούνται από τον 6ο π.Χ. αι. Οπωσδήποτε κάνε μια επίσκεψη στον **αρχαιολογικό χώρο του Αγίου Ανδρέα** και στο **Μοναστήρι της Παναγίας της Χρυσοπηγής**.

#### Πού να κολυμπήσεις

Η πολύ μεγάλη και οργανωμένη (όχι σ' όλη την έκτασή της) παραλία των **Καμπαρών**, αν και βρίσκεται στο λιμάνι, είναι πεντακάθαρη. Το γραφικό χωριουδάκι **Φάρος** έχει όμορφη και κατάλληλη για όλες τις καιρικές συνθήκες παραλία με υπέροχη θέα στο μοναστήρι της Χρυσοπηγής. Τα εστιατόρια **Λύχνος** και **Λιμανάκι**, κυριολεκτικά πάνω στη θάλασσα, προσφέρουν υπέροχες γεύσεις και την επιθυμία να πας ξανά και ξανά. Ένα μικρό πλακόστρωτο δρομάκι οδηγεί από τον Φάρο στο **Γλυφό**, πιο απομονωμένη παραλία, πεντακάθαρη με άμμο και αλμυρικά. Στο Γλυφό θα πας και από το πολύ βατό μονοπάτι που ξεκινάει από την επίσης ωραία με αλμυρικά και άμμο παραλία του **Αποκοφτού**. Μία 15λεπτη εύκολη διαδρομή, όπου βλέπεις από ψηλά την παραλία του Αποκοφτού, το μοναστήρι της Χρυσοπηγής, τα κολπάκια του Φάρου καθώς και τις εγκαταστάσεις φώτωσης των μεταλλείων. Η άλλη παραλία του Φάρου, η **Φασσολού**, ήταν παλιά η παραλία των γυμνιστών. Αν και σήμερα ο γυμνισμός απαγορεύεται στο νησί, η παραλία εξακολουθεί να έχει φανατικούς οπαδούς. Αν κάποιος πάει αρκετά ωρίς θα έχει την τύχη να βρει σκιά κάτω από τα αλμυρικά.

Οι **Σάουρες** είναι ένα μικρό κολπάκι με βράχια και βότσαλο που θα φτάσεις με μονοπάτι 150 περίπου μέτρων που ξεκινάει από τη Χρυσοπηγή. Προτιμάται από αυτούς που ψάχνουν λίγη ψυχία και απομόνωση.

Τα ομαλά, υπέροχα βράχια της **Χρυσοπηγής** προσφέρονται για τους λίγο πιο παρόλομους που δεν ψάχνουν για σκιά και οργανωμένη παραλία. Για ακόμη πιο αθλητικούς τύπους ωραία επιλογή είναι η **Πουλάτη**. Αρκετά σκαλοπάτια οδηγούν και στη μικρή γραφική παραλία που βρίσκεται κάτω από τον οικισμό του Κάστρου, τα **Σεράλια**. Στα **Βρουλιδια**, παραλία με βότσαλα έξω αλλά άμμο μέσα, που βρίσκεται στη ΒΔ πλευρά του νησιού. Λίγες ομπρέλες και ξαπλώστρες και δύο ταβερνάκια σχεδόν πάνω στο κύμα με υπέροχες τοπικές γεύσεις.

#### Πού να μείνεις

Τσέκαρε την ιστοσελίδα του τοπικού συλλόγου των ενοικιαζομένων δωματίων, ρίξε μια ματιά και στο πολύ βολικό κάμπινγκ του **Μάκη** (2284032366) στο λιμάνι. Το νησί διαθέτει αξιόλογες επιλογές διαμονής όπως το **Μαρώ** (Κάστρο, 6986929435) με δωμάτια και διαμερίσματα με θέα, ενάμιση χιλιόμετρο από την Απολλωνία, το **Paradise Place** στη Χρυσοπηγή (2284071278) με κήπο, πισίνα, ηρωινό και όλα τα κομψόρ ή το **Cape Napos** (2284071496) πριν από το ψαροχώρι Φάρος, ένα συμπαθητικό και ήσυχο συγκρότημα με ευρύχωρα μονόκωρα και δίκωρα στούντιο με απίστευτη θέα.

#### Πού να φας και να διασκεδάσεις

**Απολλωνία:** Στον **Ραμπαγά -Πολυχώρος Κυκλάδων** (2284032215) με τεράστιο κήπο που φιλοξενεί εκθέσεις, διαθέτει καφέ, bar, εστιατόριο, αλλά και όμορφα καταστήματα, και στο ιστορικό **Καφενείο Δρακάκη** (2284031233) από το 1887, με μαρμάρινα τραπεζάκια και ψάθινες καρέκλες, ωραίο φαγητό και μεγάλη αγάπη στα ρεμπέτικα τραγούδια. Στου **Αποστόλη το Κουτούκι** (2284033186) για μαγειρευτά με ντόπια αγροτικά προϊόντα. Το **Ωκύαλος** (2284032060), σε κεντρικό σημείο του Στενού της Απολλωνίας έχει πολύ καλή μεσογειακή κουζίνα και αρκετές σιφνέικες σπεσιαλιτέ. Το **Cayenne** (2284031080) εστιατόριο και art gallery, με έφεση στη μοντέρνα ελληνική και ντόπια κουζίνα. Ο Πίπο από το Μιλάνο άνοιξε πριν χρόνια το **Mama Mia** (2284033086), από τα πρώτα ιταλικά εστιατόρια στο νησί (έχει αδελφάκι και στον Πλατύ Γιαλό). Η κράτηση και στα δύο είναι απαραίτητη. Στο **Catch** (2284035534), στον κεντρικό δρόμο της Απολλωνίας, up-scale street food εστιατόριο με αμερικάνικες, μεξικάνικες και ελληνικές γεύσεις. Σ' ένα μικρό παράδρομο στο τέλος του Στενού, σε παλιό ελαιουργείο, ανακαινισμένο με γούστο αλλά και σεβασμό στον χώρο, στεγάζεται το εστιατόριο **Don Carlo - Bar e Ristorante** (2284035528). Η κουζίνα, είναι ιταλική, με έμφαση στην κουζίνα της Τοσκάνης. Τα αλλαντικά, τα τυριά και τα πιάτα με τις φίνες γεύσεις συνοδεύονται από κρασί δικής τους παραγωγής, ▶

όπως το κόκκινο και ροζέ **Santaurora** (το όνομα της συζύγου του ιδιοκτήτη). Όσοι κάνουν τη βόλτα τους στο στενό της Απολλωνίας θα ψάξουν αμυγδαλωτά και ντόπια κουλουράκια στο **Γλυκιά Ματιά** (2284033332). Στο καφε-γλυκοπωλείο **Διψέλι** θα πας για λουκουμάδες και άλλα ωραία γλυκά. Το all time classic μπαράκι **Botsi** (2284032358) έχει αποκτήσει αδελφάκι το οποίο βρίσκεται ακριβώς απέναντι, πάνω σε ταράτσα με υπέροχη θέα. Από το ηρωί με ηρωινά, καφέδες και το *βράδυ* finger food. Το **Αργώ** (2284031114) είναι ένα από τα πιο παλιά μπαρ του νησιού στην πιο επιτελική θέση του Στενού. Πολλά βράδια καταλήγουν με χορό, στο εσωτερικό του μπαρ. Στην επαρχιακή οδό Απολλωνία - Όρμος Φάρου θα βρεις το **Δριμόνι** (2284031434) με θέα, καλό φαγητό και εξαιρετική συλλογή κρασιών. Στην επαρχιακή οδό Απολλωνίας - Κάστρου να επισκεφτείς τη **Φάρμα του Ναρλή** (6979778283), για ντόπια προϊόντα και σεμινάρια μαγειρικής. **Αρτεμύνας:** Στο **Λιοτρίβι** (2284031921) στην πλατεία του παραδοσιακού οικισμού, από νωρίς για καφέ, ηρωινό και ύστερα κουζίνα με ντόπιες γεύσεις και φρέσκα ψάρια. Στο **Περιβόλι** (2284031953) για πειραγμένη ελληνική κουζίνα. Για γλυκά στο **Κίτρινο Ποδήλατο** (2284031244), στην Κατερίνα Θεοδώρου για ντόπια αμυγδαλωτά. **Καμάρες:** Όπως προδίδει το όνομά του, το **Passione Italiana** (2284035513) είναι ιταλικό εστιατόριο με παραδοσιακή ιταλική κουζίνα, ναπολιτάνικη πίτσα, φρέσκα ζυμαρικά και αυθεντικά ιταλικά προϊόντα. Στην ταβέρνα του **Σίμου** (2284032353) θα πας για παραδοσιακή σιφνέικη κουζίνα, μένει ανοιχτό και το χειμώνα – άρα εγγύηση. Στο all day **Ισαλος** (2284033716), στην Αγία Μαρίνα, πάνω στο κύμα με ωραίο φαγητό και κοκτέιλ. Ψάρι από την τράτα τους έχει το **Αραξοβόλι** (2284032362) με τραπεζάκια δίπλα στη θάλασσα. Το **7seas** (2284031913) με πισίνα και φρόντο το πέλαγος, από το ηρωί για καφέ και ηρωινό, συνεχίζει με brunch και μένει μέχρι αργά για signature cocktail. Οικογενειακό εστιατόριο για καπαροσαλάτα, κοτόπουλο του βουνού και μαγειρευτά είναι το **Δελφίνι** (2284033740). Κόσμος συρρέει στο café bar **Σύρμα** (2284031829) για τα τραπεζάκια και τις ξαπλώστρες στην παραλία αλλά και για τα νόστιμα πιάτα του. Ωραία ιταλική - μεσογειακή στο **Camaron** (2284032378). **Πλατύς Γιαλός:** Εκεί βρίσκεται από μόνος του ένας λόγος για να πας στη Σίφνο, το διάσημο **Ω3** (2284072014), πάνω στη θάλασσα, με σεφ τον Πύργο Σαμοίλη. Κλείσε τραπέζι αλλιώς... έχασες. Ωραίο πολύ είναι και το **Yalos Seaside Obsession** (2284071507), για θαλασσινά σε όμορφο περιβάλλον πάνω στο κύμα. Στο **Στέκι** (2284071215) θα φας σιφνέικη κουζίνα, μαγειρευτά και φρέσκο ψαράκι, σε τραπεζάκια δίπλα στο κύμα. Το **Νότος** (2284071277) δίπλα στη θάλασσα προσφέρει ηρωινό, brunch, φαγητό, κρασί, ποτό. **Κάστρο:** Στον δρόμο προς ▶





Έχουμε ένα σπίτι στη Σίφνο του γνωστού σκηνοθέτη και δάσκαλου τσί-τσι και στροβιλισμού Βίκου Ναχμία. Έτσι γνώρισα το νησί και το πρώτο μπάνιο της κόρης μου Ανατολής ήταν μέσα στην κοιλιά μου εκεί. Το είχε κτίσει τη δεκαετία του '70. Είναι μόνο του σε ένα κτήμα που τον χειμώνα καλλιεργείται για να μπαίνουν τα ζώα να τρώνε. Η Σίφνος φημίζεται για τους περιπατητές και τα μονοπάτια της. Είναι απίθανο νησί για βόλτες, ιδανικά την άνοιξη και το φθινόπωρο. Φημίζεται επίσης για το καταπληκτικό φαγητό. Εμάς το αγαπημένο μας εστιατόριο είναι ο **Λεμπέσης** στη **Χρυσόπηνη** – η καλύτερη ρεβυθάδα του νησιού. Αν είστε τυχεροί θα έχει μείνει και ένα κομμάτι πορτοκαλόπιττα, αλλιώς με το που φτάσετε ρωτήστε αν έχει για να σας την κρατήσουν. Την ταβέρνα την τρέχει μια ολόκληρη οικογένεια, παιδιά στην αγκαλιά, μωρά, κότες, εγγύηση! Δεν πρέπει να χάσετε το **Καντίνα**. Έχει λίγο περπάτημα για να φτάσετε, είναι στο **Κάστρο** και είναι ανοικτά μόνο το βράδυ. Η φιλοσοφία είναι φαγητά κυρίως ντόπια και ελάχιστη φύρα. Στον **Πλατύ Γυαλό** αζίζει να φάτε ιταλικό στο **Mamma Mia** και στο **Στέκι** για παραδοσιακά. Ο **Αρτεμίωνας** είναι το πιο ωραίο χωριό του νησιού. Εκεί έχει έναν «ναό» ομορφιάς, το κατάστημα με τα αμυγδαλωτά όπου μαμά

και δύο γιοι φτιάχνουν ολημερίς αμυγδαλωτά μέσα στο εκπληκτικής αισθητικής σπιτί τους και παρασκευαστήριο. Σε μεγάλη αυλή με μποστάνι είναι και το **Χρυσό** με ντόπια σιφνέικη κουζίνα.

Η πιο όμορφη παραλία είναι οι **Καμάρες** στο λιμάνι. Απέραντη αμμουδιά και δέντρα για σκιά αλλά και ομπρέλες και ξαπλώστρες. Κάποιες παραλίες έχουν το μεγάλο αρνητικό ότι παρκάρουν τα αυτοκίνητα σχεδόν πάνω στην άμμο έτσι ώστε να νιώθεις ότι έχεις ξαπλώσει σε ένα πάρκινγκ! Πέρσι βάλαμε μόνοι μας πέτρες κατά μήκος για να αποτρέψουμε τα αυτοκίνητα να παρκάρουν πάνω στην άμμο και ο δήμος τις έβγαλε!

Το πανέμορφο αυτό νησί είναι πασίγνωστο για τα κεραμικά του. Δεν πρέπει να φύγετε χωρίς να αγοράσετε ένα καινούργιο μπολ ή πιάτα φτιαγμένα από τους πατροπαράδοτα εκπαιδευμένους κεραμίστες. Ξεχωρίζω τον **Λεμπέση** στην **Απολλωνία**, αλλά σε όλους, αν ψάξετε, θα βρείτε κάτι ωραίο. Και φυσικά δεν ξεχνάμε τα πανηγύρια. Αν μιλάμε με τους ντόπιους θα μάθουμε σε ποιες εκκλησίες έχει πανηγύρι. Οι πανηγυράδες είναι γενναιοδωροί, παστρικοί, βάφουν και φροντίζουν μέρες πριν την εκκλησία που θα γιορτάσει και κερνάνε άπλετα φαγητά, ρεβύθια, μαστέλο, κρασί και χορό.

Όταν πάμε στην εξοχή, και ειδικά στις Κυκλάδες, δεν ξεχνάμε να κάνουμε οικονομία στο νερό που είναι σε έλλειψη και προσέχουμε την κατανάλωση γενικότερα για να μη δημιουργούμε πολλά σκουπίδια.

\* Η **Ρεβέκκα Καμχή** είναι η ιδιοκτήτρια της **Rebecca Camhi Gallery** (Λεωνίδου 9, Μεταξουργείο). Αυτό τον καιρό παρουσιάζει την έκθεση «Επιστημολογίες του Ήλιου» με έργα των Ζοέ Πολ, Ιάσωνα Καμπάνη, Γιούγκοεξπορτ, Πάνου Προφήτη και Ελένης Κοτσώνη. Μέχρι 9/9/22.

info

Κάστρο θα βρεις το Κάτω Πετάλι και την οικογενειακή ταβέρνα **Το Κελάρι** (2284032268), που φημίζεται για τη σιφνέικη κουζίνα της. Στα οπωσδήποτε η **Cantina** (2284035395), ιδιοκτησίας και... άφθαστης μαγειρικής και πάλι του σεφ Γιώργου Σαμοίλη, με φιλοσοφία zero waste, σε μαγικό σημείο κάτω από το Κάστρο, στη μικρή παραλία Σεράλια. Θα χρειαστεί να κατέβεις 98 σκαλιά αλλά εδώ θα ακούσεις το νησί να «μιλάει» μέσα από τα ντόπια προϊόντα και τις γεύσεις του. Στην Πουλάτη νέα άφιξη στη γαστρονομική σκηνή της Σίφνου το **Bostani Bar & Restaurant** (6981723727) δίπλα στο ξενοδοχείο **Verina Astra** (2284031440) υπόσχεται μία γαστρονομική εμπειρία. Περιτριγυρισμένο από τα χρώματα και τα αρώματα του μποστανιού που τροφοδοτεί την κουζίνα, με θέα τον πανέμορφο οικισμό του Κάστρου και το απέραντο γαλάζιο του Αιγαίου, με θόρυβο τον ήχο των κυμάτων που σκάνε στα βράχια της Πουλάτης οι απολαυστικές γεύσεις που ετοιμάζει ο chef Νίκος Θωμάς και η ομάδα του, με επικεφαλής τη Μάρθα Ζήκα, είναι εμπνευσμένες από τη γαστρονομική κληρονομιά του νησιού.

**Πού να ψωνίσεις**  
Στο στενό της Απολλωνίας βρίσκεται το **Biba** (2284035424) της Νόρας Μαρκετάκη που στο μίνιμαλ σικ χώρο του θα βρεις top brands όπως Zeus & Dione, Ancient Kallos, Stefania Fragista, Σόφη Δελούδη, Missoni, Ruby Yaya κ.ά. Για αντρικά τσέκαρε τον παλιό χώρο της Biba

στον **Ραμπαγά - Πολυχώρο Κυκλάδων**. Το **Αρζαντιέρα**, μετά την Αίγινα και την Κίμωλο, ήρθε και στη Σίφνο με ρούχα, κοσμήματα και αξεσουάρ. Επίσης, το **Colores** της Βάντας και του Αιμίλιου έχει μεγάλη ποικιλία από παρεό, τσάντες από την Ινδία, αυθεντικά καπέλα Πάναμα, έθνικ κοσμήματα κι ανάλαφρα καλοκαιρινά φορέματα σχεδιασμένα από τη **Wanda**, τη Γαλιίδα δημιουργό του brand. Η πολύχρωμη μπουτίκ **Le Cotecheri, designed by dassios**, με διακόσμηση εμπνευσμένη από τη Βόρεια Αφρική, με αυθεντικά ethnic προϊόντα και τις ιδιαίτερες δημιουργίες του σχεδιαστή Δημήτρη Ντάσιου. Τέλος, το νησί έχει μεγάλη παράδοση στα κεραμικά και στα στενά της Απολλωνίας θα βρεις πολλά μαγαζάκια με χειροποίητα κεραμικά αντικείμενα.

**Παραδοσιακές γεύσεις και προϊόντα**

Η διάσημη σιφνέικη ρεβιθάδα είναι must, με τα όσπρια να ψήνονται όλο το βράδυ στη γάστρα στους παραδοσιακούς ξυλόφουρνους, το μαστέλο, δηλαδή αρνί ή κατσικάκι στη γάστρα με άνηθο πάνω σε κληματόβεργες που σιγοψήνεται και λιώνει στο στόμα, οι τραγανοί ρεβιθοκεφτέδες, η κάππαρη, όχι όπως την ξέρεις στη σαλάτα, αλλά στιφάδο. Επίσης καλασούνα (χορτόπιτα με ρύζι), αμπελοφάσουλα με σκορδαλιά και βέβαια η μοναδική γυλωμένη μανούρα. Από γλυκά, του κουταλιού, κουλουράκια γλυκάνισου, μελόπιτα, αμυγδαλωτά και παστέλια. Πάρε μαζί σου μέλι για τον χειμώνα. - A.V. team

# Σίφνος

Της **Ρεβέκκας Καμχή\***



Δήμος: 2284360300  
Αστυνομία: 2284031210  
Λιμεναρχείο: 2284033617  
Ιατρείο: 2284031315



# Τα crochet της Tezenis που θα φοράς όλο το καλοκαίρι

Πολύχρωμη και έντονη με retro και pop art vibes, η νέα Tezenis beach collection έχει νεανικό, ανέμελο ύφος και πολυπλευρή προσωπικότητα. Η μεγαλύτερη τάση και του 2022 δεν είναι άλλη από το crochet σε μαγιό, τοπ και σορτς που δίνουν ένα πολύχρωμο τόνο σε κάθε εμφάνιση και λίγο ρετρό γκλάμουρ. Τα πλεκτά μαγιό και beachwear αποπνέουν καθαρότητα και απόλυτη καλοκαιρινή αίσθηση και φοριούνται με άνεση από το πρωί μέχρι το βράδυ.



**TEZENIS**  
swimwear





# Νάξος

Του **Μάνου Μπαμπούνη\***

Τα τζένερα και τα βερίκοκα από τις **Εγγαρές**. Τα καρπούζια από του **Μπασούζη**. Έτσι ξεκινάει το καλοκαίρι στη Νάξο. Περπάτημα από τα βράχια του **Χοχλιδιού** μέχρι τη σπηλιά, ένα τόσο δα παραλία για πολύ μπάνιο. Βουτιές τα απογεύματα στην **Αγιάσσο**, και μετά στο μιτάτο – με τον ήλιο να βυθίζεται πίσω από το εγκαταλελειμμένο ξενοδοχείο των «Βέλγων» στο **Αλυκό**. Βραδιές να καθόμαστε στην αυλή με ποπκορν να κοιτάμε τα φώτα της Πάρου. Συγκίνηση με την εικόνα του **Φιλώτιου** στη στροφή μετά το **Κεραμί**. Ακουμπισμένο στους πρόποδες του **Ζα** απλώνεται στις γειτονιές **Κλέφαρο** και **Ραχίδι**. Αμπελοφιλοσοφίες κάτω από τον πλάτανο μέχρι να ξημερώσει. Μια βόλτα από το **Λαχαναριό** μέχρι του **Φάσολα** - πέτρινα στιαστά και βαμμένα χαρακιά. Λίγο πριν το **Φιλώτι**, το **Χαλκί** ξεχωριστό χωριό με χαρακτηριστικά δείγματα νεοκλασικισμού στα κτίρια του. Αμέσως μετά η **Απείρανθος**. Συμπυκνωμένη αρχιτεκτονική ποιότητα σε μια βόλτα μέχρι τη μπλάτσα. Πέτρες, μαρμάρινα μόρσα και φουρούσι(α). Ημερήσια εκδρομή στη **Μουτσούνα**, δύσκολος ο δρόμος – αλλά σε ανταμείβουν οι παραλίες μέχρι το **Πάνερμο**. Τα πανηγύρια. Του Χριστού στο **Δαμαριώνα** και στο **Δανακό**, τη Παναγία στο Φιλώτι, του Άι Παννιού στην Απείρανθο. Εκεί κάπου θα ακουστεί το: Δέκα μέρες επομείνανε του πιο ωραίου μήνα. Η πατινάδα (**Φιλώτι**, 17

**Αυγούστου**). Οι μυσταγωγικές συναυλίες στο **Πύργο Μπαζαίου**. Μοναδικό μεταβυζαντινό μνημείο με πυργοειδή χαρακτηριστικά χτισμένο περίπου το 1600. Μαγευτικές θάλασσες στα νότια κι ύστερα βόλτα προς τα νταμάρια του μαρμάρου στον **Κινίδарο**. Μετά για ντόπια κρέατα στου **Βασιλαρακιού** ή στη **Ματίνα** στην **Κόρωνο**. Χωριό με την αυθεντικότητα σε όλο της το μεγαλείο. Και από φέτος πρωινές και απογευματινές βόλτες κάτω από την **Πορτάρα** στο **the Naxos Apothecary** ή βραδινά περπατήματα στο **Κάστρο**. Προς τα σκαλοπάτια του **Φάραγγα**. Για ποτό και κοκτέιλ στο δικό μας, το καινούργιο, το **Belman**. Μέχρι αργά.

*Η Νάξος είναι η μάνα.*

*Μας περιμένει.*

*Θα είναι πάντα εκεί.*

## Ναξιώτικο Γλωσσάρι

**Μιτάτος:** Μικρό οικοδόμημα της ελληνικής υπαίθρου που χρησιμοποιούνταν ως κατάλυμα βοσκών

**Στιαστό:** Τοξωτή Στοά με χώρο διαμονής από πάνω

**Πλάτσα:** Η διαδρομή μέχρι την πλατεία

**Μόρσα/Φουρούσι:** Μαρμάρινο Πανωκάσι

**Χαράκια:** Ασβεστωμένοι αρμοί στον δημόσιο χώρο

**Πατινάδα:** Είδος νησιώτικου ελληνικού τραγουδιού

\* Ο Μάνος Μπαμπούνης είναι αρχιτέκτων, founder της Trail Practice.





Μεγάλο, εύφορο, πράσινο, με πολλά περιβόλια που παράγουν τα περίφημα ντόπια ζαρζαβατικά – η Νάξος θεωρείται ο «σιτοβο-λώνας» των Κυκλάδων, καθώς προμηθεύει με προϊόντα πολλά νησιά. Παραλίες του ονείρου, γραφικά χωριά, αρχαία ερείπια, βυζαντινά και ενετικά κατάλοιπα και μια Χώρα μπροστά στη θάλασσα, με το Κάστρο να απογειώνει την ατμόσφαιρα και την ομορφιά της. Στο πιο μεγάλο νησί των Κυκλάδων κοσμικοί, φουσιολάτρες και περιπατητές, λάτρες της ιστορίας, καλοφαγάδες και φανατικοί surfers, όλοι θα περάσουν υπέροχα. Το φαγητό, με βάση τα εξαιρετικά τοπικά προϊόντα είναι καταπληκτικό, και οι προτάσεις για έντονη καλοκαιρινή διασκέδαση ατελείωτες. Η Νάξος είναι το νησί της καρδιάς μας, πας για μια φορά και κολλάς για πάντα...

### Τι να δεις

Όρεξη να έχεις (και αυτοκίνητο μαζί σου) για πολλές βόλτες στην πανέμορφη ενδοχώρα του νησιού! Ανακάλυψε τους **αρχαίους ναούς του Διονύσου** στα **Υρία**, της **Δήμητρας** στο **Σαγκρί** – και τα δύο παγκόσμια μνημεία της Unesco. Έναν τεράστιο αρχαίο Κούρο να κοιμάται στα χωράφια, στις **Μέλανες**, κι άλλον ένα στο χωριό **Απόλλωνας**. Το καταπληκτικό μοναστήρι της **Παναγίας της Δροσιανής** κοντά στο χωριό **Μονή**, αφιερωμένο στην Παναγία της βροχής. Υπέροχα τα βυζαντινά κάστρα και οι πύργοι του νησιού, όπως του **Μπαζαίου**, καστρομονάστηρο στον δρόμο μεταξύ **Σαγκρίου** και **Χαλκίου**, του **Ζευγώλη** και του **Γλέζου** στην **Απείρανθο**, του **Δελρονά** στο **Κουρνοχώρι**, του **Φωτοδότη** στον **Δανακό**, της **Υψηλότερας** μεταξύ **Εγγραών** και **Γαλήνης**. Η Πορτάρα είναι το σήμα κατατεθέν του νησιού, θα τη δεις με το που πιάσεις το πλοίο στο λιμάνι, θα έρθεις βόλτα με τα πόδια για να ζήσεις το ρομάντζο σου και να βγάλεις τις πιο όμορφες φωτογραφίες των διακοπών.

### Πού να κολυμπήσεις

Έχει τις περισσότερες και ωραιότερες παραλίες στις Κυκλάδες! Από τη **Χώρα** προς την **Πλάκα** συναντάς τον **Άγιο Γεώργιο**, τον **Άγιο Προκόπη**, την **Αγία Άννα**, όλες τους με πεντακάθαρα νερά, οργανωμένες ή, σε κάποια κομμάτια, και χωρίς καθόλου κόσμο. Αν δεν έχεις Ι.Χ. υπάρχει πολύ καλή συγκοινωνία από το πρωί μέχρι πολύ αργά το βράδυ για να σε γυρνάει από τα παραλιακά μπαρ και κλαμπ. Στην **Πλάκα** ο κόσμος λιγοστεύει, και μετά από σύντομη διαδρομή φτάνεις στις παραλίες **Ορκός**, **Παρθένα** (εδώ οι surfers και kitesurfers), **Μικρή Βίγλα**, **Καστράκι**, **Πυργάκι**, **Α-Λυκό** (θα βρεις και την περίφημη κάντινα FBI-food, beverage, ice cream, με αναπάντεχα καλό street food πάνω στη παραλία), όλες

τους εξαιρετικές. Βόρεια είναι ο **Αμμίτης**, το **Αμπράκι** και οι **Άγιοι Θεόδωροι**. Στα ανατολικά η **Ψιλή Άμμος**, ο **Αζαλάς**, ο **Κλειδός**, ο **Πάνορμος**, η **Μουτούνα** με ψαροταβερνάκια. Για πολλή ερμηδιά πήγαινε προς **Αγιασό** (και ταβερνάκι) και **Καλαντό**.

### Πού να μείνεις

Υπάρχουν πολλά και ωραία ξενοδοχεία και ενοικιαζόμενα δωμάτια για όλα τα γούστα. Στη Χώρα καλή επιλογή είναι το **Hotel Grotta** (2285022215, 2285022001), με θέα στην Πορτάρα. Το **Pension Philoxenia** (2285022042) έχει πολύ συμπαθητικούς ιδιοκτήτες. Στην παραλία Αγίου Γεωργίου στο **Villa Naxia** (2285026480) και στο **Princess of Naxos** (2285025387), με πισίνα και καφέ, δωμάτια και μεζονέτες, λίγα μέτρα από τη θάλασσα. Στο **Villa Adriana Hotel** στον Άγιο Προκόπη (2285042804) με ωραία δωμάτια. Στο **Alkyoni Beach Hotel** (2285026136). Στη Στελίδα στο **Naxos Magic Village** (2285026590), μπροστά στη θάλασσα, με πισίνα, γήπεδο τένις, pool bar και εστιατόριο, στο **Naxian Emerald** (2285023338) και στο **Naxos Palace** (2285029133), για πολυτελή διαμονή, και οικογενειακό περιβάλλον. Στην Αγία Άννα στο **Cycladic Islands Hotel & Spa** (2285041861), συγκρότημα με ευρύχωρα στούντιο. Στο **Iria Beach** (2285042600) με καλές τιμές. Στο **Glaronissi** (2285042100), πάνω στην παραλία με κήπο, ωραία δωμάτια και δίπλα το εστιατόριό τους με ντόπια φαγητά. Στο **Plaza Beach Hotel** (2285029400) με ωραία δωμάτια, πισίνα. Στην Πλάκα, στο **Νίκος & Maria Studios** (2285042670, 6972722785) με διαμερίσματα μπροστά στη θάλασσα, ιδανικά και για οικογένειες. Δίπλα και η ομώνυμη ταβέρνα αλλά και το σούπερ μάρκετ για ό, τι χρειαστείς. Σ' όλο τον δρόμο μέχρι την Πλάκα, αλλά και στον Ορκό, τις Βίγλες, το Καστράκι, υπάρχουν πολλά δωμάτια, όπως το **Nostos Beach** (6944615389), πεντακάθαρο και ήσυχο, η **Kalamuria** (2285041180), το **Μαϊστράλι Studios & Apartments** (2285042734), το **Golden Sand** (2285041653). Υπάρχει πάντα και το camping του **Μάραγγα** (2285042552), για σκηνές, με δωμάτια και studio, εστιατόριο και σούπερ μάρκετ.

### Πού να φας

Το νησί φημίζεται για την εξαιρετική παραδοσιακή κουζίνα, τα τελευταία χρόνια ανοίγουν συνέχεια και εστιατόρια σύγχρονης γαστρονομίας τα οποία στην πλειοψηφία τους χρησιμοποιούν στα μενού τους τα ντόπια καταπληκτικά προϊόντα. Όπως το εντυπωσιακό **Barozzi** (2285027672), με ελληνική δημιουργική και μεσογειακή κουζίνα, επιμέλεια του μενού και φέτος ο Γκιός Ξενάκης. Και για ποτό με ωραίες

μουσικές. Φετινή (είχε ανοίξει και πέρα προς το τέλος της σεζόν) «πληρή» άφιξη είναι το **Naxos Apothecary** (2285025186) στην Πορτάρα, το νέο brand του Πύργου Κορρέ (εδώ είναι το νησί του), ένα concept store όπου πωλούνται αρώματα, κρέμες, κεριά φτιαγμένα από λουλούδια και βότανα της ναξιακής γης ενώ στον χώρο ταυτόχρονα λειτουργεί και lounge resto με κουζίνα ελληνική-ναξιακή και πάλι με ντόπια προϊόντα. Το **Musique Café** (2285027278), γνωστό και αγαπημένο από το αθηναϊκό στο Παγκράτι, οι ιδιοκτήτες του είναι κι αυτοί ντόπιοι. Πάνω στο λιμάνι με ωραία θέα, ανοικτό από το πρωί για καφέ, πρωινό, brunch, νόστιμη μεσογειακή κουζίνα με προϊόντα από τη φάρμα τους, ποτά και μουσικές από dj. Κοντά του και το **Dal Professore** (2285027034), του (επίσης ντόπιου) γνωστού σεφ Νίκου Δημητροκάλλη με εξαιρετική ιταλική κουζίνα –στα οπωδοήποτε η κορμπονάρα–, πίτσα ακαταμάχητη, πολύ ωραία και η λίστα κρασιών. Λίγο πιο πίσω το **Αντάμωμα** (2285024324), φέτος ανανεωμένο, με σύγχρονη ελληνική κουζίνα από τον εξαιρετικό Δημήτρη Δημητριάδη με ωραίες γεύσεις και ευγενέστατο σέρβις. Πάνω στο λιμάνι, στο διάσημο **Στης Ειρήνης** (*Παραλία Χώρας Νάξου*, 2285026780), στέκι ντόπιων αλλά και «όσων ξέρουν». Τραπέζι κάτω από πέργκολες, γκαρσόνια με χιούμορ, αυθεντική νησιώτικη κουζίνα, ωραία τυριά, σαλάτες με ντόπια λαχανικά, πανόραμα από μεζέδες. Στο **Il Girasole** (2285023326) θα πας για μακαρονάδες και πίτσες, στο wine restaurant **Λαβύρινθος** (2285022253), με γραφική αυλή, για μεσογειακές γεύσεις. Καλό ιταλικό και το **Su e Giu** (2285029029) της Σουζάνας. Το **Kozi** (2285024571) είναι μάλλον το ωραιότερο σουβλατζίδικο της χώρας με καναπέδες-ρομάντζα μπροστά στη θάλασσα! Για ωραίους μεζέδες και καλή ρακή στο τσιπουράδικο των ντόπιων, τον **Βαραββά** (2285024321) –αν βρεις καρέκλα–, κοντά στο Δημαρχείο, με θέα τα καράβια που μπαίνουν στο λιμάνι. Στο **Citron Café-Cocktail Bar** (2285027055), στο λιμάνι, για το περίφημο Κίτρο Νάξου (και σε ωραία κοκτέιλ). Στην Αγία Άννα, για φρέσκο ψάρι πάνω στην άμμο στα **Παλάτια** (2285041591), και στον **Φάρο** (2285041000), με δικής τους παραγωγής λαχανικά, κρεατικά και ψαρικά. Στο **Paradiso** (2285042026) κάτσε κάτω από το πολυφωτογραφημένο αλμυρικό μαγειρευτά και φρέσκα ψάρια. Στην Πλάκα στο **Νίκος και Μαρία** (2285042670), πολλά χρόνια με φανατικούς φίλους. Τραπέζια πάνω στην αμμουδιά, ειδικιλιακή ατμόσφαιρα. Πιο πέρα, στο **Πέτρινο** (2285041589), μπροστά

στη θάλασσα, με δημιουργικές προτάσεις από τον σεφ Κωνσταντή Χουζούρη. Πάλι στην Πλάκα, στο ξενοδοχείο **Naxian on the Beach** θα βρεις την **Tortuga** (2285044300), με μεσογειακές γεύσεις. Το **Μαϊστράλι** (2285042734), στο τέρμα του δρόμου της Πλάκας είναι δροσερό, και εκεί, στον Αντώνη και τη γυναίκα του την Αννούλα, κατευθύνονται όλοι για καφέ, πρωινό, μπίρες και όλα τα σπιτικά φαγητά που θες μετά από ώρες κούμπι – κεφτέδες! Η διάσημη ταβέρνα του νησιού είναι η εξαιρετική **Αξιώτσια** (2285075107), στο Καστράκι, μεσμερί-βράδυ γεμάτη από κόσμο, οπωσδήποτε κράτηση πριν πας. Η **Στέλλα** (2285062312) και ο **Χάρης** (2285062266), στις Εγγραρές και η **Mativa** (2285051243) στην Κόρωνο είναι οι σωστές ταβέρνες για να ανακαλύψεις την αυθεντική και μεγάληωδη γαστρονομική παράδοση του νησιού. Στη Γαλήνη, καλή είναι η **Πλατιά** (2285062617) πάνω στην πλατεία. Στους Μέλανες στον **Βασίλη Ξενάκη** (2285062374), κάτσε στη δροσερή βεράντα για κουνελάκι, κόκορα, ψητά πολύ καλά. Στο Χαλκί, στη μέσα πλατεία θα βρεις τον **Γιάννη** (2285033023), με δύναμη σε όλα τα ψητά και στον κεντρικό δρόμο το πιο παλιό καφενείο του χωριού, τον Γαλήνη, δηλαδή το **Σπιτικό Γαλακτομπούρεκο** (2285032280), για κεφτέδες και σαλάτες ή/και το φημισμένο του γαλακτομπούρεκο κάτω από την κληματαριά. Φέτος έχουν πάρει και τον χώρο ακριβώς απέναντι, και στον Πύργο του Γρατσία και έχουν στήσει υπέροχη αυλή. Λίγο πιο πέρα και το ωραίο **Café Greco** (2285032046), για καφέ, βάφλες, σπιτικά γλυκά, τέλεια ποτά και κοκτέιλ. Στο Φιλάτι, στην πλατεία, πολύ καλός ο **Μπαμπουλάς** (2285031426), με κόκορα, κοντοσουβίλι, τέλεια λουκάνικα, ο **Πλάτανος** (2285031038), για χωριάτικη πίτσα αρσενικό-προσούτο στον Ξυλόφουρνο, η **Αμβροσία** (2285033074), με πολύ καλή σπιτική κουζίνα –τσέκαρε και το μπαράκι **Sterna Air Cocktail Bar**, που μόλις άνοιξαν πάνω στην ταράτσα και είναι τέλειο! Στη Μικρή Βίγλα ο **Λιόφραγος** (2285023241), εσύ και όλοι οι kite surfers, το ίδιο και στον **Κοντό** (2285075278), λίγο πιο πέρα, οι δύο με καλό φαγητό. Στην ίδια περιοχή, λίγο πιο πέρα, αναζητήσε τον **Ιππόκαμπο** (2285075477), με ονειρεμένη θάλασσα μπροστά του, λίγα και καλά φαγητά, και δωμάτια. Λίγο πριν την Απείρανθο θα βρεις τη **Ροτόντα** (2285061254) με καλή ελληνική-μεσογειακή κουζίνα και ωραία θέα, ενώ μέσα στο πανέμορφο χωριό τον **Λευτέρη** (2285061333), γνωστό για την καλή ελληνική κουζίνα του, και στον κεντρικό δρόμο τον **Αμοργινό** (2285061733), με καταπληκτικά δικά τους κρέατα –προβατίνα στη σχάρα–, και σπιτικά υπέροχα τυριά. Για τους γλυκατζήδες

δύο είναι τα πόστα: **Ακταίον** (2285026111), στον περιφερειακό της Χώρας και στο λιμάνι, το εξαιρετικό ζαχαροπλαστέιο του Σταμάτη Ξενάκη και της Καλίσσας Φραγκίσκου, που συνδυάζει παράδοση και σύγχρονη εποχή. Δοκίμασε πάστες, παγωτίνα, τούρτες, αλμυρά σνακ αλλά και τα βραβευμένα του macaron. Το άλλο είναι τα **Waffles House** (2285023007), στη Χώρα (φέτος σε πιο κεντρικό πόστο, πάνω στο λιμάνι) και στην Πλάκα, με αζεπές-ραστες βάφλες και παγωτά – πάρε γεύση τσουρέκι να πάθεις. Το **Ραντεβού** (2285022266), στο λιμάνι, με τέλειους καφέδες, τα πάντα από σάντουιτς και σφολιάτες.

### Πού να διασκεδάσεις

Η Χώρα φημίζεται για την έντονη νυχτερινή ζωή της. Το **Ocean** (2285027034), από τα πιο παλιά και γνωστά της Νάξου, για clubbing. Το **Like Home Bar** (2285027386) έχει ωραία ταράτσα με θέα στο λιμάνι, από νωρίς με κοκτέιλ, στη συνέχεια club. Καινούργια άφιξη είναι το **Belman** (2285026528), μέσα στο Κάστρο, στα σκαλοπάτια του Φάραγγα – μεγάλη συγγένεια με το αθηναϊκό Nolan– το οποίο προσφέρει τέλεια κοκτέιλ και πικλες φτιαγμένες από ντόπια προϊόντα. Ωραία ατμόσφαιρα, ωραίες μουσικές. Το **Fragile** (2285025336) είναι cult και υπέροχο, στα στενά του κάστρου, για γλέντι α λα ελληνικά μέχρι το πρωί. Ψηλά, κάτω από το Κάστρο της Χώρας, το **Μέλι και Κανέλλα** (2285026565), με ωραίες μουσικές. Το **Swing** (6976972642), με βεράντα-μπαλκόνι πάνω στο λιμάνι, ξεκινάει από τις 7 το απόγευμα, έχει ειδικότητα στα κοκτέιλ και ωραίες μουσικές.. Στην αρχή της Αγίας Άννας το **Santana beach bar** (2285042841), ανοικτό από τις 7 το πρωί για πρωινό, ελληνική και μεσογειακή κουζίνα, ποτά και κοκτέιλ. Η **Ostria** είναι beach bar που ανοίγει από τις 7 το πρωί και μένει ως τις 4 το βράδυ με μουσικές και καλά κοκτέιλ. Στην Αγία Άννα θα βρεις το **club Island** πάνω στη θάλασσα, με mainstream μουσικές, χορό και κοκτέιλ. Δίπλα του ακριβώς το **Banana beach bar** (2285044214) από το πρωί για καφέ, ποτό, φαγητό μέχρι αργά. Στην Πλάκα το **Cedar** (2285041005) από το πρωί μέχρι το άλλο πρωί, στις αιώρες ή σε τραπέζι, για καφέ, φαγητό, ωραία κοκτέιλ, τέλειες μουσικές.

### Shopping

• Δερμάτινα σανδάλια, τσάντες, ζώνες, πορτοφόλια, στο **Greek Sandals** (2285024501).

• **Οινοχώρος** (2285301507), κάβα-wine bar, με κρασί «Τρανάμπλεο» δικό τους, ντόπιο, καλές ετικέτες και πολλά κυκλαδίτικα βιολογικά



Δήμος: 2285360100

Αστυνομία: 2285022100

Λιμεναρχείο: 2285022300

Νοσοκομείο: 2285360500

κρασιά.

• Στο Χαλκί στο παλιό και γραφικό αποστακτήριο **Βαλληνδρά**, οι δύο ευγενέστατες κυρίες, μανά και κόρη Βαλληνδρά, θα σου πουν όμορφες ιστορίες. Αγόρασε κίτρο λικέρ για να κάνεις κοκτέιλ τον χειμώνα και να θυμάσαι το νησί.

• Όλα όσα αφορούν τη γυναικεία μόδα θα τα βρεις στο πολύ κομψό και με πολύ καλές τιμές **Choice Fashion** (2285026499), στον δρόμο του παλιού Ταχυδρομείου. Μεγάλη συλλογή από μαγιό, υπέροχες τσάντες, φορέματα, παπούτσια, πρωτότυπα αξεσουάρ, ανοικτό κάθε μέρα.

• Στα **Surf Shop** (2285024472) θα βρεις καλή ανδρική και γυναικεία μόδα και όλα όσα σου χρειάζονται για το surf.

• Κουλουράκια και τυρόπιτες από τον φούρνο του **Λαγογιάννη** στους Τρίποδες. Και στη Χώρα απέναντι από το Κέντρο Υγείας, τώρα και νέο κατάστημα στην Πλάκα.

• Πριν φύγεις από το νησί μην παραλείψεις να προμηθευτείς τη γραβιέρα της Ε.Α.Σ. Νάξου, το παραδοσιακό ποτό κίτρο Προμπονάς και μέλι Κουμερτάς, τα παραδοσιακά γλυκά και τις ιδιαίτερες γεύσεις σε μαρμελάδες από το **Melimilon** στη Χώρα.

• Παραδοσιακά προϊόντα Νάξου και καταπληκτικά τυριά θα βρεις στο κατάστημα **Τσιμπλάκης** (2285022230), επίσης στη Χώρα.

### Μη χάσεις!

Το Φεστιβάλ Νάξου είναι το γεγονός του ναξιώτικου καλοκαιριού.

Εικαστικά, θέατρο, συναυλίες, κινηματογράφος, εκθέσεις, διενείς καλλιτέχνες και σύγχρονες τάσεις, τα περισσότερα διαδραματίζονται κυρίως στον υπέροχο **Πύργο Μπαζαίου** (12ο χλμ. Χώρας Νάξου-Αγιασού). Με επίκεντρο τον Πύργο Μπαζαίου το Φεστιβάλ Νάξου εφέτος διοργανώνει πρωτότυπη εικαστική έκθεση που αναδεικνύει την υφαντική τέχνη, συμπράττει με τον Δήμο Νάξου και Μικρών Κυκλάδων στον εορτασμό για το «Έτος Ιάκωβου Καμπανέλλη» με πρωτότυπες παραγωγές στο νησί, γενέθλιο τόπο του συγγραφέα, συμμετέχει με εκδηλώσεις στη «χρονιά μνήμης της Μικρασιατικής Καταστροφής». Παράλληλα εμπλουτίζεται με τη συνεργασία της Εθνικής Λυρικής Σκηνής, αλλά και μετακλήσεις σημαντικών ξένων καλλιτεχνών που ενισχύουν και διαμορφώνουν τον διεθνή χαρακτήρα και την απήχηση του Φεστιβάλ. Εργαστήρια, σεμινάρια, διαλέξεις και προβολές συμπληρώνουν τον πολυθεματικό χαρακτήρα της διοργάνωσης.

–Α.Υ. team







# Νάξος

Του **Δημήτρη Λάλου\***

➔ Οικογενειακά και με παρέα τα τρία γατάκια μας κατευθυνόμασταν προς Πειραιά με προορισμό τη Νάξο τον Αύγουστο του '20. Φτάσαμε στο σπιτάκι που θα μέναμε στο πετρόκτιστο χωριό της **Απειράνθου**. Εκεί μέيناμε όλο το καλοκαίρι μας και γυρίσαμε όλο το νησί με το αμάξι αλλά και με τα πόδια. Το σίγουρο είναι ότι επιστρέψαμε στην Αθήνα γυμνασμένοι οικογενειακάς μια και είχαμε καθημερινή ανάβαση σε σκαλοπάτια, μόνο η μικρή μας το απολάμβανε, θα έλεγα...

Η Νάξος συνδυάζει τα πάντα, βουνό, θάλασσα και αρχαίο πολιτισμό. Έχει μεγάλη ιστορία και στο νησί θα θαυμάσεις τους ναούς των θεών, ενώ από τα πιο φημισμένα και εντυπωσιακά αξιοθέατα είναι οι επιβλητικοί **Κούροι**. Ο μεγαλύτερος βρίσκεται στην κορυφή του χωριού **Απόλλωνα** και αποτελεί ένα θαύμα μηχανικής, αρχιτεκτονικής και γλυπτικής εκείνης της εποχής. Έμεινα για αρκετά λεπτά εκεί απλώς να τον κοιτάζω. Κάθε φορά που βρίσκομαι στη Νάξο νιώθω μια ιδιαίτερα μεταφυσική αίσθηση, μια πνευματική διάσταση, καθώς είναι ένα νησί όπου ο πολιτισμός που έχει περάσει από πάνω του σε συνδυασμό με το τοπίο το κάνουν έναν εντελώς ιδιαίτερο προορισμό. Η Νάξος με ενδιέφερε εξ αρχής γιατί έχει και δέντρα, άρα κατ' επέκταση σκιά, και εγώ υποφέρω πραγματικά όταν ένα νησί έχει μόνο ήλιο ή απλά όμορφες παραλίες. Από την άλλη είναι και τα παραδοσιακά φαγητά, τα γευστικά τυριά, τα λικέρ, τα γλυκά του κουταλιού, τα θυμάμα όλα ακόμα...

Φυσικά, δεν ξεχνώ πως εδώ ήταν και η πρώτη φορά που οικογενειακάς κάναμε ολονύχτιο κάμπινγκ σε μια σκηνή λίγο πιο έξω από την κεντρική παραλία της Πλάκας. Ούτε και το ότι κοντέψαμε να χάσουμε τη Μίσα, το κουφό γατάκι μας, δεν θα το ξεχάσω ποτέ. Και τα δυο με έβαλαν στη διαδικασία να μάθω το νησί καλύτερα αφού είχα ψάξει κάθε σημείο του για να βρω τη μικρή Μίσα που έμοιαζε με όλα τα κοινά γατάκια. Ευτυχώς, τελικά επέστρεψε έγκαιρα μόνη της. Η Νάξος αποτελεί ιδανικό προορισμό που κάθε χρόνο πέρφτει στο τραπέζι ως η αγαπημένη πρόταση για τις οικογενειακές μας διακοπές.

\* Ο Δημήτρης Λάλος είναι ηθοποιός. Τον είδαμε στις σειρές «Σασμό» και «Σιωπηλό δρόμο».



Creativity  
is in the AiR! Με  
τον **instax mini Link 2** της  
**FUJIFILM** εκτυπώνετε όλες τις  
φωτογραφίες από το smartphones  
σας!

Πόσες από τις χιλιάδες φωτογραφίες που βρίσκονται στο κινητό σας θα θέλατε να έχετε εκτυπωμένες; Να μπορείτε να μοιράσετε στους φίλους σας, να διακοσμήσετε το ψυγείο ή τον τοίχο σας, να τις έχετε πάντα μαζί σας στο πορτοφόλι σας και ότι άλλο σκεφτείτε. Εύκολα, με το πάτημα ενός κουμπιού, εκτυπώστε τις αγαπημένες σας φωτογραφίες από το smartphone κινητό σας με τον νέο **instax mini Link 2**, της **FUJIFILM**. Ο νέος **instax mini Link 2** με τις αμέτρητες δυνατότητες ενώνει τον πραγματικό κόσμο με τον εικονικό με έναν όμορφο, απλό, δημιουργικό αλλά και εξαιρετικά διασκεδαστικό τρόπο. Απολαύστε τον σε τρία χρώματα soft pink, clay white και space blue!





ÉLÉGANT



WINE ART ESTATE  
KTHMA TEXNH OINOY

[WineArtEstate.com](http://WineArtEstate.com)



# Κουφονήσια

Καλοκαίρι για δύο

Της **Κλέλιας Ανδριολάτου\***

➔ Στον χάρτη της καρδιάς μου το Κουφονήσι είναι το θεραπευτήριό μου. Εκεί που συναντιέται η τρέλα με τη γαλήνη και ερωτεύονται, γιατί μόνο εκεί τα βρίσκουν. Είναι τα νερά που βουτάς στο συναίσθημα και, όταν επιπλέεις, η θάλασσα σου καϊδεύει την πλάτη ενώ κοιτάς το γαλάζιο του ουρανού και ονειρεύεσαι τα αστέρια που θα έρθουν. Το Κουφονήσι είναι οι άνθρωποι που το πλημμυρίζουν με αγάπη. Είναι το **Κουφοχωριό** με τον Μάρκο, την Αλεξάνδρα, τον Τζώνη, τον Αλεξ και τη Μαργαρίτα που σου κρατάνε συντροφιά κάθε νύχτα. Είναι ο **Φοίνικας** και ο **Μανωλιός** σαν βάλαμο στην ψυχή με γεύσεις και απέραντη θέα. Είναι αγαπημένος μου **Σώτος** και ο πρόεδρος της καρδιάς μας. Ο **Στέφανος** στο **Λάσκα** και η **Βίλλυ** μας η αδυναμία μου. Είναι οι άνθρωποι που μου γνώρισαν τον παράδεισο και τον μοιράστηκαν απλόχερα μαζί μου. Βροντοφωνάζω **Αποστόλης Κότσης!** Αυτή η οικογένεια που συνάντησε την οικογένεια του νησιού και έφτιαξαν μαζί ένα τεράστιο παζλ, ένα σόι όπου όλοι χορεύουν παραδοσιακούς με ένα χαμόγελο στο χέρι.  
ΥΓ: Συνοδοιπόρος στο όνειρό η Βασίλω μου.

\* Η Κλέλια Ανδριολάτου είναι μοντέλο και ηθοποιός. Θα τη δούμε την επόμενη σεζόν πρωταγωνίστρια στη νέα σειρά «Δάσκαλος» του Χριστόφορου Παπακαλιάτη.



## Της Βασιλικής Ρούσσου\*

Είναι το νησί που πάντα φεύγω χωρίς να χαιρετάω, γιατί κάθε χρόνο επιστρέφω σε αυτόν τον παράδεισο. Είναι το νησί που με κάνει να νιώθω ελεύθερη, να έρχομαι σε επαφή με τον κόσμο, τη φύση και με τον εαυτό μου. Φέτος, όπως κάθε καλοκαίρι, το μοιράστηκα κι αυτό με τους φίλους που είναι οικογένειά μου πια, αλλά για πρώτη φορά με το κορίτσι αυτό, την Κλέλια μου, που ζήσαμε στο ίδιο δωμάτιο με την ίδια θέα τα καλοκαίρι μας. Όλοι μαζί στα Κουφονήσια πάντα μοιραζόμαστε τις πιο όμορφες στιγμές.

Το Κουφονήσι θέλει κάποιες μέρες για να αφουγκραστείς την ψυχή του και να το νιώσεις. Η πρώτη ματιά του λιμανιού, όταν φτάνεις, είναι και το πρώτο σοκ που νιώθεις αντικρίζοντας αυτά τα τirkουάζ νερά. Η Κέρος, απέναντι, τα βράδια σε κερνάει το πιο γοητευτικό της φως και το πρωί την άγρια μοναχική της όψη. Το νησί είναι η παρέα ή η παρέα το νησί; Πάντα τα μέρη δεν είναι και οι άνθρωποι; Εδώ δεν θέλω να κοιμάμαι, δεν θέλω να χάνω ούτε λεπτό ζωής δίπλα στο κύμα στην παραλία του Φοίνικα με το πιο όμορφο κάδρο μπροστά στα μάτια μου και όλες τις γεύσεις τις Ελλάδας στο στόμα, με τον Μανωλιό μας σχεδόν πάντα εδώ με αγκαλιές και γλυκά χαμόγελα.

Δεν θέλω να χάνω ούτε μισή βουτιά στην αγαπημένη μου γωνία του Σορόκου μέχρι να πέσει ο ήλιος. Θέλω να είμαι από το πρωί μέχρι το βράδυ με το ίδιο παρεό, να βλέπω το ηλιοβασίλεμα στο **Mylos**, εκεί που η Αλίνα και ο Θοδωρής θα σε κάνουν να νιώσεις σπίτι, να πίνω τα αγαπημένα μου ποτά και να γινόμαστε όλοι μια παρέα στο **Κουφοχωριό**.

Το **Πορί**, αυτός ο μαγικός κόλπος που εξαιτίας του αγάπησα πρώτα το νησί, θα τον αγαπήσεις κι εσύ. Αν είσαι sporty τύπος, πάρε μαζί σου αθλητικά, θα βρεις περίσσια ενέργεια για ηρωινό τρέξιμο στον παράδεισο. Αν ψάχνεις ξεκούραση, αν έχεις βαρεθεί τις δήθεν καταστάσεις, αν τα μάτια σου ζητούν την ομορφιά, βρες την εκεί. Αν σε αυτή τη ζωή μάς αξίζει ο παράδεισος, τότε ας είναι τα Κουφονήσια.

\* Η Βασιλική Ρούσσου είναι μοντέλο και σχεδιάστρια μόδας. Έχει δημιουργήσει το brand MARIVÉE.

info

Είναι ο εξωτικός παράδεισος των μικρών Κυκλάδων. Η ενέργεια του νησιού σε μαγεύει από την πρώτη κιόλας στιγμή που το καράβι σε αφήνει στο λιμάνι. Το νησί είναι πραγματικά πολύ μικρό. Μη διστάσεις να το περπατήσεις ολόκληρο και να βγάλεις φωτογραφίες στους βράχους του. Μπορείς να πάρεις το καράβι για το **Κάτω Κουφονήσι** και να σταματήσεις στη δεύτερη στάση, την **Παναγιά**. Εκεί θα κάνεις μπάνια στα απίστευτα γαλαζοπράσινα νερά και θα απολαύσεις το φαγητό σου στη μοναδική ταβέρνα του νησιού.

### Πού να κολυμπήσεις

Το Πάνω Κουφονήσι αλλά και το Κάτω μπορείς να τα κολυμπήσεις ολόκληρα. Η **Ιταλίδα** στο Πάνω Κουφονήσι, αν την πετύχεις άδεια, είναι ένας παράδεισος. Το **Πορί**, η μεγαλύτερη παραλία του νησιού, είναι ιδανική για watersports. Όταν δεν έχει αέρα, η βουτιά στο **Γάλα** επιβάλλεται – μικρή σπηλιά που αν βρεθείς στο βάθος της και κολυμπήσεις θα βγεις στο πέλαγος. Στην παραλία του Φανού θα πας για τα beach parties. Μπορείς επίσης να πάρεις το καραβάκι που ξεκινάει κάθε μισή ώρα από το λιμάνι που κάνει στάση σε κάθε παραλία κατά μήκος του νησιού.

### Πού να μείνεις

Το **Niriides Boutique Apartments** (2285074474, 6983597114) είναι μια καλή επιλογή σε εξαιρετική τοποθεσία. Το ίδιο ισχύει και για τον **Αρπιστή** (2285074431 και 6978915276) στο κέντρο του νησιού με τα πραγματικά πολύ όμορφα και προσεγμένα δωμάτια. Μπαλκόνι με θέα την παραλία Φοίνικα έχει στο ξενοδοχείο **Finikas** (2285074558). Γενικά στο νησί θα

βρεις πολλά και καλά καταλύματα.

### Πού να φας

Στα highlights το **Καλόφεγγο** (6937641805), με τα φανταστικά πιάτα του και το υπέροχο μπανόφι για το τέλος. Στο **Laska** (2285 074599), στη Χώρα, με σερφ τον Σήφη Μανουσέλη. Ο **Μιχαλιός** (6974930659) έχει δικά του κρέατα και το **Νέο Ρεμέτζο** (2285 074203) είναι φημισμένο για τα ψαρικά και τις γαριδομακαρονάδες του. Φρέσκο ψάρι θα ευχαριστηθείς και στον **Καπετάν Νικόλα** (2285 071690), αριστερά στο λιμάνι. Στο **Τζετ** (6984440000), πάνω στο λοφάκι με θέα την Κέρο, από το ηρωί με ωραία ηρωινά, και μετά ιταλική κουζίνα σε την υπογραφή του Αθηναγόρα Κωστάκου, ενώ πίσω από τα καλά κοκτέιλ που θα πιεις μετά βρίσκεται η ομάδα του **Clumsies**. Για το τέλος αφήσαμε τις διάσημες χειροποίητες λαχταριστές πίτες στον **Φούρνο της Γιωργούλας** (2285071441), που πρέπει να δοκιμάσεις οπωσδήποτε.

### Πού να διασκεδάσεις

Στο Πάνω Κουφονήσι έχεις αρκετές επιλογές για να διασκεδάσεις και να ξενυχτήσεις με την ψυχή σου. Αν θες ρομαντζάδα, τότε ο **Μύλος** (2285074403) είναι το μέρος για το ποτό σου, ανοιχτό από το πρωί και για καλό brunch. Στο **Σορόκο** (2285071704), για ποτό και χορό πάνω στη θάλασσα, ανοιχτό από το πρωί με σπέσιαλ ηρωινά, brunch και κυκλαδίτικα τάπας, από την ομάδα του διάσημου βολιωτικού τσιπουράδικου **Με Ξεν**. Εναλλακτική λύση είναι το **Αστρολούλουδο** (2285074438). Για χορό μέχρι το πρωί, στο παλιό Εν Πλω, γνωστό πλέον ως **Nelipot** (6948598000). - A.V. team



Κοινότητα: 2285071379  
Αστυνομία: 2285071375  
Λιμεναρχείο Νάξου: 2285022300  
Ιατρείο: 2285071370



# Δονούσα

Της **Πηνελόπης  
Τσιλικά\***



Η Δονούσα, που μαζί με τη Σχοινούσα, την Ηρακλεία, τα Κουφονήσια, την πιο μοναχική Κέρο, φτιάχνουν τις «Μικρές Κυκλάδες», είναι όλα τους νησιά που, ήδη ταξιδεύοντας με το καράβι για να φτάσεις κοντά τους, έχεις την αίσθηση ότι βρίσκεσαι ανάμεσα σε φίλους. Η Δονούσα είναι ένα νησί με το οποίο έχω πολύ ιδιαίτερη σχέση. Εκεί πέρασα έναν από τους πιο όμορφους μήνες της ζωής μου και έκτοτε δεν ξαναπήγα ποτέ.

Ήταν, θυμάμαι, λίγο πριν γίνει το πρώτο νησί που απαγόρευσε τη χρήση πλαστικού και μία από τις τελευταίες χρονιές που το κάμπινγκ ακόμα δεν διωκόταν με τόσο ζήλο, ο κόσμος πολύς! Και τότε οι φίλοι μου αποφάσισαν ξαφνικά να φύγουν από την πολυκοσμία του Αυγούστου και να αναζητήσουν την τύχη των διακοπών τους σε ένα από τα άλλα «μικροκυκλαδίτικα» νησιά. Εγώ παρόλα αυτά αποφάσισα να μείνω. Το επόμενο πρωί με ξύπνησε μια καταιγίδα που τα έκανε όλα μούσκεμα και με έκανε προς στιγμή να αναρωτηθώ αν πρέπει μείνω ή να τα μαζεύω κι εγώ μια ώρα αρχύτερα.

Μια μικρή εσωτερική φωνούλα όμως μου έλεγε πως εκεί κάτι υπάρχει για μένα. Και έτσι αποδείχθηκε... Όχι, δεν ήταν κάποιος μνημειώδης καλοκαιρινός έρωτας, αλλά μικρά και μεγάλα πράγματα. Η πρώτη βουτιά το πρωί πριν ακόμα πιω καφέ, το πιο όμορφο και γενναίο ξύπνημα, το να γυρίζω το κεφάλι μου μέσα στο νερό και να βλέπω την πρωινή ομίχλη να στέκεται πάνω από τη **Μεροίνη**. Οι καβάντζες-καταφύγιο για συζητήσεις, γέλια και διάβασμα. Τα τεράστια πλατάνια με τη βαθιά τους δροσιά πάνω από το **Λιβάδι**. Τα απίθανα μονοπάτια. Η λάντζα του νησιού που πήρε το όνομά της όταν κάποιος είχε ακόμα το μεράκι να ονομάζει το βιος του με ένα όνομα που έχει κάτι από την ψυχή του τόπου: «*Δονούσα Μάγισσα*».

Η εικόνα του Δημήτρη να βγαίνει από τη θάλασσα μοβ, γιατί είχε αποφασίσει μην πάρει τη λάντζα αλλά να κολυμπήσει από το Λιβάδι μέχρι τον **Κέδρο**. Τα γλέντια στην «*Κόρη του Μιχάλη*» με τη Μαριάνθη να κινείται ανάμεσα στα τραπέζια να χορεύει, και ύστερα, αργά το βράδυ, όντως να χορεύει. Τα μπικντέκια στην **Καλοταρίτισσα** αλλά και η διαδρομή μέσα από μια τρύπα στα βράχια για να φτάσεις εκεί που Δεκαπενταύγουστο δεν ήταν κανείς άλλος (και που πάντα ήταν πιο εύκολο να πας από ό,τι να επιστρέψεις). Ο Ηλίας και η Πλουμή, που ήταν πάντα εκεί για να δώσουν λύση στο πρόβλημα που σου φάνηκε τόσο μεγάλο. Το φεστιβάλ μουσικής που αυτοσχέδια οργάνωσε ο Βασίλης, μέρες και νύχτες ομορφιάς, μουσικές που δεν είχα ακούσει και δεν είχα χορέψει ποτέ, άνθρωποι που είχα την τύχη να γνωρίσω εκεί και αργότερα τους είπα κι αυτούς φίλους, και παρέα, και τα επόμενα χρόνια ταξιδέψαμε μαζί σε άλλα νησιά.

\* Η Πηνελόπη Τσιλικά είναι ηθοποιός. Τη βλέπαμε στο «Σιωπηλό δρόμο» του Mega.

info

Η αγαπημένη Δονούσα σε μαγεύει από την πρώτη στιγμή. Αν και ο χαρακτήρας της έχει αλλάξει τα τελευταία χρόνια, –έχει απαγορευθεί η ελεύθερη κατασκήνωση τόσο στον Κέδρο όσο και στο Λιβάδι και όσοι κάνουν μπάνιο χωρίς μαγιό αποτελούν, πλέον, μικρή μειοψηφία–, έχει μια ενέργεια που σε τυλίγει, δύσκολο να της ξεφύγεις. Ίσως είναι τα μελτέμια του Αιγαίου, τα άσπρα σίτια με τα μπλε παράθυρα, το (φανταστικό) φαγητό, τα κρυστάλλινα νερά της θάλασσας, όλα αυτά τα σπουδαία που σε κάνουν να νιώθεις ανεμελιά και μια χαρά σχεδόν παιδική. Επειτα, το νησί είναι τόσο μικροσκοπικό που στο τέλος των διακοπών οι επισκέπτες καταλήγουν αναπόφευκτα στην ίδια παρέα. Κι αυτό από μόνο του είναι κάτι που αξίζει να ζητεί κανείς... Στη Δονούσα, λοιπόν, για ανέμελα καλοκαίρια και απάντητες φιλίες.

## Πού να κολυμπήσεις

Στη Δονούσα το καλό είναι ότι μπορείς να κολυμπήσεις παντού. Ακόμα και στο λιμάνι που η παραλία του λέγεται **Σταυρός** και είναι τόσο μπλε που απλά δεν το πιστεύεις. Υπάρχει και η παραλία του **Κέδρου** που όταν την κοιτάς από ψηλά μοιάζει με καρτ ποστάλ. Αν θέλεις περισσότερη ψυχία, συνέχισε τον δρόμο σου ή πάρε το καραβάκι και φτάσε μέχρι το **Λιβάδι**, την **Καλοταρίτισσα** και την εντυπωσιακή **Φωκοσπηλιά**.

## Πού να φας

Σίγουρα κάποια ημέρα θα πάτε για μπάνιο στην Καλοταρίτισσα, θα σου ανοίξει η όρεξη και η **ταβέρνα του Μήτσου** (2285051522) με τις τεράστιες μερίδες θα είναι αυτό που ζητάς. Απέναντι από το λιμάνι του Σταυρού θα βρεις το **Ηλιοβασίλεμα** (2285051570) για πεντανόστιμο ντόπιο κατσικάκι και παραδοσιακά πιάτα. Στον Σταυρό σε περιμένει και η **Αυλή** (2285051557) για φρέσκο ψαράκι. Το **Κύμα ή Τσίφτης** για τους παλιούς (2285051566) είναι το πρώτο μαγαζί που θα δεις φτάνοντας στο νησί και το πιο παλιό (από το 1948). Λειτουργεί σαν καφενείο, ταβέρνα και παντοπωλείο και είναι το σημείο συνάντησης όλων – ντόπιων και επισκεπτών.

## Πού να πιεις

Το νησί έχει τρία μπαράκια. Το **Beach Bar του Κέδρου**, τον **Σκατζόχοιρο** (2285051880) και το **Corona Borealis** στον Σταυρό. Μπορεί να μην υπάρχει ποικιλία, όμως είναι κάτι παραπάνω από σίγουρο ότι θα περάσεις καλά τα βράδια σου.

## Πού να μείνεις

Αρκετές οι επιλογές από ενοικιαζόμενα δωμάτια, αλλά εάν σκοπεύεις να επισκεφθείς το νησί τον Αύγουστο καλό είναι να προνοήσεις από νωρίς. Δες το **Ηλιοβασίλεμα** (2285051570), μόλις 30 μέτρα από την παραλία του λιμανιού με θέα σε αυτό, αλλά και τα **Firoa Studios** (6947723963), **Pothiti** (2285051590), **Makares** (2285079079), **Althea Studios** (2285079029), **Στενόσα** (6977212370). – A.V. team



Δήμος: 2285051600  
Ιατρείο: 2285051506  
Λιμεναρχείο (Νάξου):  
2285022300



**Η οικονομία, η ποιότητα  
και η φροντίδα περιβάλλοντος  
πάνε πακέτο...**



**πάνε FISIKON!**  
ΦΥΣΙΚΟ ΑΕΡΙΟ ΚΙΝΗΣΗΣ

- Έως **65% φθηνότερο**, συγκριτικά με τα άλλα συμβατικά καύσιμα
- Εγγυημένη **ποιότητα καυσίμου** • Φιλικό προς το **περιβάλλον**

ΙΔΑΝΙΚΗ ΛΥΣΗ ΓΙΑ ΙΔΙΩΤΕΣ ΚΑΙ ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΕΣ  
ΔΙΑΡΚΩΣ ΑΝΑΠΤΥΣΣΟΜΕΝΟ ΔΙΚΤΥΟ

[fisikon.gr](http://fisikon.gr)   





# Σχοινοπούσα

Της **Ισαβέλλας Μαυράκη\***



Μια φορά κι έναν καιρό ήταν ένα μικρό μικρό νησάκι, όλο δαντέλα κι ομορφιά. Το έλεγαν Σχοινοπούσα. Εγώ μικρή ακόμα τότε, τριάντα χρόνια πριν, είχα γυρίσει σχεδόν όλα τα ελληνικά νησιά. Αναζητούσα αυτό το ένα που θα ήταν η φυγή μου, όταν δυσκόλευε η καθημερινότητα. Σύ-ντομα κατάλαβα πως είμαι οπαδός των Κυκλάδων. Ήλιος, θά-λασσα, γαλαζοπράσινα νερά, χρυσές παραλίες και ελάχιστη βλάστηση. Είχα αποκλείσει τα μεγαλύτερα τουριστικά νησιά, ώσπου ένα καλοκαίρι με τον σύντροφό μου Ντίνο Κατσουρίδη και παρέα βρέθηκα στην Αμοργό. Αν σας πω πως κι αυτήν τη βρήκα μεγάλη!

Μια μέρα με τον Τάσο Ψαρά, εντελώς συμπτωματικά, κάναμε μια ημερήσια εκδρομή στη Σχοινοπούσα. Πρώτη φορά άκουγα το όνομά της. Αυτές οι λίγες ώρες που βρέθηκα και περπάτησα πάνω σ' αυτό το νησί ήταν καθοριστικές. Ένωσα αυτό που λένε κεραυνοβόλο έρωτα! Δεν μου έφευγε στιγμή από το μυαλό. Έτσι, όταν πήραμε το καράβι της επιστροφής και από τα μεγά-φωνα ακούστηκε η ανακοίνωση για Σχοινοπούσα, εγώ άφησα την παρέα και τον Ντίνο και κατέβηκα μόνη μου στο νησί! Το έν-στικτό μου επιβεβαιώθηκε. Η Σχοινοπούσα δεν είναι μόνο όμορ-φη. Είναι και ιδιαίτερη. Υπέροχες και πολλές παραλίες (μετράς τουλάχιστον 20 μεγάλες και βατές αμμουδιές, ανάμεσά τους το **Λιβάδι**, η **Αλυγαριά**, η **Ψιλή Άμμος**, αλλά και το **Τσικούρι** και ο **Αλμυρός** που αγαπώ ιδιαίτερα) και δύο όμορφα χωριά, τη **Χώρα (Παναγιά)** και τη **Μεσαριά**. Λιτή και σεμνή, η Παναγιά μπορεί να μην είναι τόσο πληθωρική όπως άλλες νησιωτικές Χώρες, ξέρει όμως να σε γοητεύει με έναν εντελώς δικό της τρόπο. Η Μεσαριά, πάλι, σε κάνει σαν να νιώθεις σαν σε μεξι-κάνικο τοπίο: πέτρινα σπίτια, αμμόλοφοι, φοίνικες και φραγκο-συκιές. Οι κάτοικοι του νησιού γλεντζέδες, φιλόξενοι αλλά και βαθιά φιλοσοφημένοι.

Με τον Ντίνο αγοράσαμε ένα κομμάτι γης και φτιάξαμε ένα σπίτι. Έκανα ένα ντοκιμαντέρ με τίτλο «Σχοινοπούσα, το νησί του ήλιου» και μέσα από αυτό έμαθα και εγώ πολλά πράγματα για το νησί. Τώρα πια τον μισό χρόνο βρίσκομαι εκεί. Έτσι αποφάσι-σα να γίνω μόνιμη κάτοικος και μετέφερα και τα εκλογικά μου δικαιώματα. Σαν επίλογο έχω να πω πως όσο μικρή κι αν είναι η Σχοινοπούσα δεν σταματάς ποτέ να την ανακαλύπτεις και να εκ-πλήσσεσαι ευχάριστα. Αυτός ο μεγάλος έρωτας συνεχίζει να ζει μες στις δεκαετίες και ξέρω πως δεν θα με προδώσει ποτέ!

\* Η **Ισαβέλλα Μαυράκη** είναι σκηνοθέτις.

info

Το ψευδοκρήνη των Κυκλά-δων – αν και τα τελευταία χρόνια επισκέπτονται τη Σχοι-νούσα όλο και περισσότεροι, όπως συμβαίνει με τα νησιά των Μικρών Κυκλάδων. Με περίπου 250 μόνιμους κατοί-κους, η Σχοινοπούσα έχει δύο οι-κισμούς, το **Μερούσι** που είναι και το λιμάνι, και τη **Χώρα**, σε μια απόσταση περίπου 1.200 μέτρων από το λιμάνι.

## Τι να δεις

Η Σχοινοπούσα είναι μικρή και μπορεί κανείς να τη γυρίσει και με τα πόδια, καθώς έχει πολλά και εύκολα μονοπάτια για πεζοπορία. Αν σας φρέσει η αναρρίκηση να πάτε στο **φαράγγι του Χάρακα**. Ενδια-φέρον έχουν και οι δύο πειρα-τικές σπηλιές κοντά στο λιμάνι, η **Σπηλιά του Μανιάτη** και η **Σπηλιά των Ψαράδων**.

## Πού να κολυμπήσεις

Στην **Αλυγαριά**, κοντά στη Χώρα, συνήθως είναι απάνε-μη και δεν υπάρχει φυσικά σκιά. Το **Τσιγκούρι** είναι η πιο δημοφιλής του νησιού και πολύ κοντά στη Χώρα, με beach bar, ταβέρνα, ενοικια-ζόμενα δωμάτια και φοβερή θέα στην Ηρακλεία και την Ίο. Στην παραλία του Ιαλίου με τα γαλαζοπράσινα νερά και τα αρμυρίκια, ενώ υπάρχει και ταβέρνα. Η **Ψιλή Άμμος** «βλέπει» στην Αμοργό, το **Μερούσι**, στην πίσω πλευρά του λιμανιού, με καφέ και εστιατόριο. Μπορείτε να κά-νετε και τον γύρο του νησιού με καϊκάκι, το οποίο θα σας πάει και σε δύσβατες παρα-λίες, όπως το **Σιφνέικο** και ο **Γερολιμώνας**.

## Πού να φας και να διασκεδάσεις

Η Σχοινοπούσα διαθέτει αρκετά παραδοσιακά ταβερνάκια, αλ-λά και εστιατόρια σε πιο γκουρμέ στιλ, λόγω και της τουριστικής ανόδου των τε-λευταίων ετών. Το **Deli** (6977409758) στη Χώρα έχει νό-στιμη μεσογειακή κουζίνα και το πίσω μπαλκόνι του βλέπει στη θάλασσα, το **Captain Cook** (6930165263) έχει φρέσκα ψάρια και φοβε-ρή θέα, το **Καφέ στου Περί** (2285076030) φημίζεται για τα γλυκά του.

## Πού να μείνεις

Πολλά ενοικιαζόμενα και ξενοδοχεία, τόσο στο λιμάνι όσο και στη Χώρα, και κάποια λιγότερα δίπλα σε κάποιες από τις παραλίες του νη-σιού. Ενδεικτικά: **Μερούσι** (2285071159) στο λιμάνι, ενώ διαθέτει και ταβέρνα, **Archipelagos** (6943262544), φημισμένο boutique ξε-νοδοχείο, **Ηλιοβασιλέμα** (2285071161), με ονομασία όνομα και πράγμα. –A.V.team



Δήμος: 2285071170  
Λιμεναρχείο (Νάξου): 2285022300  
Ιατρείο: 2285071385

## instax Link WIDE: Ο μαγικός εκτυπωτής της FUJIFILM

Σύνδεσε το smartphone σου ή μια συμβατή ψηφι-ακή μηχανή με τον νέο εκτυπωτή **instax Link WIDE** μέσω Bluetooth, κατέβασε τη δωρεάν εφαρμογή **instax Link WIDE** και το παιχνίδι ξεκινά. Επε-ξεργάζεσαι τις αγαπημένες σου φωτογραφίες, διαλέγεις templates, επιλέγεις τι ταιριάζει κα-λύτερα με αυτό που θέλεις να εκτυπώσεις και μεταφέρεις γρήγορα και πανεύκολα τα αρχεία σου στον εκτυπωτή. Μοιράσου τις στιγμές με τους κοληπούς σου, τον travel partner σου, την οικογένειά σου. Με τον **instax Link WIDE** υπάρχει χώρος στη φω-τογραφία για όλους αφού η αγα-πημένη σου στιγμή εκτυπώνεται σε Wide film (86mm x 108mm) και όσες φορές θέλεις για να χα-ρίσεις από μια σε όλη την πα-ρέα!







Με τις πολλές;



Ή με τη μία;

## Fendona® Top Κουνούπια Stop.

Άσε τη παγωνιά. Δοκίμασε το πιο εξελιγμένο εντομοκτόνο για να εξοντώσεις ιπτάμενα και βαδιστικά έντομα υγειονομικής σημασίας.

Αναζήτησε το Fendona® Top στα φαρμακεία και στα καταστήματα γεωργικών φαρμάκων.

**BASF**

We create chemistry



**ΠΡΟΣΟΧΗ** Χρησιμοποιείτε τα φυκτόνια προϊόντα με ασφαλές τρόπο. Διαβάστε πάντα την ετικέτα και τις πληροφορίες σχετικά με το προϊόν πριν από κάθε χρήση. Δείτε τις προειδοποιητικές φράσεις και σύμβολα πριν χρησιμοποιήσετε τα προϊόντα. Τηλ. Κέντρου Δηλητηριάσεων: 210 7793777

\* Σήμα κατατεθέν της BASF



# Αμοργός

Της Άννας Μπαλάν\*

➔ Το καλοκαίρι του 2020 αποφασίσαμε να πάμε στην Αμοργό αφού η μία κοπέλα από την παρέα μας καταγόταν από εκεί. Ήταν η πρώτη φορά που πήγαινα και ανυπομονούσα. Όταν φτάσαμε οι φίλοι μου μού περιγράφανε με κάθε λεπτομέρεια το νησί που είναι γεμάτο πράσινο. Το αντιλήφθηκα και εγώ αμέσως από τη μυρωδιά των δέντρων, των φυτών και των λουλουδιών. Επισκεφθήκαμε αρκετά μέρη όπως το κάστρο, το ναυάγιο και ό,τι υπήρχε τριγύρω. Το αγαπημένο μου ήταν σίγουρα το **Μοναστήρι της Χοζοβιώτισσας** γιατί για να φτάσεις σε αυτό έπρεπε να κάνεις μια διαδρομή με σκαλιά μέσα στο πράσινο και τον ήλιο. Μόλις μπήκα μέσα στο μοναστήρι ένιωσα μία γαλήνη και ηρεμία που είχα τόσο ανάγκη. Γενικά αγαπώ πολύ τη θάλασσα και στην Αμοργό την απόλαυσα πλήρως. Η παραλία **Λεβρωσσός**, ο **Μούρος** και η παραλία της **Αγίας Άννας** με τα ήρεμα, καθαρά και γαλήνια νερά τους με έκαναν πραγματικά να ξεφύγω από όλα. Θυμάμαι ακόμη ότι όπου κι αν περπατούσες στο νησί οι μυρωδιές από τα καταπληκτικά φαγητά δεν σταματούσαν να έρχονται στη μύτη σου, που είναι κι ένας από τους πιο σημαντικούς λόγους που θέλω να ξαναπάω. Είχε απίστευτα κρεατικά, ξεχωριστά τυριά κι ένα καταπληκτικό γλυκό, το βραζιλιάνικο που το γεύτηκα στην **Καλλιστώ**. Αυτό ήταν το πρωινό μου επί πέντε μέρες. Ήταν το μοναδικό νησί στο οποίο έχω φάει τόσο πολύ φαγητό και δεν πήρα ούτε γραμμάριο. Πραγματικά μαγικό! (χαχαχα) Βέβαια είχε και πάρα μα πάρα πολλά σκαλιά. Αυτό θα μου μείνει σίγουρα αξέχαστο... Δυστυχώς έχω χονδροπάθεια και από τα πολλά σκαλιά δεν κατάφερα να επισκεφτώ όλα τα μέρη του νησιού που ήθελα, όπως κάνανε οι φίλοι μου, οπότε έπεσα με τα μούτρα στα φαγητά, τα γλυκά αλλά και την ψημένη παραδοσιακή ρακί Αμοργού που σου την προσφέρουν σχεδόν πάντα μετά το φαγητό σου. Ιδανικά θα ήθελα να γίνει ένα μέρος που θα επισκέπτομαι συχνά γιατί η ηρεμία και η ενέργεια που μου έδωσε σε συνδυασμό με τη χαλάρωση που αισθάνθηκα με έκαναν να θέλω να επιστρέφω ξανά και ξανά. Πολύ σύντομα θα βρεθώ στην Αμοργό, αυτή τη φορά κατάλληλα προετοιμασμένη ώστε να γυρίσω κάθε γωνία της αλλά και να φάω ό,τι έχει... απομείνει.

\* Η Άννα Μπαλάν είναι Tik Toker με προβλήματα όρασης.

info

Αν επισκεφτείς την Αμοργό θα καταλάβεις αμέσως γιατί η ταινία «Απέραντο Γαλάζιο» γυρίστηκε εδώ. Η θέα της θάλασσας του Αιγαίου αφοπλιστική, ιδιαίτερα από το εντυπωσιακό **μοναστήρι της Παναγίας Χοζοβιώτισσας**, που δεσπόζει αγκιστρωμένο στον απότομο βράχο. Η λαβυρινθώδης **Χώρα** είναι μια από τις πιο αυθεντικές και όμορφες των Κυκλάδων, με τα καλύτερα της γεμάτα μπουκαμβίλιες και τα γιασεμιά μέσα στα σπιτία. Η ενέργεια του νησιού είναι ήρεμη και συνάμα άγρια. Τα συγκλονιστικά τοπία, οι θάλασσες με κρυστάλλινα νερά, το εξαιρετικό φαγητό, τα γραφικά χωριουδάκια, τα πανέμορφα μονοπάτια για πεζοπορίες, οι παραδοσιακές γιορτές και η ζωηρή νυχτερινή ζωή κάνουν τους επισκέπτες να ερωτεύονται το νησί και να επιστρέφουν κάθε χρόνο.

**Πού να κολυμπήσεις**  
Οπωσδήποτε να επισκεφτείς την **Αγία Άννα**, την παραλία όπου γυρίστηκε το «Απέραντο Γαλάζιο». Να κολυμπήσεις και στα νερά του **Αγίου Παύλου**, αλλά και απέναντι στο νησάκι της **Νικουριάς**. Ήσυχες με υπέροχα νερά είναι και οι **Αγιοι Σαράντα**, οι **Φοινικιές** και ο **Τυροκόμος**, ενώ το **Μαλτέζι** είναι οργανωμένη παραλία, προσβάσιμη με καραβάκι ή μετά από ολιγόλεπτη πεζοπορία. Καταγάλα νερά και ψιλό βότσαλο θα βρεις στον **Μούρο**, και λίγα μέτρα πιο κάτω θα βρεις τα κολπάκια του, τα **Μουράκια**. Για γυμνισμό να πας στο **Καμπί**. Τα **Παραδείσια** είναι μικρή, εντυπωσιακή παραλία. Στην **Καλοταρίτισσα** θα πας για να περάσεις απέναντι με το καραβάκι στο νησί των πειρατών, τη **Γραμβούσα**, με τα γαλαζοπράσινα νερά.

**Πού να μείνεις**  
Το νησί έχει δύο κάμπινγκ. Του **Καστάνη** στα Κατάπολα (2285 074134) κι άλλο ένα πολύ δημοφιλές στην **Αιγιάλη** (2285 073500). Καταπληκτική θέα έχει το **Aegialis Hotel & Spa** (2285073393) στην Αιγιάλη. Στο αγροτουριστικό κατάλυμα **Παγκάλη** (2285073310) στη Λαγκάδα θα πας για εναλλακτικό τουρισμό. Πολύ καλή επιλογή το **Eden Studio & Apartments** στα Κατάπολα (6937097229) όπως και τα δωμάτια **Μαρουσώ** στην Αρκεσίνη (2285072331).

**Πού να φας**  
Στο **Τρανζιστοράκι**

(6988820049), στη Χώρα θα πας για τα πρωτότυπα ορεκτικά και τα τρομερά μεζεδάκια. Στο **Πέτρινο** (2285071811) για πίτσες, ωραίες μακαρονάδες και γιγάντια πείνιρλί. Οπωσδήποτε θα κάνεις μια βόλτα από το θρυλικό καφενείο του **Πάρβα** (2285071242) στην είσοδο της Χώρας για να φας τα ξακουστά κεφτεδάκια μαζί με αχτύπητες τηγανητές πατάτες. Στην **Αρπαρόριζα** (2285074388), για ωραίο φαγητό με ντόπια, βιολογικά προϊόντα. Καταπληκτικό πρωινό και καφεδάκι στη **Θολούρα** (2285071431). Στην Αιγιάλη για κρεατικά στα **Αστέρια** (2285073241), στο **Falafel** (22850 73553) για βίγκαν επιλογές και φυσικά στο **Λιμάνι της Κυρά Κατινας** (2285073269), για ωραία μαγειρευτά. Φρέσκο ψαράκι θα ευχαριστηθείς στο **Κοράλλι** (2285073217). Στα Κατάπολα, στο ιστορικό **Μουράγιο** (2285071011) ακριβώς απέναντι από εκεί που πιάνει το πλοίο, θα πας για φοβερά κακαβιά και φρέσκα ψάρια από τους ψαράδες του νησιού. Το **Περγαλίδι** (2285073193), στη Λαγκάδα είναι ανοιχτό από νωρίς ως αργά για ποτό. Στη Λαγκάδα και το **25raki** (2285073207), με ωραίους μεζέδες και Αμοργιανή ψημένη (ρακί είναι αυτή). Στα γραφικά Θολάρια, στη θρυλική ταβέρνα **Πανόραμα** (2285073349), για παραδοσιακό κασιόκακι πατατάτο. Στον **Ασκά** (2285073333), για ντόπια κουζίνα και αυθόρμητα γλέντια. Στη **Μαρουσώ** (2285072331), στο χωριό Αρκεσίνη, για σπιτική αμοργιανή κουζίνα. Για γλυκάκι και χειροποίητο παγωτό στην **Καλλιστώ** (2285074094), το πιο γλυκό πέραςμα της Χώρας.

**Πού να διασκεδάσεις**  
Χώρα: Στο ξακουστό **Γιασεμί** (2285074017), για πρωινό αλλά και χορό μέχρι το πρωί. Τα καλύτερα κοκτέιλ θα τα πεις στην ατμοσφαιρική ταράτσα της **Botilia** (2285 071115). Στο **Τρίπορτο** (2285073085) θα πας για ποτό στην όμορφη ταράτσα του. Για after κλασικά το ραντεβού είναι στο **Τζιτζίκι** (2285072080). Αιγιάλη: Διάσημη σε όλες τις Κυκλάδες η ντίσκο **The Que** (2285073212). Κατάπολα: Στο γνωστό και αγαπημένο **Moon Bar** (2285071598). Απίστευτη ιδιοκτήτρια, καλές ρακές και καταπληκτικές μουσικές μπροστά στη θάλασσα και κάτω από τα αστέρια. -A.V. team



Δήμος: 2285360200  
Αστυνομία: 2285071210  
Λιμεναρχείο: 2285071259  
Πρώτες Βοήθειες: 2285071207





**Κόψε τον λογαριασμό,  
φύτεψε ένα δέντρο,  
και άφησε το πότισμα σε εμάς...  
eBILL: Μαζί, θα κάνουμε το χαρτί... οξυγόνο!**

**Τα βήματα είναι πολύ απλά!**

- Μπαίνεις στην ιστοσελίδα eydap.gr
- Κάνεις, εύκολα, εγγραφή στο e-ΕΥΔΑΠ με τους κωδικούς ταξίς
- Ενεργοποιείς τον ψηφιακό σου λογαριασμό και καταργείς τον έντυπο, μειώνοντας το περιβαλλοντικό σου αποτύπωμα
- Λαμβάνεις email ή sms χωρίς χρέωση για την έκδοση του λογαριασμού σου
- Ανακαλύπτεις νέες ηλεκτρονικές υπηρεσίες, δυνατότητες και οφέλη που διευκολύνουν σημαντικά την καθημερινότητά σου

Με την ενεργοποίηση του eBILL, κάνουμε μαζί τον πλανήτη μας πιο πράσινο!  
Γιατί, για κάθε 5 λογαριασμούς που μετατρέπονται σε ψηφιακούς,  
εμείς φυτεύουμε ένα δέντρο, σε συνεργασία με τη we4all.

\*Αν συναντήσεις δυσκολία, το 1022 είναι εδώ για να σε κατευθύνει να ολοκληρώσεις με επιτυχία τη διαδικασία!



eydap.gr





Με άγρια εντυπωσιακά τοπία, φανταστικές παραλίες και την πιο όμορφη, ίσως, Χώρα στις Κυκλάδες, η Φολέγανδρος έχει γίνει τα τελευταία χρόνια ένας από τους πιο δημοφιλείς νησιώτικους προορισμούς χωρίς να χάσει αυτή την αύρα που έχει κάνει τα πλήθη να τη λατρεύσουν.

#### Τι να δεις

Δεν γίνεται να μην περάσεις από τον **Καραβοστάση**, που έχει τα πάντα όπως δωμάτια, ξενοδοχεία, ταβέρνες, μίνι μάρκετ και πολλά άλλα. Στη Χώρα θα βρεθείς στο Κάστρο και στο πιο παλιό κομμάτι του νησιού. Ο δεύτερος οικισμός είναι η **Άνω Μεριά**, που είναι πιο ήσυχος και αγροτικός. Για να απολαύσεις το ηλιοβασίλεμα πήγαινε βόλτα στον **Ναό της Παναγίας**.

#### Πού να κολυμπήσεις

Στη Φολέγανδρο θα βρεις παραλίες εύκολα αλλά και δύσκολα προσεγγίσιμες. Στις πρώτες ανήκουν η **Αγκάλη**, η **Βάρδια**, το **Λιβάδι**, το **Λατινάκι**, τα **Χοχλίδια** στις οποίες μπορείς και να ξαποστάσεις σε κάποια ταβέρνα. Από εκεί και πέρα ο **Άγιος Νικόλας**, το **Λιβαδάκι** και το φανταστικό **Κάτεργο** είναι προσβάσιμες μόνο με καραβάκι, αφού είναι καλά κρυμμένες μέσα στα βράχια.

#### Πού να φας και να πιεις

Στο νησί υπάρχουν πολλές αξιόλογες προτάσεις για έξοδο. Για φαγητό στη Χώρα θα πας στο **Γουπί** με μεζέδες, το **Zimarak** με ζυμαρικά και την **Πιάτσα** με ελληνική μεσογειακή κουζίνα. Στην Άνω Μεριά υπάρχουν το καφεπαρατοπωλείο η **Συνάντηση της κυρίας Ειρήνης** και το **Μαραγκουδάκι** με σουβλάκια. Στον Άι Νικόλα θα βρεις δύο μικρές ταβέρνες για μετά το μπάνιο στη θάλασσα. Σίγουρα θα αράξεις στα σκαλάκια της **Αστάρτης** πίνοντας ρακόμελο και άλλα ποτά. Για κρασί - ποτό υπάρχουν και τα **Beez**, **Wine Bar Merkouri**, **BaRaki** και **Λαούμι**.

#### Πού να μείνεις

Τα καταλύματα στη Φολέγανδρο θεωρούνται πολύ προσεγμένα. Στη Χώρα θα μείνεις στα **Belvedere** (2286041034), **Anemousa** (2286041077), **Aeri** (2286041606) και **Aegeo** (2286041468). Στον Καραβοστάση υπάρχουν τα **Vrahos** (2286041304) και **Aeolos** (2286041205), ενώ στην Αγκάλη το **Blue Sand** (2286041091) - A.V. team

Δήμος: 2286041285  
Αστυνομία: 2286041249  
Λιμεναρχείο: 2286041530  
Ιατρεία: 2286041222

# Φολέγανδρος

Του **Όλγας Γεροβασίλη\***

➔ Καθένα από τα 104 ναυτικά μίλια που χρειάστηκε να διασχίσω για να φθάσω στη Φολέγανδρο άξιζε. Για να πατήσω στον Καραβοστάση, το λιμάνι του νησιού, θα έπρεπε να περάσω από διάσημες πλανεύτρες των Κυκλάδων και να κατορθώσω να μην υποκύψω. Ανταμείφθηκα όμως, τόσο, ώστε να λαχταρώ να μοιραστώ την ιδιαίτερη ομορφιά αυτού του τόπου, που είναι σμιλεμένος από τη θάλασσα και τον αέρα.

Από μακριά, όταν πλησιάζει το καράβι, η Φολέγανδρος προσφέρει την τραχιά όψη των γυμνών βράχων της. Όσο αρχίζουν και ξεχωρίζουν οι λεπτομέρειες του αυθεντικού κυκλαδίτικου τοπίου, τόσο γαληνεύεις και βλέπεις πιο καθαρά γύρω σου και μέσα σου. Μπαίνεις στη Χώρα, ένα πραγματικό έργο τέχνης και κυκλαδικής αρχιτεκτονικής, όπου κυριαρχεί το γαλάζιο και το λευκό. Ένα μοναδικό Κάστρο, επιδέξια φτιαγμένο για να αποκρούει τους πειρατές και να αγκαλιάζει

τις αισθήσεις. Όταν σουρουπώνει, είτε από την **Πούντα** είτε από την **Παναγία**, αυτά τα χρώματα τυλίγονται από εκείνα που προσφέρει απλόχερα ένα από τα πιο θεαματικά ηλιοβασίλεμα της Μεσογείου.

Στη Φολέγανδρο δε βρήκα την τυπική εικόνα των τουριστικών παραλιών. Έπρεπε να κάνω ένα μικρό, γλυκό κόπο, να δεχθώ να εγκαταλείψω για λίγο τις πολλές ανέσεις για να φτάσω σε κάποιες από τις παραλίες της. Λίγες είναι οδικά προσβάσιμες και σε άλλες φθάνεις μόνο με τα καραβάκια. Όποιος όμως κολυμπά στην **Αγκάλη**, στο **Κάτεργο**, στο **Αμπέλι**, ξεχνά κάθε κόπο.

Περπάτησα στα καλντερίμια της **Χώρας** και στάθηκα στην **Άνω Μεριά** για να ακούσω με προσοχή τον αέρα που τραγουδάει πάνω στα καλώδια και στις πλαγιές. Οι άνθρωποι ζεστοί, χαμογελαστοί, θα μοιραστούν τα μυστικά του τόπου, τις

γεύσεις και τα έθιμά τους. Δοκίμασα τα ματσάτα, χειροποίητα ζυμαρικά που σερβίρονται μαζί με κόκορα ή κουνέλι. Το σουρωτό, το πικάντικο, αψύ τυρί και την πιτούλα του. Την καρπουζένια, φτιαγμένη από καρπούζι φυσικά, μέλι και σουσάμι, την κάπαρη και τα αμπελοφάσουλα. Αν είστε τυχεροί και πέσετε σε γάμους ή βαφτίσια, ζητήστε και εσείς να δείτε πώς φτιάχνουν το παραδοσιακό παστέλι. Και μην ξεχάσετε να πάτε στον **Φάρο**!

Πολλά, πάρα πολλά όμορφα μυστικά για ένα τόσο μικρό τόπο! Και καθώς απομακρυνόμουν, οι νέοι φίλοι που έκανα εκεί, μου έστειλαν σήματα με καθρεφτάκια από τα σπίτια τους. Δεν μας αποχαιρετούσαν, σκέφτηκα. Μας προσκαλούσαν να επιστρέψουμε. Σύντομα.

\* Η Όλγα Γεροβασίλη είναι βουλευτής Άρτας, Γραμματέας Κ. Ο. ΣΥΡΙΖΑ - ΠΣ.





ΕΙΣΑΓΕΤΑΙ ΣΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΑΠΟ ΤΗΝ TRINITY WINES | [www.trinitywines.gr](http://www.trinitywines.gr) | [info@trinitywines.gr](mailto:info@trinitywines.gr)



#### ΒΑΓΓΕΛΗΣ Χ.

➔ Στη Σαντορίνη πήγα πρώτη φορά διακοπές με τους φίλους μου όταν τελειώσαμε την Τρίτη Γυμνασίου, το 1983. Με το που την είδα ένιωσα ότι την ερωτεύτηκα. Μόλις βγήκα από το καράβι στο **Αθηνιό** στο λιμάνι και αρχίσαμε να ανεβαίνουμε με το λεωφορείο προς τα πάνω, είχα πάθει δέος βλέποντας αυτά τα κοφτά βουνά και φθάνοντας στα **Φηρά** ήταν σαν να μου είχαν κοπεί τα πόδια. Η αύρα που βγάζει το νησί είναι συγκλονιστική.

Στη Σαντορίνη γνωριστήκαμε με τη γυναίκα μου, την Aurora. Ακόμα και σήμερα πηγαίνουμε κάθε χρόνο, στην επέτειο του γάμου μας. Κάθε καλοκαίρι, μια εβδομάδα, δέκα μέρες. Μένουμε στην Οία. Χαλαρώνουμε, ξεκουραζόμαστε κι α-φουγκραζόμαστε την ενέργεια του νησιού.

Και τα δύο παιδιά μας τα έχουμε βαφτίσει στη Σαντορίνη, στο **Ημεροβίγλι**.

#### AURORA Χ.

Εγώ είμαι από τη Νέα Υόρκη και πήγα στη Σαντορίνη όταν η μαμά μου μού έκανε δώρο αποφοίτησης ταξίδι για πρώτη φορά μόνη μου, διακοπές με τις φίλες μου που έτυχε να

είναι όλες Ελληνοαμερικανίδες. Μία από αυτές έμενε στην Ελλάδα μόνιμα και ο άντρας της δούλευε στη Σαντορίνη. Άρα πήγαμε εκεί, ήταν 1990. Έκατσα δύο μήνες. Δεν ήθελα να πάω πουθενά αλλού. Μου λέγανε 'ο, Μύκονο, Πάρο, αλλά δεν ήθελα. Έλεγα, ερωτεύτηκα αυτό το νησί με το που πάτησα το πόδι μου εδώ. Θυμάμαι, έφτασα βράδυ με αεροπλάνο, δεν ήξερα πώς είναι η Σαντορίνη, δεν είχα ιδέα γιατί είναι διάσημη. Το πρώτο βράδυ δεν είδα πολλά, έμεινα στο **Καμάρι**. Αλλά όταν βγήκα από το αεροπλάνο αμέσως κατάλαβα την ενέργεια. Έχω πολύ καλή σχέση με τις ενέργειες και αμέσως ένιωσα κάτι μαγικό – και τι είδα; Το αεροδρόμιο και το Καμάρι βράδυ. Αλλά εγώ είμαι έτσι, χρειάζομαι την ενέργεια, μου είναι απαραίτητη και νιώθω ότι αυτή έρχεται από το ηφαίστειο. Εκεί είναι η πηγή.

Με τον Βαγγέλη είχαμε πολλούς κοινούς φίλους από το No Name στην Αθήνα. Αυτά τα παιδιά τα καλοκαίρια, όταν έκλεινε το κλαμπ, δουλεύανε στο **Casablanca** στα Φηρά που υπάρχει ακόμα. Όλη αυτή η παρέα πήγαιναν σε μία παραλία στον **Περίβολο** που λεγόταν «**τα Καβουράκια**» γιατί εκεί ήταν η ομώνυμη ταβέρνα. Ακόμα είναι. Εκεί μας σύστησαν με τον Βαγγέλη. Μπροστά στο **Seaside by Notos** όπως λέ-

γεται τώρα. Τότε δεν υπήρχαν ούτε καρέκλες ούτε τίποτα. Ήμασταν χύμα-κύμα.

Από το 1990 πηγαίνω κάθε χρόνο απαραίτητα. Και από το '93 που γνωριστήκαμε με τον Βαγγέλη, πηγαίνουμε μαζί. Δεν το χάνουμε με τίποτα. Κι επειδή πολλοί λένε «τουριστικά» και «πού θα πας, Αύγουστο;». Εμείς όμως τόσα χρόνια έχουμε βρει τα μέρη μας όπου μπορούμε να χαλαρώνουμε, δεν το βλέπουμε με τουριστικό μάτι.

Και τον γάμο μας εκεί θέλαμε να τον κάνουμε αλλά δυστυχώς είχαμε πάρα πολύ κόσμο και δεν γινόταν. Η Σαντορίνη σημαίνει πάρα πολλά για την οικογένειά μας. Στα παιδιά μου είχα κάνει πλύση εγκεφάλου: «**Βιαστείτε, πλησιάζει το ηλιοβασίλεμα! Θα είστε έτοιμοι και θα βλέπετε κάθε μέρα ανεξαιρέτως το ηλιοβασίλεμα**». Πατί το κάθε ηλιοβασίλεμα είναι ξεχωριστό και είναι ένα δώρο. Τώρα το έχουμε σήμα κατατεθέν, «**γρήγορα μάμι, να μη χάσουμε το ηλιοβασίλεμα**». Τώρα τα παιδιά μεγάλωσαν πια, δεν τα υποχρεώνω, αλλά εγώ κάθε μέρα είμαι εκεί και το βλέπω.

\* Ο **Βαγγέλης** και η **Aurora Χατζή** είναι ιδιοκτήτες του Hair salon Vangelis Hatzis workshop.

info

Ιδιαίτερη, απόκοσμη και γεμάτη αντιθέσεις, η Σαντορίνη λένε ότι είναι το νησί του έρωτα. Με την καλντέρα, τις παραλίες με τη μαύρη άμμο και τα ηλιοβασιλέματα, είναι ο πιο δημοφιλής προορισμός για τους τουρίστες όλου του πλανήτη που ονειρεύονται να ζήσουν υπέροχες στιγμές στα υπόσκαφα, να μεθύσουν με το Ασύρτικο, να δοκιμάσουν υψηλή γαστρονομία.

#### Τι να δεις

Το **Αρχαιολογικό Μουσείο** (2286022217), το **Μουσείο Προϊστορικής Θήρας** (2286023217), το **Μέγαρο Γκύζη** (2286023077) και φυσικά το **Μουσείο Οίνου** (2286031322), που βρίσκεται 8 μέτρα κάτω από τη γη. Το **εκκλησάκι των Αγίων 7 Παιδών** είναι από τα παλαιότερα της Οίας στον μικρό κολπίσκο **Μουζακιά**. Η πρόσβαση γίνεται μέσω θαλάσσης, ενώ ο κόσμος καταφθάνει στη σπηλιά με σημειοστολισμένα καϊκία. Αν σας αρέσει η πεζοπορία, η διαδρομή από τα **Φηρά** προς την **Οία** που είναι 9 χλμ. αξίζει τον κόπο. Στο **Αμμουδι**, το γραφικό λιμανάκι που αποτελεί must see της Σαντορίνης, θα πάτε κατεβαίνοντας τα 214 σκαλοπάτια που το χωρίζουν από την Οία. Ο **Πύργος**, που απέχει περίπου 5-10 λεπτά οδικώς από τα Φηρά, είναι σίγουρα το πιο αγαπητό χωριό του νησιού, αλλά και το **Εμπορείο**, που βρίσκεται στο νότιο τμήμα της Θήρας με τα λαξευμένα στην πέτρα σπίτια, θα σας μαγέψει. Η **Νέα Καμένη**, το μεσαίο από τα τρία νησάκια της καλντέρας που υπήρξαν αυτόπτες μάρτυρες της έκρηξης του ηφαιστείου, είναι στις top στάσεις. Για τους λάτρεις των watersports δοκιμάστε τα όλα στο **Caldera Diving Center** ή στο **Crazy Water Sports Santorini**.

#### Πού να κολυμπήσεις

Η **Περίσσα**, ο **Περίβολος** και ο **Αι-Γιώργης**, κοσμικές, οργανωμένες, με μαύρο ηφαιστειακό πετραδάκι. Στη **Βλυχάδα** το τοπίο είναι μεγαλειώδες. Ωραίο beach bar στο **Θερος**. Κλασικές η **Κόκκινη** και η **Λευκή Παραλία**. Πιο άγρια τα **Μέσα Πηγάδια** και η **Παλιά Καμένη**. Στη ▶

# Σαντορίνη

Των **Βαγγέλη & Aurora Χατζή\***



# AUXygen



## ΝΕΑ ΣΕΙΡΑ Q

ΣΥΝΔΥΑΖΕΙ ΤΗΝ ΥΨΗΛΗ ΑΙΣΘΗΤΙΚΗ  
ΜΕ ΤΗΝ ΠΑΡΟΧΗ ΚΑΘΑΡΟΥ ΑΕΡΑ  
ΥΨΗΛΗΣ ΠΟΙΟΤΗΤΑΣ



[auxairconditioners.gr](http://auxairconditioners.gr)

— Τίμια επιλογή —

**AUX**  
AIR CONDITIONER

 **westnet**  
distributing the future

Αποκλειστικός αντιπρόσωπος οικιακού  
& επαγγελματικού κλιματισμού AUX  
Τ: 211 3002199 | [www.mywestnet.com](http://www.mywestnet.com)



# Σαντορίνη

Της **Βίβιαν Μπουζάλη\***

➔ Αν δεν πιστεύεις στον έρωτα με την πρώτη ματιά, αν δεν πιστεύεις στο «θα σ' αγαπώ για πάντα», μην έρθεις στη Σαντορίνη. Ή μάλλον έλα για να ανοίξει η καρδιά σου. Στο πρώτο μας καλοκαίρι με τον Δημήτρη, το 1998, με έφερε στη Σαντορίνη για να μου δείξει μία άλλη της πλευρά. Όχι μόνο την **Οία** ή το **Ημεροβίγλι**, αλλά ένα άλλο ηλιοβασιλέμα, από το κέντρο του νησιού. Την απλότητα των Κυκλάδων που μεταμορφώνεται σε μία εκλεπτυσμένη πολυτέλεια, μακριά από τους τουρίστες της μιας μέρας.

Και το νησί το αγάπησα και εγώ όπως εκείνος. Και όταν αποφασίσαμε να παντρευτούμε, φτιάξαμε στη Σαντορίνη τη δική μας γη της επαγγελίας: το **Desiterra**. Όχι απλά ένα πεντάστερο ξενοδοχείο, αλλά μία αυθεντική εμπειρία Σαντορίνης. Γιατί οι Κυκλάδες δεν είναι «θήθεν». Μπαίνουν στην ψυχή σου και μένουν εκεί για πάντα. Το Desiterra βρίσκεται στο κέντρο του νησιού, μακριά από τον θόρυβο, αλλά τόσο κοντά, αν επιλέξει κάποιος να το ζήσει και αυτό.

Έλα από το πρωί για να θαυμάσεις τη γαλήνη του Αιγαίου σαν να είσαι στον ιδιωτικό σου χώρο, στο δικό σου εξοχικό. Δοκίμασε μοναδικά σαντορινιά κρασιά και μοναδικές ντόπιες γεύσεις. Διάλεξε δραστηριότητες κι εμπειρίες, με περιπέτεια ή ηρεμία, ανάλογα με τη διάθεση και τον χαρακτήρα σου. Γίνε ένα με τη φύση, απόλαυσε την εσωτερική σου γαλήνη και ζήσε το Αιγαίο στην απόλυτη ομορφιά του.

Έλα στη Σαντορίνη, ζήσε αυτά που έχεις ακούσει ή διαβάσει και γνώρισε αυτά για τα οποία δεν σου έχει πει ποτέ κανείς.

Εμπειρίες ζωής σε περιμένουν.

\* Η **Βίβιαν Μπουζάλη** είναι γενική διευθύντρια επικοινωνίας και στρατηγικής marketing.

info

◀ βόρεια πλευρά οι **Μπα-ξέδες** και ο **Κολούμπος**, η «εναλλακτική», για όσους θέλουν να πετάξουν το μαγικό. Εδώ, αν φυσάει, πρόσεχε. Η παραλία **Μουζακιά** μεταξύ της Οίας και του Ημεροβιγλίου, ιδανική για ήσυχες στιγμές. Η **Αρμένι**, κοντά στην Οία, έχει θέα στη Θηρασιά και καταγάλανα βαθιά νερά, προσβάσιμη με βάρκα. Το γραφικό **Αμμούδι**, το λιμάνι της Οίας, είναι ένας μικρός κολπίσκος με υπέροχη θέα. Ο **Μονόλιθος** είναι παραλία στα ανατολικά του νησιού με μαύρη άμμο και ρηχά νερά, ενώ το **Κα-μάρι** με επίσης μαύρη άμμο, ψιλό χαλικάκι, βαθαίνει απότομα. Η παραλία **Βουρβούλος** στις βορειοανατολικές ακτές της Σαντορίνης δεν είναι οργανωμένη.

## Πού να μείνεις

**Φηρά: Cosmopolitan Suites** (2286025632), **Theoxenia boutique hotel** (2286022740)

**Έξω Γιαλός:** Το πολυτελές resort **Desiterra** (2286021735), λίγο έξω από τα Φηρά, προσφέρει μια πιο personal φιλοξενία σε αυτόνομες ευρύχωρες villas.

## Φηροσπεράνι:

**Homeric Poems**

(2286024661-3).

## Ημεροβίγλι:

**Andromeda Villas**

(2286024844) με 58 παραδοσιακά επιπλωμένα δωμάτια.

**Rocabella Deluxe Suites & Spa Santorini**

(2286023711), ξενοδοχείο πολυτελείας με spa.

**Santorini Grace**

(2286021300), 5ο στέρο, με πολυτελείς σουίτες με πισίνα και από φρέσκο με το **Varoulko**

**Santorini** του Λευτέρη Λαζάρου εντός του.

**San Antonio**

(2286024388), **Astra Suites**

(2286023641).

**Οία: Canaves Oia**

(2286071453).

**Μονόλιθος:** Το πολυτελές 5άστερο **Nikki Beach Resort & Spa**

προσφέρει 62 πολυτελή δωμάτια και σουίτες, κομψό beach club, εστιατόρια και μπαρ.

**Ακρωτήρι: Astarte Suites**

(2286083388).

**Περίσσα:** Πιο οικο-

νομικό το **Villa Anemomilos**

(2286082162).

Πα πιο οικο-

νομικές επιλογές

συνολικά, στο χωριό

Καρτεράδος, 2 χλμ.

από την πρωτεύουσα

του νησιού, θα βρεις

πολλά ενοικιαζόμενα

δωμάτια, ακόμη και ξε-

νοδοχεία με πισίνα και

πρωινό σε πολύ καλές

τιμές. Υπάρχει βέβαια

πάντα και η λύση του

**Santorini Camping**

που διαθέτει και πισίνα

(2286022944).

Πού να φας

«Πρωτεύουσα» του

ασύρτικου, με πολλά

οινοποιεία, τα περισ-

σότερα επισκέψιμα.

Μια επίσκεψη στο οι-

νοποιείο **Santo Wines**

(2286028058) θα σε

συνεπάρει. Στο **Nikki**

**Beach Resort & Spa**

**Santorini** στον Μονό-

λιθο θα βρεις το **Nikki**

**Beach Restaurant**

(2286037093), all day

urban bistro, με μενού

που επιμελείται ο Έκτο-

ρας Μποτρίνι. Επίσης

το **Escape Restaurant**

(2286092004), με

παραδοσιακή ελλη-

νική και περσουλιάνη

κουζίνα, το **Soul**

**Lounge** (228603709)

για κοκτέιλ ή σαμπά-

νια. Στο Ημεροβίγλι,

στο **Vezené Santorini**

(2286028900) στο ξε-

νοδοχείο **Cavo Tagoo**

για εξαιρετικά πιάτα

από τον Άρη Βεζενέ.

Στο εστιατόριο **Petra**

του ξενοδοχείου

**Canaves** (2286071453)

για διεθνή κουζίνα,

στα Φηρά στο **Idol**

(2286023292) το μενού

υπογράφει ο Αρτέμης

Σορώτος. Τον βρα-

βευμένο με Michelin

Έκτορα Μποτρίνι θα

βρούμε στο ιστορικό

**Selene** (228602249),

αλλά και σε όλα τα

εστιατόρια του ομίλου

Katikies. Στο ρομαντικό

ξενοδοχείο **Astarte**

στο Ακρωτήρι και

στο εστιατόριό του

**Alali** (2286083388) θα

πάτε για πρωτότυπα

πιάτα από τον Άνταμ

Κοντοβά. Στη Βλυ-

χάδα, στο **Ψαράκι**

(2286082783). Στην

Έξω Γωνιά το **Άρωμα**

**Αυλής** (228603395 &

6978339081), το εστι-

ατόριο και οινοποιείο

του Αρτέμη Καραμο-

λέγκου με σερβιτόν

Χάρη Νικολούζο, με μεσογειακή κουζίνα και γευσιγνωσίες με τα κρασιά του κτήματός. Στην Έξω Γωνιά και πάλι, στο **Μεταξύ μας** (2286031323), ουζερί με σαντορινιά και κρητική κουζίνα. Στο **The Trinity Restaurant** στο Saint boutique hotel (2286072473) της Οίας. Επίσης στην Οία, το **Naos** (2286072413), το **Black Rock** (2286027337), το εστιατόριο του ξενοδοχείου **Santorini Secret** και το φημισμένο μπαλκόνι του εστιατορίου **Lycabettus** (2286036735) με σερβιτόν Χρήστο Καραγιάννη. Στον Περίβολο και στο παραθαλάσσιο ξενοδοχείο Istorla, στο εστιατόριο **Mr. E** (2286085051).

Πολύ γνωστά και γραφικά είναι και τα ταβερνάκια: της **Ρόζας** (2286024378) στον Βουρβούλο με προϊόντα από το μπαστούνι τους, η **Σηλιά του Νικόλα** (2286082303), στο Ακρωτήρι, στην **Κατίνα** (2286071280) στο γραφικό Αμμούδι, και στον **Δημήτρη** (2286071606), στην άκρη του λιμανιού. Στο Μεγαλοχώρι, στο **Alisachni Art & Wine Gallery** (2286082267), εστιατόριο και winebar με «μυστικό κήπο», μεγάλη κάβα με ιδιαίτερα κρασιά. Για τα πιο νόστιμα μελιτίνα του νησιού θα πάτε στη **Μάρθα** (2286081454 & 6974508747), στο Μεγαλοχώρι στην πίσω αυλή του ξενοδοχείου **The Cliff** (2286081454). Σύγχρονη κουζίνα θα βρείτε στο **Elements Restaurant Bar** (2286072499), ενώ στο **PK Cocktail Bar** (2286022430) καθίστε για μια κρύα sangria. Παραδοσιακά πιάτα στο **Ανώγι** στο Ημεροβίγλι (2286021285). Σουβλάκια στο **Lucky's Souvlakis** (2286022003) στα Φηρά. Στο **Koo Club** (2286022025) ή στο **Enigma** (2286022466) για ωραία ποτά, μουσικές και χορούς. Υπάρχει πάντα και η ιστορική rub **Two Brothers** (2286023061). - A.V. team



Δήμος: 2286022231  
Αστυνομία: 2286022649  
Λιμεναρχείο: 2286022239  
Κέντρο Υγείας: 2286022237



# Ανάφη

Του **Στέφανου Μιχάλη\***

➔ Ο θείος μου, γιατρός που πήγε στην Ανάφη κάπου στα 80s, την ερωτεύτηκε. Πήρε ένα κομμάτι γης, έφτιαξε ένα σπίτι, ένα αμπελάκι και μια κάναβα για να φτιάχνει το κρασί της οικογένειας. Η πρώτη μου επαφή με το νησί λοιπόν ξεκίνησε χάρη σε αυτόν απ' όταν ήμουν παιδάκι. Πηγαίναμε κάθε καλοκαίρι οικογενειακώς, στα «Σκέφτομαι και Γράφω» του σχολείου για τις καλοκαιρινές διακοπές έγραφα για την Ανάφη, θυμάμαι αργότερα να είμαι ανάμεσα στους μάλιστα όταν φτιαχνόταν το οινοποιείο. Όταν αποφάσισα να ασχοληθώ με το κρασί, 10 χρόνια μετά, έφτασα να πηγαίνω στην Ανάφη για 5 μήνες τον χρόνο, τέσσερις το καλοκαίρι και έναν τον χειμώνα.

Η μαγεία της Ανάφης ξεκινά από τη στιγμή που μπαίνεις στο πλοίο. Στο Prevelis είσαι αναγκασμένος να μείνεις για 11 ώρες μέχρι να φτάσεις, ξεκινάς απόγευμα, περνάς το βράδυ εκεί, αλλά όταν φτάνεις στο νησί το πρώτο πράγμα που αντικρίζεις είναι τα χρώματα του ουρανού από τον ήλιο που ανατέλλει πίσω απ' τον βράχο και τότε ξεχνάς όλη την ταλαιπωρία. Κατεβαίνεις λοιπόν

στο λιμάνι, παίρνεις καφέ και πηγαίνεις στις παραλίες. Είναι μικρές αλλά όμορφες, δεν έχουν πεύκα ή σκιά αλλά αξίζουν για κάμπινγκ δίπλα στα αρμυρίκια, ιδανικά τον Ιούνιο, τον Σεπτέμβριο ή και τον Οκτώβριο που στην Ανάφη έχει ακόμα καλοκαίρι – δεν το προτείνω όμως για Ιούλιο και Αύγουστο που το νησί είναι φορτωμένο με κόσμο. Ενδείκνυνται και για νυχτερινές βουτιές με το πλαγκτόν να φωσφορίζει στο νερό. Η διαδρομή μυρίζει θυμάρι, ρίγανη, θρουμπιά. Από την παραλία **Κλεισίδι**, κατεβαίνεις με μονοπάτι στο **Κατσούνι** που έχει θέα στα νησάκια, την **Παχιά** και τη **Μακριά**. Κολυμπώντας από εκεί πας στη **Φλαμουρού**, παραλία με αφράτη άμμο, στην οποία είσαι εσύ και ο ήλιος να σε χτυπάει. Αν δεν σου αρέσει η απομόνωση πηγαίνεις στον **Ρούκουνα**, τη μεγάλη παραλία του νησιού προς το μοναστήρι. Εκεί θα φας στην **Ταβέρνα της Παπαδιάς**, που ζυμώνει ψωμιά, μαγειρεύει κατσίκι στο φουρνί, έχει κήπο με λαχανικά για τα λαδερά της. Εκεί είναι και το **Καραβάκι πού πας**, beach bar για κοκτέιλ. Στο Κλεισίδι βρίσκεται η **Μαργαρίτα**, εκεί που μαγειρεύα εγώ. Στο ωραίο μπαλ-

κόνι της τρως ιδανικά κατά το λεγόμενο golden hour, ψάρι, κατσίκι, ντόπια τυράκια, παστά, καπνιστά και άλλα. Στο λιμάνι πας για ψαρόσουπα στη **Νεκταρία**. Στη Χώρα θα φας στο **Στέκι** και το **Αρμενάκι** που έχει ζωντανή μουσική. Ο ιδιοκτήτης μαγειρεύει, ταΐζει τον κόσμο και μετά βγαίνει έξω και τους παίζει μουσική. Ο **Άνεμος** και το **Λιοτρίβι** είναι ψαροταβέρνες που έχουν το δικό τους καϊκι, οι γυναίκες μαγειρεύουν και οι άντρες τους φέρνουν το ψάρι. Από νυχτερινή ζωή μπορείς να πας στον **Μονόλιθο** που παίζει μουσική από βινύλια, κάνει κοκτέιλ, «**Ανάφ-λεξ**» και μετά στα αφτεράδικα, τον **Μύλο** και τις **Μάντρες** για χορό μέχρι να ξημερώσει.

Μία από τις καλύτερες εμπειρίες στο νησί είναι να ανέβεις στον επιβλητικό **Μονόλιθο**, κατά τη δύση που πέφτει ο ήλιος. Εκεί θα δεις τον νυχτερινό ουρανό της Ανάφης στο μεγαλείο του. Το νησί έχει λίγα φώτα και μπορείς να διακρίνεις πεντάκαθα τους αστερισμούς, τον γαλαξία, πολλοί κοιμούνται και εκεί πάνω σε sleeping bag για να δουν την ανατολή το πρωί. Είναι μαγεία.

\* Ο Στέφανος Μιχάλης είναι μάγειρας και οινοποιός.

Summer  
Guide '22

info

Η Ανάφη με τον επιβλητικό **Μονόλιθο** και τους γραφικούς ανεμόμυλους αποτελούσε πάντα ιδανικό εναλλακτικό προορισμό. Ο επισκέπτης θα την ερωτευτεί από την πρώτη στιγμή, περπατώντας στα πλακόστρωτα σοκάκια που οδηγούν στα μινιμαλιστικά εκκλησάκια και στα λευκά σπίτια με τις περιποιημένες αυλές. Τα περισσότερα καταλήγουν στα απομεινάρια του **Βενετσιάνικου Κάστρου**, το αρχαίο παρατηρητήριο προς το Κρητικό Πέλαγος, σήμερα εκεί βρίσκεται το **εκκλησάκι του Αγίου Γεωργίου**. Το νησί προσφέρεται για οδοιπορικές περιηγήσεις, δοκιμές τοπικών προϊόντων και κρασιού, ελεύθερο camping και χορό στα αφτεράδικα της Χώρας που το βράδυ δυναμώνουν τη μουσική.

## Πού να κολυμπήσεις

Στο κρυστάλλινο **Κλεισίδι**, που είναι και η πιο κοντινή παραλία στο λιμάνι, με λίγες ταβέρνες στην αμμουδιά. Στον διάσημο **Ρούκουνα** θα στήσεις ελεύθερα τη σκηνή σου – ενδείκνυται για Ιούνιο ή Σεπτέμβριο, τους άλλους μήνες γίνεται ο χαμός! Εδώ θα βρεις την ταβέρνα **Κτήμα Ρούκουνα** (2286112000), ναι, είναι η περίφημη από παλιά της παπαδιάς που τώρα την τρέχουν τα παιδιά της. Ακριβώς δίπλα βρίσκεται ο **Μικρός Ρούκουνας**, δεν έχει τόσο ωραία παραλία αλλά έχει πολύ λιγότερο κόσμο. Για εξωτικές αμμουδιές πηγαίνε στις παραλίες **Μέγα Ποταμό**, στο **Κατσούνι** και στη **Φλαμουρού**, στην πανέμορφη Καταλιμάτσα που ήταν και το αρχαίο λιμάνι του νησιού. Στο Κατσούνι θα φτάσεις ακολουθώντας το μονοπάτι που περνά πάνω από το Κλεισίδι. Σημείωσε ακόμα: **Άγιος Νικόλαος** (κοντά στο λιμάνι), **Βαγιά** και **Καμμένη Λαγκάδα** (αμφότερες στα δυτικά), **Άγιοι Α-**

**νάργυροι** (ήσυχη και όμορφη κάτω από το ομώνυμο εκκλησάκι).

## Πού να φας και να πιεις

Η θρυλική **Μαργαρίτα** (2286061237), στο Κλεισίδι, μια από τις πιο γνωστές ταβέρνες του Αιγαίου – έχει περάσει στην κόρη της την Έφη, που με τον Αλέξη και τον Σπύρο στην κουζίνα κάνουν φαγητά με ντόπια προϊόντα, σπιτικά τουρσιά, χειροποίητα ζυμαρικά, ζαρζαβατικά απ' τον κήπο της –, έχει και δωμάτια. Στο λιμάνι στη **Νεκταρία** (2286061218) πάνε όλοι για τα φρέσκα ψάρια και τη φοβερή κακαβιά. Ο πασίγνωστος **Μάρκος στο Αρμενάκι** (2286061234), στη Χώρα σεβρίζει πεντανόστιμους μεζέδες για ουζάκια και κάθε βράδυ έχει ζωντανή μουσική (κυρίως ρεμπέτικα). Στην ταβέρνα **Αστραχάν** (2286061249), στον κεντρικό δρόμο στη Χώρα, θα πας για το κρασάτο χταποδάκι και τα παραδοσιακά μπαλόνια (χειροποίητα μακαρόνια) από τα κεράκια της κυρίας Αγαπίας. Για γλυκά και παγωτά με καταικισίο γάλα τράβα γραμμή για το ζαχαροπλαστείο **Πλάγια** (2286061308). Στο **Florans Café** στο λιμάνι 2286061201), μπορείς να πας από τις 8 το πρωί μέχρι τις 8 το άλλο πρωί για ό,τι τραβάει η ψυχή σου, από καφέδες και πλούσιο πρωινό μέχρι θαλασσινά μεζεδάκια, ρακόμελα και ούζα.

## Πού να μείνεις

Το 90% των καταλυμάτων βρίσκονται στη Χώρα. Δεν θα βρεις μεγάλα ξενοδοχεία, αλλά πολύ συμπαθητικά δωμάτια με θέα θάλασσα: Τα **Πλάγια** (2286061308), **Πανσέληνος** (2286061271), **Παράδεισος** (2286061243), **Summer Rooms** (2286061386), **Απέραντο Γαλάζιο** (2286061377), **Όστρια** (2286061375, 6973305313). Στο Κλεισίδι δοκίμασε στο **Apollon Village Hotel** (2286061348). Το **Ypseli** στον Ρούκουνα είναι ένα από τα καινούρια, ιδιαίτερα 2286186634, -A.V.team



Δήμος: 2286061300  
Αστυνομία: 2286061216  
Λιμεναρχείο (Θήρα): 2286022239  
Πρώτες Βοήθειες: 2286061215



## Της Ευαγγελίας Πλατανιώτη\*

 Η Ιθάκη είναι βγαλμένη από παραμύθι... Και είναι αλήθεια, το «μυθικό» αυτό νησί της Πινελόπης και του Οδυσσέα και η τεράστια ιστορία του μέσα από τον «μύθο» της Οδύσσειας το κάνουν ακόμη πιο ξεχωριστό. Αγαπώ την Ιθάκη για τη βενετσιάνικη φινέτσα της, την αύρα, τη φύση και τα γαλαζοπράσινα νερά της. Είναι ιδανικό μέρος για να πρεμπίσεις, να αποφορτιστείς και να γεμίσεις την ψυχή σου με καθαρή ενέργεια και θετικότητα.

Πρώτη φορά επισκέφθηκα το νησί το καλοκαίρι του 2020 και αυτό που θυμάμαι ήταν και η πρώτη εικόνα που αντίκρισα μπαίνοντας στην πρωτεύουσα, το **Βαθύ**. Ο χρόνος μηδενίζεται, ο πανέμορφος παραδοσιακός οικισμός χτισμένος αμφιθεατρικά με την έντονη βενετσιάνικη επιρροή και τα επιβλητικά αρχοντικά του σε συνδυασμό με το καταπράσινο τοπίο είναι άκρως γοητευτικά. Από την άλλη, η θάλασσα, οι απότομοι βράχοι που διαπερνούν σκεδόν κάθετα τα ύδατα δημιουργώντας αξιοθαύμαστα τοπία, αλλά και το καλό φαγητό στα τοπικά στέκια με έκαναν να ενθουσιαστώ ακόμη περισσότερο. Εάν ξεχώριζα κάποια μέρη, σίγουρα θα ήταν το πανέμορφο **Μοναστήρι των Καθαρών**, ο σημαντικότερος τόπος προσκυνήματος του νησιού. Αγγναντεύοντας εκεί για ώρες την ειδυλλιακή ανατολή με θέα συγκλονιστική νιώθεις κάτι το ξεχωριστό. Το κοσμοπολίτικο **Κιόνι**, με την αμφιθεατρική του δόμηση, είναι όμορφο μέρος και μια καλή επιλογή για να δοκιμάσεις τα τοπικά εδέσματα με την αγαπημένη σου παρέα. Η **Εξαγωγή** με τα επτανησιακά σπίτια και η πανέμορφη θέα της άγριας φύσης στον **Πλατρείθια** σου μένουν χαραγμένα στο μυαλό. Όπου και να βουτήξεις όμως, τα νερά είναι καθαρά, γαλαζοπράσινα και ονειρικά. Η Ιθάκη συνδυάζει όλα τα είδη τέχνης. Όμορφες πολιτιστικές εκδηλώσεις και διάφορα φεστιβάλ δίνουν ζωή στο νησί. Τα τοπικά πανηγύρια βενετσιάνικου χαρακτήρα, το εξαιρετικής ποιότητας θιακό κρασί, οι ντόπιες σπεσιαλιτέ, αλλά και το πόσο οικονομικά προσιτό είναι το νησί, είναι λόγοι που θα με έκαναν να το συστήσω ανεπιφύλακτα ως προορισμό. Η βόλτα με ενοικιαζόμενο σκάφος είναι κάτι που πολλοί επιλέγουν καθώς έχει πολλές δυσπρόσιτες παραλίες. Έτσι αποφάσισα να το κάνω και εγώ και η περιπέτεια ξεκινά! Πυρίσαμε και εξερευνήσαμε κάθε σημείο του νησιού, σκεδόν κάθε παραλία κάνοντας συνεχώς βουτιές στα κρυστάλλινα νερά του. Πάντα στο νου μου έχω την Ιθάκη... την Ιθάκη άλλωστε δεν την προδίξεις. Στην Ιθάκη μου αρέσει να επιστρέφω γιατί είναι ένα νησί που με μαγεύει, με αναζωογονεί, με γεμίζει με γαλήνη και θετικότητα... ο χρόνος αφιερώνεται στα απλά πράγματα που συμβαίνουν γύρω σου και εσύ απλά τα ζεις.

\* Η **Ευαγγελία Πλατανιώτη** είναι αθλήτρια συγχρονισμένης κολύμβησης και κατέκτησε το χάλκινο μετάλλιο στο Παγκόσμιο Πρωτάθλημα Καλλιτεχνικής Κολύμβησης.





«Πάντα στο νου σου να χεις την

Ιθάκη» είχε πει ο Καβάφης και

πως άλλωστε να τη βγάλεις; Η Ιθάκη, το ξακουστό νησί του Οδυσσέα και της Πηνελόπης, το νησί σύμβολο της νοσταλγίας για την πατρίδα, είναι ένα πραγματικό διαμάντι του Ιονίου Πελάγους, ένας ξεχωριστός προορισμός με κρυμμένες ομορφιές. Ο νόστος του προς την πατρίδα και οι διηγήσεις του Ομήρου στα έπη του – αφηροντάς μας βαριά κληρονομιά – κάνουν το νησί μυθικό. Εντυπωσιακές βотаsalуtes παρaλίες με κρυστάλλινα νερά,

μοναδικά φυσικά τοπία με πυκνή βλάστηση, παραδοσιακοί οικισμοί, απόκριμηνα γυμνά τοπία, μουσεία, αρχαιολογικοί χώροι, ψαροχώρια, απόκριφες σπηλιές, spots για κα-

ταδύσεις, σφιστιστικά ξενοδοχεία και βίλες με πισίνες κάνουν τη διαμονή στο νησί... μανική. Έξτρα μπόνους τα γραφικά ταβερνάκια με γευστικά εδέσματα δίπλα στο κύμα που κάνουν πολλούς πιστούς επισκέπτες να επι-

στρέφουν κάθε καλοκαίρι.

## Πού να καλυμνήσεις

Δεξά ή δεξιά στον κόλπο του Μιούλου για τις πρώτες αέχαστες βουτιές. Στο κοσμοπολίτικο **Φιλιππρό** θα απολαύ-

σεις τα εκπληκτικά τρεκουάζ νερά και θα κάνεις σίγουρα νέες γνωριμιές. Στην βотаsalуte παρaλία με θέα την Κεφαλονιά, τον **Αι-Γιάννη**, ή στα **Κα-**

**μινια** με τα σμαραγδένια κρυστάλλινα

νερά – ιδανική για όσους θέ-

λουν να περάσουν μία ψυχρή

και ξεκούραστη μέρα δίπλα στη

θάλασσα. Στην **Μηροστρά Αετό** και

στα **Κουρβούλια** αφήνεις το αυτοκι-

νιτό σου από πάνω, καταβαίνεις τα

σκαλάνια και απολαμβάνεις την ήρεμη

θάλασσα με τα καταπράσινα, δροσε-

ρά νερά. Οι οικογένειες προτιμούν τη

**Λούτσα** ή τα **Μνήματα**, με τα ρηχά

νερά. Αν δεν έχει αέρα, προτίμησε να

βάλεις το ψάθινο καπέλο σου στον

**Πλατύ Γιάλο**. Το ξακουστό **Γιάδακι** με

τα ασύλληπτα νερά προσεγγίζεται

είτε με το καραβάκι, είτε με 40 λεπτά

πεζοπορία. Με αυτοκίνητο φτάνεις

στον κόλπο των **Αφάλων** με την

πυκνή βλάστηση και τις βραχιώδεις

ακτές για να επιλέξεις μία από τις

άγριες παρaλίες. Στην **Παλή** και τα κα-

ταπράσινα νερά της που είναι πάντα

πρέμα. Υπάρχει ακόμα το Αγούλι με τα

λευκά βότασα και οι πιο τουριστικές

**Φορικές**. Στο **Βαθύ** θα βρεις εξαιρετι-

κές σκίες, παρaλία οργανωμένη στο

μεγαλύτερο τμήμα της. Δίπλα της το

δίστημο **Σπαρκήνικο** με σμαραγδένια

νερά και φυσική ομορφιά. Μια βόλτα

στο **Κιόνι**, το γραφικό ψαροχώρι,

περίπου 20 χλμ. από το Βαθύ θα σου

μείνει αέχαστη. Η περίτεχνη και

ξακουστή πέτρινη σκάλα με το μπλε

κάγκελο οδηγεί σε μια διακλάδωση

που σου επιτρέπει ή να βουτήξεις στα

κρυστάλλινα νερά ή να κάνεις λίγα

βήματα ακόμη για να φτάσεις στην μι-

κρή παρaλία με τη χρυσαφένια άμμο.

Φεύγοντας από το Κιόνι θα συναντή-

σεις την παρaλία **Κριτάμι** με όμορφα

βότασα και γαλανά νερά. Άλλες

παρaλίες που αξίζει να επισκεφτείς:

**Άσπρος Γιαλός** με πεντακάθαρη

άμμουδιά, όπου μπορείς να δεις το

μοναδικό πλοιοβάθισμα εκεί, τυφλά

να 'χει της Σαντορίνης. Στην κολπίσκο

του Σχίνου, ο **Μάριμακας** με τους πα-

νύγηλους ευκαλύπτους που προσφέ-

ρουν άπλετη σκιά και θέα στο **νυσάκι**

**του Αγίου Νικολάου** και οι κολπίσκοι

στα Κουρβούλια με τα γάρφα νερά.

Οι περισσότερες προσβάσεις από

θαλάσσης. Αν τώρα είσαι από τους

αρκά σου οκάφος ή με τακίνηθεις με

το τοπικά καϊκάκια μπορείς να αγκυ-

ροβολήσεις στην παρaλία **Πλατώς**

**Άμμος** με εξωτική ομορφιά και διαυγή

καταγάλανα νερά, στο ακρωτήριο

**Κοταίφι**, ιδανικό μέρος για κατάδυση,

στο **Κουλουμί**, στο **Κάθισμα**, στη **Συ-**

**κιά**, στο **Βουκέντι**, στα **Τρία Μούδια**,

στο **Βαθύ Αρμούδι** ή στον κόλπο του

**Αντρί** που φέρνει στο νου σου τα μαγι-

κά φόρδ της Νορβηγίας.

## Τι να δεις

Να επισκεφτείς το **Παλάτι του Οδυσ-**

**σέα**. Ενδείξεις και ευρήματα μαρτυ-

ρουν ότι στον αρχαιολογικό χώρο βρι-

σκονταν τα ανάκτορα του Οδυσσέα.

Και από μουσειακούς χώρους, μια

επισκεψήν στη συλλογή του **Ναυτικού**

**- Λαογραφικού Μουσείου Ιθάκης** που

περιλαμβάνει περισσότερα από 1.500

εκθέματα, την εξαιρετική αι-

σθητική και τη ζεστή φιλοξενία. Στο

καλλιτεχνικό **Perantzada 1811 Art**

**Hotel** (2674023914), κτήριο του Tailer

με εθνικ διακόσμηση, που αποσπά

τις καλύτερες κριτικές κάθε χρόνο.

Επίσης στο Βαθύ, στο **Mentor Hotel**

(2674032433), το ιστορικό ξενοδοχείο

του νησιού με πρόσβαση στο κέντρο

της πόλης, στο ξενοδοχείο **Familia**

(2674033366) που στεγάζεται σε

πέτρινο παραδοσιακό ελαιοτριβείο

(πρόσξε τη ρεσεψιόν-μύλοι) και ξε-

χωρίζει για το δίστημο, πολύ πλούσιο

πρωινό του. Στο **Αενδρινός Villas**

(2674032839) λίγο έξω από το Βαθύ και

το **Korina Gallery Hotel** (2674033393)

με τα πολυτελή δωμάτια με θέα στο

λιμάνι του Βαθώς διακοσμημένα με

πινάκες ζωγραφικής γνωστών Ευρω-

παίων καλλιτεχνών. Το **Byron House**

(6985882060) βρίσκεται στο Κιόνι

και προσφέρει αξέχαστη εμπειρία

και εγκαταστάσεις μπάρμπεκιου για

αυτούς που δεν μπορούν να αποχωρή-

σουν το ποιοτικό φηγητό ούτε το κα-

λοκαίρι. Στον Σταυρό αξίζει να μείνεις

στο **Gardenia suites** (6948546054)

με minimal ολόκληρη διακόσμηση

και τρομερά kingsize κρεβάτια. Για

οποιαδήποτε ερώτηση και οικονομι-

κές λύσεις επικοινωνήσε με τον **Συλ-**

## Πού να μείνεις

Το **Οίνου Γκν Ιθάκη – Winelandithaca**

(6977545440) ανήκει στα σχετικά new

entry της περιοχής, παίρνει 10/10

στο booking, απέχει 1,1 χλμ. από την

Παρaλία Καμινάνα και προσφέρει κήπο,

βερπάντα και καταλύματα με όμορφη

θέα από το λιμάνι. Στο προσεγμένο

**Odyssey Apartments** (2674033400)

της κυρίας Νίτσας στο Βαθύ με θέα

προς τον κόλπο, την εξαιρετική αι-

σθητική και τη ζεστή φιλοξενία. Στο

καλλιτεχνικό **Perantzada 1811 Art**

**Hotel** (2674023914), κτήριο του Tailer

με εθνικ διακόσμηση, που αποσπά

τις καλύτερες κριτικές κάθε χρόνο.

Επίσης στο Βαθύ, στο **Mentor Hotel**

(2674032433), το ιστορικό ξενοδοχείο

του νησιού με πρόσβαση στο κέντρο

της πόλης, στο ξενοδοχείο **Familia**

(2674033366) που στεγάζεται σε

πέτρινο παραδοσιακό ελαιοτριβείο

(πρόσξε τη ρεσεψιόν-μύλοι) και ξε-

χωρίζει για το δίστημο, πολύ πλούσιο

πρωινό του. Στο **Αενδρινός Villas**

(2674032839) λίγο έξω από το Βαθύ και

το **Korina Gallery Hotel** (2674033393)

με τα πολυτελή δωμάτια με θέα στο

λιμάνι του Βαθώς διακοσμημένα με

πινάκες ζωγραφικής γνωστών Ευρω-

παίων καλλιτεχνών. Το **Byron House**

(6985882060) βρίσκεται στο Κιόνι

και προσφέρει αξέχαστη εμπειρία

και εγκαταστάσεις μπάρμπεκιου για

αυτούς που δεν μπορούν να αποχωρή-

σουν το ποιοτικό φηγητό ούτε το κα-

λοκαίρι. Στον Σταυρό αξίζει να μείνεις

στο **Gardenia suites** (6948546054)

με minimal ολόκληρη διακόσμηση

και τρομερά kingsize κρεβάτια. Για

οποιαδήποτε ερώτηση και οικονομι-

κές λύσεις επικοινωνήσε με τον **Συλ-**

**λογο Ενοικιαζόμενων Δωματίων**

(2674031079) που θα σε κατατοπίσει.

## Πού να φας και να διασκεδάσεις

Λάτρεις του γλυκού πρωινού, ενυθεί-

τε. Ξεκίνα τη μέρα σου στο **Ανάγκιο**

καφέ μπαρ (2674033721) για τρουμε-

ρές βραφες και ποιοτικό καφέ. Στο

**Piccolo** μπορείς να γευτείς μια special

εμπειρία fullbreakfast, με smoothies,

pancakes και ό,τι μπορεί να φανταστεί

η κοιλιά σου... Αν πάλι βιάζεσαι να

πας παρaλία, πέρα μια βόλτα από

τον φούρνο του **Σπαθί** (2674033344).

Εκτός από τον καφέ σου, εδώ μπορείς

να επιλέξεις ανάμεσα σε μια μεγάλη

ποικιλία από φρεσκοψημένα σφολια-

τοειδή και κουλούρια, μπιρ. Για γλυκό

γλυκό, πας στην κλασική Δωδώνη

(2674031445), με θέα στο κολπάκι. Στο

Βαθύ, μπροστά στη θάλασσα, βρι-

σκονται ο **Μπάιντς** (2674033010) για

φρέσκο λαχταριστό ψαράκι με δροσε-

ρό συζύκι και το **Κοκάλι** (2674033565)

για μαγειρευτά και τοπικά εδέσματα.

Στο **Γεφύρι** (2674031131) στον Πλα-

τρεβιά με mixed γεύσεις (δοκίμασε

παπαρόδες με σπανάκι) Εξαιρετική ε-

μπειρία είναι και το **Αγέρι** (2674031465)

στις Φορικές για φρέσκα θαλασσινά σε

λογικές τιμές. Στο Κιόνι, η **Καλυμνώ**

(2674031066) με ωραία θέα και ατμό-

σφαιρα είναι ανοιχτή όλη μέρα και

φτιάχνει ωραία πίττα με μπακαλιάρο,

Ακόμη, στο Κιόνι το εστιατόριο **Lizzy's**

(2674031523) για καλοδοούμενα πιά-

-A.V. team



# Κέρκυρα

Της **Άντζελας Γκερέκου\***

➔ Το αγαπημένο μου νησί... Όταν είσαι γέννημα θρέμμα της Κέρκυρας, νομίζω η απάντηση είναι δεδομένη... Οι πρώτες εικόνες που θυμάμαι από την Κέρκυρα είναι το γαλάζιο της θάλασσας και το πράσινο από τα περιβόλια και τους κήπους στο Κοντόκαλι, όπου μεγάλωσα. Οι πιο δυνατές αναμνήσεις είναι γεύσεις και αρώματα από ανθισμένες πορτοκαλιές, που είχαμε στον κήπο. Τα μεσημέρια του καλοκαιριού, καθώς δεν υπήρχε περίπτωση να ξαπλώσουμε, πηγαίναμε στα λιόδεντρα. Εκεί θυμάμαι ατέλειωτες συζητήσεις με τον παππού μου, να μας λέει ιστορίες για τους Βενετούς και τη λιανοιλιά αλλά και για τα οφέλη αυτής της μοναδικής στον κόσμο κερκυραϊκής ποικιλίας ελιάς.

Το καλοκαίρι στην Κέρκυρα έχει για μένα τη γοητεία των ατελείωτων απογευματινών περιπάτων με την οικογένεια και φίλους στη **Σπιανάδα** και το **Λιστόν**. Μεγαλώνοντας και εξερευνώντας το νησί, κατάλαβα τι εννοούσε ο μεγάλος μας Κωνσταντίνος Τσάτσος όταν έλεγε ότι «η Κέρκυρα είναι ιδέα». Για να την αντιληφθείς πρέπει να ανακαλύψεις κάθε γωνιά της, να γνωρίσεις τις αντιθέσεις που κρύβει. Από την άγρια δασώδη ομορφιά του βορρά και τις παραλίες με βότσαλο, στα ήρεμα τοπία και τις τεράστιες παραλίες με τους αμμόλοφους του νότου, όπου μεγαλώνει το περίφημο λευκό, άγριο κρινάκι της Κέρκυρας. Η περίφημη αριστοκρατική γοητεία του νησιού έχει πολλά πρόσωπα. Είναι η αυστηρότητα του μπαρόκ μα και η χαρά της ζωής του belle canto. Είναι η παλιά πόλη, παγκόσμιο μνημείο της ΟΥΝΕΣΚΟ, το Λιστόν, έργο του Γάλλου αρχιτέκτονα Λεσέψ, ο οποίος επηρεάστηκε από τους αρχιτέκτονες Περισί και Φοντέν που είχαν σχεδιάσει την τοξοστοιχία στη Rue de Rivoli στο Παρίσι. Αλλά είναι και η σπάνια αρχιτεκτονική της παλιάς **Περίθειας**, ενός από τα ομορφότερα και λιγότερο εξερευνημένα χωριά στον κόσμο. Το καλοκαίρι στην Κέρκυρα είναι εκδρομές στα μικρά, κοντινά νησάκια: **Ερεϊκούσα**, **Οθωνοί**, **Μαθράκι**, κρυμμένοι επίγειοι παράδεισοι, που ο χρόνος μοιάζει να έχει σταματήσει σε άλλες εποχές, αυτό που σήμερα λέμε slow travel... Αυτή την άλλη, τη λιγότερο προβλεπόμενη Κέρκυρα λάτρεψα ακόμη πιο πολύ... Αυτή την άγνωστη, εξίσου πεντάμορφη Κέρκυρα προσκαλώ και τους αναγνώστες σας να ανακαλύψουν. Ορεινό μονοπάτι, σπάνιοι βιότοποι με μοναδικά οικοσυστήματα, όπως η **Λιμνοθάλασσα Κορισίων**, προστατευόμενος υδροβιότοπος **NATURA**. Το νησί μας διαθέτει μια πλούσια ορνιθοπανίδα, ιδανική για bird watching. Πόσοι αλήθεια γνωρίζουν ότι η Κέρκυρα διαθέτει έναν τόσο μεγάλο αριθμό ειδών άγριας ορχιδέας, που καθιστούν το νησί φυσικό φαινόμενο; Η Κέρκυρα είναι αναμφίβολα ένας κοσμοπολίτικος μα, παράλληλα, και ένας εναλλακτικός προορισμός διακοπών, για κάθε εποχή του χρόνου. Σε κάθε περίπτωση, πάντως, για να καταλάβεις τη γοητεία και την ομορφιά της δεν αρκεί να τη δεις με τα μάτια σου, πρέπει και να τη νιώσεις. Πρέπει να μπεις στον ρυθμό της, γιατί στην Κέρκυρα όλα είναι μουσική: η ομιλία των ανθρώπων, η τεράστια παράδοση της **Επτανησιακής Σχολής**, οι 20 και πλέον περίφημες **Φιλαρμονικές Ορχήστρες της**. Και, βέβαια, όλο το νησί και ειδικά η πόλη διαθέτει όλες τις σύγχρονες υποδομές και τον ψηφιακό εξοπλισμό που επιτρέπει σε κάποιον από απλός επισκέπτης να γίνει μόνιμος κάτοικος, ασκώντας την εργασία του από απόσταση. Η κοσμοπολίτικη Κέρκυρα, αυτό το μεγάλο σταυροδρόμι της Ελλάδας με τη Δύση, είναι ιδανικός προορισμός για τη μεγάλη, διεθνή οικογένεια των digital nomads.

Αρκεί ένα καλοκαίρι στην Κέρκυρα και μπορεί να «θέλεις να μείνεις για πάντα», όπως λέει και η τελευταία καμπάνια του ΕΟΤ για όλη τη χώρα.

*\* Η Άντζελα Γκερέκου είναι πρόεδρος του ΕΟΤ.*



# Ερείκουσα

Της **Λένας Διβάνη\***

Ξέρετε πού είναι η Ερείκουσα; Όχι, ε; Ε, λοιπόν ούτε κι εγώ ήξερα μέχρι πέρσι. Πέρσι τέτοιο καιρό, όπως θυμόσαστε, βγάiname κουτσά στραβά από την πανδημία και είχαμε όλοι ένα μούδιασμα σε όλα τα μέλη του σώματός μας, του εγκεφάλου συμπεριλαμβανομένου. Θέλαμε να ξεφαντώσουμε αλλά δεν ξέραμε πώς. Θέλαμε διακοπές αλλά να διακόψουμε τι; Κυρίως από τον καναπέ και τις βλαβερές επιπτώσεις του πάνω στους μύες μας. Πού να πάω ο λαπάς... σκεφτόμουν. «Για σκάψιμο», είπε τότε μια φωνή από το τηλέφωνο. Ήταν η αρχηγός της ορειβατικής μας ομάδας που μας προέτρεπε να σώσουμε μαζί με το σώμα και την ψυχή μας πηγαίνοντας να ανοίξουμε εθελοντικά μονοπάτια στην Ερείκουσα! «Να την πάρω την τσάπα ευχαρίστως αλλά πού είναι η Ερείκουσα, ρε παιδιά;» ψέλλισα εγώ. «Πάνω από την Κέρκυρα, βορειότερα δεν έχει, στη θάλασσα ανάμεσα Ελλάδα και Ιταλία. Ανήκει στις λεγόμενες διαπόντιες νήσους». «Ε τότε να πάμε», είπα. Για να είμαι ειλικρινής και στον διάολο να μου έλεγαν να πάω θα πήγα, παιδιά μου αγαπημένοι. «Και πού θα μένουμε;» πέρασα στο παρασύνθημα. Συνήθως στα εθελοντικά μένουμε σε δημοτικά κάμπινγκ αλλά είπα μήπως ο δήμαρχος της Ερείκουσας φιλοτιμιόταν για κάτι πιο λουξ. Μπα, όχι. Στην αυλή του σχολείου θα στήναμε τις σκηνές μας, στο τσιμέντο δηλαδή. Εκεί κάτι αγανάκτησε μέσα μου. Ε, όχι, μετά από τόσο κλεισούρα αξίζω ένα ζεστό ντους μετά το σκάψιμο, μια καθαρή πετσέτα, ένα μαλακό κρεβάτι. Στα μουλωχτά λοιπόν βρήκα συνένοχο μια φίλη συνορειβάτισσα και κλείσαμε στα τυφλά ένα δωμάτιο στο **Μπουτίκ Χοτέλ Άκανθα**. Προσδοκίες πολλές δεν είχαμε, βεβαίως. Περισσότερο μπουτίκ (=κουτί) παρά χοτέλ το περιμέναμε. Ε, λοιπόν, κάναμε τεράστιο λάθος! Όταν το βαρκάκι μας πέρασε από την Κέρκυρα στη λιλιπούτεια Ερείκουσα διαπιστώσαμε ότι η Άκανθα ήταν ένα κα-τα-πλη-κτικό μίνι αλλά πολύ σικατό ξενοδοχείο. Η Φράνκα η ιδιοκτήτρια, μια υπέροχη 70άρα Μιλανέζα, ήρθε εκεί με το σκάφος και τον πλούσιο σύζυγο, ερωτεύτηκε κατακούτελα το νησάκι όπου άραζαν πολλοί Ιταλοί και μη σκαφάτοι, έχτισε ένα σπίτι στην ακρογιαλιά και μετά το μετέτρεψε σε ξενοδοχείο με ελάχιστα δωμάτια αλλά με πολυτελείς λεπτομέρειες: είχε σεφ φοβερή στην κουζίνα, μασάζ στην αμμουδιά μετά μουσικής κ.λπ. κ.λπ. Μόλις μάλιστα έμαθε πως ήμουν συγγραφέας με ρώτησε αν ήμουν διάσημη (#not) γιατί είχε, λέει, φιλοξενήσει πολλές σελέμπριτις – μεταξύ των οποίων ο Αλέξης Τσίπρας που ξέπλυνε εκεί (στην ερμηιά με χάρη) τον πόνο του μετά το διαβόητο δημοψήφισμα. Έτσι ζήσαμε 7 μέρες στην ολοστρόγγυλη και καταπράσινη Ερείκουσα: Το πρωί ξεχορταριάζαμε, σκάβαμε, τσαπίζαμε και το απόγευμα κάναμε μασάζ για να φάμε χαλαρά τις νοστιμιές της σεφ. Στο λιμάνι, το **Πόρτο**, υπάρχουν λίγα σπίτια, λίγες ταβέρνες, λίγα ξενοδοχεία και λίγα μπαρ όπου επιτρέπεται ωστόσο να κάνεις χαμό άμα σου 'ρθει το κέφι. Όλα λίγα ώστε να περάσεις πολύυυυ ψύχα. Το μόνο πολύ είναι η θάλασσα. Μηροστά σου είναι γαλαζοπράσινη, απέραντη, αγκαλιά με τη χρυσή αμμουδιά. Τι άλλο μπορεί να θέλει ο άνθρωπος μετά την καραντίνα για να 'ρθει στα ίσα του;

*\* Η Λένα Διβάνη είναι συγγραφέας. Το τελευταίο της βιβλίο «Ονειρεύτηκα τη Διδώ» κυκλοφορεί από τις εκδ. Πατάκης.*

## instax mini Evo: Η FUJIFILM έφτιαξε την κάμερα των ονείρων σου!

Φαντάσου μια φωτογραφική κάμερα που σου επιτρέπει να εκτυπώσεις, έγχρωμες ή ασπρόμαυρες, τις φωτογραφίες που μόλις τράβηξες! Που μπορείς να τις επεξεργαστείς με διάφορα φίλτρα, να χρησιμοποιήσεις μια μεγάλη ποικιλία από ειρέ για 100 διαφορετικούς δημιουργικούς συνδυασμούς, με ισχυρό φλας εάν δεν υπάρχει καλός φωτισμός, που μπορείς να τις μεταφέρεις στο smartphone σου. Η κάμερα αυτή υπάρχει, είναι η φοβερή **instax mini Evo** της FUJIFILM και συνδυάζει το κλασικό, retro, vintage design μιας αναλογικής κάμερας με τα τεχνικά χαρακτηριστικά μιας σύγχρονης ψηφιακής κάμερας. Με την **instax mini Evo** έχεις ό,τι ακριβώς χρειάζεσαι για να εκφράσεις τον κόσμο ακριβώς όπως τον βλέπεις!





Το Νησί των Φαίακων, η κόμισσα του Ιονίου, με το υπέροχο φυσικό τοπίο, την πλούσια πολιτιστική κληρονομιά και τις βενετσιάνικες, γαλλικές και αγγλικές επιρροές, ένα νησί κοσμοπολίτικο και αρχοντικό που θα σε συναρπάσει. Το συγκρότημα κτιρίων **Λιστόν** στην εντυπωσιακή **πλατεία Σπιανάδα**, εκεί όπου πραγματοποιούνται τα σημαντικότερα πολιτιστικά γεγονότα στο νησί, θυμίζει το Παρίσι μιας άλλης εποχής. Το ιστορικό κέντρο, άλλωστε, έχει κηρυχθεί ως μνημείο πολιτιστικής κληρονομιάς της UNESCO.

#### Τι να δεις

Να επισκεφθείς το διάσημο **Κανόνι** και το **Ποντικονήσι**. Στα Ανάκτορα των Αρχαγγέλων Μιχαήλ και Αγίου Γεωργίου στεγάζεται το **Μουσείο Ασισιατικής Τέχνης**. Την **Ιερά Μονή Υψηλού Παντοκράτορος**, στο βορειανατολικό άκρο του νησιού. Αξίζει να επισκεφτείς το **Αγγελόκαστρο**, ένα από τα σημαντικότερα βυζαντινά κάστρα της χώρας.

#### Πού να κολυμπήσεις

Με ακτές μήκους 217 χλμ., στην Κέρκυρα θα βρεις μερικές από τις πιο όμορφες παραλίες της Ελλάδας. Η **Γλυφάδα** είναι από τις πιο δημοφιλείς, μόλις 20 λεπτά από το κέντρο της πόλης. Η **Ροβινιά**, στην περιοχή των Λιαπάδων, θεωρείται η πιο όμορφη από τους ξένους επισκέπτες του νησιού. Λίγο πιο βόρεια βρίσκεται η πανέμορφη περιοχή της **Παλαιοκαστρίτσας**. Με θαλάσσιο ποδήλατο μέσα σε λίγα λεπτά θα ανακαλύψεις τις κρυμμένες παραλίες και τους βραχώδεις όρμους της. Στη νοτιοδυτική Κέρκυρα υπάρχει και η παραλία του **Χαλικούνα**, κοντά στο χωριό Άγιος Ματθαίος, τεράστια αμμουδιά με ψιλή άμμο. Στο **Canal d'Amour**, ανάμεσα στα χωριά Περούλαδες και Σιδάρι, σύμφωνα με τον μύθο, τα ζευγάρια που θα κολυμπήσουν εκεί, μένουν για πάντα ερωτευμένα. Βορειοδυτικά του νησιού θα βρεις και το **Πόρτο Τιμόνι**, τις εξωτικές διδυμες παραλίες, κοντά στον Άγιο Γεώργιο Πάγων.

#### Πού να φας

Ο διάσημος σεφ Έκτορας Μποστρίνι γεννήθηκε στο νησί και το βραβευμένο του εστιατόριο **Etrusco** (698 885 6622) σε περιμένει στην Κάτω Κορακιάνα. Ένας άλλος Κερκυραίος σεφ, ο Αριστοτέλης Μέγκουλας, στο εστι-

ατόριό του **Pomo D'oro** (2661028680), σερβίρει υπέροχο μεσογειακό μενού με υλικά από τη γη της Κέρκυρας. Στο **Ταβερνάκι της Μαρίνας** (2661042071) για αυθεντικές κερκυραϊκές σπεσιαλιτέ. Στο Κανόνι, να πας στο **La Verada di Corfu** (2661036540), ίσως το ωραιότερο μπαλκόνι του νησιού για μεσογειακή κουζίνα και κοκτέιλ. Πα ελληνική και μεσογειακή κουζίνα στο Παλαιό Φρούριο, πήγαινε στο Εστιατόριο του **Ιστιοπλοϊκού Ομίλου Κέρκυρας** (2661038763). Για μπέργκερ στο δημοφιλές **Firi Firi - The Beer House** (2661033953). Για φρέσκο ψάρι στην ταβέρνα **Οι Ωραιές Μπενίτσες** (2661072750), στην ομώνυμη περιοχή. Στη χώρα για ιταλική κουζίνα στο **La Famiglia** (2661030270) και στο **Lucciola Garden Restaurant** (693 438 7701), με υπέροχο κήπο. Ελληνική νότα στο μεζεδοπωλείο **Άμπακας** (2661304219). Γκουρμέ απόλαυση στην πλατεία Κρεμαστής στο **Βενετσιάνικο Πηγάδι** (2661550955). Στην Παλαιοκαστρίτσα στο **Akron Beach Bar Restaurant** (2663041226). Στη βόρεια πλευρά θα δεις το πιο εντυπωσιακό ηλιοβασιλέμα του νησιού στο **7th Heaven Cafe** (2663095035) στους Περούλαδες, και λίγο πιο δίπλα στους Αυλιώτες, για ξακουστό σοφρίτο στην **Ταβέρνα του Ηλία** (2663095270) κάτω από την κληματαριά.

#### Πού να διασκεδάσεις

Στο **Pazuzu** (Γλυφάδα, 2661094444), ένα από τα καλύτερα μπιτς κλαμπ της Ελλάδας. Το **54 Dreamy Nights** (6940645436) θα σου προσφέρει αξέχαστη εμπειρία. Το **Café Bristol** (6936660101) είναι από τα πιο δημοφιλή café bar στην καρδιά του Λιστόν. Στο **Μικρό Café** (2661031009), στα σοκάκια της παλιάς πόλης, και για νυχτερινή «απόδραση» στο **café bistro Stories** (2661551377). Και φυσικά στον εναλλακτικό **Koxlia** (2661028118), στην κεντρική πλατεία.

#### Πού να μείνεις

Ενδεικτικά στο πεντάστερο **Corfu Palace** (2661039485) στην παραλιακή, στο επίσης πεντάστερο **Ροδόσταμο** (2661440300) στο Κομμένο, 20 λεπτά από την πόλη, στο boutique hotel **Locandiera** (2661039035). Στο 5άστερο **Angsana Corfu** (2661022900), στις γραφικές Μπενίτσες, με πολυτελή δωμάτια και σουίτες. Στο **Destino Blue Hotel & Spa** (2663099486) ένα παραδεισένιο ξενοδοχείο στα βόρεια. -A.V. team

# Κέρκυρα

Της **Marseaux\***

«Το όνομα Κορφού ή Κορυφώ προέρχεται από το «πόλεις των κορυφών», από τις δύο ακροπόλεις που υπάρχουν στη **Χώρα**. Η μυθολογία λέει πως το νησί πήρε το όνομά του από τη νύμφη Κέρκυρα, που την έφερε εκεί ο Ποσειδώνας. Ο καρπός του έρωτα του θεού με τη νύμφη ήταν ο Φαίακας, πρόγονος των αρχαίων Φαίακων, λαός που φέρεται να φιλοξένησε τον Οδυσσέα λίγο πριν φτάσει στην Ιθάκη.

Τρέφω ιδιαίτερη αγάπη για την Κέρκυρα, καθώς δεν υπάρχει καλοκαίρι τα τελευταία 3 χρόνια που να μην την έχω επισκεφτεί. Μία από τις αγαπημένες μου στιγμές στις διακοπές της Κέρκυρας είναι η στιγμή που παίρνω το «πειρατικό» караβάκι το οποίο μας περνάει απέναντι, στο **νησί του Βίδο** που αποτελεί έναν μικρό φυσικό παράδεισο, μια άσπρη αβαλλοιώτης περιβαλλοντικής ισορροπίας, αφού συνδυάζει ισορροπημένα φύση και θάλασσα. Το νησί δεν κατοικείται από ανθρώπους αλλά από εκατοντάδες κουνελάρια. Αξίζει να σημειωθεί ότι την πρώτη χρονιά που πήγα είχα μεγάλη περιέργεια για την ιστορία του νησιού οπότε επισκέφτηκα το **μνημείο των Σέρβων στρατιωτικών** (Μαυσωλείο) που έστησε η σερβική κυβέρνηση, χώρος μνήμης και τακτικών επισκέψεων του σερβικού λαού, που διατηρεί στενότερους δεσμούς με τους Κερκυραίους όπως και την ιστορική **εκκλησία του Αγίου Στεφάνου**.

**Ροβινιά, Γλυφάδα, Άγιος Γόρδιος, Παλαιοκαστρίτσα και Χαλικούνας** είναι κατ' έμέ παραλίες που δεν πρέπει να χάσει κάποιος που επισκέπτεται την Κέρκυρα. Με τα

δροσερά, καθαρά νερά τους και την εκπληκτική φύση που τις περιβάλλει, κάθε χρόνο χάνω την αίσθηση του χρόνου. Πηγαίνω πρωί και φεύγω βράδυ!

Τις πιο ωραίες καλοκαιρινές βραδιές τις περνάμε στη **Σπιανάδα**, τη μεγαλύτερη πλατεία της **Κέρκυρας** αλλά και όλων των Βαλκανίων. Μαζεύεται πολύς κόσμος, κυρίως νέοι, παίζουν μουσική, συζητάνε, χορεύουν. Άλλος ευχάριστος βραδινός προορισμός είναι τα τσιπουράδικα. Με την παρέα μου περνάμε αρκετά βράδια στο **Εκτός Σχεδίου**, που πίνουμε τα τσιπουράκια μας και τα κρασάκια μας συνοδευόμενα από πολύ νόστιμους μεζέδες και ρεμπέτικη μουσική.

Η Κέρκυρα, εκτός από την ομορφιά των κτιρίων και των δρόμων της, έχει φοβερό φαγητό. Η **Φαβέλα** είναι το ιδανικό μέρος για brunch, με τις πεντανόστιμες βάφλες και τα pancakes της. Το πιο όμορφο στη Φαβέλα είναι ότι την περιτριγυρίζουν πανέμορφες βουκαμβίλιες, όπως και όλο το νησί άλλωστε. Η **Βεράντα** είναι η αγαπημένη μου ταβέρνα στην Κέρκυρα και είναι στα **Μουράγια**. Έχει φοβερό ψάρι αλλά και υπέροχη τοποθεσία, μια που τρως κυριολεκτικά σε ένα μπαλκόνι με θέα τη θάλασσα. Ανυπομονώ πώς και πώς να επισκεφτώ και φέτος το αγαπημένο μου νησί, με αγαπημένους ανθρώπους, και να ζήσω αξέχαστες στιγμές. Αχ ρε Κερκυράρα, δεν θα σε βαρεθώ ποτέ!

\*Η **Marseaux** είναι τραγουδίστρια. Αυτή την περίοδο πραγματοποιεί την καλοκαιρινή της περιοδεία μαζί με τον Solmeister και τους WNC. Το νέο της single με τους STAVENTO «Χαιρετισμούς» κυκλοφορεί από τη Mino EMI / Universal.



Δήμος: 2661042601-2  
Τουριστική Αστυνομία: 2661039503  
Λιμεναρχείο: 2661040002  
Γενικό Νοσοκομείο: 2661360400



# Παξοί

Του **Σπύρου Κώτσια\***

➔ Παξοί, όπως παράδεισος, με πέντε γράμματα και έκταση 25.322 τετραγωνικά χιλιόμετρα. Ο Όμηρος τους έδωσε πρώτος ρισπέκτ, ο πολυμήχανος Οδυσσέας θρυλείται πως τους αγαπούσε, ο πολυγραφώτατος περιηγητής κι ερευνητής Λουδοβίκος Σαλβατόρ πέρασε έξι μήνες τον 19ο αιώνα στο νησί και έγραψε ένα βιβλίο 500 σελίδων.

Από την πρώτη φορά που τα πόδια μου βρέθηκαν σε αυτό το γαλαζοπράσινο σημείο του χάρτη, εκείνο το καλοκαίρι που τα σχολεία έκλεισαν και το φθινόπωρο θα μας έβρισκε να πηγαίνουμε στο Γυμνάσιο, μέχρι σήμερα, προσπαθώ να μην... παίρνω απουσία. Δοκιμάστε να ξυπνήσετε το πρωί και να πιείτε καφέ στον Λογγό που έχει μία αγχολυτική ηρεμία, το Rocher που βλέπει τη θάλασσα ή τον Γάν που μαγνητίζει τους τουρίστες. Ήρθε η ώρα για βουτιά; Αν είναι μεσημέρι στον Κήπο στον Λόγγο, που προτιμούν περισσότερο οι ντόπιοι κι έχει σχετικά δύσκολη πρόσβαση, τα νερά είναι πένα. Αν είναι απόγευμα, για να δείτε το ηλιοβασίλεμα που πέφτει μέσα στη θάλασσα, το keyword είναι Ερμηίτης. Αν σας αρέσουν after καταδύσεις ο Ορκός στη Λάκκα με το μεγάλο μονοπάτι είναι μια εμπειρία. Αν θέλετε να δείτε κάπου αλλού τον ήλιο να πέφτει η θέα της Καστανίδας, η Στέρνα, η «Ελληνικιά», τα Βελιαντίτικα, είναι ό,τι πρέπει για να την πέσετε. «Μαμ» και... κάτω στον «Βασίλη» στον Λογγό ή στο «Κουζίνι» στον Γάν, με μακαρονάδες από ιταλίδα σεφ. Μπίρες και τσίπουρα για όλες τις ώρες και εποχές, στο παραδοσιακό καφενείο «Μπουρνάος» με την πίσω αυλή που άνοιξε να φέρνει τη θάλασσα μπροστά στα μάτια σας. Γλυκές δοκιμές; Παγωτό μία-δυο γεύσεις από κάθε μέρα στο Capriccio στον Γάν – και κάντε τη «γουρουνιά» να δοκιμάσετε και κρέπα. Ένα καλοκαίρι, μετά την εξεταστική, δοκιμάσαμε να νοικιάσουμε βάρκα για να κάνουμε τον γύρο του νησιού και να καταλήξουμε στους Αντίπαξους. Και είδαμε τα πάντα αλλιώς. Πατί εκτός από τις «μπροστινές» φημισμένες παραλίες του Αντίπαξων, στην πίσω πλευρά, στις παραλίες Ροδοβάνι και Σαρακίνικο, στη βραχονησίδα Δασκάλια για βουτιές – εμπειρίες ζωής, μπορεί να βρείτε, να «κατασκευάσετε» τον δικό σας παράδεισο.

\* Ο Σπύρος Κώτσιας είναι μηχανικός, επιχειρηματίας, ιδρυτής των café-bars-restau Εφημερίδα SKG και Εφημερίδα ΑΘΗ.

info

Για βουτιές σε νερά ονειρεμένα, για βαρκάδες μέχρι τους γειτονικούς Αντίπαξους, για διαδρομές στους ελαιώνες με τα αιωνόβια λιόδεντρα και σε όμορφα λιθόχτιστα χωριά, για τα συγκλονιστικά πανοράματα με θέα στο ανοιχτό πέλαγος, για τα παρεϊστικά βράδια στα μπαράκια του Γαίου με φόντο τα ιστιοπλοϊκά αλλά και, ακόμα πιο χαλαρά, στο **Λιμανάκι της Λάκκας**, θα επιστρέψετε πάντα στους Παξούς.

#### Τι να δεις

Τον κοσμοπολίτικο Γάιο, πλάι στο κανάλι που τον χωρίζει από τα **νησάκια της Παναγιάς** και του **Αϊ-Νικόλα**. Τον γραφικό Λογγό και τη γεμάτη ζωντάνια **Λάκκα**. Αν ξυπνήσεις με διάθεση για sightseeing στον Αϊ-Νικόλα σε περιμένει το ενετικό κάστρο και στο γειτονικό νησάκι το **Μοναστήρι της Παναγιάς των Βελιαντινών** και ο φάρος (που πρωτολειτοργήσε το 1825), στον Γάιο το μικρό ιστορικό-λαογραφικό μουσείο και η **εκκλησία των Αγίων Αποστόλων** και στον **Οζιά** η ερειπωμένη **παιοχριστιανική της Αγίας Μαρίνας**. Βάλε στη βαλίτσα άνετα παπούτσια για πεζοπορία, δεν παίζουν οι διαδρομές στα δυτικά και το ηλιοβασίλεμα που «σερβίρουν»: στον απόκρημνο γκρεμό στο **Μουσμούλι**, στη **Στέρνα Ελληνική** και στο μονοπάτι στις **Όστριες**.

#### Πού να κολυμπήσεις

Καραβάκι και βουρ στους **Αντίπαξους** για βουτιές σε τirkουάζ νερά και ηλιοθεραπεία στην ξανθιά άμμο στο **Βουτούμι** και στη **Βρίκα**. Τον Αύγουστο,

την ακτογραμμή των Παξών. Θα κατηφορίσεις στο **Κηπιάδι**, θα απλώσεις την ψάθα σου κάτω από τις ελιές στο **Μαρμάρι** (και οι δύο στην περιοχή του Λογγού), θα φθάσεις ως και τους ανεμοδαρμένους **Πλάνους**, προς Λάκκα μεριά, κοντά στον φάρο. Η πιο εντυπωσιακή παραλία στο νησί, πάντως, είναι ο **Ερμηίτης**: ηλιοβασίλεμα στο πιάτο, υπέροχες αποχρώσεις του μπλε στα νερά και στην πλάτη σου πανύψηλα λευκά βράχια.

#### Πού να φας

Για σύγχρονη κουζίνα όλοι οι δρόμοι οδηγούν στο εστιατόριο **Erimitis** (6977753499) στην καρδιά του νησιού. Στο Λογγό, φρέσκο ψάρι, θαλασσινά και νόστιμα μαγειρευτά στην **ταβέρνα του Βασίλη** (2662031587) και στην καταπράσινη αυλή του **Μπουλούκου** (2662031336). Στην παραλία του Λεβρεχιού για σοφρίτο και στιφάδο θα πας στο **Οινομαγειρείο ο Γιος** (2662031735). Στη Λάκκα, ιταλική κουζίνα στο **La Rosa di Paxos** (2662031471) και κλασικά ελληνικά πιάτα στο **Παξιμάδι** (2662033098). Στον Γάιο, για παραδοσιακά επτανησιακά πιάτα στο **Carnayo** (2662032376), για ψάρι και αστακό στο **Τάκα Τάκα** (2662032329).

#### Πού να διασκεδάσεις

Στον Γάιο για κοκτέιλ στο **Porto Vecchio**. Για μοχίτο και λουκουμάδες και φυσικούς χυμούς στο **café Ave-si**. Με τον DJ να δίνει το ρυθμό για χορό στο **Καλημέρα** στον κεντρικό πεζόδρομο. Στον Λογγό, στο **Τα-Ξεϊδι** με αυτοσχέδια live.

#### Πού να μείνεις

Στο **Torri e Merli** (26212 34123) κοντά στη Λάκκα. Στον Γάιο, στο **Paxos Club** (26620 32450-3) και στο **Paxos Beach** (26620 32211) με δική του παραλία. Στην παραλία Κλωνί Γουλί σε δωμάτια με θέα στο Ιόνιο ή στους καταπράσινους κήπους, σε βίλα με πριβέ πισίνα στο **Anassa Mare Villas & Residences** (6980735763).  
- A.V. team

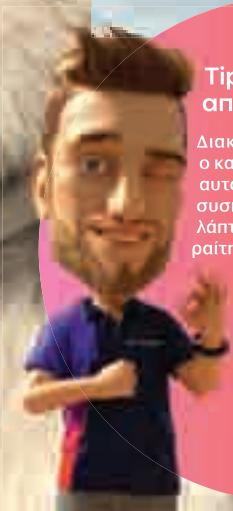


Αστυνομία: **2662032222**  
Λιμεναρχείο: **2662032259**  
Δήμος: **2662032100**  
Κέντρο Υγείας: **2662031466**

βέβαια, εδώ το πλάνο έχει μοτιλιάρισμα από ιστιοπλοϊκά. Αν αγαπάς τις βοτσαλάδες και το σκηνικό ελιές μέχρι εκεί που σκάει το κύμα, θα την αγαπήσεις

#### Τips χαλάρωσης από το ΔΕΗ myEnergy

Διακοπές σημαίνει χαλάρωση και ο καλύτερος τρόπος να το πετύχεις αυτό είναι να «αποσυνδεθείς» από τις συσκευές σου, όπως κινητά, τάμπλετ, λάμπες κτλ. Αν παρ' όλα αυτά είναι απαραίτητο, τουλάχιστον φρόντισε να αποσυνδέεις τους φορτιστές από την πρίζα (ή να κλείνεις τον διακόπτη του πολύπριζου) όταν οι συσκευές σου φορτίσουν πλήρως, αφού κάποιοι φορτιστές συνεχίζουν να καταναλώνουν ρεύμα όσο βρίσκονται στην πρίζα.





Διάσημη για το γαλάζιο, σχεδόν λευκό χρώμα της θάλασσάς της που οφείλεται στο πέτρωμά της που καθώς διαλύεται στο νερό δημιουργεί αυτές τις γαλακτώδεις δίνες. Είναι δημοφιλής προορισμός και για έναν άλλο λόγο: δεν χρειάζεται να υποστείς την ταλαιπωρία του καραβιού για να φτάσεις, αφού πλωτή γέφυρα συνεχούς ροής την ενώνει με την Ακαρνανία. Οι παραλίες της, κυρίως στη δυτική πλευρά που είναι ανοικτή στο Ιόνιο, είναι μεγάλες, πεντακάθαρες και διάσημες, όπως οι **Εγκρεμνοί** και το **Κατσίκι**.

#### Τι να δεις

Ωραία χωριά, καταρράκτες, σμαραγδένιες θάλασσες, καταπράσινη ορεινή φύση. Αξίζει μια βόλτα στο σύγχρονο οινόποι-είο **Λευκαδίτικη Γη** ([www.lefkaditikigi.gr](http://www.lefkaditikigi.gr), 2645095200), στα νότια του νησιού. Ωραίες και οι εκδρομές με φέρι από το **Νυδρί** προς το **Μεγανήσι**.

#### Πού να κολυμπήσεις

**Κάθισμα** και **Μύλος** είναι γνωστές, μεγάλες και δημοφιλείς παραλίες με beach bar και αρκετό κόσμο. Στο **Κάθισμα** θα συνδυάσεις τη βουτιά με αλεξίπτωτο πλανάρι. Ο **Άγιος Νικήτας**, πιο μικρή παραλία του ομώνυμου οικισμού με καλά νερά, ιδανική για οικογένειες. Το **Πευκούλια** έχει πολύ λιγότερο

καρποστάλ του νησιού με πάρα πολύ κόσμο. Προσοχή στις κατολισθήσεις. Στη **Βασιλική** θα πας για wind-surf. Οι **Καταρράκτες** στο Νυδρί μεπαγωμένα νερά μέσα στο πράσινο.

#### Πού να φας

Περνάς απέναντι, στην **Πάλαρο**, όπου το **Paleros Yacht Club** (2643029171) είναι ένας προορισμός από μόνος του. Όσση καλού γούστου, με τοπικές πρώτες ύλες που μεταμορφώνονται σε υπέροχες γευστικές δημιουργίες. Για φρυγαδέλια-κοκορέτσι στο **Πάλλου** (2645095296) στα Χαραδιάτικα. Η ταβέρνα **Σαπφώ** (2645097497) στην παραλία του Αγίου Νικήτα έχει καλό ψάρι. Στην **Εξάνθεια** (2645099439) για γκουρμέ μεζέδες με θέα στη Ράχη. Στην ταβέρνα **Ιόνιο** (2645033000) στο Αθάνι, για σπιτική κουζίνα. Στην πόλη, στο **Θυμάρι** (2645022266) για ελληνική κουζίνα, στο **Festino** (2645024031) για ιταλικό, στο **Ristretto** για καφέ. Η **Φρύνη στον Μύλο** (2645024879) είναι από τα πιο παλιά με παραδοσιακή και διεθνή κουζίνα. Στο Γέμι στο **Seaside** (6977735889), για μεσογειακή κουζίνα.

#### Πού να μείνεις

Στους Τσουκαλάδες **Villa Aledora** (6973045950). Πιο οικονομικά στο **Agatha** (6948620615) στην καρδιά του Αγίου Νικήτα. Στο **Olive Grove Cottage** (6973668610), πέτρινη κατοικία στο Φρόνι, με θέα στη θάλασσα και στην πόλη της Λευκάδας. Στο **Aigli boutique hotel** (6986960000). Το **Sunrise hotel** (2645071400) στη Νικιάνα έχει απίστευτη θέα. Το τηλέφωνο του συλλόγου ενοικιαζόμενων δωματίων είναι 2645021608. -A.V. team

Δήμος: 2645360500  
Νοσοκομείο: 26453 60200  
Αστυνομικό Τμήμα Λευκάδας: 100 / 2645029366  
Λιμεναρχείο: 2645022322

κόσμο. Η παραλία των **Εγκρεμών** είναι διάσημη, και η πρόσβαση γίνεται με βάρκα ή σκάφος. Το **Πόρτο Κατσίκι** είναι η

# Λευκάδα

Του **Γιάννη Πάσχου\***

Η Λευκάδα μου είναι χρώμα, είναι έναστρος ουρανός, αυτός που αντίκρισα την πρώτη φορά, σλίπιγκ μπανγκ στους **Μύλους**, η θάλασσα στα πόδια μου, σιγά μη με ένοιαζε η υγρασία της νύχτας, της φωτεινής νύχτας. Έτσι παραμένει, ακόμη φωτεινή, γεμάτη προσδοκία, και η θάλασσα, κι αυτή φωτεινή, μαγική, έτσι παραμένει, ακόμη ανέγγιχτη. Δύο η ώρα το πρωί βουτούσαμε γυμνοί, σπινθήριζαν τα νερά κι αν κοιτούσες ψηλά προς τον **Προφήτη Ηλία**, το εκκλησάκι υπερίπτατο, κεράκι αναμμένο πάνω στο οροπέδιο της **Εγκλουβής**, στην έρημο των ραντάρ, άγριος τόπος, παρακάτω πεύκα, σμυρτιές, δάφνες, κυπαρίσσια και παντού να μυρίζει θυμάρι, στη **Λυγιά** οι φίλοι μου τραγουδούν στην ταβέρνα του Ξούρα.

Στην **παραλία του Άι-Γιάννη** έριξα άγκυρα, Καραϊβική λέει η Έλενα, σκηνή στα αρμυρίκια, ποτέ δεν έμεινα σε δωμάτιο, μετά στο τροχόσπιτο, πάντα στην παραλία του Άι-Πάννη, σερφ, ψαροντούφεκο, βαρκάδες, ένα φουσκωτό βαρκάκι που βούλιαξε πάνω από τρεις φορές, κι εμείς μαζί του, το απέραντο σε σώζει πάντα πριν το δει-

λινό. Αυτή είναι η ώρα του Λευκάδιου Χερν, έρχεται από τον δρόμο που χαράζει ο ήλιος του δειλινού στη θάλασσα, κάθε καλοκαίρι παρών, γεμίζουν τα σοκάκια με Παπωνέζους χορευτές και οριγκάμι, χάρτινες βαρκούλες, χάρτινα βατράχια και χάρτινα πουλιά, αυτός πάντα μελαγχολικός, λιγομίλητος. Συνομιλητής του, ο Σικελιανός και ο Βαλαωρίτης, λίγο πριν την αυγή οι τρεις τους βόλτες στα αμπέλια, στις ελιές του κάμπου, μπάνιο στη **Μαδουρή**, δεν ξέρω ποιος ξεναγεί ποιον. Τους έχω δει στο βιβλιοπωλείο της Ειρήνης και του Οδυσσέα στον κεντρικό πεζόδρομο, στο Faggoto του Θερμού και στη Χαραμόγλειο Βιβλιοθήκη, στον κήπο, με τη Μαρία Ρούσου και τον ζωγράφο Σωτήρη Θεριανό, τους έχω δει στο χωριό **Αλέξανδρος** με τον Νίκο Κονδυλάτο, τη Μάχη και την Ειρήνη Δουβίτσα. Όλοι στο νησί γνωρίζουν αυτές τις μυστικές συναντήσεις αλλά κανείς δεν λέει λέξη, ίσως κάποια στιγμή πίνοντας στον Τηλέγραφο και η θάλασσα του Άι-Πάννη σε κομματιάζει, τότε, ίσως κάποιο μέλος του σώματός σου φανεί πιο φλύαρο και αποκαλύψει μυστικά.

Τώρα έγινε η υπόγεια σήραγγα, το πήγαينه-έλα στο νησί είναι

εύκολο, ο τουρισμός όπως και να το κάνουμε επηρεάζει, η μαγεία όμως της Λευκάδος παραμένει, κι όταν το αεράκι του Ιουνίου σκορπίζει την απρέπεια και την ασχήμια, τότε, οι ευκάληπτοι του Αγιάννη και οι ελιές του κάμπου υψώνουν το μπόι τους απλόχερα η σκιά τους να κυθεί, να ενωθεί με τους ψιθύρους που άφησε η Σαπφώ στον αφρό των κυμάτων μετέωρους.

Ακόμη έχω εκείνο το σλίπιγκ μπανγκ πολωνικής κατασκευής, δώρο του πατέρα μου, πλαστικούρα του κερατά, δεν με νοιάζει η υγρασία της νύχτας, αυτή η θάλασσα είναι πάντα ίδια κι αυτή η ώρα, αργά μετά τα μεσάνυχτα, είναι πάντα ίδια. Υπέροχη η Λευκάδα, κι εγώ χαίρομαι που συναντώ τον ξένοιστο εαυτό μου, τον φερόν κι ας μου πέφτει λίγο στενός, πάντα με περιμένει, βουτώ ξανά και ξανά... Με την ευκαιρία ένα μεγάλο ευχαριστώ στην Αλέκα και την Ασπασία, που με φιλοξενούν στο οικόπεδό τους και μου δίνουν ρεύμα, τον Γεράσιμο, την Όλγα, την Αίγλη και τον Αλέξη, που μου δίνουν νερό, ντομάτες και σούκα.

\* Ο **Γιάννης Πάσχος** είναι καθηγητής πανεπιστημίου και συγγραφέας.



# Κεφαλονιά

Του **Πέτρου Μαρκαντωνάτου\***

➔ Πώς και πώς περίμενα να τελειώσει το σχολείο στην Αθήνα και να ξεκινήσουμε με τους γονείς μου τις καλοκαιρινές μας διακοπές στο ΝΗΣΙ! Έτσι το έλεγε η μητέρα μου... με στόμφο που έκρυβε τη λαχτάρα να ξαναδεί τον αγαπημένο τόπο. Εννέα ώρες διαδρομή είχαμε τότε μέχρι να αντικρίσουμε το λιμάνι της Σάμης μέσα από το F/B «Άγιος Γεράσιμος». Ποτέ δεν μπορώ να ξεχάσω, και αυτό προσπαθώ να μεταδώσω και στην κόρη μου, τη συγκίνηση που ένιωθα αντικρίζοντας το πράσινο να ακουμπά τη θάλασσα, μια πραγματική ομορφιά! Τα παιδικά καλοκαίρια στο νησί ήταν αξέχαστα, ανέμελα, με βόρτες στην πλατεία (οι Κεφαλονίτες το λάμβδα συχνά το κάνουν ρο), φαγοπότια στις παραλίες και πανηγύρια στα γύρω χωριά. Πολλά χρόνια αργότερα, μία από τις μεγαλύτερες και καλύτερες αποφάσεις της ζωής μου ήταν να παρατήσω τη δουλειά γραφείου και την καριέρα ως product manager και να ασχοληθώ αποκλειστικά με το κρασί. Και φυσικά να εγκατασταθώ μόνιμα στον τόπο καταγωγής μου, την Κεφαλονιά. Αυτή η ριζική αλλαγή στον τρόπο ζωής μου με έφερε πολύ κοντά στη φύση και ταυτόχρονα η ενασχόλησή μου με το κρασί σχεδόν με «ανάγκασε» να γνωρίσω μικρά διαμαντάκια από το πανέμορφο νησί μου, που στα μάτια μου είναι ένα από τα πιο όμορφα νησιά της Ελλάδος. Συνδυάζει το «μεγάλο βουνό», τον **Αίνο**, και τη θάλασσα, την αμμουδιά του **Μακρύ Γιαλού** και της **Αβύθου** με το βότσαλο του **Μύρτου** και των **Πετανών**. Ένα μοναδικό άγριο τοπίο. Στο νησί μπορείς να απολαύσεις, εκτός από τη φυσική ομορφιά του, και τα υπέροχα κρασιά που παράγονται στις απόκρημνες πλαγιές του Αίνου. Εκεί που η Ρομπόλα ευδοκιμεί κάτω από αντίξοες συνθήκες προσφέροντας ένα ευγενές κρασί με ιδιοσυγκρασία που ταιριάζει στη νοοτροπία των ντόπιων.

Να πω και για την άλλη ντίβα μας, την Ξηρή Μαυροδάφνη, και για το Ξηρό Μοσχάτο, ποικιλίες του νησιού που σε απογειώνουν. Τα κατσίκια και τα πρόβατα που θα δεις παντού δείχνουν τη δυναμική του νησιού στην παραγωγή εξαιρετικών τυριών, πολύ γνωστά η φέτα μας και η πρέντζα μας, να τα δοκιμάσετε! Η τοπική γαστρονομία, με επιρροές από την ιταλική και ειδικά από τη βενετσιάνικη κουζίνα, θα ενθουσιάσει και τον πιο απαιτητικό. Τι να πω για την Τασία και τη Βάσω στο **Φισκάρδο**, τον Οδυσσέα στην **Αγία Ιερουσαλήμ**, το Famillia στη **Σάμη**, τον Μπότσολο στα **Βαλσαμάτα**; Τον Ανδρόνικο της Κυανής Ακτής στο **Αργοστόλι**, τα παιδιά στις **Βινάριες**, το Melograno, το Baroque και το Οίνοψ; Να συνεχίσω με το **Κάστρο του Αγίου Γεωργίου** και τις παραδοσιακές αλλά και μοντέρνες γεύσεις στο Il Borgo, με τον Βαγγέλη να ζωγραφίζει μαγειρικά, και το Olive Lounge με τη Λιάνα να σε ταξιδεύει γαστρονομικά. Και όλα αυτά κάτω από την απίστευτη θέα του επιβλητικού βενετσιάνικου κάστρου και τον **κάμπο τσι Λειβαθούς**. Όποιος δοκιμάσει όλα τα παραπάνω θα έχει να μιλάει για αξέχαστες εμπειρίες...

Φέτος ανακάλυψα απίστευτους καταρράκτες στην περιοχή του **Πόρου**, ανεξερεύνητες παραλίες και διαδρομές στον Αίνο, τόπια με θέα και ενέργεια που σε κάνουν να νιώθεις ότι είσαι στην κορυφή του κόσμου. Μετά από 25 χρόνια μόνιμης διαμονής μου στο νησί μπορώ να παραδεχτώ ανοιχτά ότι έχω δει πολύ λίγα από αυτά που προσφέρει η Κεφαλονιά. Θέλεις πάνω από μια ζωή να ανακαλύψεις αυτό το υπέροχο νησί

\* Ο **Πέτρος Μαρκαντωνάτος** είναι ιδιοκτήτης των **Gentilini Wines**.

info

Πανέμορφο νησί που συνδυάζει σμαραγδένια νερά, βουνά για πεζοπορίες, σπήλαια για εξερεύνηση, και πλέον μία από τις πιο ανερχόμενες οινοπαραγωγικές περιοχές της Ελλάδας. Δεν είναι τυχαίο ότι το νησί επιλέγεται συχνά για γυρίσματα ταινιών και ντοκιμαντέρ ενώ τουριστικά προσελκύει φανατικούς επισκέπτες.

## Πού να κολυμπήσεις

Κοντά στο Αργοστόλι, ο όνομα και πράγμα **Μακρύς Γιαλός**, για όσους θέλουν κοσμικά. Δίπλα της ο **Πλατύς Γιαλός**, ίδιας ομορφιάς, οργανωμένη κι αυτή αλλά με λιγότερο κόσμο. Ο **Μύρτος** είναι σήμα-κατατεθέν του νησιού. Η παραλία **Μέγας Λάκκος** στο Ληξούρι με κόκκινη άμμο και ρηχά νερά. Στο Ληξούρι ρίξε μια βουτιά στο Ξι, αλλά και στους **Πετανούς** και στα **Βάτσα**. Τέλος στα must η **Μελισσάνη**, το υπέροχο λιμνοσπίλαιο και το **Σπήλαιο Δρογκαράτη** με εντυπωσιακούς σταλακτίτες. Στη Σκάλα θα βρεις μεγάλη παραλία, αμμουδερή, με ταβέρνες, μπαράκια και καφέ. Στο **Φισκάρδο**, στην κοσμική **Εμπλυση** ή

## Πού να μείνεις

**Φισκάρδο**: Στο μπουτίκ ξενοδοχείο **Emelisse** (2674041200). Στο χωριό της Αγκόννας βρίσκεται και η **Villa Katoi** (6979779893), με θέα στους κόλπους της Αγίας Κυριακής και του Μύρτου. Στο **Kefalonia Grand Hotel** (2671024981). Στην παραλία της Αβύθου εξαιρετική επιλογή το **Leivatho Hotel** (2671041340). Στην Αγία Ευφημία στο **Diosas Luxury Villas** (6978210559) με πισίνα ανάμεσα στο πράσινο, μόλις μόλις 5 χλμ. από τον Μύρτο.

## Πού να φας

Μη φύγεις από την Κεφαλονιά χωρίς να δοκιμάσεις τα εξαιρετικά κρασιά της, με πρώτη και καλύτερη τη Ρομπόλα, τα τυριά, τις πολλές και διάφορες πίτες, όπως κρεατόπιτα, μπακαλιάρωπιτα, χταποδόπιτα. Τα επισκέψιμα οινοποιεία, σε όμορφα σημεία, που προσφέρουν οινογνωσίες είναι ο **Συνεταιρισμός στον κάμπο των Ομαλών**, το κτήμα **Gentilini** κοντά στο αεροδρόμιο, του **Πάνου Σαρρή** στην **Αβύθο**, του **Σκλάβου** στο **Ληξούρι**, του **Πετρακόπουλου** στα γραφικά **Θηράματα**, του **Χαριτάτου** στα Μονοπολάτα. Στο **Sepia Sushi** (2671022011) στο Αργοστόλι θα φας σούσι και ασιατικές γεύσεις. Στην **Κυανή Ακτή** (2671026680), στο ντεκ πάνω στη θάλασσα για ψάρι και ρομάντζες. Στην **Αβύθο**, στο **Avithos Preview** (2671042135) του οινοποιού Πάνου Σαρρή, για ελληνική κουζίνα και τέλεια κρασιά από την κάβα του. Το εστιατόριο **Mikellatos** στη Σκάλα είναι το μοναδικό fine dining με ελληνική δημιουργική κουζίνα στο νησί και μέσα δουλεύει όλη η οικογένεια **Μικελάτος** (2671083240). Για fine drinking στο **Bees Knees** στο Αργοστόλι (2671028059). Στη Σάμη θα πας στο allday στέκι **Afrala**, για πρωινό και brunch μέχρι κοκτέιλ το βράδυ (6946952951) και στο **Kefallonian Beer** (6946952951) για γευστικές δοκιμές μπύρας!

- A.V. team



Δήμος Αργοστολίου: **2671360161**  
Αστυνομία: **2671028404**  
Λιμεναρχείο: **2671022397**  
Πρώτες Βοήθειες: **2671024641-6**

στη μικρή **Φώκι**. Ακολουθώσε το μονοπάτι στο κυπαρισσόδασος και βγες στο ήσυχο **Δαφνούδι**. Αν θέλεις να δεις πού γυρίστηκε «*Το μαντολίνο του λοχαγού Κορέλι*» βρες την παραλία της **Αγίας Σοφίας** και τα **Γοργοτά** – άγρια ομορφιά και είσαι σχεδόν μόνος σου! Μην ξεχάσεις την **Αντίσσημο**, 4 χλμ. από τη Σάμη. Παρθένα φύση, βαθιά νερά, το απόλυτο μπλε της θάλασσας. Αν σου αρέσει η μάσκα και το ψαροντούφεκο θα αισθανθείς ευτυχισμένος ανιχνεύοντας το βυθό και μετά θα ξαποστάσεις στο **Antisamos Beach Bar** (6944676863) για μεζέδες και στο **Acron Antisamos** (6930891579) με μουσική από dj και χαλάρωση.

## Μαγείρεμα στο σπίτι το καλοκαίρι; Χρήσιμα tips από το ΔΕΗ myEnergy

Σε όλους αρέσει να τρώνε σε ταβερνάκια δίπλα στο κύμα! Αυτό όμως δεν είναι πάντα εφικτό, οπότε τις φορές που μαγειρεύεις στο σπίτι, τουλάχιστον απόφυγε να ανοίγεις την πόρτα του φούρνου όταν λειτουργεί. Με κάθε άνοιγμα της πόρτας η θερμοκρασία του θαλάμου μειώνεται μέχρι και 10°C και μεταφέρει θερμότητα στο χώρο του σπιτιού που θέλεις να κρατήσεις δροσερό!





# Μεγανήσι

Της **Δανάης Παππά\***

➔ Σε μια πανέμορφη χώρα όπως η δικιά μας, με τόσο ιδιαίτερη γεωγραφική κατανομή, με εκατοντάδες δαυτελένια ακρογιάλια και κρυστάλλινες παραλίες, τ'ο να διαλέξεις το αγαπημένο σου νησί είναι κάτι παραπάνω από δύσκολο, ειδικά αν λόγω της δουλειάς σου έχεις επισκεφτεί τα περισσότερα από αυτά που θεωρούνται ως τα ωραιότερα. Βέβαια, στη ζυγαριά της προτίμησής μας καμιά φορά, εκτός από την ομορφιά του τοπίου, παίζει ρόλο και η σχέση μας με τους ανθρώπους. Έτσι, μετά από μεγάλο, πλην όμως ευχάριστο προβληματισμό, θα διαλέξω ένα μικρό και καλά κρυμμένο διαμάντι στη μέση του Ιονίου, το Μεγανήσι. Πέρα από την απaráμιλλη ομορφιά της ακτογραμμής του, τα τirkouά νερά του, τις μικρές νησίδες που το περιβάλλουν και τα καταπράσινα τοπία του, για μένα το Μεγανήσι είναι ένας επίγειος παράδεισος, που εκτός από την αχαλίνωτη αρμονία του είναι συνδεδεμένο με τον άνθρωπο που αγαπώ, μιας και από μικρό παιδί περνούσε τα καλοκαίρια του εκεί μεταξύ των δικών του ανθρώπων και από τις διηγήσεις του είναι σα να το έχω επισκεφτεί από χρόνια κι εγώ. Είναι αλήθεια πως όποιος επισκεφτεί το Μεγανήσι μια φορά, σίγουρα θα ξαναγυρίσει εκεί με φίλους, ανυπομονώντας να τους ξεναγήσει στα πλακόστρωτα καντούνια των οικισμών του. Γιατί παρότι μικρό, διαθέτει τρεις οικισμούς με όλες τις βασικές υποδομές για να μείνει κάποιος εκεί ακόμα και τον χειμώνα. Οι ακτές του νησιού είναι κυριολεκτικά μυθικές. Ειδικά όποιος έχει την τύχη να περηνγηθεί στη γύρω περιοχή με σκάφος, θα μείνει στην κυριολεξία έκθαμβος. Ο Κάλαμος, ο Καστός, η Άτοκος και το Αρκούδι είναι σε απόσταση αναπνοής από το Μεγανήσι για τους λάτρεις της ναυσιπλοΐας, με ήρε-

μες θάλασσες και προβλέψιμα νερά ακόμα και για αρχάριους. Δεν θα μπορούσα βέβαια να παραλείψω να αναφέρω τον Σκορπιό, το πασίγνωστο νησί της οικογένειας Ωνάση με τα Πριγκιπονήσια να το περιστοιχίζουν και την πευκόφυτη Μαδουρή του ποιητή Αριστοτέλη Βαλαωρίτη να δεσπόζει διαφεντεύοντας τη διαδρομή από το Νυδρί της Λευκάδας προς το Μεγανήσι.

Θα ρωτούσε κάποιος γιατί αποκαλείται «Μεγανήσι», αν και πρόκειται για ένα μικρό νησί. Καταρχάς να πούμε ότι είναι μεγαλύτερο από τις Σπέτσες, έστω και ελάχιστα. Μα το τωρινό του όνομα το πήρε γιατί είναι το μεγαλύτερο από τα υπόλοιπα νησάκια του συμπλέγματος, τα Πριγκιπονήσια. Στην αρχαιότητα, είχε το όνομα Τάφος, λόγω του σχήματός του που θύμιζε το γράμμα «Τ». Δεν ξέρω πραγματικά τι να πρωτογράψω γι' αυτό το μαγικό νησί, που συνδυάζει την παράδοση και την αφτιασίδωτη ομορφιά με τον κοσμοπολίτικο προσανατολισμό των λιμανιών του, που κατακλύζονται από εκατοντάδες σκάφη όλων των ειδών, ειδικά αυτή την εποχή. Η υψηλή ποιότητα της διαμονής σε συνδυασμό με την προσεγμένη κουζίνα των μαγαζιών του και τη διακριτική διασκέδαση στα «ψαγμένα» νυχτερινά μαγαζιά, συνθέτουν μια ποιοτικότερη πρόταση υψηλής αισθητικής για όποιον θέλει να συνδυάσει όλα τα παραπάνω σ' ένα περιβάλλον παραδεισένιο. Βέβαια, δεν ξέρω αν έκανα καλά που σας αποκάλυψα τον θησαυρό με το όνομα Μεγανήσι, αλλά ήθελα να μοιραστώ μαζί σας αυτή μου τη βαθιά χαραγμένη πεποίθηση ότι είναι το ομορφότερο νησί του κόσμου. Αλλά μη το πείτε πουθενά...

\* Η Δανάη Παππά είναι ηθοποιός και φέτος την είδαμε στον «Σασμό» στον Alpha.

Summer  
Guide 22



# ΠΑΛΑΙΡΟΣ

Η ανακάλυψη του φετινού καλοκαιριού

Είναι το βορειοδυτικό άκρο της Στερεάς Ελλάδας, δίπλα στη Λεωνοσό και τη Πράσινη, με την καλύτερη πρόσβαση στα νησιά του Ιονίου, στον Σκορπιό, το Μεγανήσι, τον Κολάριο, τον Καστό, την Κεφαλονιά, την Ιθάκη. Ένα μοναδικό φυσικό τοπίο για ζευγαρώματα, εναλλακτικές και οικογενειακές διακοπές. Το λιμάνι γραφικό, διαθέτει μαρίνα. Το κλίμα ήπιο, τα νερά πολύ καθαρά, κρυστάλλινα και τυρκουάζ, με βότσαλα στην πιο όμορφη παραλία της περιοχής, το θαλασβάσι. Αμετρήτοι οι κολπίσκοι με πρόσβαση με σκάφος, μπορείτε να κάνετε θαλάσσια σπορ, καταδύσεις, αλλά και περιπατητικές διαδρομές και τρέκκινγκ, ενώ η Αρχαία Πάλαιρος στη θέση Κεχροπούλα είναι υπέροχη βόλτα με φοβερή θέα. Θα γευτείτε φρέσκα ψάρια, κουζίνα βασισμένη σε τοπικό υλικό και αυθεντική νοστιμιά.



## ΔΙΑΜΟΝΗ

Προσιτή πολυτέλεια σε βίλες με πισίνα και θέα στη θάλασσα και στον κόλπο της Παλαίρου. **Olive Stone Villas**, για κρατήσεις [rentals@palerosdreamhomes.com](mailto:rentals@palerosdreamhomes.com), +30 6981682638. Αυτόνομα διαμερίσματα, πλήρως εξοπλισμένα και ιδανικά για ζευγάρια και για οικογένειες **Elsa Luxury Suites** στην Πογωνιά Παλαίρου, [www.elsaluxurysuites.gr](http://www.elsaluxurysuites.gr)



Olive Stone Villa, Παλαίρος



Olive Stone Villa, Παλαίρος



Elsa Luxury Apartments, Πογωνιά Παλαίρου

Με την παράκληση της Αμφιλοχίας που θα δοθεί στην κοκλοφορία τον Ιούλιο του 2022, η διάρκεια του ταξιδιού είναι 3 ώρες από την Αθήνα οδικώς. Καθημερινές πτήσεις από πολλές ευρωπαϊκές πόλεις στο αεροδρόμιο του Άκτιου (ΡΥΚ), που απέχει 30' οδικώς από την Παλαίρο.

## ALL DAY RESTAURANT - BEACH BAR

**Paleros Yacht Club**  
Πάνω στην άμμο και με δική του παραλία  
restaurant • beach bar • cocktails • woodoven pizza



Πάλαιρος Παλαίρος  
+30 6981682348

Yacht Club Paleros  
by the Ionian Sea

Yacht Club Paleros



Ανακαλύψτε τα Ιόνια νησιά και τις θαυμάσιες παραλίες τους, στον Σκορπιό, το Μεγανήσι, τους Εγκρεμνούς, το Πάρτιο Κατάκι, το Φτεκάρδο και άλλους. Ιδανικός τρόπος οι μονοήμερες εξορμήσεις με την **Ionian Escape**.

[www.ionianescape.com](http://www.ionianescape.com),  
+30 6981682638







Όταν ήμουν μικρός, από τη θέα του εξοχικού μου στη Μάνη, αντίκριζα τα ωραία Κύθηρα. Ένα typical virgin island που σήμερα έχω στήσει εκεί το θερινό μου, δεύτερο σπίτι. Εδώ είναι που αναγεννώ τις δημιουργικές μου δυνάμεις. Το πρώτο πράγμα που με καλωσορίζει στο νησί είναι τα χρυσαφένια άνθη της σέμπρε βίβα – το μαγικό ντόπιο λουλούδι που σημαίνει ζωντανό για πάντα και που θα βρεις να πωλούν σε κάθε γωνιά του νησιού οι γλυκές κυρίες. Βαδίζοντας στην τραχιά και αυστηρή γη του νησιού, αντιλαμβάνομαι τα πυκνά σε γεύσεις γαστρονομικά της δώρα στην πρωτόλεια μορφή τους. Τις πολύτιμες νιφάδες αλατιού – αυτό το διάσημο αλάτι των Κυθήρων – που ακόμα συλλέγουν ευλαβικά οι αλυκάριοι τεχνίτες μέσα από τους βράχους που αγκαλιάζουν τα θαλασσινά κύματα.

Το ελαιόλαδο του νησιού, που εδώ είναι βάλσαμο και έχει την τιμητική του, κι εγώ πρέπει οπωσδήποτε να φτάσω στα **Φράτσια** για να το δοκιμάσω στα καλούδια που φτιάχνουν τα εκπληκτικά χέρια των ντόπιων μαγείρων – τύφλα να έχουν οι σεφ!

Εκεί στην άκρη του χωριού, σαν ένα ακόμα ραντεβού με την ιστορία, θα με περιμένει η κυρία Θεανώ, κάθε μα κάθε χρονιά, να με φιλέψει με τους φρεσκοψημένους της ροζέδες, το γλυκό-σύμβολο των Κυθήρων.

Το ξακουστό over top θυμαρίσιο μέλι του νησιού, απλωμένο με ντόπιο τρυφερό βούτυρο πάνω σε φρεσκοψημένο παξιμάδι από τον ξυλόφουρνο, είναι το αγαπημένο μου καλωσόρισμα. Το φρέσκο ψαράκι που πάντα και παντού βρίσκεις και τα λαχταριστά θαλασσινά με συνοδεία ντόπιου κρασιού, όλα τους είναι μια εμπειρία, απλή και μαζί «αρχοντική».

Αγαπημένη βόλτα είναι αυτή στο **Μεσαιωνικό Κάστρο**, το φινό αρχιτεκτόνημα των Βενετσιάνων, με τη θέα του Αιγαίου, του Ιονίου και του Κρητικού πελάγους να σμίγουν αρμονικά. Νερόμυλοι, καταρράκτες και πέτρινα

γεφύρια γεμάτα κρυμμένα μυστικά. Η βόλτα στο **Καψάλι**, το πιο όμορφο χωριό του νησιού, με τον διπλό κόλπο, είναι ασυζητητί στα must. Πάνω από το Καψάλι, ο βράχος που υψώνεται με λαξευμένο πάνω του το **μοναστήρι του Αγίου Ιωάννη**, είναι μια μυσταγωγική εμπειρία όπου η αρχιτεκτονική και το θρησκευτικό αίσθημα συνταιριάζονται αρμονικά. Λίγο παρακάτω αποκαλύπτεται ένα από τα εντυπωσιακότερα μέρη της Ελλάδας, η **βραχονησίδα Χύτρα**. Όνομα και πράγμα! Στα απόκρημνα βράχια της θαυμάζω τις εντυπωσιακές φωλιές των μαυροπετρινών, ένα σπάνιο είδος γερακιού. Καμιά φορά είμαι τυχερός και το θαυμάζω να πετάει με 250 χλμ. την ώρα!

Εκεί ο καπετάν Σπύρος, θεματοφύλακας του θαλάσσιου τουρισμού του νησιού – και πλέον φίλος καλός – με το «Glass Bottom» σκάφος του θα μου προσφέρει κάθε φορά μια αξέχαστη εμπειρία κρουαζιέρας αλλά και κατάδυσης, συστήνοντάς μου με τη δεξιοτεχνία του και το μεράκι του τα κρυμμένα κάλλη του βυθού. Στη διαδρομή με το σκάφος δεν χάνω ποτέ την ευκαιρία για αναζωογονητικές βουτιές στον εκπληκτικό ορμίσκο της **Κυριακουλούς** και στο **Σπαργαρίο**. Ονειρικά κρυστάλλινα νερά, λευκά βότσαλα, διαδρομές, περάσματα σπηλιές, τα λόγια δεν χωρούν εδώ. Κάτι ήξερε η Αφροδίτη... Το καταπληκτικό ηλιοβασίλεμα απολαμβάνω σε ένα εξαιρετικά ειδυλλιακό μέρος, στην αυλίτσα του **Αγίου Νικολάου του Κρασά**, πάνω στα απόκρημνα βράχια της δυτικής πλευράς του νησιού. Θεέ μου, πόση γαλήνη...

Σαν ένα μικρό φως στη λάμψη της μεγάλης καλοκαιρινής Ελλάδας, τα Κύθηρα ακονίζουν τη δημιουργικότητά μου και μου θυμίζουν ότι το αυθεντικό τελικά είναι και το αληθινό. Σέμπρε βίβα, Κύθηρα!

\* Ο Κυριάκος Μελάς είναι executive chef / σύμβουλος γαστρονομίας.

# Κύθηρα

Του Κυριάκου Μελά\*

info

Στα Κύθηρα, γνωστά και με την παλαιότερη ενετική ονομασία Τσιρίγο, αναδύθηκε η Αφροδίτη. Τα χωριά, οι παραλίες, τα μουσεία, τα μνημεία, τα αξιοθέατα, τα σπήλαια και τα κάστρα του νησιού δεν χορταίνονται με μία μόνο επίσκεψη.

## Τι να δεις

Ξεκίνα από τον παραθαλάσσιο **Αβλέμονα**, που οι ντόπιοι ξεχωρίζουν ως το ομορφότερο χωριό τους. Στα χωριά **Πιτσιναίδες** και **Αρωνιάδα** θα θαυμάσεις την ντόπια αρχιτεκτονική. Στο κοσμοπολίτικο **Καψάλι**, για καφέ πάνω στο κύμα και ποτά μέχρι αργά το βράδυ. Ξακουστή και η **Αγία Πελαγία**, κοντά σε πολλές παραλίες. Στην καστοροπολίτεια της **Παλαιόχωρας** για τον ναό της Αγίας Βαρβάρας, την εκκλησία της Παναγίας του Φόρου και τα μεσαιωνικά ερείπια. Περιπάτησε το μονοπάτι που ξεκινάει από το χωριό του **Μυλοπόταμου** και οδηγεί στους **Νερόμυλους** περνώντας από υπέροχους καταρράκτες. Κοντά στον Μυλοπόταμο υπάρχει και το **σπήλαιο της Αγίας Σοφίας**. Από το **μοναστήρι της Αγίας Ελέσας** θα δεις το ωραιότερο ηλιοβασίλεμα του νησιού, στις **πηγές του Αμμή-Αλή** στον **Καραβά** θα γαληνέψει η ψυχή σου. Τη **Χώρα** θα την περπατήσεις πολλές φορές και θα ανέβεις – κάποιο απόγευμα – στο περίφημο **Ενετικό κάστρο**. Η θέα από εδώ είναι συγκλονιστική.

## Πού να κολυμπήσεις

Το **Καλαδί**, η πιο εντυπωσιακή και σίγουρα η πιο διάσημη παραλία των Κυθήρων, χωρίζεται σε τρία μέρη. Η ανάβαση είναι λίγο δύσκολη γι' αυτό προμηθεύσου νερό από την καντίνα στην κορυφή. Άλλες διάσημες παραλίες είναι το **Μελιδόνι** με την ψιλή άμμο και τα κρυστάλλινα νερά, ο **Χαλκός** με το βότσαλο και τα καταγάλανα νερά και η παραλία της **Παλαι-**

όπολης, η μεγαλύτερη του νησιού.

Το **Διακόφτι** με τα γαλαζοπράσινα νερά είναι ιδανικό για οικογένειες με παιδιά. Στον αντίποδα ο απομακρυσμένος **Ρούτσουνας** με τα βαθιά νερά. Υπέροχη παραλία και το **Καλάμι**. Το μονοπάτι είναι δύσκολο, πάρε νερό μαζί. Μην παραλείψεις τη **Χύτρα**, βραχονησίδα κοντά στο Καψάλι, προσβάσιμη με καραβάκι. Εδώ θα βρεις και την ξακουστή θαλάσσια σπηλιά.

## Πού να μείνεις

Στο **Καψάλι** στα ξενοδοχεία **Porto Delfino** (2736031940) και στο **El Sol** (2736031629). Στο **Guesthouse Pitsinades** (6974563670), στον μεσαιωνικό οικισμό **Πιτσιναίδες**. Στις **Ανέμες** (2736034067) στον **Αβλέμονα**. Στην **Αγία Πελαγία**, στις **Βεράντες του Ουρανού** (6983784533), όνομα και πράγμα.

## Πού να φας

Σίγουρα στην ταβέρνα της **Φιλιώς** (2736031549) στον **Κάλαμο**. Για ολόφρεσκα ψάρια στον **Σωτήρη** (2736033722). Για τοπική κουζίνα κάτω από τις λεύκες να πας στη **Σκάνδεα** (2736033700). Στον **Μυλοπόταμο** θα πας για τους καταρράκτες. Μετά στην πλατεία του χωριού, κάτω από τα πλατάνια στον **Πλάτανο** (2736033397). Στο **Pierros** (2736031014) στο Λιβάδι για το τέλει-ο χοιρινό με πατάτες. Πρωινό, brunch, αλλά και κοκτέιλ στο **Μπότηζιο** (2736031060) στον **Αβλέμονα**. Θα περάσεις οπωσδήποτε από το **Bon Bon Fait Maison** (2736031418) του Κρίτωνα Πουλή στο κέντρο του νησιού.

## Πού να διασκεδάσεις

Στο **Αραχτοπωλείο** (6977081023) στον **Αβλέμονα** με συχνά live. Ατμοσφαιρικό μπαράκι με κοκτέιλ το **Il Mercato Bar** (6948518839). Δυνατές μουσικές δίπλα στο κύμα, στο Καψάλι θα βρεις το **Banda Landra** (2736031904). Μεταξύ Χώρας και Καψαλιού, θα βρεις τον **Κούκο** (2736031983) με απίθανη θέα και ροκ διάθεση. -A.V. team



Δήμος: 2736031213  
Αστυνομία: 2736031206  
Λιμεναρχείο: 2736033280  
Πρώτες Βοήθειες: 2736031243

## Τips για το εξοχικό σου από το ΔΕΗ myEnergy

Είσαι στο εξοχικό, κυκλοφορείς ξυπόλυτος και απολαμβάνεις μια δροσερή λεμονάδα στο μπαλκόνι. Όλα είναι τέλεια εκτός από τον αέρα που «έκοψε» και σκέφτεσαι να μεταφερθείς για την υπόλοιπη ημέρα στο εσωτερικό που έχει τη δροσιά του κλιματιστικού. Σίγουρ έψου ότι έχεις κλείσει όλες τις πόρτες και τα παράθυρα όσο λειτουργεί το σύστημα κλιματισμού, για να μη χάνεται πολύτιμη ενέργεια. Αφησε μόνο ένα παράθυρο ελάχιστα ανοικτό για την απαραίτητη ανακύκλωση του αέρα του χώρου.

Summer  
Guide 22



# Χανιά

Των **Μπέττυς Βακαλίδου\*** και **Βασίλη Μπισμπίκη\***  
(Ένας διάλογος ανάμεσα σε δύο λάτρεις της πόλης)

**Μπέττυ:** Όταν γύρισα από το Βερολίνο το 1986, πήγα να μείνω στα Χανιά. Έφτασα Ιούλιο, με το καράβι, με ένα παλιό Ντε Σεβό που είχα τότε και αυτό που μου έκανε εντύπωση μόλις έφτασα ήταν ότι οι κορυφές στα Λευκά Όρη ήταν ακόμα χιονισμένες. Μου θύμισε τη Σαβόνα της Ιταλίας, ένα λιμάνι που είχα γνωρίσει όταν ταξίδευα ως ναυτικός. Από τότε πολιτογραφήθηκα Χανιώτισσα. Από τότε αυτή η πόλη με φιλοξενεί, έχω μεταφέρει και τα εκλογικά μου δικαιώματα εκεί. Ένας από τους καλύτερους ανθρώπους που γνώρισα εκεί ήταν ο σκηνογράφος και σκηνοθέτης Πάννης Κύρου. Μου είχε πει «Μπέττυ, αυτή η πόλη που διάλεξες να ζήσεις είναι η πιο ανεκτική στη διαφορετικότητα». Και το διαπίστωσα πάρα πολύ σύντομα. Έμαθα ότι εκεί υπήρχε από τη δεκαετία του '70 ακόμη, ένα μπαράκι - κλαμπάκι που μετά έγινε το περίφημο Street, στο οποίο υπήρχαν τρανς που έκαναν κονσομασιόν. Κι από τις αρχές του '80 υπήρχε ένα καθαρό γκέι μπαρ, ο Κούκος. Και φυσικά Τα Δύο Λουξ.

**Βασίλης:** Εγώ σε μία δύσκολη, υπαρκτικά, στιγμή της ζωής μου αποφάσισα να πάω στην Κρήτη για να κάνω τη σειρά του Θωδωρή Παπαδουλάκη, «Η λέξη που δε λες». Ήμουν σε ένα χωριό που λέγεται Μεγάλα Χωράφια, λίγο πιο έξω από τα Χανιά. Εκεί έπεσα σε μία «φωλιά», θα έλεγα, ανθρώπων λαϊκών. Μικρό χωριουδάκι, βοσκοί, τέτοιος κόσμος κι εκεί έμεινα 7 μήνες - και ξαναβρήκα τον εαυτό μου. Έκανα παρέα με αυτά τα παιδιά, ανέβαινα πάνω στα βουνά, στα κονάκια τους... Γειώθηκα τρομερά. Ταυτίστηκα τόσο πο-

λύ με το μέρος, με την κουλτούρα, αγάπησα τον τόπο και τους ανθρώπους. Γοητεύτηκα. Και το παιδί μου, μετά από 5-6 μήνες, εκεί το βάφτισα, στα Χανιά. Οι άνθρωποι εκεί εξακολουθούν να είναι πολύ κοντινοί μου φίλοι.

**Μπέττυ:** Και πηγαίνεις ακόμα στα Χανιά.

**Βασίλης:** Πηγαίνω, βέβαια. Και πέρσι με τη σειρά «Κομάντα και δράκοι» έκατσα άλλους 7 μήνες στον Σταυρό, όπου έγιναν τα βασικά γυρίσματα. Τώρα θα ξαναπάω 25 με 29 Ιουλίου γιατί θα δώσουμε παραστάσεις με την «Αντιγόνη». Τα αγαπημένα μου στέκια στα Μεγάλα Χωράφια είναι ένα παραδοσιακό καφενείο, το «1912», που το έχει ο Αντώνης ο Μαρινάκης. Ήταν το πρώτο μέρος που έκατσα και πήρα να διαβάσω τα σενάρια μου. Παραδοσιακοί μεζέδες, τσίπουρα, τσικουδιές και λοιπά. Μετά, κατεβαίνοντας στην παραλία, στις Καλύβες, πάνω στη θάλασσα, είναι το φοβερό ουζερί Ο Γαλός, με εκπληκτικό φαγητό πάνω στην άμμο. Και μετά για γλυκό, στον Μύλο στο Κολυμπάρι, για εκμέκ με φοβερό ηλιοβασίλεμα.

**Μπέττυ:** Εγώ, μετά από τόσα χρόνια, έχω ανακαλύψει ό,τι μπ-τουριστικό.

**Βασίλης:** Δεν είχες κι ένα σπίτι εκεί;

**Μπέττυ:** Ακόμα έχω. Ακόμα πηγαίνω. Το θέμα είναι ότι αν θες να περάσεις καλά στα Χανιά πρέπει να ακολουθήσεις την πορεία των ντόπιων. Να αφιερείς, όχι να σε αλλάξουν, να αφομοιωθείς γλυκά. Να πηγαίνεις να τρως, να πίνεις καφέ εκεί που τρώνε και συχνάζουν οι ντόπιοι. Μπορεί να μην είναι στο λιμάνι και συνήθως δεν είναι. Τα Χανιά έχουν και μία άλλη ιδιαιτερότητα, αλλάζουν πιάτσες. Κάθε 2-3 χρόνια, φεύγουν από το λιμάνι, πάνε στο Κουμ Καπί, μετά φεύγουν κι από εκεί και διαμοιράζονται στο κέντρο, ή στη Μίνωος, εκεί που είναι οι οίκοι ανοχής. Τα αγαπημένα μου μέρη για φαγητό είναι η Κουζίνα Ε.Π.Ε. στην Παλιά Πόλη, ο Ντουινιάς στη Δρακώνα Κεραμειών. Η λέξη «ντουινιάς» δεν έχει καμιά σχέση με αυτό που λένε «κόσμος και ντουινιάς», δηλαδή τους

ετερόκλητους ανθρώπους. Είναι ένα σπάνιο πουλί που μοιάζει με σπουργίτι το οποίο ζει εκεί, στα Λευκά Όρη. Φυσικά πηγαίνω στα Δύο Λουξ και για ψάρι πάντα στην Αρζεντίνα στο Κολυμπάρι.

**Βασίλης:** Εμένα πάντως μου αρέσει να παίρνω ένα αγροτικό, μαύρο, να φορτώνω τους φίλους μου και να πηγαίνουμε στα κονάκια, επάνω, και να καθόμαστε εκεί να μαγειρεύουμε, στα 1.500 μέτρα υψόμετρο και να τραγουδάμε ριζίτικα το βράδυ με τα αστέρια από πάνω ταβάνι.

**Μπέττυ:** Ο Βασίλης κάνει πάρα πολύ καλό αντικριστό. Το κάνει τέλειο, χτίζει κανονικά τις πέτρες, το στήνει...

**Βασίλης:** Όπου θέλεις στο φτιάχνω. Κι εδώ απ' έξω! (σ.σ. η κουβέντα έγινε στα Εξάρχεια)

\* Η Μπέττυ Βακαλίδου είναι συγγραφέας-ηθοποιός. Ο Βασίλης Μπισμπίκη υποδύεται τον Κρέοντα στην παράσταση «Αντιγόνη» σε σκηνοθεσία του Cezar's Grauzinis, ενώ τον χειμώνα θα πρωταγωνιστεί στη σειρά του Alpha «Αυτή η νύχτα μένει».





#### Πού να κολυμπήσετε

Στα Χανιά θα κάνεις καλό μπάνιο. Έχει άπειρες εναλλακτικές. Δυτικά των Χανίων θα βρεις τις δημοφιλείς παραλίες της **Αγίας Μαρίας** και του **Πλατανιά**. Στη συνέχεια της ακτογραμμής υπάρχουν οι παραλίες του **Μάλεμε** (18 χλμ.) και ακόμα πιο δυτικά εκείνη του **Καστελίου**. Συνεχίζοντας πάντα δυτικά προς τη χερσόνησο της **Γραμβούσσας**, αφήνεις το αυτοκίνητο και παίρνεις το καραβάκι για τον **Μπάλο**, μία από τις πιο εξωτικές παραλίες της Ευρώπης. Στη δυτική ακτή του νομού θα αντικρίσεις την επίσης ξακουστή παραλία της αρχαίας **Φαλάσαρνας** που επιβάλλεται να επισκεφτείς. Πιο νότια, πάντα δυτικά και σε απόσταση 76 χλμ. από τα Χανιά, βρίσκεται το **Ελαφονήσι**, μία από τις πιο ονειρικές και δημοφιλείς (αλλά φρικτά τουριστική τον Αύγουστο) παραλίες της Κρήτης. Αν φτάσεις ως εδώ, αξίζει να κατευθυνθείς προς το **Κεδρόδεντρο**, μια γειτονική αλλά δυσπρόσιτη παραλία γεμάτη κεδρόδεντρα. Στα νότια προς Λιβυκό υπάρχει το χωριό **Παλαιόχωρα** με θαυμάσιες παραλίες είτε φουδάει είτε όχι. Ωραία θάλασσα έχει η **Σούγια** αλλά και η **Αγία Ρουμέλη** στο τέλος του **φαραγγιού της Σμαριάς**. Διάσημο για την ομορφιά του είναι και το μαγευτικό και απομονωμένο χωριό **Λουτρό** στο οποίο η πρόσβαση γίνεται μόνο με καραβάκι. Δίπλα στο Λουτρό θα συναντήσεις τις δύο υπέροχες παραλίες **Μάρμαρα** (με τη διάσημη ταβέρνα του Χρυσόστομου πάνω στον βράχο και τις φοβερές λιχουδιές) και τα **Γλυκά Νερά**. Τα **Σφακιά** και το **Φραγκοκάστελο**, μια τοποθεσία γεμάτη θρύλους, είναι επίσης ωραία μέρη για μπάνιο. Ανατολικά στα 25 χλμ. βρίσκεται η αγαπημένη παραλία των ντόπιων, το **Μαράθι**, ενώ ΒΑ του Ακρωτηρίου στα 20 χλμ. θα συναντήσεις το **Σεϊτάν Λιμάνι** (τη χαρά του τρελού instagramer, αν τη φωτογραφίζεις τον... Δεκέμβριο).

#### Πού να φας

**Μπουγάτσα Ιορδάνης** (2821088855), το τοπόσημο της πόλης. Το καλύτερο πρωινό, μεσημεριανό, απογευματινό σνακ. **Παλλάς** (2821045688). Πολύ καλό φαγητό έως αργά το βράδυ στο ωραιότερο roof garden του λιμανιού, ενώ στην Ακτή Τομπάζη 14 θα βρεις το **Pallas Philocaly** (2821020407), έναν πολυχώρο που περιλαμβάνει φούρνο με χειροποίητα κρουασάν, κελάρι με 400 ετικέτες –διοργανώνονται και wine tastings– χώρο με delicatessen και εστιατόριο. **Θαλασσινό Αγέρι** (2821051136). Στην περιοχή της Χαλέπας, δίπλα στα παλιά ταμπακαριά, ένα must για τους ντόπιους που ανακάλυψαν πλέον και οι ξένοι. **Πατρελαντώνης** (2821063337), παραδοσιακή ψαροταβέρνα από τις ξακουστές στην πόλη (καλύτερη ώρα για φαγητό λίγο πριν τη δύση του ήλιου). **Ginger Concept** (2821057590), της μόδας πάντα, ήσυχο και καλαίσθητο μέσα έξω με καλή κουζίνα, ανοικτό από το πρωί με πρωινό. **Αχιλλέας** (2821071171), διάσημη ψαροταβέρνα, ολόφρεσκα ψάρια, υπέροχα ψαρομεζεδάκια και το πιο φιλικό σέρβις από τον Αχιλλέα και τα αδελφία του. Για τους Χανιώτες είναι must. **Τα**

**μάμ** (2821096080), τα παλιά τουρκικά λουτρά. Παλιό και καραδιάσημο. **Νυχτερίδα** (2821069000). Από τις πιο παλιές (1933) και κλασικές ταβέρνες της πόλης που έχει μετατραπεί σε ωραίο εστιατόριο με συγκλονιστική θέα στον κόλπο της Σούδας που διευθύνει ο Μπάμπης Μαστορίδης – εγγύηση! **Χρυσόστομος** (2821057035), το μοναδικό εστιατόριο στην πόλη που βραβεύτηκε με Χρυσό Σκούφο και Βραβείο Ελληνικής κουζίνας. Το **Salis** (2821043700) στην Ακτή Ενώσεως 3 στο παλιό λιμάνι, το casual γκουρμέ wine bistro του Afshin Molavi, οινοκόου με μια λίστα κρασιών που φιγουράρει ανάμεσα στις 50 καλύτερες του κόσμου και γεύσεις από πρώτες ύλες που προέρχονται από τα δικά τους κτήματα. Μη χάσετε έστω και για να δείτε το πολύ ωραίο και νέο **Μαϊάμι** (2821020000) στην Ακτή Μιαούλη, ένα άκρως καλαίσθητο χώρο που λειτουργεί ταυτόχρονα ως προσωπικό καλλιτεχνικό στούντιο της κεραμίστριας-οινοποιού **Αλεξάνδρας Μανουσάκη** αλλά και ως χαλαρή brasserie με φανταστική διακόσμηση και απλό, σπιτικό φαγητό με επιπρόσθετο από όλο τον κόσμο μέσα σ' ένα art deco κτίριο του '50. Στην ίδια κατηγορία new entry και το εστιατόριο **Περίπλους** (2821043300) σε προνομιακή τοποθεσία πάνω στη θάλασσα στα Ταμπακαριά με ωραίο φαγητό και ευγενικό προσωπικό. Ο σεφ **Χρήστος Σαριδάκης** δημιουργεί ένα γαστρονομικό ταξίδι στην Κρητική κουζίνα με έμφαση στα θαλασσινά και τα ντόπια προϊόντα που θα σας μείνι αξέχαστη. Η φάβα με τα καβουρδισμένα αμύγδαλα και τον μαϊντανό θα σας κάνει να κλάψετε όπως και τα σπιτικά του παγωτά. Πλούσια λίστα κρασιών. Πολύ καλή επιλογή είναι και το **Senal** (2821051431), από το πρωί μέχρι το βράδυ, δίπλα στα νεώρια στο παλιό λιμάνι με μεσογειακή κουζίνα και τέλεια θέα.

#### Πού να μείνεις

**Casa Delfino** (2821093098, παλιό λιμάνι). Αυθεντικό ενετικό αρχοντικό του 17ου αιώνα τρομερά καλαίσθητο και κλασσικό. **Idomeneas Apartments** (Σούγια, 2823051540). Ευρύχωρα κλιματιζόμενα καθαρά δωμάτια - στούντιο, μπαλκόνια, μικρή κουζίνα, καθιστικό και μπάνιο. Μην ξεχάσετε να δοκιμάσετε το δώρο των ιδιοκτητών: ένα βαζάκι με γλυκό κουταλιού φτιαγμένο από τα κεράκια τους. **Porto Loutro** (Λουτρό Σφακιών 2825091433-44) Στο ομώνυμο παραλιακό χωριουδάκι των Σφακιών, το αξεπέραστο ξενοδοχείο χειρίζεται εδώ και χρόνια η Άλison και η κόρη της.

#### Shopping

Από τα **Brazil** (2821058895) και **Bonair** (2821305734) τα δύο μοντέρνα concept stores στο Παλιό λιμάνι με πολύ ωραία ρούχα, κοσμήματα και αξεσουάρ και πολύ φιλικό περιβάλλον. **Tip της πόλης:** Στο **Aria** (2821056106) η Άρια (best hairlicious in town) και ο Αντώνης θα περιποιηθούν τέλεια τα μαλλιά σου σε ένα περιβάλλον δροσερό και με υπέροχο κήπο. Για τα νύχια σου υπάρχει πάντα το **Fairyails Beauty Concept** (2821400863) με πολύ καλό σέρβις, αρκεί να κλείσεις ραντεβού. **Φούρνος Πλακόπουλος** (2821045050): Αν θέλεις να πάρεις μαζί σου μια γεύση, τότε αγόρασε τα νοστιμότερα παξιμαδάκια γλυκά και αλμυρά της Κρήτης. -A.V. team

# Χανιά

Του **Αντώνη Τσαπατάκη\***

Τα Χανιά είναι ο τόπος που μεγάλωσα αλλά και ο τόπος που σε αυτόν έμαθα να νικάω αλλά και να χάνω. Το πρώτο πράγμα που λέω στον επισκέπτη να κάνει όταν πατήσει το πόδι του εδώ είναι να δροσιστεί στο αλμυρό νερό, να γευτεί τις ντόπιες γεύσεις και πάνω απ' όλα να ζήσει τους ανθρώπους που τα κατοικούν, για να δει τα Χανιά μέσα από τα μάτια τους και τη λαλιά τους.

Τις πιο ιδιαίτερές μου αναμνήσεις έχω συνδέσει με τα ηλιοβασιλέματά τους. Όπου και να βρίσκομαι, όταν θέλω να νρεμίσω από την πίεση της καθημερινότητας γυρίζω πίσω στην ανάμνηση όπου βρίσκομαι στη γειτονιά του πατρικού μου, στην παραλία της Νέας Χώρας που δίνανε ραντεβού με τους

φίλους μου για να δούμε τον ήλιο να δύει. Άλλοτε μας θυμάμαι στο παλιό λιμάνι των Χανίων, να χαζεύουμε τον φάρο, να κουβεντιάζουμε, να τσακωνόμαστε και στο τέλος πάι να κάνουμε παρέα. Έπειτα θυμάμαι τις βόλτες στο χωριό από το οποίο κατάγομαι, τις **Βούβες**. Ένα μικρό χωριό 200 κατοίκων με μεγάλη ιστορία κατά τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο, 26 χιλιόμετρα δυτικά από τα Χανιά. Γνωστό για το κρασί του, αφού πιο παλιά ήταν ένας απέραντος αμπελώνας. Τώρα τη θέση του παίρνουν οι ελιές. Μηροστά στην ταβέρνα του χωριού βρίσκεται το αρχαιότερο ελαιόδεντρο στον κόσμο, 3.000 ετών, φυσικό μνημείο αναγνωρισμένο από την Unesco που με τον κότινό του στεφανώθηκε ο πρώτος νικητής του μαραθώνιου ανδρών στους Ολυμπιακούς αγώνες του 2004. Μια ανάμνηση μπορεί να μείνει και να μας εμπνέει για πάντα, αρκεί να ζούμε την κάθε στιγμή με την ψυχή μας.

\* Ο **Αντώνης Τσαπατάκης** είναι παραολυμπιονίκης στην κολύμβηση και παγκόσμιος πρωταθλητής.

#### Tips μαγειρικής από το ΔΕΗ myEnergy

Όλοι έχουμε την ανάμνηση των γεμιστών της γιαγιάς που τρώγαμε ξυπόλητοι στη βεράντα του εξοχικού, το πιο νόστιμο φαγητό της ζωής μας! Δώσε την ίδια ανάμνηση στα παιδιά σου φτιάχνοντας τα γεμιστά σου με πολλή αγάπη. Θυμήσου μόνο να κλείσεις εντελώς το φούρνο 10'-15' πριν τον προγραμματισμένο χρόνο ολοκλήρωσης του μαγειρέματος, αφού όσο κρατάς κλειστή την πόρτα το φαγητό συνεχίζει να μαγειρεύεται και εσύ καταναλώνεις λιγότερο ρεύμα.





# Ηράκλειο



Κοσμοπολίτικο, σύγχρονο, ζωντανό, το Ηράκλειο, που σφύζει από ζωή, είναι το αστικό κέντρο ολόκληρης της Κρήτης και με σχεδόν 150.000 μόνιμους κατοίκους, η τέταρτη σε πληθυσμό πόλη της χώρας. Χτισμένο στη βόρεια ακτή του νησιού με θέα το Κρητικό Πέλαγος, μοιάζει να προστατεύεται από τα παλιά Ενετικά τείχη που γοντεύουν κάθε επισκέπτη του. Ένας νομός που τα συνδυάζει όλα, ατελείωτες χρυσαφένιες παραλίες, εντυπωσιακά ιστορικά μνημεία, καλό αυθεντικό κρητικό φαγητό, τσικουδιά, ρακί, νυχτερινή ζωή και ξεχωριστή ντόπια φιλοξενία.

**Τι να δεις**  
Να περπατήσεις στην **25ης Αυγούστου** που είναι γεμάτη νεοκλασικά, στην **πλατεία Ελευθερίας** όπου και το εντυπωσιακό κτίριο της Νομαρχίας που στεγάζει σήμερα την **Περιφέρεια Κρήτης**, και στην πλατεία των Λιονταριών που είναι γεμάτη ζωή και κίνηση. Να δεις τις συλλογές με μινωικές αρχαιότητες στο **Αρχαιολογικό Μουσείο**, να επισκεφτείς το **Μουσείο Φυσικής Ιστορίας** που διαθέτει πέντε τμήματα (Ζωολογικό, Βοτανικό, Ανθρωπολογικό, Παλαιοντολογικό, Γεωλογικό και Ορυκτολογικό) με δείγματα από την Ελλάδα και τη Μεσόγειο, το Μουσείο Εικαστικών Τεχνών που εκθέτει έργα τέχνης ως επί το πλείστον από καλλιτέχνες της Κρήτης. Το **Μουσείο Αρχαίας Ελληνικής Τεχνολογίας Κώστα Κοτσανά** με πλούσιο οπτικοακουστικό υλικό αλλά και το **Ιστορικό Μουσείο Κρήτης** με τις μόνιμες εκθέσεις Βυζαντινής και Μεταβυζαντινής Συλλογής, τη Νομισματική Συλλογή, τις Συλλογές Κεραμικών και Γλυπτών, τις αιθουσες Νίκου Καζαντζάκη και την Εθνογραφική Συλλογή. Φυσικά να περιηγηθείς στο **ενετικό φρούριο Κούλες**, να σταθείς στον **τάφο του Νίκου Καζαντζάκη**, να επισκεφθείς τα **Ανάκτορα της Κνωσσού**, όπως κάνουν κάθε χρόνο περίπου ένα εκατομμύριο άνθρωποι απ' όλο τον κόσμο. Αν σου αρέσει ο κόσμος του βυθού αξίζει μια περιήγηση στο **Cretaquarium**, που περιλαμβάνει 60 ενυδρεία με 1.700.000 λίτρα θαλασσινού νερού και περισσότερους από 4.000 οργανισμούς –είναι ένα από τα μεγαλύτερα της Ευρώπης. Λίγο έξω από το Ηράκλειο στα ανατολικά των Μαλίων βρίσκεται το **Μινωικό Ανάκτορο** ενώ στις Αρχάνες μπορείς να επισκεφτείς το

μινωικό νεκροταφείο. Μην φύγεις χωρίς να δεις τον αρχαιολογικό χώρο της **Φαιστού** και τον αρχαιολογικό χώρο στην **Γόρτυνα** που ήταν η πρωτεύουσα της Κρήτης στους ρωμαϊκούς χρόνους, Βόλτες σε σοκάκια και μακρινό αγνάντι στη θάλασσα από την κορυφή του **Κόφινα** μπορείτε να κάνετε στα **Καπετανιανά**, το χωριό των Αστερουσίων. Εκεί θα δείτε και την **Παναγιά την Καπετανιανή**, ενώ μην παραλείψετε μια βόλτα στον **Αϊ-Γιάννη** που είναι χτισμένος μέσα στον βράχο. Σε απόσταση 45 χλμ. νοτιοδυτικά του Ηρακλείου, στην περιοχή της **Ρίζας του Ψηλορείτη**, βρίσκεται το **δάσος του Ρούβα**, το μεγαλύτερο πρινό-δάσος της Ευρώπης, με πρίνους που έχουν ξεπεράσει τη θαμνώδη μορφή και έχουν γίνει δέντρα. Εκεί κοντά και το **εκκλησιάκι του Αϊ-Γιάννη** ενδείκνυται για εκδρομή –και για τα γλέντια των ντόπιων–, ενώ από εκεί ξεκινά και μια πεζοπορική διαδρομή μήκους 5 χλμ. που καταλήγει στη **λίμνη Ζαρού** ή **Βοτόμου**.

**Τα πανηγύρια**  
Για τους λάτρεις των πανηγυριών τα πιο γνωστά στο νομό είναι: 17 Ιουλίου της Αγίας Μαρίας στον Δήμο Μαλεβιζίου, 27 Ιουλίου του Αγίου Παντελεήμονα στον Δήμο Αρχανών- Αστερουσίων, Μαλεβιζίου, Βιάννου, Φαιστού, 6 Αυγούστου της Μεταμόρφωσης του Σωτήρα στον Δήμο Μινώα Πεδιάδας, 8 Αυγούστου του Αγίου Μύρωνα στον Δήμο Γόρτυνας, 15 Αυγούστου της Παναγίας στον Δήμο Ηρακλείου, Μαλεβιζίου, Φαιστού, Χερσονήσου και στις 25 Αυγούστου το Μεγάλο Πανηγύρι του Αγίου Τίτου στον Δήμο Ηρακλείου.

**Πού να κολυμπήσεις**  
Αν σου αρέσει η εξόρμηση σε παραλίες που απαιτούν οδήγηση σε κακοτράχαλους και σκονισμένους χωματόδρομους, ή η πεζοπορία σε βραχώδη βοσκοτόπια και σε φαράγγια, τότε πρέπει να επισκεφτείς τη δημοφιλή παραλία του **Μάρτσαλου**, νοτιοανατολικά από τα Μάταλα και νότια του νομού Ηρακλείου, αλλιώς μπορείς και με βάρκα από την **Αγία Γαλήνη**, τον **Κόκκινο Πύργο** και τα **Μάταλα**. Ο **Μύρτος** ανάμεσα σε Ηράκλειο και Λασιθί, κοντά στην Ιεράπετρα, έχει σταχτιά άμμο αλλά πεντακάθαρα νερά. Η παραλία του **Κομμού** εκτείνεται από το Καλαμάκι μέχρι λίγο πριν τα Μάταλα. Το βόρειο κομμάτι, ο **Ποταμός**, είναι παραλία γυμνι-

στών ενώ σε αρκετά σημεία συναντά κανείς φωλιές περιφραγμένες με σύρμα καθώς εκεί αφήνουν τα αυγά τους οι χελώνες caretta-caretta. Εντυπωσιακές παραλίες είναι κι αυτές στο **Βαθύ**, στον **Τρά-φουλα** του **Λέντα**, στις **Άσπες** και στον **Άγιο Νικήτα**. Αν θέλεις να παραμείνεις κοντά στον πολιτισμό μπορείς να δροσιστείς κάτω από τις θρυλικές **σπηλιές του Αποστή** στον **Κερατόκαμπο**, ενώ στο βορρά καταγλιανό νερά θα συναντήσεις στα λιμανάκια της **Χερσονήσου**, τον **Ποταμό** των Μαλίων και με ένα βαρκάκι στη νήσο **Ντάρια**. Για κάμπινγκ οι παραλίες **Δισκός** και **Κουδουμάς** είναι οι ιδανικότερες. Η παραλία **Καμινάκι** είναι για τους φαν των καταδύσεων, μικρή και βοτσαλωτή με νερά που έχουν ένα βαθύ μπλε χρωματισμό. Η παραλία του **Αγιο-φάραγγου** με ψιλό βοτσαλάκι και πεντακάθαρα νερά βρίσκεται περίπου 80 χλμ. νότια της πόλης του Ηρακλείου όμως αξίζει τον κόπο. Εκεί θα πρέπει είτε να διασχίσεις το φαράγγι με πεζοπορία είτε να πάρεις καϊκάκι από τα **Μάταλα**, την **Αγία Γαλήνη** ή τους **Καλούς Λιμένες**. Εάν είσαι κατάλληλα εξοπλισμένος, μπορείς να σκαρφαλώσεις στα βράχια που βρίσκονται ανατολικά της παραλίας και να βρεθείς στη **λίμνη του Βουρβουλίτη**. Με καραβάκι μπορείς να φτάσεις στις **Άσπες** που βρίσκεται περίπου 58 χλμ. νότια του Ηρακλείου, σε μια από τις πιο απομονωμένες και δύσβατες περιοχές των **Αστερουσίων Ορέων** και να συναντήσεις το άγριο τοπίο αλλά και το μαύρο χρώμα της άμμου. Η απομονωμένη παραλία της **Κόκκινης Άμμου** που ήταν από τους αγαπημένους προορισμούς των χίπις και έχει ψηφιστεί ως μια από τις καλύτερες παραλίες για γυμνισμό στον κόσμο βρίσκεται 68 χλμ. νοτιοδυτικά του Ηρακλείου, στην περιοχή **Μούδια**. Για να φτάσεις εκεί θα πρέπει να περπατήσεις ένα μονοπάτι που ξεκινάει βόρεια του οικισμού των Ματάλων και διασχίζει το λόφο Καστρί, μετά από 15-25 λεπτά πεζοπορίας θα αντικρίσεις την υπέροχη παραλία από ψηλά.

**Πού να φας**  
Ξεκίνα τη μέρα σου νόστιμα στον **Κιρκόρ** (2810242705) για μπορούτσες με κρέμα ή τυρί. Στον **Ιππόκαμπο** (2810280240) θα πας για φρέσκα θαλασσινά σε φιλόξενο περιβάλλον. Στο **Πεσκέσι** (2810288887), για παραδοσιακές κρητικές συνταγές με σύγχρονη προσέγγιση και για την καλή σπάνια λίστα κρασιών. Το **Σιγά-Σιγά**

(2810283794), είναι κάτι μεταξύ καφενείου και φαγάδικου, τέλειο για οινόποσις και ρεμπέτικη διάθεση. Για πιο τζαζ καταστάσεις στο **The Bitters Bar** (2810333877). Υπέροχη αυλή στο κέντρο της πόλης με προσεγμένη κουζίνα, νόστιμα κοκτέιλ και καλή μουσική έχει το **Χάλαβρο Open bar** (6945699292). Για ωραία κρασιά στο **Opus** (2810225151) μέσα σε βενετσιάνικο πέτρινο κτίριο με συχνά jazz live. Το **winebar Μνivia-τούρα** (2810334019), έχει αδυναμία στον κρητικό αμπελώνα και funky διάθεση. Το **Φιξ** (2810289023), είναι κλασικό στέκι με ρετρό πινακίδες, ροκ και τραπέζακια σε ένα ονειρεμένο πάρκο. Στο **Umami** θα πας για γκουρμέ street food. Στο αγαπημένο συνεργατικό **Ροβύθι** (2814004423), για φαλάφελ, κεφτεδες, σαλάτες, ντόπια μπύρα και ρακί. Ωραίο συνεργατικό είναι και το **Που Κου Βου** στην παραλιακή (2815201965). Δροσερά κοκτέιλ με τη συνοδεία live μουσικής θα πεις στο **Jasmine The Yard of Senses** (6979057485). Για ποτό και στο **The Dodo** στη Σοφοκλή Βενιζέλου 33, με take away κοκτέιλ και άραγμα στα σκαλιά. Τη νυχτερινή ζωή του Ηρακλείου θα γνωρίσεις στο **Island of Desire**, το **2elve Experience** και το **Envy café**, εστιατόριο που γίνεται και κλαμπ με χορούς μέχρι τις πρώτες πρωινές ώρες. Λίγο πιο έξω από το Ηράκλειο, στο χωριό **Καταλαγιάρι**, βρίσκεται το **Κλειδί** που οργανώνει ωραίες μουσικές βραδιές ενώ στο χωριό **Σίβας** από το Ηράκλειο και στο καφενείο **Σαρανταυγά** (2810240965) θα αισθανθείς την κρητική φιλοξενία και θα πεις ωραία ρακί με αυθεντικούς ντόπιους μεζέδες.

**Πού να μείνεις**  
Το Ηράκλειο έχει πάρα πολλές επιλογές διαμονής, όχι μόνο μέσα στην πόλη αλλά και έξω από αυτήν. Εντός Ηρακλείου το **City Lion by Semavi** (6947262928) σε απόσταση 1,8 χλμ. από την παραλία Αμμουδάρα με ωραία θέα και 9,9 βαθμολογία στο Booking, το **Galaxy** (2810238812) με άνετα κομψά δωμάτια και σουίτες, το **Lato boutique hotel** (2810228103) με θέα στο ενετικό λιμάνι και στον Κούλε και το **Capsis Astoria Heraklion** (2810343080) που είναι το εμβληματικό ξενοδοχείο της πόλης. Το τελευταίο διδύμημα έχουν ανοίξει και λειτουργούν και κάποια πολύ καλά χόστελ, όπως το **Intra Muros Boutique Hostel** (2810343417) και το **So Young Hostel** (2810336070). -A.V.team



**ΔΗΜΟΣ:** 2813409000  
**ΑΣΤΥΝΟΜΙΑ:** 2810274010  
**ΛΙΜΕΝΑΡΧΕΙΟ:** 2813406910  
**ΒΕΝΙΖΕΛΕΙΟ ΝΟΣΟΚΟΜΕΙΟ:** 2813408000



Πατί η Γαύδος; Πατί είναι τόπος μαγεμένος. Πατί με ξεσηκώνει το άρωμα του κέδρου όταν του βάζει φωτιά ο ήλιος. Πατί η Γαύδος; Πατί δεν γνώρισα άλλο πουχαστήριο σαν αυτό. Πατί αν δεν ήταν νησί θα ήταν ξωκλήσι. Θα ήταν προσευχή και εξομολόγηση. Πατί δεν γαλήνεψε η ψυχή μου πουθενά όσο εκεί. Και κάπου εδώ είναι το μυστικό. Η Γαύδος θα είναι πάντα το εκεί... Δεν μοιάζει με κανένα εδώ που έζησα, που έμεινα, που ξαπόστασα. Έχει πάντα κάτι το μακρινό, το εξόριστο και το απ' αλλού φερμένο. Η Γαύδος το ολόχρυσο γοβάκι της Ευρώπης. Το πρώτο και το τελευταίο της βήμα. Άγριοι βράχοι, και νερά πρωτόγονα σα να βγήκαν μόλις από τον πλακούντα της γης. Είναι παρθένος τούτος ο τόπος. Ντροπαλός σαν παιδί με τους καινούριους επισκέπτες. Αξόδευτος σε κοσμικότητες και συναναστροφές. Νησί που δεν σπατάλησε και δεν σπαταλήθηκε. Νησί που κράτησε αιχμάλωτο τον Οδυσσέα, και όποιο νου ταξίδεψε εκεί. Πατί η Γαύδος; Πατί ο ήλιος εκεί δεν βασιλεύει ποτέ, μόνο χύνεται ολάκερος και κοιμάται κατακόκκινος πάνω στις αμμουδιές. Πατί δεν είδα ανατολές άλλες σαν τις δικές του. Πατί το κάθε ξημέρωμα που θα αντικρίσεις εκεί θα 'ναι πάντα σαν το πρώτο που έζησες ποτέ. Ομορφιά παρθενική, νησί που ακόμη βυζαίνει το γαλακτερό λευκό στο κύμα. Νησί για λίγους. Γι' αυτό. Μόνο γι' αυτό. Πατί δεν αγάπησα ποτέ τα νησιά των πολλών. Και η Γαύδος θα 'ναι πάντα το ένα... και το πιο μοναχικό. Τις νύχτες θα ακούσεις τις ανάσες του Κρητικού και του Λυβικού πελάγους. Duo θάλασσες, γιατί είναι άπληστη η Γαύδος. Και θα δεις τα περισσότερα αστέρια που είδες ποτέ! Τόσα πολλά που ίσως πιστέψεις ότι μονάχα στον δικό της ουρανό βρίσκεται το καταφύγιο των άστρων. **Άμπελος, Βατσιανά, Γαυδοπούλα και Φώκια. Αγιάννης, Πύργος, Κόρφος, Σαρακίνικο, και Τρυπητή.** Δεν θα ξεχάσω ποτέ τον τραγανιστό ήχο της άμμου κάτω από το σανδάλι μου. Δεν θα ξεχάσω πως κάθε σπιθαμή γης είχε την αίσθηση του απάτητου. Είχε κι έναν φάρο. Δεν τον πλησίασα ποτέ. Φοβήθηκα πως, αν τελικά το έκανα, από τούτον το τόπο δεν θα 'φευγα ποτέ.

\* Η **Ειρήνη Βαρδάκη** είναι συγγραφέας. Το πρόσφατο βιβλίο της «**ΖΩΝΗ 5**» κυκλοφορεί από τις εκδόσεις ΜΙΝΩΑΣ.

# Γαύδος

Της **Ειρήνης Βαρδάκη\***

Το «**Βασίλειο**» της απόλυτης ελευθερίας, της ανεμελιάς και της φυσιολατρίας βρίσκεται καταμεσής του **Λυβικού Πελάγους**, ανάμεσα σε Κρήτη και Αφρική και ορίζεται σαν το νοτιότερο άκρο της Ευρώπης. Και εδώ και πολλά χρόνια είναι σταθερός προορισμός του ταξιδιώτη που αναζητά τη χαλάρωση, την ηρεμία και το ανέγγιχτο περιβάλλον. Αν οι παρθένες παραλίες και τα γαλαζοπράσινα νερά είναι το στοιχείο σου, τότε το **νησί της Καλυψώς** θα γίνει ο παράδεισός σου. Καθώς είναι τμήμα της Περιφέρειας Κρήτης, ο πρώτος σταθμός σου στον δρόμο για τη Γαύδο είναι τα **Χανιά**. Από εκεί, με αυτοκίνητο ή με το ΚΤΕΛ θα ταξιδέψεις μέχρι την **Παλαιόχωρα** ή τα **Σφακιά**. Από τα Σφακιά η Γαύδος απέχει με καραβάκι μία έως δύο ώρες, ενώ από την Παλαιόχωρα περίπου τέσσερις. Στο **Gavdos Discover Boat Cruises (6978294043)**, καθώς και στην ομάδα **Γαύδος Ενημέρωση - Gavdos Updates** στο Facebook θα βρεις πολλές πληροφορίες για το νησί. Εξίσου χρηστική είναι και η επίσημη ιστοσελίδα του Δήμου Γαύδου ([gavdos.gr](http://gavdos.gr)).

## Πού να κολυμπήσεις

Όταν ατενίσεις την παραλία του **Αγιάννη**, θα καταλάβεις γιατί έχει αναδειχθεί ανάμεσα στις καλύτερες του κόσμου από το Discovery Channel. Πλαισιωμένη από θαλασσόκεδρους, πεύκα και ξεχωριστούς γεωλογικούς συνδυασμούς, απλώνει τη μεγάλη χρυσή αμμουδιά της προσφέροντας αρμονική συνύπαρξη σε παραθεριστές, κατασκηνωτές και γυμνιστές. Εξίσου ονειρικό σκηνικό διαθέτει το **Σαρακίνικο**, η πιο οργανωμένη ίσως παραλία της Γαύδου, με άμεση πρόσβαση σε ταβέρνες και μίνι μάρκετ. Υπάρχουν ακόμα και η **Τρυπητή**, με τις χαρακτηριστικές τρεις καμάρες, η δροσερή και κρυμμένη πίσω από τον απότομο βράχο **Νταϊάνα**, ο **Φετιφές**, ο **Λαβρακάς**, ο **Ποταμός**, ο **Κόρφος**, ο **Πύργος**, καθώς και το **Λακούδι**, μια παραλία σχεδόν παρθένα.

## Πού να μείνεις

Στο Σαρακίνικο θα βρεις τα δωμάτια της **Κικής** (2823041106), τη **Νυκτερίδα** (2823042120), που έχει και ταβέρνα, το **Consolas Gavdos Studio** (2823042146), και το ομώνυμο **Σαρακίνικο** (2823041103), που διαθέτει και ψαροταβέρνα πάντα με φρέσκο ψαράκι. Στο Καστρί δοκίμασε στο **Gavdos Princess** (2823041181), με δωμάτια και παραδοσιακή ταβέρνα-καφενείο, το **Ethnic Studio** (6945373728) και τη **Villa Kastrí** (6936333321). Στον Κόρφο μπορείς να επιλέξεις ανάμεσα στο **Akrogiali** (2823042384) και στο **Πανόραμα** (2823042166), που έχουν και ψαροταβέρνες πάνω στην παραλία. Στον Αγιάννη, αναζήτησε τα δωμάτια της **Σοφίας** (2823041418). Τέλος, στα Σγουδιανά θα σε φιλοξενήσει το **Μετόχι** (2823042309), που επιπλέον διαθέτει και ωραία ταβέρνα.

## Πού να φας

Σίγουρα στο **Στέκι της Γωγώς** (2823041932) στο Καστρί, με παραδοσιακή κουζίνα που η ίδια η Γωγώ μαγειρεύει εξαιρετικά. Επίσης στο Καστρί θα βρεις τη **Ρακοπαγίδα του Στρατή** (2823043249), με μεζέδες και σουβλάκια, τον παραδοσιακό ξυλόφουρνο της **Φιλώς** (6987078306) και τον **Φούρνο της Στέλλας** (2823041411), όπου θα βρεις τα πάντα για το πρωινό σου, ωραία γλυκά και καφέ. Στο Σαρακίνικο για φρέσκο ψαράκι θα πας στη **Χελώνα** (6942908663) και στον **Βαϊλικάκη** (2823041103), για κρητικές νοστιμιές και ποτό το βράδυ στη **Γοργόνα** (2823041426), για παραδοσιακό φραγινό και γλυκό στα **4 Αδέρφια** (2823042182) και για τοπικές νοστιμιές στην **Ωγγυγία** (2823023334). Στον Αγιάννη θα βρεις το café-bar **Λιβυκόν** (2823042522), το café bistro **Λίβας** (2823043348) και την **Καντίνα του Γιάννη**. Στα Βατσιανά θα φας στην ταβέρνα **Τρυπητή** (6971966129). Mini market θα βρεις στο **Λιμάνι** (2823041104), στο **Σαρακίνικο** (2823042522) και στον Αγιάννη.

Για ενοικιάσεις αυτοκινήτων υπάρχει ο **Κούγιος** (6972981905), ενώ αν θες να εξερευνήσεις τη Γαύδο με καραβάκι υπάρχει στο Σαρακίνικο το **Gavdos Boat Trips** (2823041106). - A.V. team



Δήμος: 2823043031  
Αστυνομία: 2823041019  
Λιμεναρχείο Σφακίων: 2825091292  
Λιμεναρχείο Παλαιόχωρας: 2823041214  
Κέντρο Υγείας: 2823042195



# Ρέθυμνο

Της **Ελισάβετ Αβραμίδου**  
(Elli AvrRam)\*



Το 2017 χρειαζόμουν διακοπές και το μόνο εισιτήριο που ήταν διαθέσιμο, τελευταία στιγμή, ήταν από Στοκχόλμη προς Ρέθυμνο. Την ίδια μέρα, είχα μόλις προσγειωθεί στη Σουηδία από την Ινδία, και είπα στον πατέρα μου ότι θέλω να πάω στην Ελλάδα ΤΩΡΑ και να χαλαρώσω κάπου μόνη μου, δίπλα στη θάλασσα. Μέχρι σήμερα ήταν ένα από τα καλύτερα ταξίδια που έχω κάνει ποτέ. Η παραλία του Ρεθύμνου, απλά μαγική. Καθόμουν με τις ώρες για να βλέπω τα υπέροχα ηλιοβασιλέματα. Γνώρισα πολλούς καταπληκτικούς ανθρώπους εκεί, έκανα και μια υπέροχη φιλία με τη Λίνα που είμαστε πολύ καλές φίλες μέχρι σήμερα. Ξεκίνησε κάπως έτσι... ήμουν ξαπλωμένη στην παραλία, τη ρώτησα αν μπορώ να πάρω από κάπου μια μπουγάτσα και εκείνη άρχισε να γελάει λέγοντάς μου «είσαι από την Θεσσαλονίκη»; Ύστερα πήγα νότια, στο μαγευτικό Ελαφονήσι και απλά δεν ήθελα να φύγω... το θυμάμαι σαν τον απόλυτο παράδεισο! Η Λίνα, και πάλι, με πήγε και σε ένα ρεθυμνιώτικο πανηγύρι, ήταν καταπληκτικό να βλέπω πώς οι κρητικοί χοροί μοιάζουν πολύ με τους νοντιακούς που τόσο αγαπώ. Προσπάθησα να μάθω κι εγώ να χορεύω αλλά ήταν λίγο δύσκολο, το ομολογώ. Μου άρεσαν πολύ τα κρητικά έθιμα, οι παραδόσεις αλλά και η ιδιαίτερη κρητική διάλεκτος. Και η πόλη του Ρεθύμνου ήταν τόσο γραφική, με γλυκούς και ζεστούς ανθρώπους, ταβερνάκια με πολύ νόστιμο φαγητό και, φυσικά, με καλή ρακή. Έχω τόσες πολλές ωραίες αναμνήσεις από το Ρέθυμνο που σχεδόν μπορώ να γράψω βιβλίο με όσα έζησα μέσα σε μια εβδομάδα. Υπάρχουν τόσα άλλα μέρη που θέλω να επισκεφτώ εκεί, αλλά μου λείπει ο χρόνος, κάποια στιγμή θα τα καταφέρω και θα ξαναπάω! Το πιο πολύτιμο που κρατάω από αυτό το ταξίδι είναι οι στιγμές που ολομόναχη στην παραλία, απολάμβανα τον χρόνο μου και τον ήχο της θάλασσας, ατενίζοντας το μαγικό ηλιοβασίλεμα. Κάτι που δεν θα ξεχάσω ποτέ στη ζωή μου...

\* Η Ελισάβετ Αβραμίδου είναι Ελληνοσουηδέζα ηθοποιός που ζει στην Ινδία με σημαντικές επιτυχίες στο Μπόλιγουντ.

## info

Τόσο γοητευτικό που επιστρέφουμε πάντα για σουλάτσο στα σοκάκια της παλιάς πόλης αναζητώντας στην αρχιτεκτονική των σπιτιών ίχνη από την Ενετοκρατία και την Τουρκοκρατία. Με εκδρομική διάθεση θα φθάσουμε στη **Μονή Αρκαδίου**, στο **φράγμα Ποταμών**, στις ξακουστές πηγές στο χωριό **Αργυρούπολη**, στον αρχαιολογικό χώρο και το **μουσείο της Ελεύθερνας** ή θα πεζοπορήσουμε στο **Φαράγγι του Αγίου Αντωνίου**.

**Τι να δεις**  
Τη **Φορτέτσα**, το **Αρχαιολογικό Μουσείο** και το **Μουσείο Σύγχρονης Τέχνης Κρήτης**. Στην παλιά πόλη τα υπέροχα παραδοσιακά σπίτια (ειδικά στο **Μακρύ Στενό**), το γραφικό **Ενετικό Λιμάνι** με το φάρο, το επιβλητικό κτίριο της **Λότζιας**, την **κρήνη Ριμόντι** στην **πλατεία Πλατάνου**, το εντυπωσιακό «**Τούρκικο**» **σχολείο**, το **Ωδείο** (πάλαι ποτέ Τζαμί του Γαζή Χουσεΐν Πασά).

**Πού να φας**  
Για σύγχρονη κρητική κουζίνα ραντεβού στα **Hasika** (2831021014), την **Avli** (2831058250) και το **Veneto** (2831056634). Εξαιρετικές θαλασσι-

νές γεύσεις στο **Πρίμα Πλώρα** (2831056990), τις **7 Θάλασσες** (2831058000), το **Cavo** (2831036700) και το **Θέα Θάλασσα** (2831042858). Μοντέρνα ελληνική κουζίνα στο **Arbona** (2831028670). Στα πέριξ: κρητικές σπεσιαλιτέ στο βραβευμένο **Αλέκος** (2831041185) στους Αρμένους και τοπικές γεύσεις στο εστιατόριο του **Kapsaliana Village** (2831083400) στο Αρκάδι.

**Πού να διασκεδάσεις**  
Κοκτέιλ και fun όλη μέρα στα στέκια της παραλιακής: στο **Living Room** (2831021386), το **Lux** (2831020303) και τις **Fraoules** (2831024525). Στο **Home Seaside** (2831022782), κάτω από τη Φορτέτσα. Ωραίες μουσικές στο «αδερφάκι» του **Hasika**, **H17 Bites & Spirits** (2831021014).

**Πού να μείνεις**  
Στο πεντάστερο θέρετρο **Nautilux** (2831701300), στο τέρμα της παραλιακής. Στην παλιά πόλη σε ατμοσφαιρικά boutique ξενοδοχεία, όπως τα **Avli Lounge Apartments** (2831058250), **CasaVitae** (6973237897), **Antica Dimora Suites** (2831030810) και **Rimondi Boutique Hotels** (2831051001). Επίσης, στα κομψά δωμάτια και τις σουίτες του **Pepi Studios** (2831026428). - A.V. team



Δήμος: 2831341301  
Νοσοκομείο Ρεθύμνου: 2831087100  
Αστυνομία: 2831088154  
Λιμεναρχείο: 2831020248



# Οροπέδιο Λασιθίου

Του **Νίκου Ανδρουλάκη\***

➔ Το οροπέδιο Λασιθίου είναι ένας ορεινός παράδεισος. Ένα διαρκές σημείο αναφοράς στη ζωή μου.

Μια πεδιάδα στα 900 μέτρα, περιστοιχισμένη από επιβλητικά βουνά με ψηλότερη κορυφή το Σπαθί στα 2.148 μέτρα. Αν ψάχνεις δροσιά μέσα στον καλοκαιρινό καύσωνα, είναι ιδανικός προορισμός χωρίς να αποκλείεις την επιλογή της θάλασσας, καθώς σε μισή ώρα με το αυτοκίνητο φτάνεις στις καταγάλανες παραλίες της Βόρειας Κρήτης. Γύρω από την πεδιάδα υπάρχουν 18 γραφικά χωριά. Ένα από αυτά είναι το **Ψυχρό**, τόπος καταγωγής της μητέρας μου, όπου πέρασα τις περισσότερες πασχαλινές και καλοκαιρινές διακοπές των παιδικών μου χρόνων. Αναμνήσεις ανεξίτηλες και βαθιά παραγμένες στην καρδιά μου.

Τι να πρωτοθυμηθώ; Τους εκατοντάδες ανεμόμυλους, που όταν λειτουργούσαν μαζικά έδειχναν το **Οροπέδιο** σαν πολύχρωμο χαλί έτοιμο να πετάξει. Την παραδοσιακή κατασκευή του Ιούδα το Πάσχα και το μάζεμα ξύλων με τη συνεισφορά όλων των χωριανών για να ανάψουμε τη «φουνάρα». Την καλοκαιρινή συγκομιδή φρούτων και την κατασκευή πρόχειρων υπαίθριων φούρνων για το ψήσιμο της πατάτας που μόλις είχε γεννήσει σε αφθονία η λασιθιώτικη γη. Ακόμα και σήμερα, πολλές από αυτές τις συνήθειες παραμένουν ζωντανές,μπολιασμένες στη νέα γενιά με άλλες πιο σύγχρονες.

Το πιο γνωστό αξιοθέατο, που επισκέπτονται κάθε χρόνο χιλιάδες περιηγητές, είναι το **Σπήλαιο του Δικταίου Άντρου**, έκτασης 2.200 τ.μ. Ο μύθος ήθελε να γεννιέται εδώ ο Δίας, ο πατέρας των θεών του Ολύμπου.

Σημαντικός ιστορικός σταθμός, η Μάχη του Οροπεδίου και η ιστορία των αδερφών Παπαδάκη, που πουλήθηκαν σκλάβοι

το 1823. Ο πρώτος, ο Αντώνης Παπαδάκης, χρηματοδότησε τον απελευθερωτικό αγώνα και αργότερα ανακηρύχθηκε σε μέγα ευεργέτη του ΕΚΠΑ, ενώ ο άλλος εξισλαμίστηκε και έγινε υψηλόβαθμος αξιωματικός του αιγυπτιακού στρατού. Η ιστορία ενέπνευσε τη Ρέα Γαλανάκη, που την αφηγήθηκε στο βιβλίο της *«Ο βίος του Ισμαήλ Φερικ Πασά»*.

Το Οροπέδιο αποτελεί ένα από τα πιο πλούσια οικοσυστήματα, και με ιδιαίτερη βιοποικιλότητα. Το **Φαράγγι Χαυγά** με την πανέμορφη λίμνη του **Νεραϊδοκόλυμπου**, στη βάση ενός μικρού καταρράκτη, ξεχωρίζει για την ομορφιά του. Εκατοντάδες ορειβατικά και περιηγητικά μονοπάτια ταξιδεύουν τον επισκέπτη στη σκληροτράχηλη κρητική γη επιτρέποντας την ανάβαση στις περισσότερες κορυφές των βουνών. Η θέα από εκεί ψηλά προς το Κρητικό και το Λιβυκό Πέλαγος είναι μοναδική. Δικαίως θα το χαρακτήριζα το μπαλκόνι της Κρήτης. Οι λάτρεις, δε, του ποδηλάτου έχουν τη δυνατότητα να χαρούν όμορφες διαδρομές μέσα στον κάμπο.

Η κρητική φιλοξενία είναι απaráμιλλη και η ντόπια κουζίνα δεν είναι τυχαία ξακουστή. Στις ταβέρνες και στα καφενεία κάτω από τα πλατάνια στις πλατείες σερβίρονται ρακή, φασολάκια, αγκινάρες, χοχλιοί και άλλα τοπικά εδέσματα. Μια ιδιαίτερη νότα δίνουν τα πανηγύρια παραδοσιακής κρητικής μουσικής.

Στα τέλη Αυγούστου, χιλιάδες επισκέπτες ανεβαίνουν για τον **Άι-Γιάννη τον Ριγολόγο** και τις γιορτές της πατάτας.

Σας προτείνω να γνωρίσετε αυτό το μαγικό μέρος και θα διαπιστώσετε ότι όσα σας περιγράψω αξίζουν και δεν είναι μόνο τα λόγια ενός τοπικιστή.

\* Ο **Νίκος Ανδρουλάκης** είναι πρόεδρος του ΠΑΣΟΚ - Κινήματος Αλλαγής.







# Άγιος Νικόλαος

## Κρήτη

Της **Ελένης Γεωργακοπούλου\***

➔ Την πρώτη φορά, πιτσιρίκι με τους γονείς μου και την αδελφή μου, πέρυσι με τις φίλες μου και τον Κυρο, μερικές φορές με καράβι άλλες με αεροπλάνο, με καλό καιρό ή με μελτέμια, πρέπει να έρθει το τέλος του κόσμου για να μην κατέβω στην Κρήτη. Γιατί τόσο πάθος; Γιατί εκεί είχα τα περισσότερα «πρώτα». Πρώτη φορά που έκανα θαλάσσιο σκι, πρώτη φορά που έπαιξα Arcade, πρώτη φορά που ήπια αλκοόλ, πρώτη φορά που βγήκα σε μπαρ, πρώτη φορά που είδα τον ήλιο να ξεμυτίζει από τη θάλασσα, την ανατολή. Είναι το μόνο μέρος που έχω επισκεφθεί και είτε βρίσκεται σε νεκρή σεζόν είτε «βουλιάζει» το λιμάνι από τουρίστες, ποτέ δεν ένιωσα ότι κάτι μου λείπει. Οι μέρες περνούν πριν το καταλάβω. Θα ξυπνήσω να φάω το τέλειο πρωινό στο ξενοδοχείο (ή δεν θα ξυπνήσω στη ώρα μου... και θα φάω hot-dog στο pool bar), θα αράξω όλη μέρα στην ξαπλώστρα διαβάζοντας ή ζωγραφίζοντας, κάπου ενδιάμεσα θα βρω την ενέργεια για ένα wakeboard και αφού μπανιαριστούμε, φάμε, και βγει το κουτάβι την απογευματινή του βόλτα, σειρά έχει το **Aquarius Pub**, το οποίο, όσα χρόνια κι αν περάσουν, δεν πρόκειται να βαρεθώ ποτέ. Το ίδιο ισχύει και για τα after-hours σάντουιτς της Μαρίας και για το άραγμα στη λίμνη του Αγίου Νικολάου, τις ώρες που όλοι κοιμούνται και η τόσο ηρεμία σε κάνει να βγάξεις

σενάρια επιστημονικής φαντασίας για το τι μπορεί να συνέβη και η πόλη ερήμωσε.

Ο Άγιος Νικόλαος προσφέρει όμορφες παραλίες, οικογενειακές δραστηριότητες, πάρα πολλές επιλογές φαγητού (από φρέσκο ψαράκι, παραδοσιακό φαγητό και γκουρμέ εστιατόρια μέχρι σουβλάκι και πίτσα), νυχτερινή ζωή για όλα τα γούστα (pubs, bars, clubs, ελληνάδικα) και καφέ/παγωτό στην ξακουστή και πανέμορφη λίμνη. Εγώ πάντως, για να είμαι ειλικρινής, πάω γιατί κάθε φορά που βλέπω τους ανθρώπους που έχω γνωρίσει εκεί και τους αγκαλιάζω (μία φορά τον χρόνο) η καρδιά μου γεμίζει αγάπη και χαρά. Πέρυσι το καλοκαίρι ήταν η πρώτη χρονιά του Κυρο μαζί μου σε καλοκαιρινές διακοπές! Ευχαριστώ το Candia Park που τον δέχτηκε με τόσο αγάπη και όλα τα μαγαζιά που επισκεφθήκαμε και ασχολούνταν περισσότερο μαζί του παρά μ' εμάς!

Τόση ώρα που γράφω, συνειδητοποιώ ότι καμία χρονιά δεν μου άφησε δυσάρεστες αναμνήσεις. Σίγουρα κάποιες χρονιές ήταν ξεχωριστές, αλλά αναρωτιέμαι εάν όλα αυτά που ζούμε και αποτυπώνονται στη μνήμη μας ως «εξάισια» έχουν να κάνουν με το μέρος αυτό καθαυτό ή με τη διάθεσή μας. Πρωτοπνήγα, λοιπόν, πιτσιρίκι και πέρασα τόσο τέλεια που όλον τον χειμώνα δεν «έβαλα

γλώσσα μέσα» μέχρι να ξαναπάμε. Την επόμενη χρονιά τα ίδια κι από τότε κάθε χρόνο τα ίδια! Από τότε, μέχρι και σήμερα, έχω πάει με οικογένεια, με φίλους, με μικρές παρέες και έχω ακούσει μόνο θετικά σχόλια από τους καλεσμένους μου, με ελάχιστες εξαιρέσεις 2-3 ανθρώπων των οποίων η «φράση» ήταν μια μόνιμη μιζέρια και γκρίνια είτε βρίσκονταν σε πεντάστερο ξενοδοχείο στο Bali είτε σε σκηνή στο camping. Ίσως τελικά ο λόγος που ερωτευόμαστε κάποια μέρη να είναι 50% οι άνθρωποί του και 50% η διάθεσή μας!

*\* Η Ελένη Γεωργακοπούλου ασχολείται με τις Καλές Τέχνες και τη γραφιστική. Είναι η δημιουργός του KuroTV, με πρωταγωνιστή τον Κυρο, ένα χαριτωμένο και πανέξυπνο Cavalier King Charles Spaniel που οι περιπέτειές του έχουν γίνει viral στο Tik Tok με πάνω από 100.000 followers. Μια σελίδα-store στο web site με προϊόντα στα οποία πρωταγωνιστεί ο ίδιος, έχει στόχο να συλλέξει χρηματικά ποσά για την ενίσχυση των αδέσποτων και για τα καταφύγια με ζώα.*

**Αϋνία από τα κουνούπια; Tips από το ΔΕΗ myEnergy**

Όσο και να θες να κοιμηθείς με ανοιχτές πόρτες και παράθυρα, τα κουνούπια παραμένουν ο Νο1 ενοχλητικός επισκέπτης που θα χαλάσει τον ύπνο σου. Μπορείς να απαλλαγείς από τα τσιμπήματα και το βουητό στο αυτί τοποθετώντας ανεμιστήρες οροφής στα δωμάτια. Οι ανεμιστήρες οροφής δροσίζουν, δυσκολεύουν το πέταγμα των κουνουπιών και καταναλώνουν ελάχιστη ενέργεια (όση και ένας κοινός λαμπτήρας φωτισμού).





Το ανατολικότερο άκρο της Κρήτης και το λιγότερο πυκνοκατοικημένο, κρύβει ωραίες εκπλήξεις για κάθε επισκέπτη. Πρωτεύουσα, ο Άγιος Νικόλαος, γραφική μικρή πόλη, με ονομασία που προέρχεται από τον βυζαντινό ναό του Αγίου Νικολάου. Οι ντόπιοι την αποκαλούν απλώς «ο Άγιος» και σήμα κατατεθέν της είναι η γραφική **Βουλισμένη**, μια λιμνοθάλασσα στο κέντρο της. Άλλη μεγάλη πόλη είναι η **Ιεράπετρα**, απέναντι από την αφρικανική ακτή, αλλά και η **Στεία** χτισμένη στην πλαγιά ενός λόφου.

**Τι να δεις**  
Στον Άγιο Νικόλαο το **Αρχαιολογικό Μουσείο** και το **Λαογραφικό Μουσείο**, στο κέντρο της πόλης και τα ερείπια της πόλης **Γουρνιά** στον δρόμο προς Στεία και Ιεράπετρα. Σε μικρή απόσταση από την **Επάνω Ζάκρο** ξεκινά το **Φαράγγι των Νεκρών** ή **Φαράγγι της Άνω Ζάκρου**, εξαιρετικής ομορφιάς. Την **Έκθεση Οχημάτων Εποχής στα Έξω Λακωνία** με πάνω από 110 ιστορικά οχήματα.



Δημαρχείο Αγ. Νικολάου: 2841340100  
Αστυνομικό τμήμα Αγ. Νικολάου: 2841091402  
Λιμεναρχείο Αγ. Νικολάου: 2841022312  
Νοσοκομείο Αγ. Νικολάου: 2841343000, 2841066000

Τη **Μονή Τοπλού**, από τα πιο σπουδαία μοναστήρια της Κρήτης, στον δρόμο από τη Στεία προς το **Βάι**. Το **οροπέδιο του Λασιθίου**, όπου βρίσκεται και το **Σπήλαιο Ψυχρού**, και τη **Σπιναλόγκα**, άλλοτε νησί των λεπρών. Από τον Άγιο Νικόλαο μπορείς να επισκεφτείς εύκολα και τα ορεινά χωριά στην ανατολική πλευρά της **Δίκτης**, όπως τις **Μάλες**, την **Καλαμαύκα** αλλά και την υπέροχη **Κριτσά**. Εκεί κοντά και η αρχαία **Λατώ**.

**Πού να κολυμπήσεις**  
Στο νησάκι **Χρυσή** ή **Γαϊδουρονήσι**, νότια της Ιεράπετρας – δεν κατοικείται αλλά έχει φοβερές παραλίες. Στο **Κουφονήσι** ή **Λεύκη**, μικρό νησί του Νότιου Κρητικού Πελάγους, με αμμουδερές παραλίες. Νότια από τον Άγιο Νικόλαο στο **Ιστρο** και το **Καλό Χωριό**, και στα βόρεια στην παραλία **Δρήρος**. Στο διάσημο **Βάι**, γνωστό και ως **Φοινικόδασος**. Στην **Αγία Φωτιά**, ανατολικά της Ιεράπετρας. Στον **Αλμυρό**, την πιο δημοφιλή παραλία της πόλης. Στη διάσημη **Ελούντα** με τη **Σπιναλόγκα** μπροστά της. Στον **Ξερόκαμπο**, αμώδη παραλία, με τικουάζ νερά.

**Πού να φας**  
Κρητική κουζίνα με θέα τη Λίμνη Βουλισμένη θα βρεις στο

**Καρνάγιο** (2841025968) – ζεστός ντάκος με αβγό μάτι, χειροποίητη στάκα, ψημένη ντομάτα με καπνιστό χοιρινό και σταφιδελιές, για να πάρεις μια ιδέα. Για πιο γκουρμέ να πας στην ταβέρνα **Skala Fusion** (2841022712) με θέα επίσης την Λίμνη. Το **Migomis Piano restaurant** (2841024353) και το **Groma Meze** (2841102056) βρίσκονται πάνω από την λίμνη ενώ το ρακά-δικο **Παραδοσιακό** (2841021666), το **Ποτηράκι** (2841024674), το μεζεδοπωλείο **Πόρτες** (2841028489) κοντά στην πλατεία του **Αγίου Νικολάου** αλλά και το **Μουσικό καφενείο η Ρόζα** (2841021444) είναι όλα τους σωστές επιλογές. Για αυθεντικά κρητικά πιάτα κάνε μια βόλτα στις πλατείες των χωριών **Κριτσά**, **Καλαμαύκα**, **Πεύκοι Στείας** και **Κρούστα** αλλά και στις ψαροταβέρνες στην **Πλάκα** της Ελούντας με θέα την Σπιναλόγκα. Στην Ιεράπετρα, το **Αλάτι** (2842062040) μπροστά στην παραλία και στην Στεία το **Λιμάνι** (2843 024766) ξεχωρίζουν με τις κρητικές τους γεύσεις. Για τις βραδινές σου εξορμήσεις στον Άγιο Νικόλαο να πας **Bajamar**, **Votsalo**, **Palazzo**, **Ammoudi beach bar**, **Achinos**, και **Kimzu**. Αν θες να φύγεις έχοντας κάτι μαζί σου, τα τυροκομικά προϊόντα και το τοπικό ελαιόλαδο, η ρακή, τα παραδοσιακά γλυκά και το εξαιρετικής ποιότητας μέλι που θα βρεις στη Στεία αποτελούν σωστές επιλογές. Μην χάσεις τη **Γιορτή της Ρακής**, τη **Γιορτή του εφταζύμου** και τη **Γιορτή της Μυζηθρόπτας** που γίνονται κάθε καλοκαίρι.

**Πού να μείνεις**  
Πολλές είναι και οι επιλογές διαμονής στην περιοχή. Ενδεικτικά: Στον Άγιο Νικόλαο το new entry **NIKO Seaside Resort MGallery** (2841304040) που απέχει 9 λεπτά με τα πόδια από την παραλία και το **Hotel Port 7** (6987549815), στην είσοδο του λιμανιού. Στην Ιεράπετρα, στο 4 αστέρων **El Greco** (2842028471), στο **Kakkos Bay Hotel & Bungalows** (2842061111) που απέχει μόλις 50 μέτρα από την παραλία και στο **Cretan Villa** (2842028522) σε μια παραδοσιακή κρητική κατοικία του 18ου αιώνα. Για όσους αγαπούν την παραδοσιακή αρχιτεκτονική και το φυσικό τοπίο μπορούν να μείνουν στο **White River Cottages** (Μακρύς Γιαλός, 2843051120). Τέλος, στη Στεία, στο **Sitia Bay** (2843024800) μπροστά στη θάλασσα. - A.V. team

# Λασιίθι οροπέδιο Καθαρού

Του **Άγγελου Σπάρταλη\***

Υπάρχουν τόποι στο νησί μου, την Κρήτη, που σου προκαλούν δέος. Και το δέος δεν είναι άλλο από το υπέροχα όμορφο που σου βγάζει και φόβο. Το θαυμάζεις και ταυτόχρονα τα κάνεις και πάντα σου, δηλαδή. Η φουρτουνιασμένη μαύρη θάλασσα, τα ψηλά παγωμένα βουνά, ο σχεδόν ανεκπλήρωτος έρωτας, παρόμοια πράγματα. Τόπος τέτοιος και το **οροπέδιο του Καθαρού** στον νομό Λασιθίου, στα χίλια διακόσια μέτρα πάνω από τη θάλασσα, μου δάγκωσε για τα καλά το μυαλό και την καρδιά (ο νους μου και το αίμα μου παίζανε παλαμάκια) όταν έπεσα πάνω στον αναχωρητή με το παρανόμι «Ζέρβας», κατά κόσμον Ιωάννης Σιγανός. Πρώτη μου φορά στον υβριδικό καφενέ του, λέω «Θα πιούμε κανένα καφέ» και μου απαντά «Εδώ, μικρέ, είναι κέντρο πολιτισμού, δεν είναι cafe-bar, θες καφέ τον φτιάχνεις μόνος σου». Τον μπαγάσα. «Να σου φτιάξω κι εσένα:» συνεχίζω την πλάκα, «Ναι, αμέ» λέει και φτιάχνω σβέλτα δύο καφεδάκια, είμαι σβέλτος. Αργότερα μου εξομολογήθηκε ότι αυτή την πλάκα την έκανε σε όλους, αλλά κανέναν μέχρι εκείνη τη μοιραία μέρα δεν του είχε απαντήσει ποτέ με τον δικό μου τρόπο. Οι άνθρωποι ντρέπονται, καλοί-κακοί, λες και είναι αθάνατοι, τέλος πάντων. Ε, και που λέτε, γίναμε φίλοι αδέλφια. Από τότε, όταν θέλω να κάνω διακοπές, που θα πει να διακόψω την κοσμική μου σκέψη –γιατί η σκέψη στο σύνολο της δεν παύει ποτέ, και ο Κρισαναμούρτι να εί-

σαι–, πάω στο Καθαρό και μένω μια-δυο βδομάδες με τον Ζέρβα παριστάνοντας τον μάγειρα και το σερβιτοράκι στον καφενέ του. Κοιμόμαστε το αργότερο στις εννιά το βράδυ, ακούγοντας παραμύθια στο ραδιόφωνο του δεύτερου προγράμματος, και ξυπνάμε στις 6 το χάραμα από τη φλυαρία των πουλιών. Περικυκλωμένοι από αχλαδιές, μηλιές και κερασιές, καστανιές και αμυγδαλιές. Και κασιόκες και πατάτες, πολλά κουδουνίσματα και πολλές πατάτες. Λαθρομετανάστες στον τόπο όπου πριν από εκατομμύρια χρόνια ζούσαν νάνοι ιπποπόταμοι και νάνοι μαμούθ, μέσα στον πλούτο σπάνιων ενδημικών φυτών, εκεί που η φύση έχει πάντα χιούμορ και γι' αυτό είναι εύφορη, με παρέες μεγάλες στον αριθμό και στον πόθο, θεοποιούμε την αξία των συντρόφων μας αναγνωρίζοντας τη μηδαμινότητα τους και τη δική μας, τα πάντα λάθη μας αλλά και τις τώρα χάρες μας. Στη συνημμένη φωτογραφία της υπέροχης εικαστικής φωτογράφου Αγγελικής Σβορώνου, συντρόφισσας στη ζωή και στην τέχνη, εγώ στ' αριστερά και ο Ζέρβας στα δεξιά, ανάμεσά μας ο Στυλιανός Σιγανός και η Σοφία Λεμπιδάκη. Τα βλέμματά μας τα λένε σχεδόν όλα. Διακοπές του νου, καύλα της ψυχής.

\* Ο **Άγγελος Σπάρταλης** είναι ζωγράφος-κινηματογραφιστής. Το βιβλίο του «**Μαρία και Στέλλα**», ένα οικονομολογικό Lesbo-Western, κυκλοφορεί από τις **ATHENS VOICE Books**.



# Ελαφόνησος

Του **Θανάση Χριστοδούλου** (Lumiere)\*

Καλοκαίρι του 2001. Καλοκαίρι (όπως τα περισσότερα) με το Άστρος Κυνουρίας ως βάση, σαν ένα μικρό, ταπεινό ακρωτήριο Κανάβεραλ, απ' όπου ξεκινούν όλες οι εκδρομές και τα ταξίδια του «Αστροικού» θέρους. Οι γονείς, παραδοσιακά, έριχναν πάντα μια ιδέα για ένα ταξίδι, συνήθως σε κάποιο νησί που δεν είχαμε ξαναπάει μέχρι τότε. Εκείνο το καλοκαίρι, το όνομα που επικράτησε μεταξύ των επιλογών ήταν η Ελαφόνησος. Η Ελαφόνησος δεν ακουγόταν παρά ελάχιστα από τα χείλη των ταξιδευτών που συνέρρεαν κυρίως (και μανιωδώς) στις Κυκλάδες, Κρήτη και τα υπόλοιπα «μεγάλα» ονόματα της καλοκαιρινής «πίστας», καταναλώνοντας ακόμα με πάθος τους καρπούς από το πλούσιο εισοδηματικό περιβάλλον της δεκαετίας του '90. Στην ιδέα για την Ελαφόνησο, η μάνα μου ανέφερε και κάτι για μια παραλία, την παραλία του Σίμου. «Μία παραλία;» αναρωτήθηκα. «Δηλαδή θα πάμε σε ένα νησί για διακοπές και θα πηγαίνουμε κάθε μέρα απλά στην ΙΔΙΑ παραλία;» απόρρησε ελαφρώς κατσουφιασμένος, εφόσον θα έσπαγε η οικογενειακή συνήθεια για διαρκείς, καθημερινές περιηγήσεις και ανακαλύψεις νέων παραλιών, τοπίων, χωριών και πανοραμικών σημείων, όπου και αν πηγαίναμε μέχρι τότε. «Το καλό είναι ότι δεν χρειάζεται να κλείσουμε εισιτήρια πλοίου και να φάμε την ταλαιπωρία του Πειραιά μιας και περνάς στην Ελαφόνησο από τη Λακωνία με ένα μικρό ferry boat» προσέθεσε η πάντα ενημερωμένη για τους τρόπους μετακίνησης μάνα. «Αυτό όντως είναι... κάτι», σιγομουρμούρησα.

Σημαντική παρένθεση: Ελάχιστο καιρό πριν, στο μοναδικό τότε συνδρομητικό κανάλι τηλεόρασης που υπήρχε στην Ελλάδα, ένα τυχαίο απόγευμα, είχα πετύχει την ταινία «*The beach*» του Danny Boyle. Την είχα βρει απολαυστικότατη και όντας γεμάτος από ανησυχίες και υπαρξιακές αναζητήσεις της πρώτης νεότητας, βρήκα, χάρη στον Boyle, έναν δρόμο στον οποίον κρυβόταν (ακόμα και αν γινόταν μέσα από ένα mainstream περιτύλιγμα) μια φιλοσοφική ανάγνωση με κεντρικό σύμβολο μια παραλία. Καταρχάς το soundtrack ήταν αυτό! Και κατά δεύτερον και πιο βασικό: με τι οπτικό νέκταρ μας έλουσε ο Danny; (Και δεν εννοώ μόνο την Virginie Ledoyen). Μιλώ για αυτήν την παραλία που όντως φαινόταν σαν να ήταν ο χαμένος παράδεισος επί γης. Φυσικά, δεν είχα ιδέα τι θα συνέβαινε λίγες εβδομάδες πιο μετά και 200 χιλιόμετρα πιο μακριά.

Ένα μικρό ferry περιμένει στην Πούντα. Επιβιβάζομαστε. Η απόσταση μικρότερη από 1.5 χιλιόμετρο. Αλλά όχι στο νερό. Στον αέρα. Πατί με τα εντελώς διάφανα νερά ένωθες ότι είχες επιβιβαστεί στο πρώτο ferry boat της ιστορίας που ίπταται. Φτάνουμε στη **Χώρα**, στον μοναδικό οικισμό της Ελαφονήσου. Το **εκκλησάκι του Αγίου Σπυριδώνα**, σε αυτό το νησάκι που ενώνεται με μια γέφυρα, περίμενε υπομονετικά τις ισταγκραμικές δόξες που θα του χάριζαν οι επόμενες γενιές, με θρησκευτική ευλάβεια. Με το αυτοκίνητο ξεκινάμε μέσω ενός καρόδρομου για την **παραλία του Σίμου**. Ένα απόλυτο άγονο τοπίο, κανένα αυτοκίνητο προς οποιαδήποτε κατεύθυνση, ίχνος ανθρώπινου πολιτισμού δεν υπήρχε. Αφήνουμε το αυτοκίνητο πίσω από αμμόλοφους και περπατάμε μέχρι το μικρό ύψωμα. Και τότε την είδα. Με ελάχιστο κόσμος, προφανώς και ΔΕΝ ήταν οργανωμένη σε κανένα σημείο της (μην ξεχνάτε ότι το ημερολόγιο έγραφε 2001), καμιά δεκαριά ομπρέλες διάσπαρτες και μια ξύλινη καλύβα στημένη πάνω στη «γλώσσα» που τη χωρίζει κάπου στα 2/3 του μήκους της.

Δεν είχα ξαναδεί ποτέ στη ζωή μου κάτι αντίστοιχο. Τραγουδώντας το «*Spinning away*» έτρεξα και βουτήξα στον δικό μου, νέο επίγειο παράδεισο.

\* Ο **Θανάσης Χριστοδούλου** (Lumiere) είναι μουσικός, συνθέτης και παραγωγός. Το φθινόπωρο θα κυκλοφορήσει το νέο του instrumental single «*Elodie (La marée)*» καθώς επίσης και το δεύτερο ελληνόστιχο κομμάτι του «*Συγγνώμη*».

Το νησί που ενέπνευσε τον μύθο της χαμένης Ατλαντίδας βρίσκεται σε απόσταση 500 μέτρων από την απέναντι Πελοποννησιακή ακτή κι είναι από τα λίγα που μπορεί κανείς να προσεγγίσει οδικώς (παίρνοντας μετά το καραβάκι, συνεχή δρομολόγια διάρκειας 10 λεπτών). Σπάνια κλωρίδα και πανίδα, ψηλές αμμοθίνες και υπέροχων σχηματισμών θαλασσόκεδρα στις παραλίες του νησιού, οι διδυμες και συγκλονιστικές παραλίες του **Σίμου** και του **Σαρακηνικού** (ανάμεσα στις καλύτερες της Μεσογείου για να μην πούμε και του κόσμου όλου), γαλαζοπράσινα

νερά, ειδυλλιακά ηλιοβασιλέματα, γραφικά γεφύρια, ταβερνάκια, καφέ και μπαράκια είναι μερικά μόνο από αυτά που θα σε σαγηνεύσουν στο μικρό νησί της Λακωνίας και θα σε κάνουν να πηγαίνεις ξανά και ξανά.

#### Πού να μείνεις

Οι περισσότεροι φτάνουν στην Ελαφόνησο με σκοπό να μείνουν στο **Simos Camping** (2734022672, 2734022057, [www.simoscamping.gr](http://www.simoscamping.gr)). Μόλις 50 βήματα μακριά από την ομώνυμη παραλία, διαθέτει σκηνές και bungalows για όσους είναι φαν του camping αλλά δεν

θέλουν να κουβαλάνε τα σχετικά, ενώ οι εγκαταστάσεις του περιλαμβάνουν –μεταξύ άλλων– καφέ-τέρια, εστιατόριο και mini-market. Κατά τα λοιπά, ξενοδοχεία και ενοικιαζόμενα δωμάτια θα βρείτε αρκετά και στην Ελαφόνησο (λιμάνι) αλλά και στους οικισμούς **Κάτω Νησί**, **Καπάρι** και **Λεύκη**.

#### Πού να κολυμπήσεις

Η μεγάλη δύναμη της Ελαφονήσου είναι οι παραλίες της, με πρώτη και καλύτερη την **παραλία του Σίμου**, χαρακτηρισμένη ως προστατευόμενη περιοχή NATURA,

info

με μια τεράστια αμμουδιά, εντυπωσιακούς αμμόλοφους, τirkουάζ νερά (και πάρα πολύ κόσμο τους «καυτούς μήνες»). Βουτιά επιβάλλεται και στην παραλία **Κοντογό-νι** κοντά στο λιμάνι με ψιλή άμμο και ρηχά νερά, είναι η αγαπημένη των ντόπιων. Η **Λεύκη** στην ανατολική πλευρά της Ελαφονήσου φημίζεται για τα σμαραγδένια νε-

ρά και τον πλούσιο βυθό της. Στην **Παραλία της Παναγίας** αξίζει να πας απόγευμα και να μείνεις μέχρι τη δύση για να απολαύσεις το ηλιοβασιλέμα. Βόρεια θα βρεις τον **Μάγγανο**, μια ήσυχη, απέραντη, αμμουδερή παραλία.

#### Πού να φας

Η Ελαφόνησος έχει πολύ φρέσκο ψάρι, όπου το βρεις να το τιμήσεις. Όσο για τις τιμές, αυτές κυμαίνονται στον μέσο όρο των ελληνικών νησιών. Στην οικογενειακή παραδοσιακή ταβέρνα της **Ουρανίας** (6984619220), μπροστά στην παραλία και στο

γραφικό λιμανάκι του νησιού, θα φας ολόφρεσκο ψαράκι, θαλασσινά και τρομερούς μεζέδες. Η ταβέρνα **Σπύρος- Σπυριδούλα** (2734061082), σερβίρει αυθεντικό ελληνικό φαγητό - να δοκιμάσεις οπωσδήποτε τη φημισμένη αστακομακαρονάδα και την ψαρόσουπα με ψάρια ημέρας. Στα **Νησιά της Παναγίας** (6988039796), θα πας για παραδοσιακό τσαϊ (τηγανητές πίτες με τυρί και δυόσμο), για την ιδιαίτερη τσιπουαλάδα και κυρίως για την φοβερή θέα, ίσως το καλύτερο ηλιοβασίλεμα του νησιού. Μην φύγεις χωρίς να φας κόκορα κοκκινιστό. - **A.V. team**



Δήμος: 2734061055  
Αστυνομία: 2734061111  
Λιμεναρχείο: 2734022228  
Κέντρο Υγείας: 2734061294



# Σκόπελος

Του **Σπύρου Μαργαρίτη\***



Δεν καταλαβαίνω πώς η Σκόπελος δεν βουλιάζει κάθε καλοκαίρι κατά 2-3 πόντους, από τον κόσμο. Ο συνδυασμός εύκολης πρόσβασης, πράσινου παντού γύρω σου (θα δεις πευκοδάση να «βουτάνε» στις παραλίες σε ολόκληρο το νησί) και λογικών τιμών για πολύ τίμιες υπηρεσίες, μου φαίνεται άχαστος.

Έχοντας γράψει τα παραπάνω, να σου πω ότι δεν έχω καμία σχέση, συνεργασία ή φοβερό δέσιμο με το νησί ή τα όσα θα ακολουθήσουν. Απλά πέρασα γνήσια όμορφα και χαλαρωτικά όταν βρέθηκα εκεί και είπα να μοιραστώ τι δεν πρέπει να χάσεις κατά τη γνώμη μου.

Φαγητό στο «**Ανατολή**» στο **Κάστρο**. Θα πάρεις αυτό ακριβώς που περιμένεις από ένα μαγαζί με σεβασμό και μαστοριά στους classic ελληνικούς μεζέδες. Σαν κι αυτούς που θυμάσαι απ' όταν ήμασταν μικρά, που από τη γευστική ικανοποίηση μπορούσες να τρέχεις 45 λεπτά ασταμάτητα γύρω από τα τραπέζια και να παραδόθεις σε βαθύ ύπνο απόλυτης αγαλλίασης στα τραπεζοκαθίσματα της ταβέρνας. Εμείς είχαμε πετύχει και live κομπανία να ερμηνεύει τα κατάλληλα τραγουδάκια, κάτι που απ' ό,τι καταλαβαίνω είναι σύννηθες για το μαγαζί. Κλείσε τραπέζι για να μη βρεθείς στην αναμονή.

Η Σκόπελος έχει τοπική μικροζυθοποιία, η οποία κάνει πραγματικά νόστιμες μπίρες και έχει στήσει και το κατάλληλο σκηνικό για να τις συνοδεύει. Η **Spira** ήταν από τις go to λύσεις μας, για νωρίς ή αργά.

Στον «**Μιχάλη**», για να φας σκοπελίτικη πίτα, καλό είναι είτε να ξυπνήσεις από τους πρώτους στο νησί, είτε να πας από την προηγούμενη μέρα και να προπαραγγείλλεις. Φαντάζομαι ότι θα το αξίζει, κρίνοντας από τη ζήτηση και το τι λέγεται online, αλλά γι' αυτό δεν μπορώ να σου μεταφέρω την εμπειρία από πρώτο χέρι. Σαν πρωτάρης άφησα τη δοκιμή για την τελευταία μέρα, οπότε ας σου γίνει η υπερβάλλουσα σιγουριά μου μάθημα, χωρίς να υποστείς το πάθημα.



Αν μαζευτείτε αρκετοί (γύρω στα 4 άτομα δηλαδή), το να νοικιάσεις βαρκάκι για να προσεγγίσεις τους αλλεπάλληλους όρμους είναι δικαίως κλασική συμβουλή. Δεν χρειάζεται δίπλωμα χειριστή και το crash course που προσφέρουν οι σχετικές υπηρεσίες θα οδηγήσει σίγουρα στις γραφικότητες του να αποκαλείστε μεταξύ σας «καπετάνιε» και σε πραγματικά μοναδικές αναμνήσεις. Και παραδοσιακά αμαξάτα αν κινηθείς, πρέπει να σου πω ότι δεν βρέθηκα σε παραλία που να μη μου άρεσε, αλλά επειδή αυτά είναι υποκειμενικά και έχουν χιλιογραφτεί θα αφήσω πάνω σου την έρευνα, με τη συμβουλή να τσεκάρεις τον αέρα και να κινείσαι αναλόγως.

Το **Skopelos Experience** είναι μια άλλη ιδιαίτερη εμπειρία. Στον δρόμο για **Πάνορμο** θα συναντήσεις μια καντίνα στον ορισμό του «στη μέση του πουθενά». Αν είσαι στο νησί και για κάποιον λόγο πεθυμήσεις street food, εδώ θα το βρεις, μαζί με δραστηριότητες που θα έστηνε στην αυλή του εκείνος ο φίλος που ακούει reggae και τον Φλεβάρη. Έχει την πλάκα του. Η **Καντίνα του Τάσου** είναι το σωτήριο χαρτί που μπορείς να παίξεις τη βραδινή ώρα που θα χρειαστείς ένα σωστό και καθαρό σουβλάκι. Κατά τη γνώμη μου, η εμπειρία αναβαθμίζεται από το set up πλαστικών τραπέζοσκαμπό και τη (δυσνητικά απαραίτητη) εγγύτητα στα βραδινά μαγαζιά.

Είναι ένα καταπράσινο νησί, το οποίο δεν λειτουργεί σε συνθήκες 1.700% πληρότητας, με ό,τι συνεπάγεται αυτό για την ομορφιά του τόπου και τη φιλοξενία των ανθρώπων του. Ελπίζω να σου αρέσει όσο μου άρεσε εμένα και να τη ζήσεις πριν φτάσει στο σημείο να πρέπει να κλείνεις 4 μήνες νωρίτερα για να πας.

*\* Ο Σπύρος Μαργαρίτης είναι τηλεοπτικός παρουσιαστής, content creator και ραδιοφωνικός παραγωγός στον Athens Voice radio 102,5 από Δευτέρα έως Παρασκευή 8 με 10 το βράδυ.*



Μπορεί οι τουρίστες από το εξωτερικό να έρχονται σωρηδόν γιατί την είδαν στην ταινία *MammaMia!*, αλλά επιστρέφουν γιατί όταν την είδαν από κοντά την ερωτεύτηκαν! Η Σκόπελος είναι το πιο πράσινο από τα νησιά των Σποράδων και έχει ομορφιά που σε μαγεύει σε κάθε βουτιά στη θάλασσα, κάθε περπάτημα κάτω από τον ήλιο της, κάθε χαμόγελο στον δρόμο.

**Τι να δεις**  
Περιπλανήσου στον παραδοσιακό οικισμό της Χώρας και τα γραφικά σοκάκια της. Θα δεις γειτονιές με μπουκαμβίλιες, φρεσκοσβεστωμένους τοίχους, χαριτωμένες αυλές. Ανέβα στο **ενετικό Κάστρο** της αρχαίας Πεπάρηθου. Άναψε κανένα κερί στα εκατοντάδες εκκλησάκια και τα μοναστήρια. Επιβάλλεται μια επίσκεψη στη **Γλώσσα** (αν δεν την επιλέξεις για τόπο διαμονής), στο **Θαλάσσιο Πάρκο Βόρειων Σποράδων**, στο μικρόκλήμα των ελά-

**Μηλιά** (απλά μαγική), **Καστάνι**, **Νεράκι**, **Φτελιά**, **Χέβολο**, **Καλύβες**, **Αρμενόπετρα**, **Δάφνη**, **Λουτράκι**, **Κούτρια**, **Περιβόλι**, **του Χοντρογιώργη**, **Μαυράκι**, **Βαθιάς**, **Γλυστερί**, **Γλυφονέρι**, **Σάρρες**, **Σταλάματα** και η μικρή στου **Αϊ-Γιώργη** το νησάκι. Με καραβάκι που κάνει τον γύρο του νησιού ή μόνος σου, φτάσε παντού, βούτα παντού! Τα νερά είναι κρυστάλλινα και υπέροχα σε όλο το νησί.

**Πού να μείνεις**  
Το **Aegean Wave - Faros** στο Λουτράκι της Γλώσσας (2424033700) έχει εξαιρετική θέα και παραδοσιακή αισθητική. Το **OliaGreenResidence** (6948485567) στη Χώρα είναι εξαιρετικό, όπως και τα **Στούντιο Φίλιππος** (2424024578). Η Ένωση Ξενοδόχων Σκοπέλου περιμένει να σε εξυπηρετήσει εδώ: [skopeloshotelsassociation.com](http://skopeloshotelsassociation.com) και ο Σύλλογος Ενοικιαζόμενων Καταλυμάτων Σκοπέλου στο 2424024567.

**Πού να φας**  
Θα ευχαριστηθείς φαγητό, είτε το φας σε εστιατόριο είτε στο ταβερνάκι της παραλίας με μαγειρίσα μια γιαγιά. Οπωσδήποτε να δοκιμάσεις σκοπελίτικη πίτα και αβγάτο, που θα τα βρεις μόνο στη Σκόπελο. Από εστιατόρια σημείωσε τα **Στάφυλος** (6978334099), **Κύμα του Αιγαίου** (2424033700), **Μανώλης** (2424033718), **Φοίνικας** (2424022008), **Μούσες** (2424024414).

**Πού να διασκεδάσεις**  
Η νυχτερινή ζωή συγκεντρώνεται κυρίως στο Παλιό Λιμάνι της Σκοπέλου. Στο **Μερκούριο** (2424024593) για τρομέρα κοκτέιλ και μουσικάρες, στο **Βράχο** (2424029141) και στη **Σκάλα** (2424024458) για την υπέροχη θέα (χαλά τα σκαλιά για να φτάσεις). -A.V.team



Δήμος: 2424022205  
Αστυνομία: 2424022235  
Λιμεναρχείο: 2424022180  
Κέντρο Υγείας: 2424022222

χιστων κατοίκων, στο πέτρινο φρούριο του 10ου αι. και στο μικρό φυσικό λιμανάκι του **Μηλο**. Στα Σεντούκια ψάξε τους πειρατικούς λαξευτούς τάφους, και στο **Λαογραφικό Μουσείο** εκθέματα του αρχαίου τοπικού πολιτισμού. Εξάισιο πλιοβασιλεμα θα δεις πάνω από τον **Πάνορμο**, λίγο μετά τον Άγιο Ρηγίνο, ή στο όρος **Δέλφη**.

**Πού να κολυμπήσεις**  
Αν έχει ένα πράγμα σε αφθονία η Σκόπελος, αυτό είναι σίγουρα οι παραλίες: **Βελανιός**, **Στάφυλος**, **Αγνώντας**, **Λιμνονάρι**, **Αμμουδίτσα**, **Πάνορμος**, **Αντρίνα**,

### Τips συντήρησης φαγητών από το ΔΕΗ myEnergy

Συχνά λόγω της ζέστης τους καλοκαιρινούς μήνες τρώμε λιγότερο απ' όσο υπολογίζουμε. Φύλαξε το υπόλοιπο φαγητό για το βράδυ ή την επόμενη ημέρα, αλλά μην το βάζεις στο ψυγείο ή τον καταψύκτη όσο είναι ακόμα ζεστό. Η θερμότητα που μεταφέρει στο θάλαμο ψύξης, αναγκάζει το ψυγείο ή τον καταψύκτη να καταναλώσουν περισσότερη ενέργεια για να διατηρήσουν την επιθυμητή θερμοκρασία.





# Σκύρος

Της **Αντιγόνης Αμανίτου\***

➔ Η σχέση μου με τη Σκύρο χτίστηκε πάνω σε ένα αίνιγμα που δεν το έλυσα ποτέ.

Και, στο καπάκι, στο αίνιγμα ήρθε να προστεθεί κι ένα τεστ. Το περίφημο σκυριανό τεστ που επιβάλλει το νησί στους ερωτευμένους επισκέπτες του. Επιζεί η σχέση δύο ερωτευμένων μετά από παραμονή στη Σκύρο; Τότε, έχεις πολλές ελπίδες...

Εμένα, θες γιατί το τεστ μου 'κατσε, θες γιατί το πολεμήσαμε κι οι δύο, η Σκύρος με υιοθέτησε κι εγώ την ανακάλυψα και μετά από πολλά χρόνια ακόμα τη μαθαίνω και με κρατά σε εγρήγορση.

Μαγική, άγρια κι ατίθαση, παγανιστική, πολύμορφη, νύφη και πεθερά μαζί! Σαν πλοίο ακυβέρνητο, σαν να ψάχνει μια στεριά και να μην τη βρίσκει, η Σκύρος ή θα σε αποπλανήσει ή θα τη μισήσεις.

Η περηφάνια κι οι αντιφάσεις των Σκυριανών κρατάνε από αρχαιοτάτων χρόνων. Στο παλάτι του πάνω στο κάστρο του νησιού, ο βασιλιάς Λυκομήδης φιλοξένησε - έγκρυψε τον Αχιλλέα ντύνοντάς τον κοριτσάκι, για να τον ανακαλύψει, φευ, ο πολυμήχανος ο Οδυσσεύς, αλλά κι απ' το ίδιο κάστρο έσπρωξε και γκρέμισε τον Θησέα παριστάνοντας, τάχα, πως ήθελε να του δείξει τα χωράφια του.

Εδώ τα άγρια σκυριανά αλογάκια, μοναδικά στον κόσμο (που τους προγόνους τους βλέπουμε στη ζωοφόρο του Παρθενώνα), εδώ ο Αϊ-Πιώργης περπατάει στα στενά και μιλάει στους Σκυριανούς κι εδώ... «Είμαστε στη Χαβάνη!!!» αναφώνησε έκπληκτη η Σκυριανή φίλη μου Μαρία όταν στα 60 της και... πρωτοαντίκρισε την παραλία της Καρεφλούς που όλα αυτά τα χρόνια βρισκόταν λίγο πιο πέρα από το σπίτι της.

Ο Τσίρκας ήταν λάτρης του νησιού, καθώς κι ο Σεφέρης. «Στο περιγιάλι το κρυφό κι άσπρο σαν περιστέρι/ διψάσαμε το μεσημέρι/μα το νερό γλυφό...» γράφει ο ποιητής στο ποίημα «Γαλήνη» που μελοποίησε ο Θεοδωράκης για το Τραχύ και την παραλία της Θεοτόκου, μέρη μαγικά, μισό Μεξικό, μισό δάσος και στη μέση θάλασσα.

Πα να μη μιλήσω για τα κουκιά και τα σαλιγκάρια στιφάδο, τα τυριά και τους τραχανάδες, τις φάβες και τα κατσίκια που βόσκουν θαλασσινό νερό, την κάπαρη, το κρίταμο και το δικό μου θαλασσινό αλάτι που το μαζεύω μόνη μου, όπως με δίδαξαν οι Σκυριανές μου φίλες.

Όπως βλέπετε, υπάρχει αίσθημα αλλά υπάρχουν και οι λόγοι.

Η Σκύρος ΖΕΙ!

*\*Η Αντιγόνη Αμανίτου είναι ηθοποιός.*



Νησί ακόμη αλώβητο από τον μαζικό τουρισμό, όμως τα τελευταία χρόνια το ανακαλύπτουν όλο και περισσότεροι οπότε σπεύσε να το δεις όμορφο και «αθώο». Κρυστάλλινα νερά, καταπράσινοι λόφοι, άγρια ζωή, γραφική Χώρα με ζωντανά στέκια. Το νότιο τμήμα του νησιού κατοικείται μόνο από τα σκυριανά αλογάκια και κάποια είδη πουλιών, ενώ το βόρειο συγκεντρώνει τους περισσότερους κατοίκους σε 3 χωριά, τη Χώρα, τους Ασπούς και τα Μαγαζιά. Τα νερά του νησιού αποτελούν πέρασμα για τους αστακούς, να δοκιμάσεις οπωσδήποτε αφρού είναι η ντόπια σπεσιαλιτέ.

#### Τι να δεις

Να επισκεφθείς το **Ιστορικό και Λαογραφικό Μουσείο Μάνου και Αναστασίας Φαλάιτης**, το **Κάστρο** και το πέτρινο **Ανοιχτό Δημοτικό Θέατρο Σκύρου**, να πας μια βόλτα στην **πλατεία Μπρουκ** με τη ρομαντική ιστορία

και τη φοβερή θέα.

#### Πού να κολυμπήσεις

Στον **Μώλο** και τα **Γυρίσματα** που είναι μεγάλες και αμμώδεις παραλίες με beach bar και πολλές ταβέρνες κοντά. Στην **Κυρά Παναγιά** με ωραία θάλασσα και ξαπλώστρες χωρίς χρέωση (πληρώνεις ό,τι παραγγείλεις). Στον **Άγιο Φωκά** για απόλυτη χαλάρωση, κρυστάλλινα νερά, ψυχία και φοβερό τοπίο. Το ταβερνάκι μαγειρεύει ό,τι ψάρια πιάσουν εκείνη την ημέρα, τα καθαρίζουν μπροστά σου στη θάλασσα με τους γλάρους να φέρνουν βόλτες. Στην **Ατσίτσα** και τον **Πεύκο** με αμμουδιά. Στην άγρια **Καρεφλού** μετά από υπέροχη διαδρομή για βουτιές κατευθείαν στα βαθιά. Με βάρκα στο **Σαρακήνικο** και σε κάποια από τις πολλές νησίδες.

#### Πού να μείνεις

Στο **Alero** (222092200), το καινούργιο υπέροχο boutique

hotel με το εξαιρετικό design και την διακριτική πολυτέλεια, μπροστά ακριβώς στην πανέμορφη παραλία της **Βίνας** (λίγο πιο πέρα από τα Μαγαζιά), με τις deluxe, junior, friends & family σουίτες και τα Lofts που διαθέτουν πισίνες και όλα τα κομψό. Στα Μαγαζιά το **Ammos Hotel** (222091234), με πέτρινα δωμάτια, πισίνα, βεράντα με θέα θάλασσα και καταπληκτικό πρωινό με ντόπια προϊόντα (πίτες, τυριά, λαδένιες, γλυκά) και superfoods. Λίγο πιο δίπλα, στο **Perigiali Hotel** (222092075), με πισίνα και μεγάλα δωμάτια. Στο **Νεφέλη Hotel** (222091964), με οικολογικό χαρακτήρα και δωμάτια για κάθε γούστο (παραδοσιακά, σουίτες, οικογενειακά, studio, απλά) στη Χώρα. Στο **Hotel Ariadne** (222091113), με καταπράσινο κήπο και πλούσιο πρωινό με τοπικά προϊόντα. Στην όμορφη παραλία της **Καλαμίτσας**, 3 λεπτά από το λιμάνι και 15



λεπτά από τη Χώρα στα ενοικιαζόμενα δωμάτια **Kolona** (6947092877), για διακοπές πάνω στο κύμα, με βιολογικά μπιστοτικά δικά τους, με πολλή ψυχία, ωραία θάλασσα ιδανική και για surf.

#### Πού να φας

Στο **Amerissa** (222091091), το εστιατόριο του ξενοδοχείου **Alero** στη Βίνα όπου τα πάντα –πρωινό, brunch, δείπνο–, επιμελείται ο πολύ καλός Άγγελος Λάντος με τοπικά προϊόντα και σκυριανές συνταγές with a twist. Στο καινούργιο **Lobster** (6974140264) στα Μαγαζιά, με ωραία πιάτα –και κρέας και θαλασσινά–, πήγαινε σουρρουπο για να θαυμάσεις τη θέα. Θαλασσινά στις **Ιστορίες του Μπάρμπα** (222091453), με ατμόσφαιρα 60s και θέα στην παραλία του Μώλου. Δοκίμασε οπωσδήποτε τους τηγανητούς γαύρους, τη σαλάτα Μπάρμπα και την αστακομακαρο-

νάδα. Στο **Αιγαιορίς** (6972261886), το μενού αλλάζει αλλά δε σε νοιάζει γιατί ό,τι και να φας θα είναι καταπληκτικό. Στην **Ταβέρνα της Καλής** (6937090848), στον Άγιο Φωκά θα καταλάβεις τι σημαίνει κακαβιά. Φρέσκα ψάρια που καθαρίζονται και ψήνονται επιτόπου και πρεμία. Στον **Άγιο Πέτρο** (6972842116), θα πας για καλό κρέας, παραδοσιακή λαδόπιτα και νόστιμα τυριά, ανάμεσα στα δέντρα. Στον **Μπάρμπα Γιάννη** και τη **Μαρίτσα** (222091276), στη στράτα της Χώρας, απίστευτο ιμάμ, κεφτέδες, ομελέτες και όλα τα σπιτικά. Το **Πέρασμα** (222092917) βρίσκεται στη μέση του πουθενά (αλλά εύκολο να το βρεις), με άπαικτο φαγητό και με φιλοσοφία farm to table από πάντα, όσα προσφέρουν είναι από ζώα και μπιστοτικά δικά τους. Καταπληκτικά τυριά, κατσίκι που λιώνει στο στόμα, πίτες, τέλεια βλίτα, κυλοπίτες, γενικώς πήγαινε με όρεξη και μεγάλη παρέα. Στον

**Ασημένιο** (222093007), στους **Ασπούς** για φρέσκο ψάρι σε κομψή ταράτσα με θέα στο φεγγάρι. Στο **Villagio** (6947233756), στη Χώρα για καταπληκτική ιταλική κουζίνα, υπέροχες μακαρονάδες με θαλασσινά και φοβερή πίτσα. Στον **Στέφανο** (222091272), στα Μαγαζιά, πάνω σε μπαλκόνι στη θάλασσα, για σπιτικό φαγητό, ψάρια, αστακομακαρονάδες, ζήτα του άπαικτα κολοκυθάκια στη σχάρα. Στη **Λιναριά στο Θαλασσάκι** (222096035, 6936543060), κάτσε κάτω από τον πλάτανο για φρέσκα ψάρια και θαλασσινά, τσιπουρομεζέδες αλλά και κρεατικά σε πολύ καλές τιμές. -A.V. team



Δήμος: 222350300  
Αστυνομία: 222091274  
Λιμεναρχείο: 222091274  
Πρώτες Βοήθειες: 222092222

## ΑΦΙΕΡΩΜΑ Summer Guide '22



### ALERÓ SEASIDE SKYROS RESORT

*Διακριτική πολυτέλεια,  
φιλοξενία και άνεση  
δίπλα σε μια υπέροχη  
χαλτήνια παραλία*

**Ε**να υπέροχο καταφύγιο δίπλα στην πεντακάθαρη και καταγάλανη θάλασσα της Σκύρου είναι το ALERÓ, δημιουργία της Αλεξάνδρας και της Ηρώς Γκριμπίζη. Η διακριτική πολυτέλεια, η αληθινή φιλοξενία, η άνεση που προσφέρει σε όλα τα επίπεδα χαρακτηρίζουν αυτό το boutique hotel, το οποίο αν και λειτουργεί μόλις από τον Ιούλιο του 2021, βραβεύτηκε φέτος για τη φιλοξενία του με το «Bronze Tourism Award for Authentic Stay».

Με απόλυτο σεβασμό στη σκυριανή κληρονομιά, το ALERÓ απευθύνεται σε όλους, σε solo travelers, ζευγάρια, οικογένειες, σε παρέες, προσφέροντας τέσσερις διαφορετικές τυπολογίες σουιτών, που όλες

τους διαθέτουν ατομική πισίνα και έναν εξαιρετικό προαύλιο χώρο.

Στο ALERÓ τα πάντα είναι προσεγμένα στη λεπτομέρεια, ακόμα και τα στρώματα είναι όλα COCO-MAT, όχι μόνο στα κρεβάτια αλλά και στους καναπέδες, ενώ η φανταστική παραλία βρίσκεται στην κυριολεξία μια ανάσα από το συγκρότημα.

Εδώ λειτουργεί και το εστιατόριο AMÉRISSE, ανοιχτό για όλους τους επισκέπτες του νησιού, το μενού του οποίου επιμελήθηκε ο chef, Άγγελος Λάντος, προτείνοντας εξαιρετικά πιάτα ελληνικής δημιουργικής κουζίνας και τοπικές «πειραγμένες» συνταγές.



📍 Σκύρος, Βίνα, 222092200, [www.alero.gr](http://www.alero.gr)

📱 @alero.resort, @amerissa.alero



# Σκιάθος

Της **Patrizia Falcinelli\***

Το απέραντο πράσινο! Η πρώτη έκπληξη που αντικρίζει κάποιος μόλις φτάνει στη Σκιάθο διά θαλάσσης ή από αέρος. Για όποιον έχει στο μυαλό του το λευκό και το μπλε των Κυκλάδων, με τις ξερολιθιές που στεγνώνει ο ήλιος, η Σκιάθος είναι ένας προορισμός που σε αναγεννά. Δεν θέλω, βέβαια, να αδικήσω τα υπόλοιπα, μαγευτικά, ελληνικά νησιά που αποτελούν σταθερό προορισμό ενός σημαντικού αριθμού και πολύ διαφορετικών ως προς τα ενδιαφέροντά τους Ιταλών τουριστών, στην επιλογή των οποίων συν τοις άλλοις συμβάλλουν τόσο η γεωγραφική εγγύτητα με την Ιταλία όσο και οι ομοιότητες και η αδελφική σχέση που συνδέει τους δύο λαούς. Η Ελλάδα ανέκαθεν αποτελούσε προσφιλή προορισμό εξωτερικού για παρέες νέων που ταξιδεύουν ξέγνοιαστοι για πρώτη φορά μετά τις εξετάσεις για την εισαγωγή τους στα πανεπιστήμια (η κόρη μου και οι φίλοι της επέλεξαν φέτος την Ίο)· για πιο παραδοσιακούς ταξιδιώτες οι οποίοι, αφού απολαύσουν τη λάμψη της πρωτεύουσας, δωρίζουν στον εαυτό τους μια εβδομάδα ήλιου, θάλασσας και χαλάρωσης σε ένα από τα χιλιάδες νησιά· αλλά και για όσους επέλεξαν να αποκτήσουν ένα σπίτι σε κάποιο ελληνικό νησί και να περνούν εκεί σταθερά κάποιους μήνες τον χρόνο.

Η Σκιάθος υπήρξε, όμως, έρωτας με την πρώτη ματιά – ένας έρωτας που απέχει μόλις εικοσιπέντε λεπτά πτήσης από την Αθήνα ή μιάμιση ώρα ταξίδι με πλοίο από την ηπειρωτική Ελλάδα, γεγονός διόλου ευκαταφρόνητο για τους Ιταλούς τουρίστες. Από τη Σκιάθο εντυπωσιάστηκα καθώς αισθάνθηκα αμέσως σαν να βρίσκομαι σπίτι μου, ίσως χάρη στην ενετική παρουσία που έχει αφήσει εμφανή ακόμη τα ίχνη της στα μαγευτικά ιστορικά κτίρια και τις κατοικίες της **Χώρας**. Την ίδια στιγμή, όμως, που τις αισθήσεις μου κυριεύει η ιστορία των ενετικών κατοικιών, των μουσείων και του οχυρού στο **Μπούρτζι**, μαγεύτηκα από τις ομορφιές της ζωηρής φύσης με τα άγρια βράχια και τους σκοπέλους που εναλλάσσονται με τμήματα δάσους που υπομονετικά περιμένουν να υποδεχθούν τους επισκέπτες προς άγρια δροσιά. Δεν ανήκω σε εκείνους που αρέσκονται να περνάνε όλη την ημέρα στην παραλία και, καθώς αγαπάω το περπάτημα, αυτό που περισσότερο λάτρεψα στη Σκιάθο ήταν η δυνατότητα να απολαύσω τη φύση μέσα από τα δεκάδες χιλιόμετρα διαδρομών που μπορεί κανείς να διανύσει πεζοπορώντας. Χάρη στο μέγεθος του νησιού, μικρό αλλά όχι υπερβολικά, είχα την ευκαιρία να βυθιστώ στη φύση και

κατά τις μετακινήσεις μου από τη μια παραλία προς την άλλη, χωρίς να χρειάζεται αυτοκίνητο. Πώς μπορώ να ξεχάσω τις υπέροχες σκιαθίτικες παραλίες; 67 το σύνολο, για κάθε γούστο: πιο μεγάλες παραλίες με ολόχρυση άμμο και κρυστάλλινα νερά σε κάθε απόκρωση του μπλε· αλλά και μικροί κολπίσκοι, αληθινοί παράδεισοι επί της γης που μπορεί κανείς να ανακαλύψει είτε πεζή είτε κάνοντας τον γύρο του νησιού με βάρκα. Υπέροχα τα απλά, αλλά ρομαντικά μοναχικά ταβερνάκια κρυμμένα σε κάποιες παραλίες, λίγα μόλις μέτρα από τη θάλασσα, ταβερνάκια ψαράδων που στην αρχαιότητα αντάλλασαν τους θησαυρούς της θάλασσας με καρπούς της γης! Χάρη σε αυτούς, γεύθηκα την ιδιαίτερη σκιαθίτικη κουζίνα, πλούσια σε συνταγές με πολλά είδη ψαριών, μαλακίων και οστρακοειδών, αλλά και ποικιλίες από χόρτα και λαχανικά που παντρεύονται γευστικά εξαιρετικά με τα θαλασσινά. Πότε επιστρέφω στη Σκιάθο; Σύντομα ελπίζω, και βέβαια αυτή τη φορά όχι χωρίς τα παπούτσια του trekking μου!

\* Η **Patrizia Falcinelli** είναι η πρέσβης της Ιταλίας στην Ελλάδα.



Η «αρκόντισσα των Σποράδων» είναι το νησί του Παπαδιαμάντη αλλά και των πρασινολάνων νερών έχοντας πάνω από 60 παραλίες. Το πιο κοσμοπολίτικο νησί των Σποράδων είναι ένας πράσινος παράδεισος που σε περιμένει να ζήσεις το αυθεντικό ελληνικό καλοκαίρι.

**Τι να δεις**  
Η **Χώρα** της Σκιάθου είναι μαγική, ειδικά τη νύκτα, φωτισμένη. Το **σπίτι του Παπαδιαμάντη** είναι το πιο σπουδαίο πολιτιστικό αξιοθέατο. Το **Μπούρτζι**, μικρή καταπράσινη χερσόνησος που κόβει στα δύο το λιμάνι. Το **Κάστρο** στο βόρειο τμήμα του νησιού.

**Πού να κολυμπήσεις**  
Στη **Μεγάλη Άμμο**, με καθαρά νερά και ταβέρνες. Στον **Βασιλιά** που προτιμούσαν και οι Βυζαντινοί αυτοκράτορες. Στην **Καναπίτσα** με την τέλεια θέα. Στον **Βρωμόλιμνο** για έντονη ζωή day and night. Στον **Κολιό**, την **Αγία Παρασκευή** και τον **Τρούλο** με πεύκα που φτάνουν ως τη θάλασσα. Οι **Κουκουναριές** είναι η πιο γνωστή με χρυσή λαμπερή άμμο. Στις **Αγία Ελένη**, **Μανδράκι**, **Ασέληνος** με τοπίο άγριο, αλλά πανέμορφο. Τα **Λαλάρια** είναι εμπειρία. Η **Τρύπια Πέτρα** έχει σμαραγδένια νερά.

**Πού να μείνεις**  
Στο πεντάστερο **Elivi** στις Κουκουναριές (2427440900). Στα κοσμοπολίτικα **Mandraki Village** (2427049301) και **Skiathos Palace** (2427049700) στις Κουκουναριές. Το τηλέφωνο του **Συλλόγου Ενοικιαζόμενων Δωματίων Σκιάθος** είναι 2427023633. Το σάιτ της Ένωσης Ξενοδόχων είναι [skiathoshoteliers.com](http://skiathoshoteliers.com).

**Πού να φας**  
Στο **Basilikos** (2427021022) για σύγχρονη ελληνική κουζίνα. Στη **Marmita** (2427021701) για γκουρμέ και παραδοσιακές συνταγές. Στο **Καρνάγιο** (2427022981) ολόφρεσκο ψάρι. Στο **Dafni's Sweets** (2427022882). Το **Elia's Restaurant** (2427049301), αν και βρίσκεται στις Κουκουναριές, πήρε το όνομά του από την παραλία του Ελία, στο βόρειο τμήμα της Σκιάθου και παίρνει τις καλύτερες κριτικές από όσους το έχουν επισκεφτεί. Στη **Scuna** (2427022185) σπιτικές γεύσεις. Στο ουζερί του **Καμπούρελια** (2427021112). Για ποτό στο **Ginfish** (6982477702), στις Μαξιλάρες στο **Jaguar** (6982477702) για κοκτέιλ και για clubbing, στο **Pure** της παραλιακής. -A.V. team

Δήμος: 24270 22022  
Αστυνομία: 24270 21111  
Λιμεναρχείο: 24270 22017  
Κέντρο Υγείας: 24270 22222

Summer  
Guide '22



# Εύβοια

Του **Αλέξανδρου Τσιοτίνη\***

➔ Η Ελλάδα μας και τα νησιά της, ένας τόπος μαγικός στο μυαλό όλων μας, ευλογημένος. Και έχουμe άδικο; Τι έχει να ζηλέψει αυτή η χώρα... Ένας τόπος που οι ακτίνες του ήλιου τον λούζουν 10 μήνες τον χρόνο και έχει μάθει σε όλον τον κόσμο αυτή τη μαγική ελληνική λέξη, τη φιλοξενία.

Με ρωτάτε να σας πω για το αγαπημένο μου νησί... Τα τελευταία καλοκαίρια, κάνοντας consulting σε ωραία εστιατόρια, πηγαίνω έχωμαι συνέχεια στα υπέροχα κυκλαδίτικα νησιά, την Πάρο, την Ίο, τη Σαντορίνη αλλά και στην Κέρκυρα, στη Σάμο... πώς να ξεχωρίσω ένα ανάμεσα σε τόσα;

Γι' αυτό θα σας μιλήσω για ένα μέρος που για μένα, στο ντουλάπι των αναμνήσεων, έχει κερδίσει τον περισσότερο χώρο. Είναι η Εύβοια και κυρίως η βόρεια πλευρά της.

Εκεί μόλις άγγιξα τα πρώτα μετεωρητικά μου χρόνια, μου ανακοίνωσε ο πατέρας μου πως αγόρασε, τότε, ένα μικρό οικοπεδάκι. Πάνω στη θάλασσα, στην κυριολεξία... Για να καταλάβετε, πάμε από την Αθήνα στα Καμένα Βούρλα με το αυτοκίνητο, το αφήνουμε εκεί, παίρνουμε το «σκαφάκι» μας και τσουπ περνάμε απέναντι και δένουμε στην... αυλή μας! Στην αρχή στήσαμε ένα τροχόσπιτο. Λίγο καιρό μετά, φτιάξαμε και ένα ξύλινο σπιτάκι, βάλαμε και μια ξύλινη εξέδρα, τύπου βεράντα, λουλουδάκια, έχουμε και δέντρα, λεμονιές και μια σκυιά με ολόγλυκα σύκα – έχετε ακούσει, φαντάζομαι, για τα ξακουστά σύκα της Εύβοιας... Ακόμα και σήμερα το λέει ο πατέρας μου... «σπίτι όσο χωρείς και θέα όσο θωρείς», και είναι ακριβώς αυτό! Ένα λιλιπούτειο σπίτι που χωράει φίλους, συγγενείς, γνωστούς και αγνώστους – είμαστε της άποψης «όλοι οι καλοί χωράνε».

Απέναντι από εμάς είναι τα Λιχαδονήσια, ένα

φантаστικό μέρος, με γαλαζοπράσινα νερά και πεντακάθαρες παραλίες που τα τελευταία χρόνια έχουν γίνει πολύ διάσημα και μαζεύουν πολύ κόσμο. Ε, εμείς τους βλέπουμε από απέναντι και ζούμε τη δική μας υπέροχη, κοσμοπολίτικη «εξ απεναντίας», απομόνωση!

Οι μέρες κυλούν χαλαρά και ράθυμα. Το πρωί, δηλαδή το χάραμα, με παίρνει ο πατέρας μου και πάμε για ψάρεμα. Εγώ στα 5 λεπτά βαριέμαι και την πέφτω όπου βρω και κοιμάμαι, ο δε πατέρας μου συνεχίζει να νομίζει ότι ψαρεύει... Κατά τα λοιπά, οι βουτιές με το που ξυπνάς και οι βόλτες στο δάσος με τα ποδήλατα είναι μόνο η αρχή της ημέρας, ή αλλιώς ο λόγος-αφορμή να πάρεις μετά τον δρόμο προς το μικρό γειτονικό χωριουδάκι, τον **Αϊ-Γιώργη**. Εκεί μπορείς ν' απολαύσεις μια υπέροχη μακαρονάδα με κλωχτύπα που την έχει ψαρέψει ο ίδιος ο Αντώνης, στο ταβερνάκι του που είναι κι αυτό πάνω στο νερό.

Θα φάω τόσο πολύ, που το μόνο που θέλω μετά είναι μια μεσημεριανή σιέστα, αλλά κι εκεί έχω την καλύτερη! Φεύγω με το αυτοκίνητο, παίρνω τον δρόμο προς **Κρέμαση**, εκεί δίπλα στους καταρράκτες, θα ξαπλώσω και θα αφήσω τον ήχο του νερού να με χαλαρώσει.

Μέχρι να πιάσει το σούρουπο, όπου θα ανηφορίσω το βουνό και θα βρω το **οινοποιείο του Βρυνιώτη** στα **Γιάλτρα**. Θα με υποδεχτεί ο Γιώργος, και θα με βάλει σ' ένα τραπέζι να χαζεύω τον ήλιο που ψάχνει τη θέση του γι' ανάπαυλα. Θα μιλήσουμε για τον τόπο, για το σταφύλι, τον τρόπο που τον οδηγεί η φύση να οινοποιήσει τα υπέροχα κρασιά του, ενώ φυσικά εγώ τσιμπάω και το κατιτίς μου.

Έτσι μου αρέσει να περνάω τα καλοκαίρια μου, ανέμελα και ξεχωριστά...

*\* Ο Αλέξανδρος Τσιοτίνης είναι σεφ, ιδιοκτήτης του εστιατορίου CTC, και φέτος απέκτησε το πρώτο του αστέρι Michelin.*

## Εύβοια

Άγρια φυσική ομορφιά, δάση, φαράγγια, πηγές, μαγετικές παραλίες, ορεινά γραφικά χωριά. Με την Χαλκίδα να ενώνεται με την παλιά και την καινούργια γέφυρα με Στερεά Ελλάδα, από τους πιο ωραίους μονοήμερους προορισμούς για μπάνιο και θαλασσινά.

## Βόρεια Εύβοια

Η περσινή καταστροφή δεν θα μας πτοήσει από το να το επισκεφθούμε το βόρειο κομμάτι του νησιού. Χιλιάδες στρέμματα έγιναν στάχτη με τις πυρκαγιές που κατέκαψαν παρθένα δάση και εκτάσεις στο **Μαντουδί**, στη **Λίμνη**, στις **Ροβιές**, στην **Ιστιαία**, στο **Πευκί**, στα **Βασιλικά**, στους **Κουρκουλούς** και αλλού. Όμως υπάρχουν πολύ όμορφα μέρη να ανακαλύψετε, πανέμορφες παραλίες, δάση που δεν έχουν καεί. Επίσης καλό φαγητό, καταλύματα σε προσίτες τιμές και οικονομική μετακίνηση. Διαλέγοντας τη Βόρεια Εύβοια στηρίζουμε τους ανθρώπους εκεί – σε αυτό βοηθάει και η επιδότηση μέσω της πλατφόρμας για το «North Evia-Samos Pass» για διακοπές σε βόρεια Εύβοια και Σάμο ([vouchers.gov.gr](http://vouchers.gov.gr)), ως κίνητρο για να τις επισκεφτούμε τονώνοντας τον τοπικό τουρισμό. Ψάξτε το!

## Η μεριά του Αιγαίου

Όμορφες παραλίες, κατεβαίνοντας νότια είναι το **Σαρακηνίκο**, ο **Λημιώνας**, η **Πετάλη**, η **Βύθουρη**, η **Κοκκινιά**, η πιο παρθένα και με απαιτητική πρόσβαση, όλες και για ελεύθερο κάμπινγκ, ενώ νοτιότερα ξεχωρίζει η δημοφιλής **Χιλιαδού**. Από εκεί επιστρέφουμε Χαλκίδα κόβοντας το νησί στη μέση μέσα από τα βουνά, ξεκινώντας από **Λάμαρη**, **Στρόπωνες** (στάση για σουβλάκια), περνώντας από **Στενή**, μια διαδρομή με στροφές που όμως αποζημιώνει. Ή συνεχίζουμε νότια διασχίζοντας στενούς ορεινούς δρόμους με τη θέα να κόβει την ανάσα και ζηλευτές παραλίες από ψηλά, όπως τα **Θαψά**. Η διαδρομή καταλήγει στην **Κύμη**, επιβεβλημένη στάση. Η πόλη της Κύμης, χτισμένη ψηλά και μέσα στο πράσινο – από εκεί φεύγει καράβι για Σκύρο και Αλόνησσο. Η πιο ωραία κοντινή παραλία είναι η **Μουρτερή**, τεράστια και πολύ δημοφιλής στους σέρφερ και όχι μόνο – τον Αύγουστο συνήθως με πολύ κύμα λόγω των αέριδων. Εξίσου εντυπωσιακές η **Αχλαδερή**, η **Κορασίδα** και ο **Κάλαμος**.

## info

## Νότια Εύβοια

Σε 2 ώρες από τη Χαλκίδα, περνώντας από **Βασιλικό**, **Ερέτρια**, **Αμάρυνθο**, **Αλιβερί**, στο χωριό **Λέπουρα** στρίβουμε δεξιά προς Νότια Εύβοια και συνεχίζουμε διασχίζοντας έναν ευρύχωρο ασφαλτικό δρόμο ανακαλύπτοντας παραλίες στη διαδρομή. Πολύ εύκολη η πρόσβαση και από Αττική. Με καραβάκι από Αγ. Μαρίνα περνάμε στα **Στύρα** σε 45 λεπτά ή στον **Αλμυροπόταμο**, ενώ από Ραφήνα ανακαλύπτουμε στο **Μαρμάρι** σε μία ώρα. Από εκεί είναι μια ανάσα η **Κάρυστος**, γραφική παραθαλάσσια κωμόπολη, με το επιβλητικό **Μπουρτζι** δίπλα στο λιμάνι, το **Αρχαιολογικό Μουσείο** που αξίζει να επισκεφθείς. Ανηφορίζοντας, ωραία βόλτα είναι στο κτήμα **Μοντοφώλι**, μια έκταση 32 στρεμμάτων - αρχαιολογικός χώρος, όπου μπορείς να περιηγηθείς στα αμφείλια του οινοποιείου. Στο **Μαρμάρι** θα ξεχωρίσεις αμέσως τη δημοφιλή πλέον **Μεγάλη Άμμο**, με τα τερκουάζ νερά και το σάχημα της που αλλάζει χάρη στους ανέμους. Εκεί και οι παραμυθένιοι **Πεταλιοί**, το νησιώτικο σύμπλεγμα με τις αμμουδερές παραλίες – η Καραϊβική της Ελλάδας. Τα **Νέα Στύρα** είναι ένα γραφικό λιμάνι με πεντακάθαρα νερά. Στη μεγάλη παραλία ακή του περατζάδα έχει καφέ, εστιατόρια και μπαρ με τα τραπέζια δίπλα στο κύμα (όπως στην παραλία της **Καρύστου**, στο **Μαρμάρι** και στον **Αλμυροπόταμο**). Σήμα κατατεθέν στα Στύρα το **Κάστρο των Αρμένων** και τα περίφημα **Δρακόσπιτα** – τεραστίων διαστάσεων πέτρες από τον 4ο αιώνα π.Χ. Στη βόρεια πλευρά του επιβλητικού βουνού οι λάτρες της πεζοπορίας θα συναντήσουν το **Φαράγγι του Δημοσάρη**. Το μονοπάτι ξεκινάει από τη θέση **Πετροκάναλο**, σε υψόμετρο 954 μ. και μετά από 10 χλμ. κατάβασης καταλήγει στην παραλία των Καλλιανών. Είναι τόσο όμορφο το μέρος, που η προσπάθεια αξίζει και με το παραπάνω. Κι αν δεν φτάσει τόση δροσιά, υπάρχει για εξερεύνηση και η παραλία του **Αγίου Δημητρίου**, κάτω από το ομώνυμο χωριό. Η Νότια Εύβοια συνδυάζει βουνό και θάλασσα, κτηνοτροφία και αλιεία, άρα γαστρονομικά θα γευτούμε από φρέσκο ψάρι και οστρακοειδή μέχρι πεντανόστιμο ντόπιο κατσικάκι. Τα τυριά τους εξαιρετικά, ψάξε τις κουρκουμπίνες (ή γκόγκλιες), τρομερό χειροποίητο ζυμαρικό – σερβίρονται με φρέσκο, κατσικίσιο βούτυρο ή με κοκκινιστό κρέας και μπόλικο τυρί. -A.V.team



Δημός: 221023263  
Αστυνομία: 221022100  
Λιμεναρχείο: 221077333  
Πρωτες Βοηθειες: 221021912



# ΑΣΤΥΠΑΛΛΙΑ

Της **Νεφέλης Μεγκ\***





Όχι απλά θέλω παγωμένες θάλασσες το καλοκαίρι, εγώ πλέον τις απαιτώ! Αν το νησί δεν διαθέτει παραλία-παγάκι, θερμοκρασίας -10 Κέλβιν, δεν μπαίνω καν στον κόπο να δω τις κρυμμένες του ομορφιές. Κι έτσι κατέληξα να ερωτευτώ την Αστυπάλαια. Δεν είχα σκεφτεί ποτέ να ξενιτευτώ τόσο μακριά στο Αιγαίο. Μια ζωή έλεγα σαν τη Χαλκιδική δεν έχει κι αλλά τέτοια σαλονικιώτικα, μέχρι που χτύπησε το τηλέφωνο και μια φίλη μου μού είπε ότι πηγαίνει Αστυπάλαια, αν θέλω κάνω join. Όταν τη ρώτησα γιατί Αστυπάλαια μου απάντησε: «Πατί όχι!». Το μόνο πράγμα που ήξερα για την Αστυπάλαια ήταν ένας στίχος από τους Χατζηφραγκέτα «με τον ντελαφού μέσα σε κάτι ψαροκάικα», το οποίο τραγουδούσα ωσάν μανιακή μέχρι που βούτηξα στον **Κουτσομούτη** και φώναξα: «Ποια ψαροκάικα; Μέσα στο νερό αξίζει να είσαι μέχρι το σούρουπο». Αν και νησί των Δωδεκανήσων, έχει έντονη αύρα Κυκλάδων με τα λευκά σπιτάκια, τους ανεμόμυλους, το ενετικό κάστρο και τις υπέροχες παραλίες. Κάθε μέρα και μια καινούργια παραλία. Πάρτε χαρτί και μολύβι: **Βάτσες** και **Καμινάκια** (αμ-

μώδεις όρμοι με ομπρέλες και ξαπλώστρες), **Λιβάδι**, με θέα προς τη Χώρα. Και για αυτούς που θέλουν την ησυχία τους υπάρχουν ο **Άγιος Κωνσταντίνος**, οι **Πλάκες** ή η **Χρυσή Άμμος**, γνωστό και ως **Στενό**. Οπωσδήποτε να πάρετε καραβάκι για να δείτε τον **Κουτσομούτη** και τον **Κούνουπα**. Να ζητήσετε από τον σκίπερ να σας πάει στον **Κόκκινο Γκρεμό**. Πρόκειται για ένα ιστορικής σημασίας τοπίο, καθώς εκεί κρύβονταν τα υποβρύχια στον Β΄ Παγκόσμιο Πόλεμο για να μην τα εντοπίσουν τα ραντάρ. Να σας πω την αλήθεια, παιδιάς, δεν ξετρελάθηκα με το φαγητό, διότι έχω περάσει από Αλόνησσο και ήταν ασύγκριτα. Ωστόσο, υπάρχουν κάποια παραδοσιακά πιάτα που πρέπει να δοκιμάσετε: λαμπριανό (γεμιστό, ψητό κατσίκι), αρντιστά (τοπικό έδεσμα με βάση τις φακές) και τα πουγκιά με χλωρή, και για γλυκό, ξηροτήγανα (γλυκιές δίπλες με ντόπιο μέλι). Ανοίξετε φτερά, και βουρ στην πεταλούδα του Αιγαίου.

\* Η Νεφέλη Μεγκ είναι κωμικός και κάνει το podcast Μπουκλα 99 για την Athens Voice.

Η Αστυπάλαια με τις πανέμορφες παραλίες της υποσχεθεί στους ταξιδιώτες της ηρεμία, χαλάρωση και σύνδεση με τη φύση. Πρωτεύουσα και λιμάνι του νησιού, η Χώρα, ένας από τους πιο όμορφους οικισμούς του Αιγαίου, χτισμένος σε βράχο που εισχωρεί στη θάλασσα, σχηματίζοντας δύο όρμους. Θα την αγαπήσεις τη **Χώρα**, αλλά αξίζει να απομακρυνθείς λίγο και να πας στη μέση του νησιού, όπου η στεριά γίνεται μια λωρίδα γης 10 μέτρων και συνδέει το **Μέσο Νησί** με το **Έξω Νησί**. Να επισκεφθείς και τους παραθαλάσσιους οικισμούς **Μαλτεζάνα**, **Λιβάδι** αλλά και το **Βαθύ**, στην είσοδό του βρίσκονται λείψανα του μινωικού οικισμού. Το **Κάστρο του Άι Γιάννη** απέναντι από το ομώνυμο μοναστήρι – ακολουθήσε τα δρομάκια που σε βγάλουν στην **Παναγία την Πορταϊτίσσα** και τη **Μεγάλη Παναγιά**, κάτω από τα τείχη. Μέχρι να φτάσεις στην πύλη του κάστρου των **Quirini** πάνω στον λόφο, θα έχεις δει όλη τη **Χώρα** της Αστροπαλιάς, όπως τη λένε οι ντόπιοι. Στον **Πέρα Γιαλό** μπορείς να χαζέψεις το νησί την ώρα που ανάβει τα φώτα του. Στη Χώρα της να δεις τους «ξετροχάρδες» ανεμόμυλους που λειτουργούν πλέον ως βιβλιοθήκη. Τα πανηγύρια της Αστυπάλαιας είναι ξακουστά, με πιο γνωστό αυτό της **Πορταϊτίσσας**, τον Δεκαπενταύγουστο – αν είσαι στο νησί εκείνες τις μέρες, μην το χάσεις!

**Πού να κολυμπήσεις**  
Κρυστάλλινα καταγάλανα νερά, ηρεμία και χαλάρωση θα βρεις στις παραλίες του νησιού. Κάθε κόλπος και μια μικρή παραλία. Τα **Καμινάκια**, οι **Βάτσες**, ο **Πέρα Γιαλός**, το **Λιβάδι**, το **Στενό** και ο **Σχοινώντας** συγκεντρώνουν τον περισσότερο κόσμο, υπάρχουν όμως και άλλες μικρότερες που έχουν τη δική τους ομορφιά. Να περάσεις οπωσδήποτε από την παραλία **Κουτσομούτη** και την παραλία **Κούνουπες**, όπου η πρόσβαση γίνεται μόνο με σκάφος ή το καϊκι. Μαζί με το νησάκι **Τηγάνι** αποτελούν την εξωτική ζώνη του νησιού. Με δικό σου μεταφορικό μπορείς να επιλέξεις να βουτήξεις στο μικρούλι **Μπλε Λιμανάκι** ή για πιο πριβέ καταστάσεις στα **Καρέκλια**. Πολύ γνωστή είναι η παραλία **Μαλτεζάνα** με αμμουδιά. **Τζανάκι** και **Μαγαζάκι** τα προτιμούν οι γυμνιστές.

info

**Πού να μείνεις**  
Στο μοναδικό κάμπινγκ **Astypalaia (2243061900)** που βρίσκεται στο Μαργάρι και απέχει 3 χλμ. από τη Χώρα. Στη Χώρα οι επιλογές είναι πάρα πολλές. Ενδεικτικά: στον Πέρα Γιαλό τα δωμάτια **Βότσαλο (2243061808)**, τα **Venetiko Studios (2243061675)** 50 μέτρα από την κεντρική πλατεία, τα παραδοσιακά σπίτια του **Provama Studios (2243061228)** στην ήσυχη τοποθεσία Πρόβαρμα, Ξενοδοχείο για πολυτέλεια με τζακούζι το **Astypalaia Palace (2243061009, 6970101410)**, το **Pylaia Boutique Hotel (2243061001, 6980077875)** κοντά στην κεντρική πλατεία και το **Studios Lefkanthemo (2243062054)**. Στο Λιβάδι στο **Mouras Resort (2243061627)** με μίνιμαλ αισθητική, **Filoxenia Studios (2243061650)** και **Stampalia Studios (2243061200)** στον Πέρα Γιαλό.

**Πού να φας**  
Αγαπημένη των επισκεπτών η **Αστυ... φαγιά (2243064004)**, στην Παραλία Σχοινώντα στη Μαλτεζάνα με υπέροχη θέα και καλές τιμές. Μαμαδίσιο φαγητό στην **Barbarossa** στη Χώρα (**2243061577**). Για μαγειρευτά αλλά και φρέσκο ψάρι και αστακό στην ταβέρνα **Αυστραλία (2243061855)** στον Πέρα Γιαλό και για τοπική κουζίνα με δικά τους υλικά το **Αγέρι (2243061777)** στη Χώρα στην πλατεία. Στο Λιβάδι δοκίμασε την οικογενειακή ταβέρνα **Γεράνι (2243061484)**, παραδοσιακό μαγειρευτό, ντόπια κρέατα και φρέσκο ψάρι. Στο παραδοσιακό καφεγλυκατζίδικο **Ο Μαρίνος (2243061928)**, στην περιοχή της Μαλτεζάνας θα βρεις ηρωινό και καταπληκτικό μιλφέιγ.

**Πού να διασκεδάσεις**  
Η διασκέδαση στην Αστυπάλαια είναι ιδιαίτερη υπόθεση, είτε πίνεις ποτάκι - κοκτέιλ σε μπαρ είτε τσίπουρα σε μεζεδοπωλείο. Αγαπημένο το **Άρτεμις (2243 061714)** κυρίως για after. Ο **Μύλος (6942657247)** το παρεϊστικό μπαρ του νησιού με προσεγμένες ροκ, τζαζ και funky μουσικές. Άψογα κοκτέιλ και στο μπαρ **Castro (6946761230)**, με θέα που κόβει την ανάσα. Χορός και εξωτικό περιβάλλον στο κάμπινγκ (**2243061900**), με συχνά events που μπορείς να ζήσεις ακόμη και ως νυχτερινός επισκέπτης. Και, φυσικά, στο διάσημο **καφενείο του Μουγγού**, που είναι και το στέκι των ντόπιων, καθώς λειτουργεί όλο τον χρόνο. -A.V. team

Δήμος: **2243061206**  
Αστυνομία: **2243061207**  
Λιμεναρχείο: **2243061208**  
Πρώτες Βοήθειες: **2243061222**

Καλοκαίρι στην πόλη; Tips δροσιάς από το ΔΕΗ myEnergy

Αν ήταν στο χέρι σου, το κλιματιστικό θα άναβε τον Μάιο και θα έκλεινε τον Οκτώβριο γιατί το καλοκαίρι στην Ελλάδα είναι αδιάσπαστο, ειδικά αν μένεις σε μεγάλα αστικά κέντρα. Ωστόσο, μπορείς να εξασφαλίσεις δροσιά κρατώντας τις κουρτίνες και τα εξώφυλλα (παντζούρια) κλειστά τις ημέρες που έχει πολλή ζέση τη μέρα, ώστε να διατηρείς τη δροσιά του εσωτερικού χώρου.



# Ρόδος

Της **Ναυσικάς Παναγιωτακοπούλου\***



Χωρίς να γίνει συνειδητά και χωρίς να έχω καταγωγή από το νησί, δεν ξέρω πώς τα καταφέρνω και καταλήγω να πηγαίνω στη Ρόδο κάθε καλοκαίρι τα τελευταία 6 χρόνια...

Αυτό το υπέροχο νησί τα συνδυάζει όλα και έχει κερδίσει την καρδιά μου... Αγαπώ τη Ρόδο γιατί μπορώ κάθε μέρα να πάω και σε κάποια άλλη από τις αμέτρητες φανταστικές παραλίες της. Μια μέρα σε κάποια με ξεσηκωτικό beach bar, τέλειες μουσικές και άνετες ξαπλώστρες κοντά στο κέντρο της πόλης, μια άλλη σε κάποια απομονωμένη παραλία για να χορτάσω κολύμπι και να χαλαρώσω, όπως είναι η **Λινδός**. Ένας πανέμορφος κολπίσκος που προτού βρεθείς στα πανέμορφα νερά του χαζεύεις και την Ακρόπολη της Λίνδου.

Πυρλώντας από την παραλία, κάθε φορά ανακαλύπτω και ένα καινούργιο όμορφο και γραφικό χωριό. Ή ένα καινούργιο ταβερνάκι να φάω το ψαράκι μου και να νιώσω την Ελλάδα.

Έχω και κάποια αγαπημένα που είναι must... Όπως το **Avantis Fish Restaurant** στην παραλία της **Αφάντου** που κατέχει μια μαγική συνταγή για ψάρι που δεν θα βρεις πουθενά αλλού – το «λουκούμι» υστερεί μπροστά στη γευστική απόλαυση που βιώνεις. Αλλά και το εστιατόριο **«Αλέξης»** στην **Παλιά Πόλη**, που έχει εξίσου φανταστικό φαγητό αλλά λίγο πιο

γουρμετ, καθώς προσθέτει στις ελληνικές γεύσεις σύγχρονα twists πετυχαίνοντας τον τέλειο συνδυασμό. Αλλά για να μη σας ξεγελάσω, η Ρόδος δεν είναι μόνο μπάνιο και φραγτό.

Αν θέλεις να εκτονωθείς ένα βράδυ, να χορέψεις, βρε παιδί μου, να πεις τα κοκτέιλ σου, θα πας για χορό στο **Φαληράκι**, όπου γίνεται ο χαμός από bar γεμάτα με τουρίστες από όλο τον κόσμο. Η άλλη επιλογή που εγώ συνήθως προτιμώ, είναι η Παλιά Πόλη. Πέρα από πολλά bar, άλλα πιο θορυβώδη και άλλα πιο chill, έχει κάτι μαγικό! Είναι μια πόλη από τη Μεσαιωνική εποχή που μαλιστα έχει γίνει και Μνημείο Πολιτιστικής Κληρονομιάς της UNESCO. Και αυτή την ενέργεια την αντιλαμβάνεσαι προτού καν μπεις μέσα, με το που πλησιάζεις και βλέπεις το όμορφο, επιβλητικό τείχος. Και μόλις μπεις μέσα... τι να πρωτοπώ; Το **Παλάτι του Μεγάλου Μαγίστρου**, η **Οδός των Ιπποτών** και πολλά πολλά άλλα.

Βonus! Αγαπώ να πηγαίνω μονοήμερη από τη Ρόδο στη **Σύμη**, στην **Ιερά Μονή του Πανορμίτη**. Πας πανεύκολα με καραβάκι. Νομίζω σας κάλυψα, όμως τώρα σας αφήνω γιατί πρέπει να κανονίσω να πάω και φέτος στη Ρόδο! Ελπίζω να έχετε όλοι ένα καταπληκτικό καλοκαίρι.

\*Η **Ναυσικά Παναγιωτακοπούλου** είναι πηθοποιός-μοντέλο.

Το μεγαλύτερο νησί των Δωδεκανήσων, από τα πρώτα που σήκωσαν ψηλά τη σημαία του τουρισμού στην Ελλάδα, είναι προορισμός με υπέροχα φυσικά τοπία και εκπληκτικά αξιοθέατα, από τους πιο δημοφιλείς και συναρμα διαχρονικούς, με πλούσια ιστορία και πολλές υποδομές. Είναι πολλοί αυτοί που πάνε και ξαναπανε ακριβώς γιατί κάθε φορά το νησί έχει κάτι καινούργιο και όμορφο να τους αποκαλύψει.

Οι απλά αέζιαι αλλά επιβάλλεται, αν θες να λες πως πήγες στο νησί, μια βόλτα στη **Μεσαιωνική Πόλη της Ρόδου**. Μνημείο Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς της UNESCO που αποτελεί μια από τις πιο καλοδιατηρημένες μεσαιωνικές πόλεις του κόσμου. Επίσης, να επισκεφθείς το **Παλάτι του Μεγάλου Μαγίστρου**, το **Νοσοκομείο των Ιπποτών**, την **οδό των Ιπποτών** και τη **Παναγία του Κάστρου**, όλα τους κάτι παραπάνω από εντυπωσιακά.

Στη Ρόδο θα βρεις αρχαιολογικούς προορισμούς μεγάλου ενδιαφέροντος. Η **Ακρόπολη της Λίνδου** με τον δωρικό ναό της Λινδίας Αθηνάς χρονολογείται από τον 4ο αιώνα π.Χ. και μαζί με

**Τι να δεις**

Οχι απλά αέζιαι αλλά επιβάλλεται, αν θες να λες πως πήγες στο νησί, μια βόλτα στη **Μεσαιωνική Πόλη της Ρόδου**. Μνημείο Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς της UNESCO που αποτελεί μια από τις πιο καλοδιατηρημένες μεσαιωνικές πόλεις του κόσμου. Επίσης, να επισκεφθείς το **Παλάτι του Μεγάλου Μαγίστρου**, το **Νοσοκομείο των Ιπποτών**, την **οδό των Ιπποτών** και τη **Παναγία του Κάστρου**, όλα τους κάτι παραπάνω από εντυπωσιακά.

**Πού να φας**

Στη Μεσαιωνική Πόλη: Στο Στο **Marco Polo Mansion-Restaurant** (2241025562) και στο **The Sea Star** του Πιτζάνια (2241022117), που έχει φρέσκα ψάρια σε ένα από τα πιο ρομαντικά σημεία του νησιού όντας σταθερή αξία. Στο μεζεδοπωλείο Ποσπερί στην Ιαλυσό πρέπει να δοκιμάσεις τις ξακου-



Οι απλά αέζιαι αλλά επιβάλλεται, αν θες να λες πως πήγες στο νησί, μια βόλτα στη **Μεσαιωνική Πόλη της Ρόδου**. Μνημείο Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς της UNESCO που αποτελεί μια από τις πιο καλοδιατηρημένες μεσαιωνικές πόλεις του κόσμου. Επίσης, να επισκεφθείς το **Παλάτι του Μεγάλου Μαγίστρου**, το **Νοσοκομείο των Ιπποτών**, την **οδό των Ιπποτών** και τη **Παναγία του Κάστρου**, όλα τους κάτι παραπάνω από εντυπωσιακά.

Στη Ρόδο θα βρεις αρχαιολογικούς προορισμούς μεγάλου ενδιαφέροντος. Η **Ακρόπολη της Λίνδου** με τον δωρικό ναό της Λινδίας Αθηνάς χρονολογείται από τον 4ο αιώνα π.Χ. και μαζί με

Οι απλά αέζιαι αλλά επιβάλλεται, αν θες να λες πως πήγες στο νησί, μια βόλτα στη **Μεσαιωνική Πόλη της Ρόδου**. Μνημείο Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς της UNESCO που αποτελεί μια από τις πιο καλοδιατηρημένες μεσαιωνικές πόλεις του κόσμου. Επίσης, να επισκεφθείς το **Παλάτι του Μεγάλου Μαγίστρου**, το **Νοσοκομείο των Ιπποτών**, την **οδό των Ιπποτών** και τη **Παναγία του Κάστρου**, όλα τους κάτι παραπάνω από εντυπωσιακά.

Στη Ρόδο θα βρεις αρχαιολογικούς προορισμούς μεγάλου ενδιαφέροντος. Η **Ακρόπολη της Λίνδου** με τον δωρικό ναό της Λινδίας Αθηνάς χρονολογείται από τον 4ο αιώνα π.Χ. και μαζί με





στές «πατάτες με αυ-  
γό» και στα **Πεταλά-  
δικα** παρδοσιακούς  
μεζέδες (2241027359),  
Στη Λίνδο στον σπ-  
μομένο **Mauripiko**  
(2244031232) με  
ιστορία από το 1912,  
υπέροχη βεράντα με  
ελαφρώς ανατολιτική  
αύρα, και πολλούς δι-  
άσημους επισκέπτες.  
Στα Κολύμπια, στην  
ψαροταβέρνα **Λιμα-  
νάκι** (2241056240)  
και στο **Ταμίρι**  
(6948042154) για πιο  
εξωτικές γεύσεις.  
Στη Νέα Πόλη: Για  
όσους αγαπούν τις τα-  
βέρνες στα **Μαράσια**  
(2241030745) και στο  
εστιατόριο του **Κού-  
κου** (2241073022). Στο  
**Dall Extraordinary**  
**Art Bistro**  
(2241026926) θα πά-  
ρεις, με «πιάτο» τη  
θάλασσα, το brunch  
σου και θα πεις τον  
καφέ σου. Στον **Στά-  
βλο** (2241077180) θα  
βρεις εκλεκτά κρεα-  
τικά και πολύ ωραία  
διακόσμηση, ενώ  
για τους λάτρεις του  
μπέργκερ προτείνεται  
το **Urban Burger Bar**  
(2241131047).

Στα στεγνά θα βρεις  
το γνωστό ψάρι του  
**Κόζα** (2241065655),  
στο Φαληράκι στο  
**Rattani** (6932727000)  
για πιο γκουρμέ  
γεύσεις και κοκτέιλ.  
Τέλος στο ιταλικό  
εστιατόριο **Pizzagio**  
(224117136636) στον  
Άγιο Νικόλαο είναι το  
στέκι για τους λάτρεις  
της πίτσας.

**Πού να  
διασκεδάσεις**

Στο καφέ **Ωβέρην**  
(2241076100), δίπλα  
στο Μουσείο στη  
Μεσαιωνική Πολή  
για καφέ, ποτό και  
σθββατιάτικη ζωντα-  
νή μουσική. Στο **Nor**  
για χαλαρό κοκτέιλ  
πριν τον χορό και στο  
δημοφιλές **Union Bar**  
(2241073929) στη Νέα  
Πόλη για ψαγμένα  
μπέργκερ και χρω-  
ματιστά κοκτέιλ. Η  
**Muya** (69499005379)  
στο Μανδράκι απευ-  
θύνεται σε όσους  
αρέσει η ροκ μουσική  
και στο **The Last**  
**Butler** (2241038981),  
ένα από τα καλύτερα  
μπαρ στην Ελλάδα.  
Στην Ιαλισό στο  
**pool bar Republica**  
(2241043622) και στο  
**Macao** (6941608538)  
στη Μεσαιωνική Πό-  
λη. -A.V. team

τον αρχαιολογικό χώ-  
ρο της Καμίρου είναι  
μία εξαιρετική πρό-  
ταση για βόλτα. Στη  
βορειοδυτική πλευρά  
του νησιού και κοντά  
στο χωριό θεολόγος  
βρίσκεται η καταπρά-  
σινη **Κοιλιάδα με τις  
Πεταλούδες**, ένας  
από τους πιο σπάνι-  
ους βιότοπους στην  
Ευρώπη. Το μέρος  
έλκει εκατομμύρια  
πεταλούδες δημιουρ-  
γώντας ένα ζωντανό  
υπερθέαμα.  
Η κατεύθυνση προς  
τη σύγχρονη Ρόδο και  
το **Μανδράκι** σε φέρ-  
νει κοντά σε δεκάδες  
μαγαζιά, καφετέριες,  
μπαρ, εστιατόρια,  
καταλύματα και ιστο-  
ρικά κτίρια. Τα δύο  
σύμβολα του νησιού,  
εκείνο του έλαφου και  
της ελαφίνας, δεσπό-  
ζουν σε δύο ψηλές  
κολώνες στο σημείο,  
που στεκόταν ο θρύ-  
λος **Κολοσσός της  
ρόδου**, ένα από τα 7  
θαύματα του αρχαίου  
κόσμου.

**Που να  
κολυμπήσεις**

Ένα καλό tip για τις  
θάλασσες της Ρόδου  
είναι πως τα νερά της  
χωρίζονται σε εκείνα  
της δυτικής και της  
ανατολικής πλευράς.  
Τα πρώτα βρέχονται  
από τη Μεσόγειο και  
θεωρούνται πιο ψυ-  
χα ενώ αντίθετα στην  
ανατολική βρέχονται  
από το Αιγαίο και είναι  
πιο άγρια, γι' αυτό και  
τα λένε water sports.  
Στο νησί θα συναν-  
τήσεις την παραλία  
του **Άντωνι Κουίν**,  
που πήρε το όνομά  
της από τον διάσημο  
αμερικανό ηθοποιό ο  
οποίος, στο παρελθόν  
έχει προβάλλει την  
Ελλάδα μέσα από  
την ταινία *Zorba, The  
Greek*. Στο **Φαληράκι**,  
πασίγνωστο και πο-  
λυύχναστο, θα βρεις  
σε μία τεράστια οργα-  
νωμένη παραλία με  
άμμο και πολλές δρα-  
στηριότητες, beach  
bars και εστιατόρια. Η  
επίσης οργανωμένη  
παραλία της **Ιερίας** εί-  
ναι κοντά στην πόλη,  
με ανέμους ιδανικούς  
για όσους αγαπάνε  
τα θαλάσσια σπορ. Η  
Γλυφάδα στα νοτιο-  
δυτικά έχει πευκά και  
πεντακάθαρα νερά,  
ενώ η παραλία **Αφά-  
ντου** μαζεύει πολ-



Δήμος: **2241361200**  
Αστυνομία: **2241023849**  
Λιμεναρχείο: **2241028888**  
Πρώτες βοήθειες: **2241080000**



# Πάτμος

Του **Θεμιστοκλή Τσίτσου\***

➔ Το μαγνητάκι στο ψυγείο μου λέει «Πάτμος», και έχω μόνο ένα μαγνητάκι. Είναι Αύγουστος του 2021. Η Πάτμος θυμίζει χωριό γεμάτο κόσμο. Κάτι σαν Αύγουστο στο χωριό. Εδώ βλέπεις ότι όλοι με κάποιον μαγικό τρόπο γνωρίζονται μεταξύ τους. Και τελικά δεν είναι και τόσο μαγικό. Και αντικοινωνικός να είσαι, στο «βγάξει» το μέρος να επικοινωνήσεις. Ξεκίνα με τα ταξί. Δεν γίνεται να μην πάρεις ταξί στην Πάτμο. Και πήραμε. Δηλαδή πήραμε τόσες φορές, που στο τέλος μάς ήξεραν με τα μικρά μας ονόματα. Μάθαμε όλα όσα συμβαίνουν στο νησί από πρώτο χέρι. Θυμάμαι: Ανοικτό παράθυρο. Ραδιόφωνο να παίζει. Λίγη μυρωδιά θάλασσας. Αεράκι στο πρόσωπο και μισόκλειστα μάτια. Και λίγο τα παράσιτα του ταξί: «Από το Αγριολίβαδο για Χώρα κανείς;». Πόσο ελληνικό και πόσο αυθεντικό!

Η αγαπημένη μου παραλία είναι η **Ψιλή Άμμος**. Μακρινή και γνήσια. Περπατήσαμε ένα χωμάτινο μονοπάτι για περίπου 20 λεπτά πλάι-πλάι στη θά-

λασσα. Προσπερνούσαμε όσους πήγαιναν αργά, μας προσπερνούσαν όσοι πήγαιναν γρήγορα. Γρήγορα πήγαιναν όσοι είχαν την ανυπομονησία του ανεξερεύντου.

Κάτσαμε στην Πάτμο 9 ημέρες. Ψιλή Άμμο πήγαμε 3 φορές. Και διατηρήσαμε αυτή την ανυπομονησία του ανεξερεύντου και τις 3 φορές. Μέναμε μέχρι να δύσει ο ήλιος και δοκιμάσαμε την ταβέρνα που έχει εκεί στην άκρη της παραλίας. Όταν πας, θυμήσου να παρακαλέσεις την κυριούλα να σου φυλάξει κολοκυθοκεφτέδες. Θα καταλάβεις γιατί. Άλλη μια έντονα γευστική ανάμνηση είναι η καντίνα **Nikos Teologia Welcome to my place**. Έτσι λέει η ταμπέλα. Ο Νίκος σεβρίζει τίμια όσα έχει εκείνη τη μέρα. 5 πράγματα; 5 πράγματα. Δεν χρειάζεται παραπάνω. Και αυτό με προβλημάτισε. Μήπως τελικά δεν χρειαζόμαστε και πολλά παραπάνω γενικότερα;

Για γλυκό –γιατί δεν γίνεται να μη φας γλυκό στις διακοπές– στο καφέ πάνω από την παραλία της **Βαγιάς**. Κέικ σουφλέ σοκολάτας –το φημισμένο–

με παγωτό βανίλια πήραμε. Νομίζω έχω να φάω σουφλέ από τότε, μάλλον γιατί δεν τολμώ να συμβιβαστώ με κάτι λιγότερο νόστιμο.

Τη μέρα που αποφασίσαμε να κάνουμε ένα διάλειμμα από τα ταξί ήταν η μέρα της εκδρομής. Δεν γίνεται να πας στην Πάτμο και να μην κάνεις εκδρομή με το караβάκι για **Αρκιούς, Μακρονήσι, Μαράθι**, όπου βουτάς αρόδο και τα νερά είναι ονειρεμένα. Ο καπετάνιος σέρβιρε καρπούζι με ούζο κάποια στιγμή. Στα ηχεία έπαιζε από HIM το «Baby join me in death» και εκείνη τη μέρα είχε αρκετό κύμα. Ο βοηθός του καπετάνιου, ο Αποστόλης, μου έμαθε πώς κάνουμε ναυτικούς κόμπους και γελούσαμε όταν προσπάθησα να το κάνω μόνος μου.

Το μαγνητάκι στο ψυγείο μου ψιθυρίζει κάθε φορά ότι πρέπει να ξαναπάω στην Πάτμο. Θα ξαναπάω. Πατί απλά, δεν γίνεται να μην ξαναπάς στη Πάτμο.

\*Ο **Θεμιστοκλής Τσίτσος** είναι *φαρμακοποιός*.

info

Λέγεται ότι ο Ευαγγελιστής Ιωάννης διάλεξε αυτό το νησί για να γράψει το Ευαγγέλιό του. Για αυτό και η Πάτμος είναι γνωστή ως «**το νησί της Αποκάλυψης**». Και πραγματικά, ανεξάρτητα από τη θρησκευτική του χροιά, το νησί είναι όντως μια αποκάλυψη... Με υπέροχες παραλίες, μια χώρα-κόσμημα με γραφικά σοκάκια, επιβλητικά μοναστήρια, αλλά και έντονη κοσμική αύρα, η Πάτμος είναι διαφορετική από κάθε άλλο νησί του Αιγαίου, ένας τόπος ονειρεμένος.

## Τι να δεις

Σίγουρα θα πας στο **Σπήλαιο της Αποκάλυψης**, εδώ όπου σύμφωνα με την παράδοση ο Ευαγγελιστής Ιωάννης έγραψε την Αποκάλυψη τέσσερα μέτρα κάτω από τη γη. Θα δεις και το **Μοναστήρι του Αγίου Ιωάννη του Θεολόγου** να στέκεται επιβλητικό σε ένα ύψωμα πάνω από το λιμάνι (πρόκειται για ένα από τα πιο σημαντικά μοναστηριακά συγκροτήματα του Αιγαίου) και μετά

τιές με κοκτέιλ. Στη **Βαγιά** και στο **Λιβάδι του Γερανίου** για τα γαλανά ολοδιάφανα νερά.

## Πού να φας

Σίγουρα θα πας στον **Μπενέτο** (2247033089), στα Σάψιλα, όπου μέσα σε μια υπέροχη αυλή παλιού αρχοντικού θα δοκιμάσεις νόστιμη μεσογειακή κουζίνα με φόντο μια αλπσμώνητη θέα. Στην Πέτρα να βρεις το ομώνυμο **Κτήμα Πέτρα** (2247033207) για τέλεια μαγειρευτά και πιάτα της ώρας. Στη Σκάλα για ουζάκια και νοστιμότατους μεζέδες υπάρχουν το **Χιλιόμοδι** (2247034179), το καταπληκτικό **Τρεχαντήρι** (2247034080), όπως και το παραλιακό «**Το Τσιπουράδικό μας**» (2247032803). Στη Χώρα θα βρεις το κομψό **Vaggelis Restaurant Patmos** (2247031967).

## Πού να διασκεδάσεις

Τόσο στη Σκάλα όσο και στη Χώρα και το λιμάνι θα συναντήσεις πολλά καφέ και μπαράκια για κάθε γούστο. Ξεκινώντας από τη Χώρα, προτείνουμε το **Stoa** (2247032226) πάνω ακριβώς στην πλατεία, και την ατμοσφαιρική **Astivi** (2247034884). Στη Σκάλα για ποτό στο **Holy** (2247034744) και στο **Chris Café** (2247031001) με θέα το λιμάνι. Στον Κάμπο ο μυστ προορισμός είναι το **Atmos Patmos** (2247034734) ένα όμορφο στέκι πάνω στην παραλία, ιδανικό για κάθε στιγμή της ημέρας.

## Πού να μείνεις

Στο **Petra Hotel** (2247034020) 5 λεπτά από το λιμάνι με εκπληκτική θέα στο Αιγαίο. Πάνω από το Μελόι βρίσκεται το **Porto Skoutari** (2247033123), 1,5 χλμ. από τη Σκάλα, με νότες πολυτέλειας. Στο **Patmos Aktis Suites & Spa** (2247035034), στον κόλπο του Γροίκου, που είναι το πρώτο πεντάστερο ξενοδοχείο στην Πάτμο. - A.V. team



Δήμος: 2247360300

Αστυνομία: 2247031303

Λιμεναρχείο: 2247031231

Πρώτες βοήθειες: 2247360000

Θα διαλέξεις κάποιο караβάκι για να σε μεταφέρει στις γειτονικές βραχονησίδες των **Αρκιών** ή στο κοντινό **Μαράθι**, το μικρό νησάκι με τα κρυστάλλινα νερά. Οι βόλτες στα γραφικά σοκάκια της **Χώρας** σχεδόν επιβάλλονται.

## Πού να κολυμπήσεις

Στην **Ψιλή Άμμο** θα πας είτε με караβάκι, είτε διασχίζοντας μια διαδρομή 20 λεπτών μέσα από το βουνό. Στους πιο όμορφους κολπίσκους του κόσμου ανήκει ο **Γροίκος** – με τα ιστιοφόρα αραγμένα στον κόλπο του μοιάζει με καρτ ποστάλ. Να πας και στην παραλία **Πέτρα**, για να θαυμάσεις τον ομώνυμο βράχο. Στην παραλία του **Κάμπου** θα πας για water sports και beach bar και στην οργανωμένη **Αγριολίβαδο** για βου-

## Δροσίσου στο λεπτό!

Αυτό το καλοκαίρι μπορείς να αναφωνήσεις ελεύθερα «**Μαρούσκα, το Beauty Flash Face Mist**» και να ψεκάσεις το πρόσωπο και τον λαιμό σου για να δροσιστείς, όπου κι αν βρίσκεσαι – στην πόλη, το νησί, την παραλία, το πλοίο, το μετρό. Αυτό το δροσιστικό νερό προσώπου της **BEE CERA** ενυδατώνει και συσφίγγει το δέρμα σε μόλις 5 λεπτά, ενώ σβήνει τις λεπτές ρυτίδες και μειώνει τις γραμμές έκφρασης.







info

Είναι το νησί των αναρριχητών και των σφουγγαράδων. Πανύψηλα επιβλητικά βράχια, καταδύσεις σε έναν βυθό με πανάρχαια ναυάγια, μαγευτικά σπήλαια υπέροχες παραλίες με γαλαζοπράσινα νερά, πεζοπορικές διαδρομές και γραφικοί νησιώτικοι οικισμοί. Όλα αυτά σε περιμένουν να τα ανακαλύψεις. Η ιστορία της είναι μεγάλη και μέρος της μπορείς να δεις στο φημισμένο **Αρχαιολογικό Μουσείο**. Στο **Ναυτικό Μουσείο** θα δεις αντικείμενα από ναυάγια που εξιστορούν τις μεθόδους σπογγαλιείας, ενώ στο **Καλύμνικο Σπίτι** θα μάθεις περισσότερα για τον τρόπο ζωής του περασμένου αιώνα. Καϊκάκια στο λιμάνι μπορούν να σε πάνε εκδρομές σε Τέλενδο ή Ψέριμο.

διακόσμηση και θέα θάλασσα.

**Πού να κολυμπήσεις**  
Όμορφες παραλίες το δημοφιλές **Κατσούνι** και τα **Λινάρια**, η δεύτερη με λιγότερο κόσμο, όπως και οι **Μυρτιές** και ο **Αρμεός**. Στον **Αργινώντα** να πας οικογενειακά. Στο βυθό του **Εμπορίου** πάρε μάσκα. Νεαροί όσοι είναι και όσοι νιώθουν στο **Καντούνι**, στον **Πάνορμο**, όπου πέφτει ο μέσος όρος ηλικίας και ανεβαίνουν τα ντεσιμπέλ από τα beach bars. Στο **Μασούρι**, μια παραλία με πολύ κόσμο, ταβέρνες και μπαράκια, με θέα την Τέλενδο, το μικρό νησάκι που βρίσκεται απέναντι. Εννοείται πως δεν θα φύγεις από το νησί αν δεν επισκεφτείς την πιο διάσημη παραλία του, τον **Πλατύ Γιαλό**, η οποία όμως χρειάζεται προσοχή καθώς μερικά βήματα βρίσκεσαι στα άπατα.

**Πού να φας και να πιεις**  
Ο **Τσοπανάκος** (2243047929) έχει εξαιρετικά ψητά κρέατα και το **Λιμανάκι του Βαθύ** (2243031333) σπιτικά μαγειρευτά και ωραία θέα. Διασκέδασε ξέφρενα στο **Domus** (2243047760), το bar-κόμβο στο Καντούνι—δοκίμασε τη νέα λίστα κοκτέιλ—, κι όταν η επιθυμία για γλυκό χτυπήσει κόκκινο πήγαινε κατευθείαν **Στου Μικαλαρά** (2243 059986), για γαλακτομπούρεκο. -A.V. team

**Πού να μείνεις**  
Στον Πάνορμο, στο **Kantouni Beach Boutique Hotel** (2243047607), με πολυτελή δωμάτια και πισίνα πάνω στη θάλασσα. Στη **Villa Melina** (2243022682), στην Πόθια, διατηρητέα κατοικία του '20 με κήπο και ατμόσφαιρα άλλης εποχής. Στο **Petra Boutique Homes** (2243040091), γραφικά δωμάτια με τρομερή

Δήμος: 2243059141  
Αστυνομία: 2243022100  
Λιμεναρχείο: 2243029304  
Πρώτες Βοήθειες: 2243023025

# Κάλυμνος

Των **Σεβαστής Χαλκίτη** και **Μιχάλη Γερακιού\***

➔ Σκέψου τα καλύτερα παιδικά καλοκαίρια σου και τώρα φαντάσου τα αντίστοιχα της ενήλικης ζωής σου να τα ξεπερνούν. Αυτό ζεις στην Κάλυμνο. Στο καθλωτικό επιβλητικό τοπίο της, ξυπνάς χωρίς βιασύνη και παίρνεις τα βουνά. Ο ήλιος κρύβεται πίσω τους, σχεδόν όλο το πρωί, οι επιλογές ατελείωτες, δεν σε φτάνουν τα καλοκαίρια για να τις εξαντλήσεις. Πας για πεζοπορία σε σεληνιακά terrain ή στη **Via Ferrata** να δεις την Τέλενδο απέναντι σε ίσο μπόι. Αναρριχάσαι σ' έναν κορυφαίο παγκοσμίως προορισμό, αναμετράσαι με τον βράχο, κώνεσαι σε σπήλαια στα έγκατα τα γης, βλέπεις ναούς από σταλακτίτες. Περπατάς μέσα σ' ένα «δάσος» από αλισφακιές—φασκομπλιές, ντε—, καταλήγεις τετ-α-τετ με υπεραιωνόβιες ελιές, παίρνεις κατσικόδρομο, φτάνεις σε μοναστήρια κάτασπρα που κρέμονται στα βράχια. Δεν χωράει τόσο αγριάδα, δεν τελειώνει. Πας θάλασσα, μπαίνεις στο σκάφος. Τα νερά ακίνητα. Μπλε γυαλιστερό σεντόνι, σε ξελογιάζουν. Δεν αντιστέκεσαι, πολλές γενιές πίσω δεν αντιστέκεσαι, φουντάρεις αρόδο, βουτάς, ξαναγεννιέσαι. Καβα-

τζάρεις την **Τέλενδο** και η θάλασσα μπορεί τώρα να αλλάξει, θυμάσαι τον λόγο για τον οποίο είναι γένους θηλυκού. Το ένα της πρόσωπο πιο όμορφο από το προηγούμενο. Ξαναβουτάς στο πηχτό μπλε, δεν το χορταίνεις, συνεχίζεις σε νησίδες τριγύρω, σε ερμητικές παραλίες. Στήνεις σκηνή, στήνεις πανηγύρι, στήνεις ελευθερία. Ξαναλύνεις κάβο, φεύγεις. Ίσως τα δελφίνια που ζουν εδώ, να σου κάνουν παρέα για λίγο. Αντικρίζεις εκτυφλωτικό γαλάζιο και δίπλα, όλο βουνά. Ταξιδεύεις πάνω στη δροσιά και γύρω «κάψη», βράχια, ογκόλιθοι ξεροί που αχνίζουν. Ο χρόνος έχει σταματήσει μες στην ομορφιά. Δεν ξέρεις καλύτερο καλοκαίρι από αυτό στην Κάλυμνο. Το ονομάζεις **«The Kalymnos Experience»** για να μπορείς να διηγήσαι αυτήν την ομορφιά καθημερινά. Καλείς όλο τον κόσμο να το ζήσει με μια προειδοποίηση: όποιος έρχεται ξανάρχεται.

\* Η **Σεβαστή Χαλκίτη** είναι **vegan chef** και ο **Μιχάλης Γερακιός** **skipper & yoga instructor**. **Experience designers** και οι δύο και ιδιοκτήτες του **The Kalymnos Experience**.



# Κως

Του Γιώργου Καραμήχου\*

➔ Την πρώτη φορά που βρέθηκα στην Κω ήταν στον δρόμο για Νίσυρο, πήγαινα στα γυρίσματα της ταινίας «Αθανασία» του Πάνου Καρκανεβάτου. Έφτασα ξημερώματα, μαζί με το αυτοκίνητο και τον σκύλο μου, νομίζω 3:45, και είχα μπροστά μου λίγες ώρες αναμονής για να πάρω το μικρό караβάκι που θα με πήγαινε στο άλλο νησί. Θυμάμαι, ήμουν σε μια διαδικασία «ξηρασίας» για την ταινία, δεν είχα φάει ή πει για 24 ώρες, γιατί ήταν ένας δύσκολος και σκοτεινός ρόλος. Με το που έφτασα, λέω «Τι έχω ακούσει για την Κω; Τον Ιπποκράτη και τον Ασκληπιό». Οπότε ακολούθησα τις ταμπέλες για το Ασκληπιείο, το οποίο ήταν κλειστό λόγω της ώρας, αλλά πήγα απέξω και περπάτησα με τον σκύλο μου στους γύρω δρόμους. Εκτοτε έγινε ένα από τα αγαπημένα μου σημεία στο νησί αυτό. Ενάμιση μήνα μετά, αφού τελείωσαν τα γυρίσματα της ταινίας, ξαναπήγα πάλι νωρίς και περίμενα τον φύλακα που με άφησε να μπω λίγο προτού ανοίξει επίσημα ο χώρος και αρχίσει να έρχεται κόσμος. Είναι ένα από τα πιο φωτεινά μέρη της χώρας, με ενέργεια κατάλληλη για να κάνεις διαλογισμό. Εκεί είναι το πρώτο νοσοκομείο που άνοιξε στην Ελλάδα, με τους χώρους των θεραπειών, αρκετά ανορθόδοξους για τα σημερινά δεδομένα, και ένας ναός στην κορυφή του λόφου με απίστευτη θέα. Τα αγαπημένα μου μέρη στην Κω είναι... οι άνθρωποι της, που τους αγαπώ. Ο Ναθαναήλ, που είχε ξενοδοχείο στην **Καρδάμαινα**, η οικογένεια Χατζηκώστα, ο Νικολιός με τους δικούς του που έχουν το ξενοδοχείο **Harriet** και είναι όλοι τους

καταπληκτικοί μουσικοί και τραγουδιστές. Στην Καρδάμαινα πάω από το 2007, 4-5 φορές τον χρόνο, έχει θέα τη Νίσυρο – σχεδόν βλέπω το σπίτι μου από εκεί. Έχει καταπληκτικά νερά για μπάνιο, εκεί ρίχνω την πρώτη βουτιά όταν κάνω το ταξίδι. Πριν δεκαετίες ήταν ένα παραδοσιακό ψαροχώρι, τώρα το λες προάστιο του Μάντσεστερ με διάφορες παμπ, αλλά έχουν μείνει και μερικά μαγαζιά που διατηρούν την ποιότητα και την ανθρωπιά, με πολύ ζεστούς ανθρώπους. Για κολύμπι πηγαίνω και στον **Άγιο Στέφανο**. Εκεί κολυμπώ μέχρι το νησάκι απέναντι και περπατώ ανάμεσα στα ερείπια μιας παλαιοχριστιανικής εκκλησίας που είχε χτιστεί στα ερείπια ενός αρχαιοελληνικού ναού. Μου δίνει την αίσθηση ότι περπατάω κάθετα και οριζόντια στον χρόνο και στον χώρο. Μια μοναδική και βαθιά θεραπευτική εμπειρία είναι το νυχτερινό μπάνιο στα θερμά λουτρά που βρίσκονται σχετικά κοντά στην πόλη της Κω, και την ώρα που βγαίνουν τα καυτά ηφαιστειακά νερά από τον βράχο να έχει πανσέληνο. Με τα παιδιά μου επισκεπτόμαστε το **δάσος της Πλάκας** για να δούμε τα παγώνια και τις γάτες, τη λίμνη με τα φλαμίνγκο κοντά στο **Τιγκάκι** και τον **Κήπο του Ιπποκράτη** με τα βότανα, και για φαγητό στο εστιατόριο **Broadway** στην πόλη. Κάτι που δεν έχω κάνει, και πάντα το σκέφτομαι να κάνω, είναι να πάρω ένα από τα караβάκια από την πόλη της Κω για το Μπόντρουμ (Αλικαρνασός) που φεύγουν καθημερινά και κάνουν μόνο 25 λεπτά για να σε πάνε Τουρκία.

\*Ο Γιώργος Καραμήχος είναι ηθοποιός.

info

## ΚΩΣ

Η απέραντη ακτογραμμή με τις μεγάλες ξενοδοχειακές μονάδες και το beachlife για κάθε γούστο αλλά και το πλούσιο υλικό για αρχαιολογικό σφάρι ορίζουν την φυσιογνωμία του τρίτου μεγαλύτερου νησιού των Δωδεκανήσων.

## Τι να δεις

Το **Αρχαιολογικό Μουσείο** και το μωσαϊκό από μνημεία στην πρωτεύουσά: την **Αρχαία Αγορά**, την ρωμαϊκή έπαυλη **Casa Romana**, το χτισμένο από τους Ιωνανίτες Ιππότες **κάστρο στο λιμάνι**, τα **τζαμιά** (της **Λότηζας** και στην **πλατεία Ελευθερίας**). Επιδράται ένα πέρασμα το **Ασκληπιείο** – ένα από τα σημαντικότερα κέντρα ιατρικής της αρχαιότητας –, το μεσαιωνικό κάστρο της **Αντιμάχειας**, το βυζαντινό **Παλαιό Πυλί** και το χωριό **Ζια**, γνωστό για τις ταβέρνες του.

## Πού να κολυμπήσεις

Στη βόρεια πλευρά οι οικογένειες προτιμούν το **Τιγκάκι** και οι windsurfers το **Μαρμάρι** και το **Μαστιχάρι**. Στα νότια, κλασικές στάσεις η παραλία του **Αγίου Στεφάνου** και τα beach bars της **Paradise**. Μοναδικά ηλιοβασιλέματα στον **Λιμώνα**, τον **Άγιο Θεολόγο** και το **Κοκυλάρι**. Στην πόλη της Κω και πέριξ: στην **Κρητικών** και στην ακτή **Ζουρούδη**, στον **Μύλο** και τον οικογενειακό **Ναυτικό Όμιλο**. Η νεολαία προτιμά την αμμουδιά του **Αγίου Φωκά**, ενώ τα **Θερμά** προσφέρονται για ιαματικές βουτιές.

## Πού να φας

Από τα καλύτερα εστιατόρια στην πόλη το **C food & mood**

Δήμος: 2242360400

Αστυνομία: 2242028211

Λιμεναρχείο: 2242026594

Νοσοκομείο: 2242028050

(2242024164) και για ελληνική σύγχρονη κουζίνα στο **Broadway** (2242027052) και στο **The Gelsomino Restaurant** (2242020200). Επίσης, στην πόλη: θαλασσινά στο **Barbouni** (2242020170) και στον **Νικόλα τον Ψαρά** (2242023098), παραδοσιακή ελληνική κουζίνα

σε αυλή με πέργκολα στην **Ελιά** (2242022133), μεσογειακά και ελληνικά πιάτα σε αυλή δίπλα στην Αρχαία Αγορά, στο **Πέτρινο** (2242027251), κρεοφαγία στον **Λάμπρο** (2242028808), για μεζέδες στο **Σχολαρχείο** (2242116168) και στο **Για μεζέ** (2242022609), τουρκικές γεύσεις στο εστιατόριο **Αλής** (2242021860). Στην ορεινή Ζια: στην ταβέρνα **Δίκαιος** (2242069683) για σπιτικές γεύσεις, στο παραδοσιακό καφενείο **Χαϊκούτες** (6932637905), στην ταβέρνα **Ωρομέδων** (2242069983) και στο **Σπίτι της Γιαγιάς** (2242068446), για καφέ και burgers με ωραία θέα στο ηλιοβασιλέμα στο **Roots** (2242068550). Στο Μαστιχάρι: Ενδιαφέρον μενού από τον σεφ Δημήτρη Κουλιά στο **Mosaico Gastro Wine Bar** (2242058800) του ξενοδοχείου **Horizon Beach Resort**. Ψάρι και κρέας στο **Κάλυμνος by Pericles** (2242059197). Στο Πλατάνι, τουρκική κουζίνα και ανατολίτικα γλυκά στο **Arap** (2242023784). Στο Τιγκάκι για μοντέρνα ελληνική κουζίνα στο νεανικό **Misirlu** (6955450911) και μεζέδες στο **Cantina Greek Tapas** (2242069217).

## Πού να διασκεδάσεις

Ωραία κοκτέιλ στην παραλιακή στην **Kaseta** και στο **Sitar**, στην παλιά πόλη στο **Global shisha bar**, στην οδό Αβέρωφ στην ταράτσα του **Omega Sky Bar** και στο **Uniqu**. Take away cocktails από το **Dep bar**. Χαλαρή ατμόσφαιρα στο **H20**, το μπαρ του ξενοδοχείου **Kos Aktis**.

## Πού να μείνεις

Στην παραλία της πόλης στο **Kos Aktis Art Hotel** (2242047200). All suite αφιέρει στη Λάμψη το **Theros All Suite Hotel** (2242440300), και το **Blue Pearls** (2242027000). Στο 5άστερο **Aqua Blu Hotel & Spa** (2242022440) και στο **Blue Lagoon Resort** (2242054400). Στο Ψαλίδι στο **Grecotel Kos Imperial Thalasso** (2242058000), στο **Michelangelo Resort & Spa** (2242045900) και στο **Πλατανίστα** (22420/27551-3).

- A.V. team



Τips ρομαντικής ατμόσφαιρας από το ΔΕΗ myEnergy

Ξέρουμε ότι τα αναμμένα φώτα σε όλο το σπίτι δίνουν την αίσθηση γιορτής, αλλά ειδικά το καλοκαίρι ανεβάζουν τη θερμοκρασία του δωματίου, προσελκύουν κουνούπια και σκίπες και βλάπτουν την τσέπη σου, αφού η κατανάλωση που προκύπτει από τα φώτα σε έναν τυπικό λογαριασμό ρεύματος ανέρχεται στο 12%. Μπες σε καλοκαιρινό ρομαντικό mood σβήνοντας τα φώτα όταν φεύγεις από ένα δωμάτιο και επένδυσε σε μερικά κερίλάμπαντας, γαρίφαλο ή ακόμα και σιτρονέλας!





# Καστελλόριζο

Της **Σοφίας Μπτσotάκη\***

➔ Ένα ελληνικό νησί στην άκρη του Αιγαίου... Μόνο και μόνο η τοποθεσία του με ιντρίγκαρε να επισκεφθώ αυτόν τον ευλογημένο τόπο, όπως διαπίστωσα στη συνέχεια. Σίγουρα, συνέβαλε και η επιμονή της μητέρας μου, που τη θυμάμαι κάθε καλοκαίρι να λέει «Άσε για λίγο τις Κυκλάδες! Ταξίδεψε μακριά, δες τα ακριτικά νησιά της όμορφης χώρας μας και θα καταλάβεις τι εστί Ελλάδα». Έτσι και έγινε. Άφησα τους hot-όπως πίστευα τότε-προορισμούς και πήρα το πλοίο με ένα συγκεκριμένο προορισμό, το ανατολικότερο σημείο της Ελλάδας: το Καστελλόριζο, νησί από όπου κατάγεται η οικογένειά μου. Χρειάστηκαν μόνο λίγα δευτερόλεπτα για να με κερδίσει αυτό το νησί. Σίγουρα, θα το χαρακτήριζα έρωτα με την πρώτη ματιά.

Η ενέργεια που ένωσα όταν πάτησα το πόδι μου στο Καστελλόριζο δεν μπορεί να αποκτηθεί ούτε με όλα τα μαθήματα yoga του κόσμου! Το απόλυτο ζεν. Ίσως φταίνει τα πολύχρωμα σπιτάκια σε νεοκλασικό ύφος, που καλύπτουν όλη τη χρωματική παλέτα: φιστική, κεραμιδί, ώχρα, με τα όμορφα μπαλκόνια τους που αγναντεύουν τον **κόλπο της Μεγίστης**. Ίσως πάλι ευθύνεται η αίσθηση της καθαράς θάλασσας. Δεν γίνεται να φύγεις από το Καστελλόριζο και να μην έχεις ρίξει μία βουτιά κυριολεκτικά παντού... από τις μυστικές θαλάσσιες σπηλιές έως και το λιμάνι, τα νερά είναι κρυστάλλινα. Ναι, ναι, πολύ σωστά, από τα λίγα λιμάνια της χώρας που σας συστήνω να απολαύσετε το μπάνιο σας. Ένα ακόμα plus ήταν ότι δεν χρειάστηκε να νοιαστώ για το αν θα βρω άδειες ξαπλώστρες, αφού πολύ απλά παραλίες με την κλασική έννοια δεν υπάρχουν.

Στο παραμυθένιο αυτό σκηνικό προσδίδει και το **Κάστρο των Ιπποτών**, χτισμένο στην ανατολική πλευρά του λιμανιού σε ένα κόκ-

κινο βράχο, απ' όπου προέρχεται και η ονομασία του νησιού. Το νησί είναι μόλις 9 τ.χλμ., ιδανικό για να το γυρίσεις όλο, το οποίο και έκανα. Το μόνο που χρειάστηκα ήταν αθλητικά, ένα μπουκαλάκι νερό και όρεξη για εξερεύνηση. Περιπλανιόμουν σε ένα φυσικό δίκτυο μονοπατιών με στάσεις σε διάφορα μικρά ξωκλήσια, διάσπαρτα στο νησί απολαμβάνοντας το γλυκό καλοκαιρινό αεράκι. Ένα από τα πιο γραφικά μέρη του νησιού είναι το **παρεκκλήσι του Άη Γιώργη** που βρίσκεται στην ομώνυμη νησίδα, απέναντι από το λιμανάκι του **Μανδρακίου**. Εκεί θα βρεις έναν απίθανο κολπίσκο με τirkουάζ νερά όπου μπορείς να ρίξεις μία επιπλέον βουτιά! Η αγαπημένη μου όμως εκκλησία στο νησί, η οποία έχει χαρακτηριστεί μνημείο από το Υπουργείο Πολιτισμού, είναι ο ιερός **ναός του Αγίου Γεωργίου Σαντραπέ**. Ο εμβληματικός αυτός ναός άρχισε να χτίζεται το 1902 με δωρεά του Καστελλοριζιού Λουκά Σαντραπέ, ο οποίος παρεμπιπτόντως ήταν θείος της προγιαγιάς μου, επομένως και συγγενής μου. Λόγω του θανάτου του ιδίου και της γυναίκας του, το έργο δυστυχώς διεκόπη. Ωστόσο με το ενδιαφέρον και τη χορηγία των κ. Αθανασίου και Μαρίνας Μαρτίνου, ο ναός αποκαθίσταται πλήρως! Πρόκειται για οικοδόμημα με υψηλή ιστορική, αρχαιολογική και καλλιτεχνική αξία. Άλλο σπουδαίο έργο των δωρεών του ευεργέτη Σαντραπέ αποτελεί η **Σαντραπεϊά Αστική Σχολή**, ένα κτίριο σε νεοκλασικό στιλ που σήμερα συναντάμε δίπλα στον ιερό ναό των Αγίων Κωνσταντίνου και Ελένης στην περιοχή Χωράφια. Η πιο συγκινητική εμπειρία ήταν η επίσκεψή μου στο νησί της **Ρω**. Στεκόμουν εκεί, στην απομακρυσμένη βραχονησίδα, δύο ολόκληρες ώρες, σκεπτόμενη πόση «Ελλάδα» μπορεί να χωρέσει μια στάλα τόπος; Πριν φύγω, έκλεισα το

μάτι στην Κυρά της Ρω, καθουχάζοντάς την ότι η συνήθειά της όχι μόνο συνεχίζεται αδιάκοπα, αλλά έχει αναχθεί σε ιερή παράδοση. Η ελληνική σημαία υψώνεται καθημερινά και κυματίζει περήφανα στον γαλανό ουρανό.

Δεν θα μπορούσα να μην αναφερθώ στη συνύπαρξή μου με τους ντόπιους του Καστελλόριζου. Η καλοσύνη και η υπέροχη παρέα των ακρίτων με έκαναν να νιώθω σπίτι μου. Πάντα πρόθυμοι να με καλημερίσουν, να με καθοδηγήσουν, ακόμα και να με κεράσουν πρωινό στη βεράντα τους. Ακόμη θυμάμαι τον κ. Γιώργο, που με μεγάλη χαρά με μετέφερε με το καϊκάκι του στο γειτονικό **Κας** για να θαυμάσω τα ελληνικά μνημεία των μικρασιατικών ακτών. Μαζί μας ήταν και η γυναίκα του, κ. Ελένη, την οποία αφήσαμε στο παζάρι απ' όπου και προμηθεύτηκε φρέσκα προϊόντα για τα μεσημεριανό τους γεύμα, στο οποίο με προσκάλεσαν με μεγάλη χαρά. Ποτέ πριν δεν προσαρμόστηκα τόσο γρήγορα και εύκολα σε κάποιο πρωτόγνωρο περιβάλλον. Έπρεπε να φτάσω στα σύνορά μας για να συμβεί.

Το αγαπώ αυτό το νησί. Είναι ένας καλοφτιαγμένος πίνακας με «ζωγράφο» την ελληνική κουλτούρα. Σαν στολίδι στέκεται κοντά στα παράλια και μαγεύει τους λίγους μόνιμους κατοίκους τους, αλλά και τους αμέτρητους επισκέπτες του. Ένας τόπος που συνδυάζει την ιστορία, την καλαισθησία, την απλότητα και τη φιλοξενία, τους βασικούς πυλώνες της ελληνικού πολιτισμού. Άγωνα, μα τόσο γόνιμη γραμμή...

*\* Η Σοφία Μπτσotάκη είναι οικονομική αναλύτρια στον κλάδο των επενδυτικών υπηρεσιών, CVC Capital Partners.*





# Καστελλόριζο

Της **Ελένης Καραβέλατζη\***

Η λαμπερή κουκίδα της Μεσογείου με φόντο το βαθύ μπλε του Αιγαίου αποτελεί ιδεώδη προορισμό για όσους αναζητούν διακοπές με αυθεντικό χαρακτήρα και χαλαρούς ρυθμούς. Το πολύχρωμο λιμάνι του σε υποδέχεται με την πανέμορφη αρχιτεκτονική των Δωδεκανήσων και τη γοητεία των αναστηλωμένων αρχοντικών του, ενώ η εγγύητά του με τις τουρκικές ακτές του προσδίδουν την αίσθηση ενός αυθεντικού σταυροδρομίου πολιτισμών. Μικρό νησί γεμάτο ομορφιά και πλούσιο σε ιστορία, το Καστελλόριζο είναι ένας μαγικός τόπος, που δεν αργεί να σου αποκαλύψει τα μυστικά του.

## Πού να κολυμπήσεις

Το Καστελλόριζο δεν έχει παραλίες με αμμουδιές. Έχει όμως καθαρά, κρυστάλλινα νερά. Ο πιο πολύς κόσμος ρίχνει τις βουτιές του στο λιμάνι –κατευθείαν στα βαθιά, σκαλίσες παντού για να ξανανέβεις, έχει κι αυτό την πλάκα του–, όμως μπορείς να επιβιβαστείς σε κάποιο καϊκι με προορισμό τα κοντινά νησάκια **Ρω, Στρογγυλή** και **Άγιο Γεώργιο**. Μην παραλείψεις να επισκεφθείς το **Γαλάζιο Σπήλαιο**, αλλιώς **Τρύπα του Παραστά ή Φώκια-λη**, ένα από τα ωραιότερα της Μεσογείου, του οποίου η ομορφιά δεν μπορεί να αποτυπωθεί σε λέξεις.

## Πού να μείνεις

Στο **Mediterraneo** (2246049007), το υπέροχο παλιό νεοκλασικό όπου γυρίστηκε και η ομώνυμη ταινία με τη Βάνα Μπάρινα. Στο **Mandraki Paradise** (697776927), στο **Megisti** (2246049220) στην άκρη του λιμανιού, στο **Poseidon** (2246049212), στο **Καστελλόριζο** (2246049044), θα βρεις όμως και αρκετά ενοικιαζόμενα δωμάτια, ρίξε μια ματιά και στα **Agnanti Studios** (2246049094).

## Πού να φας και να πεις

Στο εστιατόριο της **Αλεξάνδρας** (2246049019), και στο **Μικρό Παρίσι** (6976704588) για μαγειρευτά, στον **Μπίλη** (2246049224) για φαρομεζέδες, στα **Πλατάνια** (2246049206) πάνω στην «εσωτερική» όμορφη πλατεία χωράφι με ωραία, ντόπια κατσαρόλα, και στο **Λαζαράκη** (2246049370, 6932360273), πάνω στην προβλήτα για ψάρια και μεσογειακή γκουρμέ κουζίνα με κοσμοπολίτικη διάθεση. Για ποτό στο **Status** και στο **Μελτέμι** που λειτουργούν από νωρίς ως καφέ και το συνεχίζουν μέχρι αργά, και στον **Φάρο**, το καθαρόαιμο μπαρ του νησιού, ανοικτό όλο το 24ωρο. -Α.Υ. team

«Καστελλοριζιά», ο πιο βαρύς και ευλογημένος τίτλος συνάμα. Μεγάλωσα στο ανατολικότερο νησί της Ελλάδας, το Καστελλόριζο. Κατάγομαι από το νησί και από τους δύο γονείς μου, οι οποίοι μετά τις σπουδές τους διάλεξαν να γυρίσουν και να μεγαλώσουν στον τόπο τους, φτιάχνοντας την οικογένειά τους εδώ. Έτσι λοιπόν, «Καστελλοριζιά». Έφυγα από το νησί όταν ήμουν 17, όταν το κράτος αποφάσισε πως δεν ήθελε να στείλει καθηγητές για να τελειώσω με τις Πανελλήνιες μου εδώ. Από τότε γυρνάω σπίτι είτε για τις διακοπές μου, είτε για να εξελίξουμε το **Visit Kastellorizo**, το προσωπικό μας project για την ανάδειξη του νησιού μας όπως το μάθαμε και μας έμαθε (κράτα το αυτό, «όπως μας έμαθε»). Υπόσχομαι να προσπαθήσω να σου τα εξηγήσω όλα σε λίγες γραμμές. Αλλά ας συμφωνήσουμε από τώρα ότι θα σου τα «έλεγα» καλύτερα αν σε έπαιρνα μαζί μου για βουτιά στις **Πλάκες** ή στη **Ρω**, για πεζοπορία με πικνίκ στην **Αυλωνιά** και σαλατούρμας με κρασάκι στα **Πλατάνια** ή θαλασσινά στη **προβλήτα του Λαζαράκη**.

Το νησί, λοιπόν, είναι ένας παράδεισος. Δεν έχει παραλίες, σε θέλω έτοιμο/-η για βραχάκια και βότσαλο. Επίσης δεν χρειάζεται αμάξι, οπότε μη σκεφτείς καν να φέρεις κάποιο μέσο εδώ, περπατιέται όλο, σ' το υπόσχομαι. Ένα σκάφος μάλλον φαντάζει καλύτερη ιδέα, πρέπει να τα δεις αυτά τα νερά. Γενικά, ερχόμενος/-η εδώ, φέρε τα απαραίτητα, δεν θες πολλά πολλά. Θα σου έλεγα να μείνεις για μέρες. Κι αν αυτό είναι εφικτό όντως, μην πειστείς για το «μικρό» που λένε, και τα «έλα

μωρέ, 2-3 μερούλες και το έχεις δει όλο». Στον τόπο αυτό δεν έρχεσαι για την ωραία ζωή όπως την υπόσχονται τα περισσότερα όμορφα νησιά. Εδώ έρχεσαι για την εσωτερική σου, για την ηρεμία και τη συζήτηση με τον εαυτό σου, αυτόν που ο δυτικός πολιτισμός κάπως σου έχει στερήσει. Λογικά στο δωμάτιό σου θα βρεις μια τηλεόραση, μην την ανοίξεις. Βγάλε το ρολόι από το χέρι, και βάλε το κινητό σε λειτουργία πτήσης (μπορεί το σήμα σου να καθεί από μόνο του κιόλας –δες το σαν δώρο). Νιώσε ελεύθερος να γελάσεις δυνατά, να μιλήσεις στο διπλανό τραπέζι που κάπως νιώθεις πως έχετε να πείτε πράγματα. Κάτσε με τον θείο Σταύρο να ακούσετε μουσικές και να τα πιείτε, καλημέρισε όποιον βλέπεις, προσφωνώντας τους μεγαλύτερους ντόπιους «θείε» και «θεία». Κι αν όλα αυτά σου μοιάζουν περίεργα, τότε κάτσε και δεξ, άκου, νιώσε. Πάρε τον χρόνο σου, και θα δεις πως μάλλον στο επόμενο ξύπνημά σου όλα αυτά θα φαντάζουν «όπως πρέπει». Σίγουρα να δεις μια ανατολή ήλιου, είτε σε βουτιά είτε από το **Παλιοόκαστρο**. Αν κάποιο βράδυ τραβήξει μέχρι τότε, πέρνα μια βόλτα και από τον φούρνο για κάτι φρεσκοψημένο. Απόλαυσε το με θέα στο λιμάνι και πήγαινε προς το δωμάτιό σου αργά. Δες τους ντόπιους να ξεκινούν τη μέρα τους και τους ψαράδες να γυρνούν από τη δουλειά. Αν σε κοιτάξει κάποιος περίεργα, σ' το υπόσχομαι πως θα 'ναι μια δόση λατρείας για τις αντοχές σου να είσαι ακόμα σερί, εσύ να πεις μια «καλημέρα». Άσε τον τόπο να σε μάθει, να σου μάθει. Νιώσε, απελευθερώσου, και ξαναβρέξ τον ορισμό του έρωτα όπως συχνά μάς λένε τα βιβλία

και οι ταινίες, κι εμείς κατηγορούμε το Hollywood που δεν το 'χουμε. Είναι όλο εκεί! Θυμάσαι που σου είπα: «Να σου μάθει», το εννοώ. Το Καστελλόριζο σε καθορίζει. Είναι σαν μια πυρακτωμένη μεταλλική στάμπα, που, όταν την αφήσεις να πατήσει στο δέρμα σου, θα είναι για πάντα εκεί. Θέλει τη συγκατάθεσή σου όμως, πρέπει «να το αφήσεις». Και μόνο τότε θα μπορείς να σε αλλάξει. Μια και για πάντα. Γιατί το Καστελλόριζο δεν είναι ένα απλό νησί, όπως το έχουμε κατά νου. Έχει μια ενέργεια που αναβλύζει από το χώμα και παρασέρνει τα πάντα στο διάβα του. Θα σε συναρπάσει, θα σε κάνει να ερωτευτείς, να γραντζουνιστείς, να ξεχάσεις τι μέρα είναι και ποιος είσαι. Κι όλα αυτά, αρκεί να το αφήσεις. Ξέρω πως οι εικόνες που σου έφτιαξα μάλλον είναι όλες καλοκαιρινές, φωτεινές, γεμάτες χρώμα και με απαλό αεράκι. Αλλά σ' το ορκίζομαι πως η ομορφιά του πληθαίνει και στην πόρα, στην τραμουντάνα και στον καιρό. Κι αν με ρωτάς, αυτό το χειμωνιάτικο τοπίο που σε τρομάζει στη μεγάλη καταιγίδα και τις αστραπές που χτυπούν τη γη και τη νιώθεις να σείεται όλη, αυτό για μας είναι το σπίτι, η ηρεμία και η ασφάλεια. Αυτό είναι το Καστελλόριζο μας! Για περισσότερα σχετικά με το νησί μας, θα χαρούμε να μας βρεις online στο **VisitKastellorizo** ή να μας στείλεις email στο **visitkastellorizo@gmail.com**.

\*Η **Ελένη Καραβέλατζη** είναι δημιουργός του **Visit Kastellorizo**, πλατφόρμας για την τουριστική ανάδειξη του Καστελλόριζου.



Δήμος: 2246049269  
Αστυνομία: 2246049333  
Λιμεναρχείο: 2246049270  
Πρώτες Βοήθειες: 2246049267



Τη Σύμη την πρωτοαντίκρισα το Πάσχα του 2019. Βρίσκω κάτι το εντυπωσιακό στο Πάσχα των ορθοδόξων και πάντα επιδιώκω να βρίσκομαι στην Ελλάδα αυτή την περίοδο. Στη Σύμη επέστρεψα ξανά το ίδιο καλοκαίρι, ενώ ποτέ δεν ταξιδεύω τα καλοκαίρια – δεν αντέχω τη ζέστη, είμαι πολύ «βόρειος», προτιμώ να ταξιδεύω την άνοιξη και το φθινόπωρο και να αποφεύγω τα ελληνικά νησιά το καλοκαίρι. Έμεινα εκεί ωστόσο για τουλάχιστον τρεις εβδομάδες. Έχω επισκεφτεί πάνω από 30 ελληνικά νησιά. Λατρεύω να μπαίνω στο καράβι και να ταξιδεύω από το ένα νησί στο άλλο και να ανακαλύπτω τους «κρυμμένους θησαυρούς» τους. Η ενέργεια αυτού του μικρού νησιού των Δωδεκανήσων, με την κοσμοπολίτικη αύρα, με μάγεψε και μου ταίριαξε αμέσως. Η ιταλική επιρροή στην αρχιτεκτονική, με τα πολύχρωμα νεοκλασικά και διατηρητέα σπίτια, τις βουκαμβίλιες και έναν από τους πιο όμορφους όρμους που αντικρίζει κανείς φτάνοντας στη Σύμη με το καράβι από τη Ρόδο – δεν υπάρχει αεροδρόμιο στο νησί, και αυτό κάνει να μην πιο δύσκολη την προσέγγισή του, όντας ένας μακρινός προορισμός, αλλά συμβάλλει και στη διατήρηση της αυθεντικότητάς του – ήταν από τα πρώτα πράγματα που αγάπησα στο νησί.

Η Σύμη θυμίζει κάτι από ιταλική ριβιέρα, έχει τη φήμη ότι είναι κάπως exclusive και όχι τόσο τουριστική, ότι είναι για λίγους και πιο «ψαγμένους». Λάτρεψα τις παραλίες με τα πεντακάθαρα νερά και τις βοτσαλωτές ακτές, όπου τις περισσότερες τις προσεγγίζαμε με το καραβάκι. Ο **Άγιος Γεώργιος Δυσάλωνας** με τα τικουάζ νερά και τα ψηλά βράχια και ο **Άγιος Βασίλειος**, μια απομονωμένη παραλία σε μια πανέμορφη τοποθεσία. Αναπολώ τις βόλτες στη **Χώρα** και τον **Γιάλο**, όταν έπεφτε ο ήλιος και απολάμβανα τα ανεπαλλήπτα ηλιοβασιλέματα που ζωγράφιζαν τον ουρανό με πορτοκαλοκόκκινα χρώματα, και στη συνέχεια μαζευόμασταν στα ταβερνάκια με την παρέα, για συμιακό γαριδάκι, συμιακούς μεζέδες και τσίπουρο. Όλο και κάποιο απρόοπτο επιτραπέζιο γλέντι έδινε άλλη νότα στις βραδιές μας. Βίωσα το πρώτο μου πανηγύρι σε ένα μοναστηριακό νησί, τον **Νιμό**, όπου η πρόσβαση γινόταν μόνο με βάρκα, κάτω από τον έναστρο ουρανό, με την αλυσμένη αίσθηση ότι περνάς σε έναν άλλον, πιο μυστηριακό κόσμο, εκεί όπου παράξενα και υπέροχα πλάσματα γιορτάζουν τη μνήμη ενός αγίου πίνοντας κρασί και χορεύοντας σε μεγάλους κύκλους μέχρι το πρωί. Στη Σύμη επισκέφτηκα το **Μοναστήρι του Πα-**

**νομήνη**, το πιο διάσημο αξιοθέατο του νησιού και το δεύτερο μεγαλύτερο στα Δωδεκάνησα, που είναι αφιερωμένο στον Αρχάγγελο Μιχαήλ. Μέχρι και σήμερα, συνεχίζω να έχω μια μικρή εικόνα του στο πορτοφόλι μου. Όπως στην Κάλυμνο, έτσι και στη Σύμη ασχολούνται με την αλιεία των σφουγγαριών. Λέγεται μάλιστα πως οι Συμιώτες ήταν οι πρώτοι σφουγγαράδες στα Δωδεκάνησα. Μία από τις πιο αξιομνημόνευτες αναμνήσεις μου, λοιπόν, ήταν η γνωριμία μου με έναν βαρκάρη, που, ενώ βρισκόμασταν μεσοπέλαγα, μου λέει «βουτάμε μέχρι τον βυθό;». Τον κοίταξα έκπληκτος όταν, επιστρέφοντας από τη βουτιά του, κρατούσε στα χέρια του βότσαλα. Τότε κατάλαβα ότι ήταν ένας ταλαντούχος σφουγγαράς. Και μπορεί οι ρυθμοί των ντόπιων να είναι χαλαροί και να μου έλεγαν «σιγά σιγά και όλα θα γίνουν», αλλά οι τρεις εβδομάδες μου στη Σύμη πέρασαν αρκετά γρήγορα, με εμένα να αναπολώ τις ατέλειωτες σιέστες δίπλα στο κύμα στο μαγευτικό νησί του Αιγαίου.

\* Ο **Λουτζ Κλέβεμαν** είναι Γερμανός συγγραφέας και δημοσιογράφος. Το νέο του βιβλίο «Σύμνη, ταξίδι στον χρόνο» κυκλοφορεί από τις εκδόσεις Ψυχογιός.

# Σύμη

Του **Λουτζ Κλέβεμαν\***

## Πού να κολυμπήσεις

Στην παραλία **Νος**, βρίσκεται δίπλα στον **Γιάλο**, το λιμάνι του νησιού, και είναι οργανωμένη. Ο **Άγιος Γεώργιος Δυσάλωνας** είναι η πιο εντυπωσιακή και γνωστή παραλία του νησιού, προσβάσιμη μόνο με καραβάκι – φρόντισε να έχεις μαζί τα απαραίτητα εφόδια γιατί δεν είναι οργανωμένη. Ο **Άγιος Νικόλαος** είναι οργανωμένη με ομπρέλες και προτιμάται συνήθως από οικογένειες. Η παραλία του Αγίου Βασιλείου είναι αρκετά απομονωμένη, λόγω της μεγάλης πεζοπορικής διαδρομής που απαιτείται για να την προσεγγίσεις (περίπου 2 ώρες). Το **Τολί** επίσης χρειάζεται μεγάλη πεζοπορία, αλλά μπορείς να πας και οδικώς.

## Πού να μείνεις

Στο **Thea Apartments** (2246072559, 6997517517), με κομψό περιβάλλον και χαλαρωτική ατμόσφαιρα. Στο **Opera House Apartments** (2246072034) μέσα στα γραφικά στενά της μαγευτικής Σύμης. Στο **Perla di Mare** (2246071796) στην περιοχή Πέδι με τις πολλές μικρές παραλίες.

## Πού να φας και να πιεις

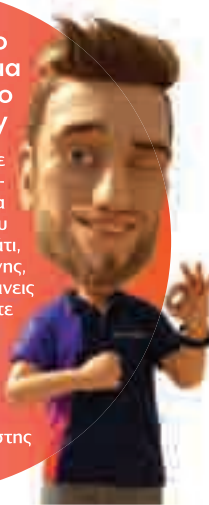
Όπου κι αν ρωτήσεις για φρέσκα διαλεχτά ψάρια και θαλασσινά, θα σου πουν για τον **Μάνο** (2246072429). Στο εστιατόριο του **Παντελή** θα φας αυθεντική νησιώτικη κουζίνα (6977261710). Για πιο γκουρμέ καταστάσεις στο **Los Art Yacht Club** (2246072508). Η **Κρυφή Αυλή** (2246072153) είναι όμορφο μέρος με μουσικό κήπο και φροβερά μεζεδάκια. Από το πρωί στο **Eva Coffee Bar** (2246071372), στο λιμάνι της Σύμης. - A.Y.team



Δήμος: 2246360403  
Αστυνομία: 2246071111  
Λιμεναρχείο: 2246071205  
Ιατρείο: 2246071290

## Μπάνιο στο εξοχικό με χρήσιμα tips από το ΔΕΗ myEnergy

Περνάς όλη μέρα στην παραλία με ένα μαγιό και μια μπίρα. Στην πραγματικότητα, όμως, δεν υπάρχει τίποτα καλύτερο από ένα χλιαρό ντους που απομακρύνει από το δέρμα σου αλάτι, άμμο, κατάλοιπα αντλιακού και σκόνης, επιστρέφοντας στο εξοχικό! Είτε κάνεις μπάνιο στην αυλή με το λάστιχο, είτε στο μπάνιο, προτίμησε ένα «τηλέφωνο» μπάνιου με διακοπτή ροής, για να μειώσεις την κατανάλωση ζεστού νερού όσο προσπαθείς να πετύχεις την ιδανική ισορροπία ζέστης και δροσιάς.







info

Το διασημότερο μέρος του νησιού είναι σίγουρα η **Όλυμπος**, το χωριό που έχει μείνει αναλλοίωτο στον χρόνο αφού μόλις πριν λίγο καιρό ενώθηκε με δρόμο με το υπόλοιπο νησί. Απόκρημνα βράχια, ντόπιοι με παραδοσιακές στολές και ένα υπέροχο ηλιοβασίλημα αξίζουν τη βόλτα σου. Το υπόλοιπο νησί χαρακτηρίζεται από αντιθέσεις και εναλλαγές τοπίων, καταπράσινα αλλά και βραχώδη σημεία, πεντακάθαρες θάλασσες και αμέτρητα γραφικά χωριά. Ωραίοι γνήσιοι άνθρωποι που δεν τσιμπάνε με την υστερία του τουρισμού.

#### Πού να κολυμπήσεις

Οι διασημότερες παραλίες της Καρπάθου είναι τα **Άνελλα** και της **Κυρα-Παναγιάς** με καρπνοσταλικό τοπίο. Στα Πηγάδια, την πρωτεύουσα, θα βρεις τη **Μικρή Αμμο** με ρηκά νερά. Είναι πλήρως οργανωμένη, με ομπρέλες, ξαπλώστρες, ταβέρνες (και πολύ κόσμο). Στη συνέχεια η **Αψωψη**, με ωραία αμμουδιά και η μεγάλη παραλία του **Βρόντη** με τα καθαρά νερά. Πιο απομονωμένη είναι η **Πουλιού Ποτάμι** με χοντρά βότσαλα. Ωραίες παραλίες θα βρεις στην **Πέρα Αμμο**, στη **Μικρή Αμμοσπή** και στα **Καστέλια**, ενώ τις παραλίες στα **Βάτα** και στον **Μακρύ Γιαλό** τις προτιμούν οι σέρφερ. Λευκή αμμουδιά στην παραλία του **Διακόφτη** και όμορφοι βράχιοι σχηματισμοί στη πανέμορφη μικρή παραλία **Μιχαλιού Κήπος**. Για πιο ερμητικά κατευθύνσου στις δύο αμμουδιές του **Ψωράρη** και της **Πούντας**, στην περιοχή του οικισμού **Αρκάσα**, ενώ αν τα θέλετε όλα έτοιμα προτιμήστε εκείνη του **Αγίου Νικολάου**. Σε κοντινή απόσταση βρίσκεται και η παραλία του **Αγριλοσπόταμου**, την οποία επίσης προτιμούν οι φίλοι

του windsurfing. Ωραία παραλία διαθέτει και το ψαροχώρι Φοινίκι, ενώ σταθερή αξία παραμένουν οι συνεχόμενες παραλίες του Λευκού.

#### Πού να μείνεις

Τα **Πηγάδια** διαθέτουν όλες τις ανέσεις ως λιμάνι του νησιού, πολύ ωραία για να μείνεις όμως είναι η **Αρκάσα** με τις παραλίες, τα μαγαζιά και την νυχτερινή ζωή της. Για τοπικό χρώμα επέλεξε το **Διαφάνι** και την παραδοσιακή **Όλυμπος**. Η **Αμμοσπή**, ο **Μακρύς Γιαλός** και ο **Λευκός** είναι κάποιες ακόμη επιλογές, μαζί με την παλιά πρωτεύουσα **Ανέρι**. Στα Πηγάδια μπορείς να μείνεις στα **Pigadia Bay** (2245022767), **Nisia Apartments** (6977609856), **Electra Beach** (2245023256), **Odyssey Hotel Apartments** (2245023240). Στο πιο ήσυχο ψαροχώρι Φοινίκι υπάρχει το ξενοδοχείο **Αρχνικό** (2245061473). Στο Διαφάνι το **Dorana Trekking Hotel** (2245051038), και στην παραλία Λευκός το **Miraluna Hotel** (2107776564). Στην Αρκάσα το **Arkasa Palace** (2245061220).

#### Πού να φας

Δοκίμασε τοπικά προϊόντα: ξεροτήγανα, μακαρούνες, ψωμί σε ξυλόφουρνο, μυζηθρόπιτες, σαρδέλα. Στα Πηγάδια η τοπ επιλογή είναι η **Ωραία Κάρπαθος** (2245022501) για παραδοσιακή τοπική κουζίνα. Επίσης, στο **Thalassa** (2245023400) και στο ψητοπωλείο του **Μανώλη** (2245023163). Στην Όλυμπος, πήγαινε στο **Milos** (2245051333), για ψάρι και μαγειρευτά. Στο Διαφάνι εγγύηση είναι το μικρό ταβερνάκι **Άνοιξης** (2245051226). Πιες το καφεδάκι ή το ουζάκι σου με φόντο το απέραντο μπλε και το ηλιοβασίλεμα στο **Kafeskorpi** (2245071520) στο Μεσοχώρι. -A.V. team

# Κάρπαθος

Του **Χάρη Νικολακάκη\***

Δεν είμαι από εκείνους που πηγαίνουν κάθε χρόνο διακοπές στο ίδιο μέρος. Υπάρχουν όμως προορισμοί που η επιστροφή είναι μονόδρομος. Ένας απ' αυτούς είναι η Κάρπαθος. Η πρώτη επαφή ήταν τον Αύγουστο του 2017. Προσγειωθήκαμε στο νησί (προτιμήστε το αεροπλάνο, αν θέλετε να κερδίσετε μια ολόκληρη μέρα ταξιδιού) χωρίς να ξέραμε πολλά πράγματα γι' αυτό. Εκεί η υπεύθυνη της εταιρείας ενοικίασης αυτοκινήτων μάς παρέδωσε το μικρό Cinquecento μαζί μ' έναν χάρτη του νησιού, όπου άρχισε να βάζει Χ σε διάφορα σημεία. «Όπου Χ μην επιχειρήσετε. Είναι χάλια ο δρόμος, δύσκολα πάει κόσμος», μας είπε. Με το που μπαίνουμε στο αυτοκίνητο, ανοίγω τον χάρτη και λέω στη συνδοιοπόρο μου σε όλα, Ειρήνη: «Κοίτα τι καλή κυρία. Μας σημείωσε όλες τις παραλίες που θα πάμε». Έτσι έγινε.

Βασικά, η Κάρπαθος είναι δύο νησιά σε ένα. Από τη μια πλευρά είναι ο τουριστικά αναπτυγμένος νότος, με πράσινο, οργανωμένες παραλίες, μπαρ κ.λπ., και από την άλλη ο τραχύς, βραχώδης βορράς. Οπωσδήποτε να επισκεφθείτε την πιο φημισμένη παραλία του νησιού, τα υπέροχα **Άνελλα**, με τα γαλαζοπράσινα νερά και το επιβλητικό πευκόφυτο βουνό να κατεβαίνει μέχρι τη θάλασσα. Επίσης, επιβάλλεται μια βουτιά στην **Κυρά Παναγιά** – περισσότερος κόσμος και το ομώνυμο εκκλησάκι στην κορυφή του λόφου. Τα καλύτερα κρυμμένα μυστικά όμως βρίσκονται στο βορρά: **Άγιος Φωκάς** και **Νάτι**. Ο χωματόδρο-

μος, δύσκολος (εξαρτάται πάντοτε κι από το πόσο έβρεξε την προηγούμενη χρονιά) και σίγουρα θα συνιστούσα τζιπ (κάτι ήξερε η κυρία). Επίσης, καλό είναι να γνωρίζετε ότι το «10 λεπτά δρόμος» των ντόπιων είναι τουλάχιστον 40 λεπτά δύσκολος χωματόδρομος, ανέβα βουνό, κατέβα βουνό. Αλλά στο τέλος... τα ξεκνάς όλα. Ο Άγιος Φωκάς έχει και δύο ταβέρνες και μερικές ξαπλώστρες για όποιον θέλει. Συνήθως κόσμος δεν έχει, αλλά γι' αυτό θα πας εκεί. Και η Νάτι; Εκεί είναι άλλο πράγμα. Μεγάλη παραλία με μικρό σκουρόχρωμο βότσαλο, βαθιά πεντακάθαρα νερά, βράχοι και το απόλυτο τίποτα. Εσύ, ο ήλιος, ο άνεμος και τα βότσαλα. Ναυαγός στον παράδεισο.

Εκεί, στα βόρεια του νησιού βρίσκεται και η παραδοσιακή **Όλυμπος** – το χωριό όπου ο χρόνος έχει σταματήσει πολλά χρόνια πίσω. Οι περισσότεροι έρχονται για ημερήσια εκδρομή, αλλά για εμάς ήταν η βάση μας (και τη δεύτερη φορά στο νησί, το 2021). Αν μείνετε στο **ξενοδοχείο Αρχιπέλαγος** της κυρίας Ευγενίας, θα ανακαλύψετε το πιο ωραίο μπαλκόνι του νησιού, με θέα την εντυπωσιακή βραχώδη ακτογραμμή, τη θάλασσα και τα σύννεφα που πηγαиноέρχονται ασταμάτητα στην απέναντι βουνοκορφή. Χάσιμο. Και για φαγητό, λίγο πιο πάνω, στον **Μύλο**, με την ίδια συγκλονιστική θέα για τα μάτια –και bonus την τοπική σπεσιαλιτέ, τις μακαρούνες, για την... ψυχή. Εικόνες και αισθήσεις που θα σας συντροφεύουν για πάντα.

\*Ο Χάρης Νικολακάκης είναι διευθυντής των εκδόσεων BELL.



Δήμος: 22453 60100  
Αστυνομία: 22450 22222  
Λιμεναρχείο: 2245022277  
Κέντρο υγείας: 2245022228



# Λέρος

Του **Αλέξανδρου  
Μασσαβέτα\***

➔ Αν αυτό που σε φτιάχνει είναι οι αχανείς αμμουδιές, τα κατάμεστα μπαρ, τα «κοσμικά» μέρη, το ξεφάντωμα μέχρι πρωίας, μην πας στη Λέρο. Δεν θα σου αρέσει. Είναι ένα νησί με πολλές χάρες και έναν αέρα οικειότητας που απευθύνεται σε ένα ιδιαίτερο κοινό παραθεριστών. Μαγεμένοι, Έλληνες και ξένοι επιστρέφουν κάθε χρόνο. Όσοι ανήκουμε στο κοινό αυτό ευχόμαστε το νησί να διατηρήσει την ιδιοσυγκρασία του.

Τη Λέρο την έσωσαν δύο πράγματα: ότι δεν έχει τις απέραντες αμμουδιές, που γεμίζουν ομπρέλες και beach bars, αλλά πολλούς μικρούς κολπίσκους. Παράλληλα, η κακή φήμη που της «κόλλησε» η επί δεκαετίες παρουσία του ψυχιατρείου τρώμαζε τους αμύητους και τους κρατούσε μακριά. Τόσο το καλύτερο. Η Λέρος γλίστρε τον μαζικό τουρισμό και όλα όσα φέρνει – τη βαβούρα, τους «influencers», τους νεόπλουτους, την ξέφρενη δόμηση.

Ελάχιστα γνώριζα για το νησί πριν το πρωτογνωρίσω. Είχα ακούσει φυσικά για το ψυχιατρείο, αλλά και για το **Λακκί** (Portolago), μοναδική πόλη του ιταλικού «ρασιοναλισμού» στην ανατολική Μεσόγειο. Φτάνοντας με το καταμαράν από την Πάτμο, νυσταγμένος και κακόκεφος από το πρωινό ξύπνημα, δεν ήξερα τι να περιμένω.

Ένα από τα πιο ειδυλλιακά τοπία του Αιγαίου ξετυλίχθηκε μπροστά μου, στο πρωινό φως. Σε πρώτο πλάνο, το **λιμάνι της Αγίας Μαρίνας**, και πίσω του ο λόφος με το **κάστρο των Κομνηνών** στην κορυφή και τον οικισμό του **Πλατάνου** –την ιστορική «χώρα»– στην πλαγιά. Τα σπίτια εδώ, κύβοι νησιώτικης αρχιτεκτονικής, είναι, κατά τη δωδεκανησιακή παράδοση, χρωματική πανδαισία: άλλα είναι βαμμένα λευκά, άλλα σε τολμηρούς τόνους της ώχρας και του κεραμιδι. Κατά μήκος του κόλπου, ως το βάθος του ορίζοντα, ο ένας οικισμός διαδέχεται τον άλλον, ενώ στην ακτογραμμή στοιχίζονται αρμυρίκια και ευκάλυπτοι. Με το που πάτησα στην προβλήτα, η Λέρος άρχισε να με καταπίνει. Το ίδιο συνέβη με πολλούς, που, όπως εγώ, επιστρέφουν τακτικά.

Το νησί είναι γεμάτο λόφους και κόλπους. Έτσι, σε όποιο σχεδόν σημείο και να πας, βλέπεις τη θάλασσα. Οι λόφοι γεμάτοι εκπλήξεις – ξωκκλήσια, πύργοι, αλλά και πολυβολεία και οχυρωματικά έργα των Ιταλών και των Γερμανών: ολόκληρη η Λέρος είναι ανοικτό μουσείο του Β' Παγκοσμίου Πολέμου. Για το μέγεθός της, φιλοξενεί μια εκπληκτική αρχιτεκτονική ποιησία. Αναπάντεχα η προσθήκη, δίπλα στα νησιώτικα και τα νεοκλασικά, τα κτίσματα των Ιταλών, στον μοντερνισμό του Μεσοπολέμου. Το τοπίο στο Λακκί, όλο τολμηρές ευθείες και καμπύλες και γήινα χρώματα, θυμίζει πίνακα του Ντε Κίρκο. Οι παραλίες, μικροί κολπίσκοι, είναι οι περισσότερες με βότσαλα. Σε πολλά σημεία βουτάς στα κρυστάλλινα νερά από πλατφόρμες, πάνω στα βράχια. Κάποια νυχτερινή ζωή υφίσταται, αλλά είναι παρεϊστική, χωρίς βαβούρα. Εκεί που το νησί ξεχωρίζει, είναι στην κουζίνα και δη στα θαλασσινά. Δίπλα στις παραδοσιακές ταβέρνες ξεπήδησε ο Μύλος, εστιατόριο δημιουργικής κουζίνας, ένα από τα καλύτερα σε ολόκληρο το Αιγαίο.

Κότερα φέρνουν επισκέπτες από την Πάτμο και άλλα νησιά για «γαστρονομικό προσκύνημα» στον Μύλο. Κατά τα λοιπά, τα σοκάκια στην Αγία Μαρίνα, τον Πλάτανο, το Λακκί είναι ήσυχα, οι παραλίες συνήθως δεν έχουν πολύ κόσμο (μόνη εξαίρεση οι δύο πρώτες εβδομάδες του Αυγούστου) και τα πάντα θυμίζουν μια Ελλάδα παγωμένη στον χρόνο. Μακάρι να μείνουν έτσι και, όσοι αγαπήσαμε τη Λέρο, να επιστρέψουμε κάθε φορά γοητευμένοι...

\* Ο Αλέξανδρος Μασσαβέτας είναι συγγραφέας. Το τελευταίο του βιβλίο «Η Τρίτη Ρώμη» κυκλοφορεί από τις εκδ. Πατάκης.

info

Ανέγγικτη σε μεγάλο βαθμό από το τουριστικό κύμα, η Λέρος αποτελεί έναν ιδανικό προορισμό για ήσυχες διακοπές, δίπλα στη φύση, με σχεδόν 8.000 ανθρώπους να ζουν εδώ χειμώνα-καλοκαίρι. Το μεγαλύτερο χωριό του νησιού της θεάς Αρτέμιδας είναι η **Αγία Μαρίνα** και ακολουθεί το **Λακκί**. Να δείτε τα **Πυργόσπιτα** στη **Γούρνα**, στο Λακκί και στη **Βαγιά**, εκεί όπου οι κάτοικοι προστατεύονταν από τις πειρατικές επιδρομές, τους μύλους του νησιού στην Αγία Μαρίνα, τις διάσπαρτες εκκλησίες και να ανεβείτε στο επιβλητικό **κάστρο της Παναγίας** στον λόφο **Απιτύκι**, με θέα που θα σας κόψει την ανάσα.

## Πού να κολυμπήσεις

Η **Αλιντα** είναι μεγάλη και οργανωμένη παραλία με ξαπλώστρες και ομπρέλες, μπαρ και εστιατόρια. Ο **Άγιος Σπυρίδωνας** με άμμο και βότσαλο και ένα ναυάγιο στα αβαθή του. Στην **Αγία Κιουρά** με άμμο μέσα στη θάλασσα και βότσαλο απ' έξω και θα χρειαστείτε προμήθειες. Η **Αγία Μαρίνα** είναι η μακρόστενη παραλία του οικισμού, με φρόντο τον ιστορικό ανεμόμυλο. Με ρηχά νερά ό,τι πρέπει για οικογένειες με παιδιά. Οργανωμένη η παραλία του **Βρομόλιθου**, στον ομώνυμο οικισμό, όπως και η **Γούρνα**, με αρμυρίκια για φυσική σκιά, καφέ και ταβέρνες.

## Πού να φας

Νησί ψαράδων η **Λέρος**, φημίζεται μεταξύ άλλων για τον παστό κολιό της. Περίφημη είναι και η μυζήθρα, το λαδοτύρι, το κρασοτύρι, το θυμάρι με τη μεθυστική μυρωδιά του! Να πάτε **Στης Κακομοίρας** (6945453808) στη Σηπλιά, με value for money μεζέδες και θέα στη θάλασσα, στην **Psaropoula** (2247025200), φημισμένη ψαροταβέρνα στην παραλία Παντέλι, στο **Μπακάλικο με Τσίπουρο** (6941523999), που ό,τι σας αρέσει από το μπακάλικο μπορεί να σας το βγάλει και στην αυλή, με σαλάτες και σάντουιτς ημέρας.

## Πού να μείνεις

Θα βρείτε αρκετά οικονομικά δωμάτια, ιδίως στα χωριά που είναι λιγότερο τουριστικά. Καλές επιλογές είναι το τριάστερο **Nefeli** (2247024611) στο Κριθώνι, το πολυτελές **Alidion** (6942919177) στον Αλιντα, το **Panteli beach** (2247026400), με studio και διαμερίσματα. - A.V. team



Δήμος: 2247360200  
Αστυνομία: 2247022222  
Λιμεναρχείο: 2247022224  
Νοσοκομείο: 2247023300



# Ικαρία

Του **Ισίδωρου Πλυτά\***







Κάθε φορά που μου ζητείται να γράψω για την Ικαρία αντιμετωπίζω το ίδιο πρόβλημα. Πώς μπορείς να μετουσιώσεις τα δυνατά συναισθήματα και τα πηγαία ένστικτα που σου φέρνει στην επιφάνεια αυτό το νησί, σε γραπτό και προφορικό λόγο; Πώς μπορείς να αποτυπώσεις με λέξεις τις μυρωδιές του θυμαριού, της ρίγανης και της κηρήθρας που σε συνοδεύουν από τη στιγμή που πατάς το πόδι σου στο νησί; Και πώς μπορείς να γράψεις για όλα αυτά τα βιώματα που επιδρούν πάνω σου άδηνά, χωρίς σκέψεις, και σε αλλάζουνε χωρίς να είναι απαραίτητη η συνειδητοποίησή τους; Οπότε θα προτιμήσω να αποφύγω τις περιγραφές για το τι θα συναντήσει και θα βιώσει κάποιος στην Ικαρία και, αντ' αυτού, θα επιχειρήσω να κάνω μερικές προτάσεις, μέσα από το δικό μου πρίσμα, για μια προσέγγιση που ενδεχομένως θα εμβαπτίσει κάποιον στους τρόπους του νησιού μας. Η Ικαρία είναι ένα νησί που, εάν το προσεγγίσεις με αγάπη και σεβασμό, θα σ' τα επιστρέψει πίσω στο πολλαπλάσιο! Ενώ εάν το προσεγγίσεις με οτιδήποτε λιγότερο, ας πούμε ότι δεν θα «αγχωθεί» και δεν θα ασχοληθεί μαζί σου.

**Το ταξίδι ξεκινάει από το καράβι.**

Ναι, μπορεί να κάνει κάποιες ώρες (αν και αυτό ακούγεται σαν βλασφημία στα αυτιά κάποιων που στο παρελθόν έχουμε ταξιδέψει 14ωρα), αλλά για μένα το ταξίδι ξεκινάει έτσι. Μπορείς να νιώσεις διάχυτη τη λαχτάρα των μνημένων να φτάσουν στον τόπο που αγαπούν, να ακούσεις τα γέλια και να αφουγκραστείς την ανυπομονησία τους, και ίσως μετά από λίγο πιάσεις τον εαυτό σου να είσαι αυτός που λαχταρά, γελά και ανυπομονεί!

**Τα πανηγύρια δεν είναι μόνο τον Αύγουστο.**

Δεν με συμφέρει που το λέω, αλλά θα το πω. Πανηγύρια έχουμε από την αρχή μέχρι του τέλους του καλοκαιριού, και ιδιαίτερα τα πανηγύρια του Ιουνίου, του Ιουλίου και του Σεπτεμβρίου καταλήγουν να

είναι μικρά ακατέργαστα διαμάντια. Οι ντόπιοι τα προτιμάνε αυτά τα πανηγύρια σε αντίθεση με αυτά του Αυγούστου, και, πιστέψτε με, οι ντόπιοι ξέρουν να γλεντάνε.

**Χόρευε για σένα!**

Στα πανηγύρια, και ειδικά εάν στην πίστα δεν έχει χώρο, δεν πειράζει, υπάρχει λύση. Βρες μια ανοικτωσιά, πάρε αυτούς που αγαπάς και χόρεψε. Αλλά, το κυριότερο, χόρεψε για σένα και δώσε τον χώρο στους άλλους να κάνουν το ίδιο. Ιδιαίτερα στον Ικαριώτικο, αυτόν τον βαθιά εσωτερικό και μυσταγωγικό χορό, εναπόθεσε τα χέρια σου ελαφριά στους διπλανούς σου να μην τους επιβαρύνεις, κράτα το σώμα σου σπτό και τα πόδια σου γειωμένα, κλείσε τα μάτια και αξέσου στη μελωδία.

**Εξερεύνησε!**

Μπορεί πανηγύρια, παραλία, φαγητά και νυχτερινή ζωή να συνθέτουν ένα γεμάτο πρόγραμμα, αλλά δώσε και λίγο χρόνο να εξερευνήσεις το νησί. Η Ικαρία είναι ένα νησί με τρομερές εναλλαγές τοπίων, πανέμορφες κρυφές παραλίες, παραδοσιακά χωριά και τρομερή πολιτισμική παράδοση που περιμένουν για να ανακαλύψεις.

**Θα εξυπηρετηθείς πιο γρήγορα από ό,τι νόμιζες.**

Το αφήγημα ότι στην Ικαρία όλα και όλοι αργούν, μερικές φορές, καταντάει προσβλητικό προς την τοπική κοινωνία. Οι Ικαριώτες και οι Ικαριωτισσες είναι από τους πιο εργατικούς και ικανούς ανθρώπους που μπορείς να συναντήσεις. Μέσα στην ίδια μέρα μπορεί να έχουν να φροντίσουν νοικοκυριά, ζωντανά, κήπους και τις επιχειρήσεις τους. Σίγουρα δεν θα μπορούσαν να είναι τόσο αποδοτικοί και συνάμα να έχουν ένα από τα μεγαλύτερα προσδόκιμα ζωής στον πλανήτη, εάν λειτουργούσαν με τους ρυθμούς και το άγχος των πόλεων. Επιπλέον, στις επιχειρήσεις τους και στις υπηρεσίες τους εστιάζουν στο να δημιουργήσουν κάτι με μεράκι και αποστρέφονται

τις πελατειακές σχέσεις. Εκτιμήστε το και μόνο κερδισμένοι μπορείτε να βγείτε.

**Πρόσφερε!**

Η Ικαρία πολλές φορές επιδεικνύει μία τρομερή κοινωνική συνοχή. Ενώ μπορείς να συναντήσεις όλες τις παρεξηγήσεις και όλα τα προβλήματα που συναντάς στα μικρά μέρη, σε αυτά που πραγματικά μετράνε ο χαρακτηρισμός είναι ένας, αλληλεγγύη! Κάποια από τα έσοδα των πανηγυριών διατίθενται για ιατρικά έξοδα όποιου χωριανού έχει πρόβλημα, δεν έχει υπάρξει πυρκαγιά που να μην έχει τρέξει όλο το νησί να βοηθήσει εθελοντικά, και πολλές φορές όλο το χωριό βοηθάει και δουλεύει εθελοντικά και αφιλοκερδώς στον γάμο ή τα βαφτίσια των συγχωριανών. Προσπάθησε να γίνεις μέρος αυτής της φιλοσοφίας και πρόσφερε σε κάθε ευκαιρία, και θα δεις πόσο σύντομα θα νιώσεις την Ικαρία, εκτός από τόπο διακοπών, τόπο σου!

Για επίλογο θέλω να παραθέσω τα λόγια του Χαλίλ Γκιμπράν, Λιβανέζου ποιητή και φιλοσόφου, που νομίζω ότι αποτυπώνουν άψογα την αδυναμία μου να περιγράψω την Ικαρία με λέξεις, αλλά και την προσέγγιση που πιστεύω ότι θα βοηθήσει κάποιον να «εκμεταλλευτεί» όσα έχει το νησί μας να προσφέρει:

*Talking*  
*Then a scholar said, Speak of Talking. He answered, saying: / Talk when you cease to be at peace with your thoughts; / When you can no longer dwell in the solitude of your heart you live in your and sound is a diversion and a pastime. / In much of your talking, thinking is half murdered. / For thought is a bird of space, that in a cage of words may indeed unfold its wings but cannot fly. / There are those among you who seek the talkative through fear of being alone.*

\* Ο Ισίδωρος Πλυτάς είναι σέρφερ και συνιδιοκτήτης του Ikaria Surf School με καταγωγή από την Ακαμάτρα Ικαρίας.



Η Ικαρία με την άγρια ομορφιά της είναι από τα πιο δημοφιλή νησιά του βορειοανατολικού Αιγαίου. Γνωστή για τους χαλαρούς ρυθμούς της, τους σέρφερς που δαμάζουν τα κύματα αλλά και τα ξέφρενα πανηγύρια της με τους χορούς μέχρι το πρωί. Το νησί ενδείκνυται για περιπάτους και πεζοπορίες στη φύση.

**Πού να κολυμπήσεις**

Η Ικαρία είναι από εκείνα τα νησιά που όταν σου λένε «πρόσεχε» μπαίνουντας στη θάλασσα δεν υπερβάλλουν καθόλου. Γι' αυτό, μην κάνεις εξηπάσεις. Αν θέλεις κύμα, η **Μεσακλή, ο Αρμενιστής** και ο **Νας** είναι σίγουρα κάποιες από τις στάσεις σου. Αν θέλεις κάτι πιο ήρεμο, ο **Φάρος** στην άλλη άκρη του νησιού θα σε αποζημιώσει. Το πιο hot spot, τουλάχιστον ινσταγραμικά, του νησιού είναι οι **Σεύχελλες**.

**Πού να φας και να διασκεδάσεις**

Στην καινούργια άφιξη του νησιού, το **Karimalis Farmhouse Restaurant** (2275031945) με θέα στους αμπελώνες του. Προωθεί την plant-based διατροφή της Ικαρίας με βιολογικά υλικά από την φάρμα της οικογένειας Καρίμαλη και έχει zero waste φιλοσοφία καθώς κάνουν τα πάντα κομποστοποίηση και ανακύκλωση. Στο **Mary Mary** (2275071595) στον Αρμενιστή θα πας για καλή ελληνική κουζίνα. Στον Χριστό στο **Δεντρόσπιτο** (6973085460) για ρομαντικά ραντεβουδάκια, διαφορετικά στη **Sknipa Rock Bar** (ο τίτλος τα λέει όλα) που έχει και μπιλιάρδο. Στις Καρυδιές Ραχών η **Φιλίτσα** (2275041442) έχει εντυπωσιακή πέτρινη εισόδο, καλά μαγειρευτά - ψητά και βραδιές με live μουσική. Στο **Rock and Rolla** στις Ράχες, ένα πέτρινο μπαρ με καλά ποτά και κοκτέιλς αλλά και στο Puerto bar στο **Γαλισκάρι** (2275071240) με card postal θέα ένα εκκλησάκι. Αξίζει επίσης η επίσκεψη στην μικροζυθοποιία **Slow Down** στον Εύδηλο που φτιάχνουν και προσφέρουν τη δική τους μπύρα. Όσο για τα περιβόητα **ικαριώτικα πανηγύρια**, μία πολύ σοβαρή υπόθεση για τη ζωή του νησιού, θα πρέπει να ξέρεις ότι υπάρχει ένας «κώδικας συμπεριφοράς επισκέπτη» που λέει ότι οπωσδήποτε μπαίνεις στον χορό και «τρίβεις το πιπέρι». Άλλωστε για αυτά πήγες εκεί. Ονομαστά πανηγύρια είναι της **Προεσπέρας**, του **Φραντάτου**, του **Καρκιναγριού** και το πιο διάσημο όλων: της **Λαγκάδας**. Είναι οι βραδιές που ξεχνάς κάθε επαφή με τη ζώρική καθημερινότητα, ξεφεύγεις και χορεύεις από νησιώτικα μέχρι βαλς.

**Πού να μείνεις**

Αρχικά, έχουμε δύο πλευρές. Υπάρχει αυτή του Αγίου Κήρυκου που είναι η πιο χαλαρή και εκείνη του Αρμενιστή που είναι η πιο «ζωντανή». Στον Άγιο Κήρυκο, το **Κάστρο** (2275023480), βρίσκεται πάνω σε ένα βράχο και βλέπει Αιγαίο. Στον Αρμενιστή η πανσιόν **Γαλήνη** (2275071293) αξίζει την τιμή και την τοποθεσία της, το **Erofilii Beach** (2275071058) με ωραία θέα, είναι δίπλα στις μαγευτικές αμμουδιές Λιβάδι και Μεσακλή, ενώ ο **Τοξότης** (2275071570) προσφέρει λιτή πολυτέλεια σε 7 παραδοσιακές κατοικίες. Στον Να, τα δωμάτια **Άρτεμις** (2275071475) έχουν ωραία θέα στον μαγευτικό κόλπο και τα ερείπια του Ναού της Θεάς Αρτέμιδος. - **A.Y. team**

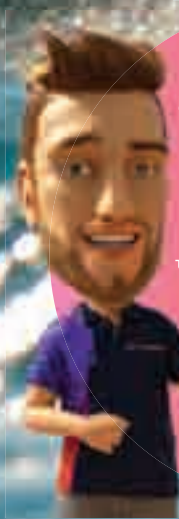


Δήμος: 2275350400

Αστυνομία: 2275022222

Λιμεναρχείο: 2275031007

Πρώτες Βοήθειες: 2275022330



**Καλοκαίρι στο σπίτι με tips από το ΔΕΗ myEnergy**

Το καλοκαίρι είναι περίοδος διακοπών και χαλάρωσης, αλλά καλώς ή κακώς, κάποια πράγματα δεν μπορούν να σταματήσουν ή να μπουν στον αυτόματο. Για παράδειγμα, το πλύσιμο των πιάτων ή των ρούχων. Τουλάχιστον άφησέ τα να στεγνώσουν φυσικά με τον ζεστό αέρα που υπάρχει ήδη αντί να χρησιμοποιήσεις τον κύκλο στεγνώματος του πλυντηρίου. Έτσι θα εξοικονομήσεις και ενέργεια και χρόνο για σένα.



# Λέσβος

Του **Βαγγέλη Γιαννίση\***

➔ Θέλω να κλείσετε τα μάτια σας και να φανταστείτε την εξής σκηνή: Ένα μικρό ψητοπωλείο στην Καλλονή, την τηλεόραση να παίζει στο background τον γάμο του πρίγκιπα Γουίλιαμ με την Κέιτ Μίντλετον, ένα ζευγάρι τουρίστες που παραψήθηκαν στον ήλιο (τόσο πολύ, που, αν ήταν μηριζόλες, δεν θα ήταν welldone, αλλά congratulations) να παρακολουθεί με αφοσίωση τον γάμο τσιμπολογώντας μία σαλάτα (σε ψητοπωλείο, επαναλαμβάνω) και, σχολιάζοντας την καράφλα του πρίγκιπα Γουίλιαμ που τότε είχε αρχίσει να ακνοφαιίνεται, κι εγώ με παρέα να τσακίζω τις καλύτερες χοιρινές πανσέτες που έχω φάει μέχρι σήμερα. Οι διακοπές για μένα συνδυάζονταν πάντα με γεύσεις. Μπορεί οι εικόνες με τα χρόνια να ξεθωριάζουν, οι γεύσεις ωστόσο παραμένουν μέχρι

σήμερα αποθηκευμένες στον σκληρό δίσκο της μνήμης μου. Οι χοιρινές πανσέτες που ανέφερα πριν. Οι ψητές σαρδέλες στη Σκάλα Καλλονής σε ένα τραπέζι δίπλα στο κύμα έπειτα από μία σύντομη βουτιά – ή, καλύτερα, πλατσούρισμα – στη θάλασσα. Ο θείκός μου σκακάρει και οι γεμιστοί κοκκοθυοανθοί στον Συνεταιρισμό Γυναικών στον Μόλυβο, που, όσο κι αν έχω προσπαθήσει να τους κοπιάρω, ποτέ δεν καταφέρνω να τους φτιάξω τόσο νόστιμους. Το μπράουνι με παγωτό στη Σκάλα Ερεσού πάλι μετά από πλατσούρισμα στη θάλασσα. Οι ψαρομεζέδες και η μεθυστική μοσχοβολιά του ούζου, συνοδεία ζωντανής μουσικής στο Ζουμπούλι. Και, μιας και είπαμε για το ούζο, η αιώνια κόντρα για το ποιος κάνει το πιο ωραίο ούζο, ο Βαρβαγιάννης ή ο Πιτσιλαδής – με το αποτέλεσμα

και τα συμπεράσματα να αλλάζουν ανάλογα με τα μεζεδάκια που συνοδεύουν το ούζακι. Έχοντας περάσει αρκετό χρόνο στο νησί και ως επισκέπτης και ως φαντάρος, έχω καταλάβει ότι η Λέσβος είναι ένας προορισμός για όλους: για οικογένειες, για παρέες, για ζευγάρια. Για όσους θέλουν θάλασσα, αλλά και για όσους θέλουν βουνό. Για όσους θέλουν να δουν πράσινο, αλλά και για όσους γοητεύονται από το άγριο, γυμνό νησιωτικό τοπίο. Για όσους θέλουν να περάσουν ήσυχα, αλλά και για όσους θέλουν να το ρίξουν και λίγο έξω. Το νησί της δέκατης Μούσας δεν θα αφήσει κανέναν απογοητευμένο.

\* Ο Βαγγέλης Γιαννίσης είναι συγγραφέας. Το νέο του αστυνομικό μυθιστόρημα «Ίνκουμπος» κυκλοφορεί από τις εκδόσεις Διόπτρα.

info

Το τρίτο μεγαλύτερο νησί της Ελλάδας, γενέτειρα της Σαπφούς και του Αλκαίου, αγαπημένη πατρίδα των Οδυσσέα Ελύτη, Αργύρη Εφταλιώτη και Στρατή Μυριβήλη, διατηρεί ζωντανή την παράδοση. Θα απολαύσεις αρχοντόσπιτα, ελαιώνες, καταπράσινα δάση, φυσικά μνημεία, θερμά λουτρά, πεντακάθαρες θάλασσες.

## Τι να δεις και πού να κολυμπήσεις

Στον **Μόλυβο** (ή Μήθυμνα, η αρχαία ονομασία του), το διάσημο χωριό που είναι χτισμένο αμφιθεατρικά, με τα κτίσματα να «κρέμονται» από τα βράχια και το καλοδιατηρημένο κάστρο. Πολύ κοντά η παραλία της **Εφταλούς** με το ιαματικό χαμάμ, η **Πέτρα**, με το εκκλησάκι της Παναγίας της Γλυκοφιλούσας χτισμένο σε βράχια, αλλά και η παραλία της **Άναξου**. 12 χλμ. προς τα ανατολικά η **Σκαμνιά** ή **Συκαμιά**, το χωριό του Μυριβήλη, ένας από τους πιο καλοδιατηρημένους παραδοσιακούς οικισμούς του νησιού. Στα δυτικά και νοτιοδυτικά, να επισκεφθείτε το **Σιγρί**, με το απολιθωμένο δάσος, αλλά και το νησάκι **Νησιώπη**, που είναι γεμάτο με απολιθωμένα δέντρα και που το επισκέπτεσαι με βαρκάκι με γυάλινο πυθμένα. Must η επίσκεψη στο **Μουσείο Φυσικής Ιστορίας**. Στην ίδια πλευρά βρίσκεται και η περίφημη **Ερεσσός**, το χωριό της Σαπφούς, με τη βραβευμένη «ασπμένια» παραλία μήκους 3 χλμ., με κάμπινγκ και μέρος της παραλίας να είναι για τους γυμνιστές. Πανέμορφες παραλίες στα νότια ο **Χρυσός** και ο **Ποδαράς** – και για ελεύθερο κάμπινγκ. Προχωρώντας κεντρικά, βρίσκεται η **Καλλονή**, με τα πανέμορφα πέτρινα σπίτια και το **Μουσείο Ελιάς**, αλλά και τον φημισμένο συνεταιρισμό γυναικών. Καθώς θα περνάτε από τον κόλπο Καλλονής, θα δείτε τις αλυκές (από τις μεγαλύτερες της Ευρώπης) με τα μοναδικά φλαμίνγκος σε προστατευμένο υδροβιότοπο. Νότια και το **Πλωμάρι** με το περίφημο ούζο του (να πάτε στο μουσείο ούζου Βαρβαγιάννη) με τις υπέροχες παραλίες του, **Άγιο Ισίδωρο** και **Μελίντα**. Εκεί κοντά και η παραλία των **Βατερών**, μήκους 8 χλμ. Υπέροχη η διαδρομή από τα χωριά του Πλωμαρίου προς Αγιάσο, μέσα από το καστανόδάσος του **Ολύμπου**. Η **Αγιάσος**, χτισμένη σε απόσταση 27 χλμ. από τη Μυτιλήνη, στις πλαγιές του όρους Ολύμπος

σε υψόμετρο 460 μέτρων, είναι μια πανέμορφη πετρόχτιστη κωμόπολη των χρωμάτων και των τεχνών, γνωστή και για τον θρησκευτικό τουρισμό της λόγω της φημισμένης της Παναγίας. Στον δρόμο προς Μυτιλήνη ο καταπράσινος από ελιές και μοναδικής ομορφιάς κόλπος **Γέρας**, με τα γραφικά χωριά του, αλλά και οι ιαματικές πηγές και το χαμάμ στα θέρμα. Φτάνοντας στη **Μυτιλήνη**, με τα υπέροχα αρχοντικά, τα δύο λιμάνια και το μεσαιωνικό **κάστρο των Γατελούζων**, που διατηρείται σε καλή κατάσταση και είναι το τρίτο μεγαλύτερο της Μεσογείου, καλύπτοντας μια έκταση 200 στρεμμάτων. Τέλος, αξίζει μια επίσκεψη στο **Μουσείο Βιομηχανικής Ελαιουργίας Λέσβου**, στην Αγία Παρασκευή. Ανήκει στο **Δίκτυο Μουσείων του Πολιτιστικού Πειραιώς** και παρουσιάζει τη βιομηχανική φάση της ελαιουργίας στην Ελλάδα. Για περισσότερες πληροφορίες [www.piop.gr](http://www.piop.gr)

## Πού να φας και να πεις

Ουζερί και ταβέρνες, ποτάδικα και μπαράκια θα βρεις παντού, με ποιότητα, ποικιλία και καλές τιμές, αφού το νησί φημίζεται για τη μικρασιατική του κουζίνα καθώς και για πανάρχαιες και μοναδικές συνταγές. Επίσης, θα βρεις σε όλο το νησί, ταβερνάκια πάνω στη θάλασσα, σε όλα τα χωριά ή και στον δρόμο. Ορίστε και κάποια διαμάντια: Στην παραλία της Φανερωμένης, στο μαγαζάκι του **Νώντα** αν έχει κέφια θα σου φτιάξει να φας ό,τι έχει από ψάρια και δικά του κηπευτικά, αλλά αν δεν έχει και πολύ όρεξη μάλλον θα σε στείλει στην κουζίνα να μαγειρέψεις μόνη/ος σου. Στην **Καλλονή** για ούζο και την περιβόητη σαρδέλα και μην ξεχάσεις να προμηθευτείς από τον γυναικείο συνεταιρισμό τη μοναδική πλατσέντα, παραδοσιακό γλυκό με φύλλο και καρύδια. Προτάσεις στη Μυτιλήνη: Για φραγτό σε Απάγκιο, Ρεφενέ, Διάυλο (και στην Ουζοθεραπεία στο κοντινό χωριό τον Αφάλωνα), για ποτό στο Μουσικό Καφενείο και στον Μπόμπιρα.

## Πού να μείνεις

Η Ένωση Ξενοδόχων **Λέσβου** περιμένει να σε εξυπηρετήσει στο 2251041787 και στο [lesvoshoteliers.gr/el](http://lesvoshoteliers.gr/el). Ο **Σύλλογος Ενοικιαζομένων Δωματίων Μυτιλήνης** απαντά στο 2251043375 και η **Ομοσπονδία Ιδιοκτητών Ενοικιαζόμενων Δωματίων - Διαμερισμάτων Λέσβου** στα 2251043375 και 2251045145. - A.V. team



Δήμος Μυτιλήνης: 2251350500  
Τουριστική αστυνομία: 2251022776  
Λιμεναρχείο: 2251040827  
Νοσοκομείο Μυτιλήνης: 2251057700



Η Χίος έγινε γνωστή σε όλο τον κόσμο για τα μοναδικά της μαστιχοδέντρα, ένα σκίνο που δεν φυτρώνει πουθενά αλλού στον πλανήτη. Θα έρθεις για τις παραλίες με τα κρυστάλλινα χωριά, τα μεσαιωνικά χωριά, την πλούσια ιστορία, τα παραθαλάσσια γραφικά χωριουδάκια, τον ιστορικό Κάμπο με τις μυρωδιές.

#### Τι να δεις

**Θολοποτάμι, Μελέκι-κο, Κάμπος, Καταρράκτης, Θυμιάνα, Ελάτα, Νικολάκι, Ζερβούδι-κο, Κοινή, Νεχώρι** είναι τα περίφημα μαστιχοχώρια. Βάλε πλώρη για τα μεσαιωνικά χωριά όπως τα **Μεστά**, το **Πυργί**, η **Βέσσα**, οι **Ολύμποι**, η **Καλλιμασιά** και τα **Αρμόλια**. Είναι τόσο καλοδιατηρημένα που θα πιστέψεις ότι ο χρόνος έχει σταματήσει. Σαν highlight κράτα το μοναστήρι της **Αγίας Μαρκέλλας** και μη χάσεις το ενεργειακό πεδίο που ονομάζεται Εμπορείος. Για το ωραιότερο ηλιοβάσιμα πήγαινε στον **Ανάβατο**, εγκαταλειμμένο χωριό, κρυμμένο στους βράχους, και κατεβαίνοντας επισκέψου τα πέτρινα **Αυγώνυμα**. Επίσης, στα **Μαστιχοχώρια** στη Νότια Χίο βρίσκεται το **Μουσείο Μαστίχας Χίου**. Ανήκει στο **Δίκτυο Μουσείων του Πολιτιστικού Ιδρύματος Ομίλου Πειραιώς** και παρουσιάζει την ιστορία της καλλιέργειας και της επεξεργασίας της ευδιαστής μαστίχας. Μία επίσκεψη εδώ επιβάλλεται. Μάθε περισσότερα στο [www.pior.gr](http://www.pior.gr)

#### Πού να κολυμπήσεις

Η πιο γνωστή οργανωμένη παραλία της Χίου είναι ο **Καρφάς** αλλά και ο κοντινός **Μέγας Λιμνιώνας**. Προς τα βόρεια, η **Δασκαλόπετρα** με λευκό βότσαλο και τα **Γλαροπούλια** κοντά στη Λαγκάδα. Προς Καρδάμυλα, στου **Γιόσσωνα** και του **Ναγού**. Στα ΒΔ στις παραλίες της **Αγίας Μαρκέλλας**, των **Λιμνιών** και του **Μάναγρου**. Δυτικά, το **Λιθί** με νερά ρηκά για τα παιδιά και ψαροταβέρνες. Ανάμεσα στα λιμνιά και το Λιθί κρύβεται και η **Ελίντα**. Στον νότο στα **Κάτω Φανά**, ενώ ΝΑ στις **Αγία Φωτεινή**, **Αγιο Αιμιλιανό** και **Αγία Φωτιά**, λευκές, βοτσαλώδεις και με όλα τα κομψό. Επίσης στις **Κώμη** (με αμμόλοφους),

**Βρουλίδια** και **Εμπορείος** (ή, αλλιώς, **Μαύρα Βόλια**).

#### Πού να φας

Φρέσκο ψάρι, σαρδέλα κολυμπητή, χειρίσια μακαρόνια και πεντανόστιμα μαγειρευτά θα βρεις παντού. Ο **Χότζας** (2271042787) είναι από το 1882! Στα **Αυγώνυμα** το **Αστέρι** (2271020577) έχει συγκλονιστική θέα και κιώτικες σπεσιαλιτέ. Η παραδοσιακή ψαροταβέρνα του **Πάσσα** (2271074218) λειτουργεί από το 1952 στη Λαγκάδα. Εξίσου ξακουστή ψαροταβέρνα είναι και ο **Παντού-κεϊός** (2271074262), στο ομώνυμο χωριό. Επίσης, για ψαράκι σε τραπεζι δίπλα στο κύμα να πας στο **Μελετεμάκι** (2271062105) στους Καταρράκτες. Στο **Citrus - Άρωμα Μνήμης** (2271031513), στον Κάμπο, θα βρεις τις ωραιότερες μαρμελάδες του κόσμου. Στην πόλη της Χίου να βρεις το **Perivoli** (2271033202), έναν απίθανο χώρο (μισός café-bar, μισός μουσείο) για συγκλονιστικές πορτοκαλόπιτες και λεμονόπιτες. Για υπέροχους αλμυρούς και γλυκούς λουκουμάδες στον **Κανέλλο** (2271306868), ενώ για αφράτο τσουρέκι στον **Περρή** (Α. Αγαίου 2, 2271100429).

#### Πού να διασκεδάσεις

Στα Μεστά στο **Κελλάρι** (2271076217). Για τρομερά κοκτέιλ στο **Oz Bay** (6946082437), στην παραλία του Αγίου Ισίδωρου στη Συκιάδα. Για ποτό και στο **Μπούρτζι** (2271021340), στην είσοδο του λιμανιού.

#### Πού να μείνεις

Στα Μεστά θα βρεις το εντυπωσιακό **Lida Mary** (6976629668) και το **Stoes Traditional Suites** (2271076377). Για την απόλυτη ηρεμία πήγαινε στα **Σπιτάκια** (6974175471), στα μεσαιωνικά Αυγώνυμα. Στο κέντρο της πόλης, στο **Chandris Hotel** (Ευγενίας Χανδρή 2, 2271044401), στο **Chios City Inn** (Μητροπολίτου Πλάτωνος & Κουντουριώτου 2, 2271080062), ή στο γοητευτικό **Agora Residence** (Απλωταριάς 48, 2271107184).

- A.Y. team

# Χίος

Της **Βικτώριας Σόδη\***

Γεννήθηκα στη Χίο το 1992, γόνος οικογένειας που ασχολείται ενεργά με τη μαστίχα από το 1860. Από τα 10 μου μόλις χρόνια είχα την ευκαιρία να τριγυρνάω στο εργαστήριο καλλυντικών του αγαπημένου μου παππού στην καρδιά της Χίου, και στη συνέχεια του πατέρα μου, να βρίσκομαι παρούσα σε μελέτες, έρευνες και συνθέσεις. Μεγάλωσα έχοντας λατρεία για το νησί αυτό. Ήμουν από παιδί περήφανη για τους φιλόξενους ανθρώπους της, την αύρα της, τα υπέροχα κρυστάλλινα νερά, τα μοναδικά χωριά αλλά και το πολυτιμότερο «δάκρυ» της φύσης: τη μαστίχα. Το διαμάντι μας! Το φυτό αυτό (ο σκίνος) που «δακρύζει» αποκλειστικά και μόνο στο νότιο τμήμα του νησιού μας και έχει σπουδαίες αντιβακτηριακές και αντιμυκητιακές δράσεις. Μεγάλωσα σε μια οικογένεια γεμάτη αγάπη για τη μαστίχα. Ο παππούς μου, φαρμακοποιός και ερευνητής, με το ανήσυχο πνεύμα να τον κατακυριεύει και το ασίγηστο πάθος του για ανάδειξη των φαρμακευτικών ιδιοτήτων της μαστίχας, ξεκίνησε από το πειραματικό του εργαστήριο να παρασκευάζει καλλυντικά. Έπειτα από πολλές μελέτες και έρευνες πάνω στις δράσεις της μαστίχας στα καλλυντικά, το 1978 παρασκευάζει το πρώτο παγκοσμίως καλλυντικό με μαστίχα, μια ουλοθεραπευτική οδοντόκρεμα. Και κάπως έτσι... η μαστίχα «μας» απέκτησε μια πιο σπουδαία έννοια στη ζωή μας.

Η Χίος μου φέρνει στο μυαλό πολύ δυνατά χαμόγελα, πολύωρες βουτιές σε παραλίες που θυμίζουν παραμύθι, **Βρουλίδια**, **Μαύρα Βόλια**, **Αγία Δυναμη**, αλλά και γαλήνη. Εκεί,

όλα είναι αλλιώς. Πιο όμορφα. Διαφορετικά. Όπως, και μια πολύωρη βόλτα στα μαστιχοχώρια: **Μεστά**, **Ολύμποι**, **Βέσσα**... Μαγεύσαι. Χάνεσαι. Βυζαντινά χωριά χτισμένα με πέτρα που μοιάζουν με λαβύρινθους με στενά σοκάκια και θόλους ανάμεσα στα σπίτια. Λατρεύω να απολαμβάνω λουκουμάδες με καφέ στη γραφική πλατεία τους, πριν φυσικά επισκεφθώ το μοναδικό «ζωγραφιστό» χωριό της Ελλάδας: το **Πυργί**, με τα περύτεχνα διακοσμητικά μοτίβα στις προσόψεις των σπιτιών. Όσες φορές κι αν επισκεφθώ το χωριό αυτό πάντα, μα πάντα θα μένω το ίδιο έκπληκτη με την ομορφιά του. Λένε ότι οι αναμνήσεις συνδέονται με την όσφρηση... Όταν σκέφτομαι τα παιδικά ανέμελα χρόνια μου στη Χίο, έρχονται παράλληλα στον νου μου και οι ευωδιές του **Κάμπου**. Πάνω σ' ένα ποδήλατο, στη στέρνα του σπιτιού της γιαγιάς μου, βόλτες γύρω από εντυπωσιακά αρχοντικά, χαμένη σε περιβόλια εσπεριδοειδών. Θυμάμαι το μικρό μου δωμάτιο γεμάτο κολόνιες από άνθη νεραντζιάς και πορτοκαλιάς που έφτιαχνε ο παππούς μου στο εργαστήριό του. Κάθε φορά που αποχωρίζομαι το νησί, έπαιρνα από ένα μπουκάλι μαζί μου για να μυρίζω τις φορές εκείνες που ήθελα τόσο πολύ να νιώσω ότι είμαι στο ασφαλές μου μέρος: τη **Μυροβόλο Χίο**. Μπορώ να σου υποσχεθώ ότι αυτό το άρωμα που περιγράφω θα το μυρίσεις κι εσύ στον πρώτο σου περίπατο στη Χίο και στο δάκρυ που θα κυλήσει στα μάτια σου αποχωρίζοντάς την. Και όχι, αυτή τη φορά δεν θα είναι του σκίνου.

\* Η **Βικτώρια Σόδη** είναι ιδιοκτήτρια της **Mastic Origins**, εταιρείας καλλυντικών με βάση τη μαστίχα Χίου.



Δήμος: 2271350000  
Αστυνομία: 2271440555  
Λιμεναρχείο: 2271044433  
Νοσοκομείο: 2271350100



#### Πες αντίο στις κηλίδες!

Ο χρόνος που περνάς κάτω από τον ήλιο χωρίς αντιηλιακό μπορεί να μετρηθεί στις... κηλίδες του προσώπου σου. Είτε είσαι στην πόλη είτε διακοπές βάλε το αντιηλιακό στην καθημερινότητά σου και ανάστρεψε ό,τι έχει γίνει με τη Βίο Ενεργή Λευκαντική Κρέμα Προσώπου κατά των Κηλίδων της **BEE CERA**.

Σε 2 μόλις εβδομάδες εφαρμογής ηρωί και βράδυ σε πρόσωπο, λαιμό και ντεκολτέ, μειώνει αποτελεσματικά τα σκοτεινά σημεία και τις ατέλειες, εξομαλύνει τον τόνο του δέρματος και διατηρεί το δέρμα ενυδατωμένο.



Έχει ιδιαίτερη ομορφιά, παραλίες σε εμφανή ή «μυστικά» σημεία, αρχαιολογικούς χώρους – η μυθολογία θέλει τον Ήφαιστο να προσγειώθηκε εδώ. Επίσης έχει μια έρημο (!) για να αισθανθείς σαν να πήγες στη Σαχάρα. Το νησί είναι μεγάλο και θέλει αυτοκίνητο για να το εξερευνήσεις.

**Κέρος** στην Καλλιόπη για σεργ. Θα φτάσεις δύσκολα στον **Παρθενόμυτο** (κακοτράχαλος χωματόδρομος), αλλά κάν' το, έχοντας ομπρέλα μαζί σου όπως και-δήποτε.

#### Πού να μείνεις

Αν είσαι διατεθειμένος να επενδύσεις στην πολυτέλεια, θα βρεις ακριβά θέρετρα, όπως το **Varos Village** (2254031728) ή το **Porto Myrina** (2254024805). Δυστυχώς έχουν κλείσει τα Ελβετικά. Όμως η Λήμνος δεν θέλει και πολλές πολυτέλειες, είναι νησί για λιτές διακοπές με τα βασικά: λίγο κρασί, λίγο θάλασσα και το αγόρι σου ή το κορίτσι σου ή η οικογένειά σου. Το τηλέφωνο του **Σωματείου Ιδιοκτητών Δωματίων** είναι το 2254022155. Στο σάιτ [lemnosrooms.gr](http://lemnosrooms.gr) θα βρεις πολλά καταλύματα.

#### Πού να φας και να πιεις

Η κουζίνα της Λήμνου θα σου αφήσει την καλύτερη γεύση των διακοπών, με γαστρονομικές λιχουδιές και εξαιρετικά τοπικά προϊόντα. Για πρωινό καφέ, γλυκό του κουταλιού και τυροπιτάκια δοκίμασε το καφεενείο στο κέντρο του Πορτιανού που λέγεται **Δρακότρυπα** (2254051204). Θα σου αρέσει τόσο η ατμόσφαιρα που θα επιστρέψεις και για μεσημεριανό και για βραδινό. Στις Σαρδές, στο εστιατόριο **Παλιά μας γειτονιά** (2254062255) θα φας γκουρμέ με πρώτες ύλες του τόπου, κάτι που επίσης θα συναντήσεις και στο **Ενοια Πό'χος** (2254071742) στα Λύχνα. Εξίσου τολμηρό και υπέροχο στη Μύρινα, στην περιοχή Ανδρώνι, το εστιατόριο **Ριζά** (2254029519). Για παραδοσιακό φαγητό πήγαινε στο Προπούλι, στο **Παραδοσιακό** (6987780452): ο ψήστης κάθε μέρα ψήνει και κάτι διαφορετικό, αλλά πάντα υπέροχο. Φεύγοντας μπορείς να αγοράσεις και μέλι. Στο Διαπόρι είναι ο παλιός και διάσημος **Μενέλαος** (2254051209), στο Γομάτι το πεντανόστιμο **Φλωμάρι** (6976144381) και στο Πλατύ, στο κέντρο του χωριού ο φοβερός και τρομερός **Σώζος** (2254025085) με τα κοτοπουλάκια και τα ψητά του. Σούβλες (και τι σούβλες!) βάζει και ο **Μερακλής** (2254051277) στα Τσιμάνδρια. Για shopping τοπικών προϊόντων, πάρε φλωμάρια, καλαθάκι και μελίχλωρο (τυριά καταπληκτικά), κρασιά Λήμνου και καβουρμά. -A.V.team

#### Τι να δεις

Πρωτεύουσα της Λήμνου και λιμάνι, η **Μύρινα**. Τα νεοκλασικά στην παραλία αλλά και το κάστρο με τα ελαφάκια να τα περπατήσεις. Βόλτα και shopping στον πεζόδρομο της **Κυδά**, που είναι σκιερός και γραφικός. Για εκδρομές στον **Κοντιά** και στους πέτρινους μύλους του, στον **Μούδρο**, στις **Σαρδές**, στο παλιό και ερημωμένο **Πεδινό**, στον **Κότσινα**, το **Ρεπανίδι** και το **Κοντοπούλι**. Όπως-δήποτε να ανέβεις στην **Παναγία την Κακαβιώτισσα**, ιδίως τον Δεκαπενταύγουστο. Από αρχαιολογικούς χώρους, να δεις την **Ήφαιστεια**, την **Πολιόχνη** που είναι μια από τις αρχαιότερες ευρωπαϊκές πολιτείες και το **Ιερό των Καβείρων** όπου βρίσκεται η σπηλιά του **Φιλοκτήτη**. Για σεληνιακό τοπίο θα πας στο **Φαρακλό** και για ρομαντικό ηλιοβασίλεμα και selfies στον **Άγιο Χαράλαμπο**.

#### Πού να κολυμπήσεις

102 μετρημένες παραλίες για κάθε κολυμβητικό γούστο: με βότσαλα ή άμμο, ήλιο ή ίσκιο, άνεμο ή κάλμα, ερημικές ή πολυσύχναστες. Υπάρχουν ερημικές θάλασσες για να έχεις την ησυχία σου, αλλά και πολλές με beach bar και τα σχετικά. Στη Μύρινα κολυμπάς άνετα και στον **Ρωμαϊκό Γυαλό** και στα **Ρηχά Νερά**. Αν βγεις παραξέω και με κατεύθυνση νότια από το λιμάνι, θα φτάσεις στο **Πλατύ**. Συνεχίζοντας θα βρεις το **Θάνος**, πάντα απάνεμο, με εξαιρετικά beach bars, όπως το **Costa Costa**. Ακολουθεί ο **Εβγάτης** (έχει και θαλάσσια σπορ), λίγο μετά, και με οδηγίες από τους ντόπιους, μπορείς να νιώσεις πρωτόπλαστος στην **Παρανησιά**. Τα **Φαναράκια**, **Μικρό** και **Μεγάλο**, είναι ταμάρια για παιδιά. Επειδή οι παραλίες είναι άπειρες, θα σταθούμε σε αυτές που δεν πρέπει να παραλείψεις για κανέναν λόγο. Σημειώνω: **Κοκκινόβραχος** εναλλακτικός, **Γομάτι** με τις **Άμμοθίνες** (η Σαχάρα που λέγαμε) πολύ κοντά σου, **Άγιος Ιωάννης**, **Νεφτίνα**, **Ζεματός**, **Χαβούλι**, **Πούντα** και φυσικά

# Λήμνος

Του **Στέλιου Ρόκκου\***



➔ Στη Λήμνο έχω μεγαλώσει. Η μητέρα μου, οι παιδικοί μου φίλοι και γενικά οι ωραιότερες στιγμές που με έχουν συντροφεύσει στη ζωή μου συνδέονται με το νησί. Γεννήθηκα στο **Κοντοπούλι** και μεγάλωσα στο αδερφάτο χωριό **Καλλιόπη** δίπλα στην παραλία **Κέρος**. Εδώ και δέκα χρόνια, που μένω στο νησί, η ζωή μου είναι πολύ δημιουργική, τον χειμώνα αφιερώνω όλο τον χρόνο μου στα γλυπτά από ξύλο και ετοιμάζομαι για την έκθεση του καλοκαιριού, την άνοιξη είμαι πάντα μέσα στο στούντιο για τη μουσική μου. Έχω και την άλλη μου αγάπη, τη θάλασσα και το ψάρεμα, και φυσικά τις συναυλίες μου που μαζεύεται όλο το νησί. Φέτος ειδικά περιμένουμε με μεγάλη ανυπομονησία, στις 20 Αυγούστου, το μεγαλύτερο πάρτι στον **Μούδρο**, το ραντεβού μας που λόγω πανδημίας άργησε πολύ. Υπάρχει ένα ρητό που λέει πως στη Λήμνο όταν πας κλεις μια φορά και όταν φεύγεις δέκα. Πρόκειται για ένα πολύ καθαρό νησί ενεργειακά, έναν σπουδαίο προορισμό που απευθύνεται σε όποιον θέλει να κάνει ουσιαστικές διακοπές, να φάει καλό φαγητό –το ψάρι του Βόρειου Αιγαίου είναι το νοστιμότερο– και να επισκεφτεί εκπληκτικές παραλίες – έχει πάνω από εκατό αμμουδερές, ιδανικές για surf και kitesurf, με πολλές εναλλαγές τοπίων. Δεν είναι τυχαίο που σιγά σιγά ο κόσμος την ανακαλύπτει.

\* Ο Στέλιος Ρόκκος είναι μουσικός και ιδρυτής του *Rockwood by Stelios Rokkos*.



Αστυνομία (Μύρινα): 2254022200  
Λιμεναρχείο: 2254022225  
Δήμος: 2254350000  
Γενικό Νοσοκομείο Λήμνου: 22540 350400



# Σάμος

Του **Αντρέα Λαγού\***



➤ Το νησί μου έχει μεγάλη ιστορία που δυστυχώς δεν είναι ιδιαίτερα γνωστή στον κόσμο, οπότε είναι μεγάλη μου τιμή που μου δίνεται η ευκαιρία να σας «ξεναγήσω» στον τόπο μου. Στη Σάμο γεννήθηκε η Ήρα, η γυναίκα του Δία, ο αστροφυσικός Αρίσταρχος που πρώτος διατύπωσε τη θεωρία για την κίνηση της γης και βεβαίως ο Πυθαγόρας ο μέγας μαθηματικός. Εδώ μπορείτε να επισκεφθείτε δύο μνημεία παγκόσμιας κληρονομιάς: το **Πυθαγόρειο**, ένα αρχαίο οχυρωμένο λιμάνι με αρχαιοελληνικά και ρωμαϊκά μνημεία, καθώς και το **Ηραίο**, τον ναό της Σάμιας Ήρας. Στην αρχαιότητα η Σάμος ήταν εμπορικός προορισμός και το μέρος όπου κατασκευάστηκαν τα πρώτα ελληνικά χάλκινα αγάλματα. Είναι ένα εύφορο και καταπράσινο νησί με ελαιώνες και πευκοδάση που ζουν αρμονικά με τις μοναδικές σε κάλλος παραλίες. Αμέτρητοι και οι παραδοσιακοί ορεινοί οικισμοί που ταξιδεύουν τον επισκέπτη σε εποχές άλλες, τότε που η ποιότητα και οι αξίες είχαν τον πρωταρχικό ρόλο. Η

Σάμος είναι παγκοσμίως γνωστή για τα εκλεκτά τοπικά της προϊόντα και κυρίως για το μοναδικό και εξαιρετικής ποιότητας Σαμιώτικο κρασί. Ευλογημένος ο καρπός από τους αμπελώνες της Σάμου. Δεν είναι τυχαίο ότι η Καθολική Εκκλησία προμηθευόταν οίνο για τη Θεία Ευχαριστία από το νησί μας. Σήμερα, το διάσημο λευκό μοσχάτο (muscat blanc à petits grains) ή μοσχούδι της Σάμου σου σερβίρει τη γλύκα στο ποτήρι. Είναι ωραίο να ξεκινήσεις τη μέρα σου με μια πρωινή υπέροχη βόλτα από τους Βουρλιώτες ή τους Μανωλάτες ή από ένα παραδοσιακό γραφικό καφενείο στο **Καρλόβασι**. Οι επιλογές για μπάνιο είναι πολλές μιας και η Σάμος διαθέτει αμέτρητες και διαφορετικές παραλίες με αμμουδιά, με βότσαλα, με κόσμο ή μοναχικές. **Λεμονάκια**, **Τσαμαδού**, **Τσαμπού**, **Ψιλή Άμμος**, **Μυκάλη**, **Βοτσαλάκια**, **Χρυσή Άμμος**, **Σβάλα** και πολλές άλλες, είναι κάποιες μόνο από αυτές που θα ικανοποιήσουν και τον πιο απαιτητικό επισκέπτη. Ο ευλογημένος τόπος της Σάμου διαθέτει επίσης

εναλλακτικές επιλογές, όπως πεζοπορία στα καταπράσινα δάση δίπλα σε μοναδικά ποτάμια και καταρράκτες. Οι εναλλαγές της θερμοκρασίας εντυπωσιάζουν. Τη μία στιγμή μπορεί να βρίσκεστε σε υψόμετρο 1.400 μ. και την άλλη δίπλα στη θάλασσα. Μεγαλώνοντας σε ένα τέτοιο νησί και μάλιστα μέσα σε μία αγροτική οικογένεια δεν θα μπορούσα να μη θαυμάσω την ελληνική γη, την πρώτη ύλη και τους Έλληνες παραγωγούς. Η μαγειρική μου φιλοσοφία εξάλλου βασίζεται στην ελληνική γη και στην πρώτη ύλη την οποία τιμώ, εκτιμώ και υπηρετώ ανελλιπώς τα τελευταία 20 χρόνια. Όποια εποχή επιλέξετε να επισκεφθείτε το νησί μου, μην παραλείψετε να γευτείτε μοναδικά εδέσματα όπως κατσικάκι γεμιστό, ρεβυθοκεφτέδες, κεσκέκι ή γιορτή, μπουρέκια, γιαπράκια και κρεμμυδοτολμάδες! Η Σάμος σάς περιμένει και θα σας ανταμείψει σε κάθε σας βήμα.

\* Ο Αντρέας Λαγός είναι Nomad Chef.

Στη Σάμο γεννήθηκε η θεά Ήρα, έζησε ο φιλόσοφος Πυθαγόρας και καταφεύγουν κάθε καλοκαίρι όσοι αγαπούν τους καταπράσινους παράδεισους, τις περιπατητικές διαδρομές, την εξαιρετική κουζίνα, το καλό και γλυκό κρασί. Ένα νησί στο οποίο μπορείτε να πρεμψείτε, να περάσετε οικογενειακές στιγμές αλλά όχι μόνο.

## Τι να δεις

Το περίφημο **Ευπαλίνειο Όρυγμα**, το αρχαίο υδραγωγείο που χρονολογείται από τον 6ο π.Χ. αιώνα, βρίσκεται στην περιοχή του **Πυθαγορείου**. Πρόκειται για μια σήραγγα 1.040 μ. που ξεκινά από τη βόρεια πλαγιά του όρους Κάστρου και καταλήγει στη νότια. Πάνω από το Πυθαγόρειο υπάρχει η **Παναγία η Σπηλιανή**, ιερή σπηλιά που αναφέρεται από τη μυθολογία σαν σπηλιά ιερατείου του Απόλλωνα. Να δεις οπωσδήποτε το **Ηραίο**, τον αρχαίο ναό αφιερωμένο στη θεά Ήρα. Αξίζουν τη βόλτα τα ορεινά χωριά **Άμπελος**, οι **Σπαθραιοί**, η **Λέκκα**, οι **Μανωλάτες**, οι **Μυτιληνιοί** και οι **Βουρλιώτες**, ακόμα και για ένα καφεδάκι. Στα πλακόστρωτα σοκάκια του **Μαραθόκαμπου** περνάς μέσα από πέτρινα σπίτια και εκκλησίες. Στο **Καρλόβασι** υπάρχει **Μουσείο Βυρσοδεψίας**. Βόλτες ωραίες έχει και το **Άνω Βαθύ**. Αν σου αρέσει η πεζοπορία, μη χάσεις την ευκαιρία να ανέβεις στα καταπράσινα δάση που βρίσκονται στα βουνά του νησιού. Υπάρχουν χαραγμένα μονοπάτια και αρκετός κόσμος.

## Πού να κολυμπήσεις

**Κοκκάρι**, **Τσαμαδού**, **Λεμονάκια** και **Τσάμπου** πληρούν τα κριτήρια της οργανωμένης παραλίας: πεντακάθαρα, κρύα, βαθιά νερά και λευκά βότσαλα. Τα **Βοτσα-**

**λάκια** είναι γνωστά για τα πολύχρωμα βότσαλά τους. Η **Χρυσή Άμμος** καταληκτική αμμουδιά, η **Ψιλή Άμμος** και η **Μυκάλη** (στα 700 μέτρα από την Τουρκία) είναι εξίσου αμμουδερά καταφύγια, ενώ στο Ποτοκάκι, την παραλία του Πυθαγορείου, δεν θα σου λείψει τίποτα, αφού beach volley, club, δυνατός μουσικής, beach bar, ρακέτες και κοκτέιλ καλούνται όλα τα γούστα. Ρέγγε μουσικές και χαλαρούτα φάση στο **Λιβαδάκι**, για πλιοθεραπεία και απόλυτη ηρεμία αναζήτησε την **Κέρβελ**, για γυμνισμό και υπέροχα νερά τη **Μικρή Τσάμπου**.

## Πού να μείνεις

Κοκκάρι, Πυθαγόρειο και Βαθύ, στην πόλη της Σάμου, αν έχεις κοσμική διάθεση. Μαραθόκαμπος, Κέρβελ και Μυκάλη αν θέλεις το ακριβώς αντίθετο, να πρεμψείς και να τα βρεις με τη φύση. Δύο τηλέφωνα αρκούν για να κλείσεις με μερικές κλήσεις τη διαμονή σου: της **Ενώσης Ξενοδόχων Σάμου - Ικαρίας (2273023973)** και του **Συλλόγου Ενοικιαζομένων Δωματίων - Διαμερισμάτων Σάμου (2273023055)**.

## Πού να φας

Σαμιώτικο ούζο και θαλασσινά μεζέδες σερβίρονται κάτω από τα σκιερά πλατάνια σε μικρές πλατείες χωριών. Ο **Τριαντάφυλλος - Η μικρή πλατεία (2273027860)** είναι το καμάρι του Παλαιόκαστρου, ό,τι πάρεις είναι τέλειο. Το **Μαγαζάκι Που Λέγαμε (2273051264)** στους Μυτιληνιούς είναι επίσης εξαιρετική επιλογή. Πα μεσογειακή κουζίνα και θαλασσινά πήγαινε στους Βουρλιώτες στην **Πέρα Βρύση (2273093277)**, στο **Ακρογιάλι** στο Ηραίο (2273095361), στον **Ορίζοντα** στο Καρλόβασι (2273039457).

- A.V. team



Αστυνομία (Βαθύ): **2273087310**  
Λιμεναρχείο: **2273027318**  
Δήμος (Βαθύ): **(22733) 50100**  
Γενικό Νοσοκομείο Σάμου: **22730 83100**





# Συνέβη στη Θάσο

Του **Γιάννη Ξανθούλη\***

ΦΩΤΟ: ΓΙΩΡΓΟΣ ΟΙΚΟΝΟΜΟΠΟΥΛΟΣ

Το μακρινό 1964 πήγα στη νήσο Θάσο. Το πρώτο μου νησί εκδρομή με το Γυμνάσιο –τότε δεν υπήρχαν «Λύκεια»– να γνωρίσουμε τις μοναδικές ομορφιές ενός νησιού της Βόρειας Ελλάδας. Αυτό ήταν το σκεπτικό.

Στη Θάσο το πετρέλαιο βρισκόταν ακόμη στα έγκατα της γης. Όλο το νησί, καταπράσινο, μοσχοβολούσε πεύκο, ρίγανη και αρχαιοτήτες. Στις αρχαιότητες πρωτοστατούσε το αρχαίο θέατρο ήδη γνωστό από το φεστιβάλ αρχαίου δράματος Φιλιππων-Θάσου.

Η αφεντιά μου ήταν καλά πληροφορημένη. Στο θέατρο της Θάσου ήταν νωπό το πέρασμα του Δημήτρη Παπαμιχαήλ ως Ιππολύτου, αλλά για μένα είχε κι ένα επιπλέον ενδιαφέρον αφού η Θάσος ήταν το νησί του άκρως μοντέρνου συγγραφέα Βασίλη Βασιλικού. Όπως καταλαβαίνετε, ωραία και μαγευτική η φύση, προκλητικές οι χρυσές αμμουδερές παραλίες, οι ρίζες των πεύκων να δροσίζονται από τη θάλασσα κατά θαυμαστό τρόπο, αλλά ο νους μου κάλπαζε πάνω από τη μέντα και τη ρίγανη.

Με ένα φέρι, τον «Πορτοκαλί ήλιο», περάσαμε από την Κεραμωτή στη νήσο αλλά η σχέση μας με το νερό θα ήταν αυστηρά φωτογραφική. Ήταν Μάης δροσερός, στη βόρεια Ελλάδα τα μπάνια ξεκινούσαν Ιούλιο, οπότε ξεδώσαμε με μοσχαράκι γιουβέτσι και το βράδυ κοσμική έξοδο στον κινη-

ματογράφο που πρόβαλε το δαλιανίδειο δράμα «Νόμος 4000» με αιχμηρό θέμα τον τεντιμποισμό. Πρωταγωνιστές η Λάσκαρη, ο Βουλγαρίδης, η Χέλη, ο Διαμαντόπουλος και οι τεντιμποήδες, που πετούσαν γιαούρτια στους καταληγτές.

Στη Θάσο δεν έφαγα ελιές θρούμπες γιατί αγνοούσα τι εστί θρούμπα. Όπως δεν συνάντησα και Βαλκάνιους τουρίστες γιατί το 1964 όλοι τους ήταν μα-ντρωμένοι πίσω από το σιδηρούν παραπέτασμα.

Περιέργως δεν έτυχε να ξαναπάω στην πανέμορφη Θάσο. Όμως τη θυμάμαι γιατί η επιστροφή μας έγινε μέσω Καβάλας. Μανιακός με τον Μάνο Χατζιδάκι έτρεξα σε ένα ενημερωμένο κατάστημα δίσκων για να μάθω αν κυκλοφόρησε το έργο «Καίσαρ και Κλεοπάτρα».

Είχα κάνει αιματηρές οικονομίες για να αγοράσω τον δίσκο. Και τον βρήκα, όπως επίσης και τη μουσική από το φιλμ «Συνέβη στην Αθήνα». Δυστυχώς δεν μου έφτανε το χαρτζιλίκι. Έπαιξα κορώνα-γράμματα και η κορώνα μου έβγαλε «Συνέβη στην Αθήνα».

Με συγκρατημένο ενθουσιασμό επέστρεψα στην Αλεξανδρούπολη αλλά ήδη είχα κάνει το παρθενικό μου ταξίδι σε νησί... με χατζιδικό τρόπο.

\* Ο **Γιάννης Ξανθούλης** είναι συγγραφέας. Το τελευταίο του βιβλίο «Ονειρεύτηκα τη Σανγκάι» κυκλοφορεί από τις εκδ. Διόπτρα.

Σε απόσταση μόλις δύο ώρες από Θεσσαλονίκη, η Θάσος είναι ένα «εύκολο» νησί με δεκάδες επιλογές για κολύμπι σε γαλαζοπράσινα νερά, με βλάστηση και πεύκα για σκιές, και εκατοντάδες γλάρους για να κάνουν διασκεδαστική τη μισάωρη διαδρομή με το πλοίο.

## Τι να δεις

Την αγναντεύεις και γεμίζει το μάτι σου πράσινο. Εάν δεν επισκεφτείς το ορεινό χωριό **Θεολόγος** είναι σαν να μη βρέθηκες στο νησί. Μακεδονική αρχιτεκτονική, πυκνή βλάστηση, παραδοσιακοί οικισμοί με αρχοντικά, αλλά και καλό φαγητό-αν το ψάξεις λίγο γιατί έχει και έντονη «τουριστική» πλευρά. Στα Λιμενάρια, από τα πιο τουριστικά σημεία της Θάσου, σε περιμένει το λαογραφικό μουσείο με συλλογές αρχαιολογικών ευρημάτων από τον 7ο αιώνα π.Χ. Αν πάλι θέλεις να ηρεμήσεις και να δροσιστείς, το **Μικρό και Μεγάλο Καζαβίτι** είναι η σωστή πρόταση. Αν ψάχνεσαι για μονές και ξωκλήσια, οι **Αρχαγγέλου, Παναγιάς και Αγ. Παντελεήμονος** είναι οι πιο χαρακτηριστικές επιλογές (απαιτείται σεμνό ντύσιμο από τους επισκέπτες).

## Πού να κολυμπήσεις

Έχει τουλάχιστον 20 παραλίες – θεές! Οι ακρογιαλιές της θυμίζουν χωρίς υπερβολή εξωτικές παραλίες, τα γαλαζοπράσινα πεντακάθαρα νερά της δένουν αρμονικά με τη σκιά των πεύκων της. Έχουμε και λέμε: **Ψιλή Άμμος** όνομα και πράγμα. **Λιβάδι** για κολυμβητικές εμπειρίες, ένας παράδεισος με τροπική αύρα. **Ποτός**, αν ψάχνεις οργανωμένη παραλία για θαλάσσια σπορ. **Πευκάρη** για πιο κοσμικές εμφανίσεις. **Αλυκή και Παράδεισος** στη νότια πλευρά του νησιού, με πολύ νέο κόσμο. **Χρυσή Ακτή** στη Σκάλα Ποταμιάς και **Χρυσή**

**Αμμουδιά** στη Σκάλα Παναγιάς για... χρυσές αμμουδιές. **Ροσσυγκρεμός** για ερημικές αποδράσεις. **Σκίδια** και **Γκόλια** για περιπέτειες. Πέντε χιλιόμετρα χωματόδρομος, αλλά αξίζει τον κόπο για τη **Σαλιάρη**, μόνο που θα παρκάρεις μακριά. Στα **Μεταλλεία** θα καταλάβεις τι θα πει Θάσος στα καλύτερά της. Σημειώτεον πως με περίμετρο 90 χιλιόμετρα περίπου, μπορείς να κάνεις τον κύκλο του νησιού και κάθε μέρα να «τρυγάς» τις χάρες μιας άλλης παραλίας.

## Πού να μείνεις

Η Θάσος έχει άπειρα καταλύματα, ξενοδοχεία και δωμάτια, αλλά έχει και πολύ κόσμο. Σημειώστε τα πιο χρήσιμα τηλέφωνα: **Ένωση Ξενοδόχων Θάσου** (2593023610), **Σύλλογος Ενοικιαζομένων Δωματίων και Διαμερισμάτων Λιμεναρίων και Μαριών Θάσου** (2593023950), **Ομοσπονδία Ενοικιαζομένων Δωματίων Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης** (2593023950).

## Πού να φας

Η Θάσος έχει φρέσκο ψάρι αλλά και καλά κρέατα, και φυσικά μαγειρευτά μούρλια. Καζαβίτι, Θεολόγος, Λιμένας και Λιμενάρια έχουν άπειρες επιλογές. Στο **Αγκίστρι** (2593051072) στα Λιμενάρια θα μαγειρεύεις με τα θαλασσινά. Εξαιρετικό και το **Κοράλλι** (2593055912) στη Σκάλα Μαριών. Στον **Ανδρέα** στο Κλίσμα, θα φας πάνω στην άμμο ψαράκι ωραιότατο και φρεσκοτάτο. Στη Χρυσή Ακτή υπάρχει η **Κραμπούσα** (2593062190), με τόσο δημιουργικά πιάτα. Στον Θεολόγο, ο **Στέλιος** (2593031451) μαγειρεύει αρνάκι να γλείφεις τα δαχτυλά σου. Φεύγοντας να πάρεις: το περιλάλητο θαλασσινό γλυκό καρυδάκι, το μέλι τους το ξακουστό, τα λάδια, τις ελιές, τα τυροκομικά τους και τη μυρωδάτη ρίγανη. - A.V. team



Δήμος: 2593350100  
Αστυνομία: 2593022500  
Λιμεναρχείο: 2593022106  
Κέντρο Υγείας (Πρίνας): 2593350000



## Για τα μάτια σου μόνο!

Τα καλοκαιρινά φλερτ ξεκινούν με ένα κοίταγμα στα μάτια, γι' αυτό καλό είναι να απασχολείς εγκαίρως από πρηξίματα και μαύρους κύκλους. Με την Κρέμα Ματιών Ανόρθωσης Βλεφάρων της **BEE CERA** που συνδυάζει ενυδάτωση και αντιγηραντική δράση, θα ανακτήσεις το νεανικό και σπινθηροβόλο βλέμμα που σου αξίζει. Η κρέμα καταπολεμά τη χαλάρωση των άνω βλεφάρων, εξομαλύνει τις ρυτίδες στο «πόδι της χίνας» και δίνει φρεσκάδα στην περιοχή των ματιών.



# Σαμοθράκη

Του **Ρένου Χαραλαμπίδη\***

➔ Πρώτη φορά στη Σαμοθράκη το 2002 για τα γυρίσματα της ταινίας «Οι γενναίοι της Σαμοθράκης» του Σταμάτη Τσαρουχά. Λες και βρέθηκα στο χαμένο νησί του Κινγκ-Κονγκ. Αυτό που με εντυπωσίασε είναι ότι ακόμα και το καλοκαίρι, το καταπράσινο όρος **Φεγγάρι** χάνεται μέσα στα σύννεφα. Ήταν, και νομίζω παραμένει, ο απόλυτος Παράδεισος. Ο πολιτισμός έχει φτάσει τόσο όσο χρειάζεται, όχι περισσότερο – αν και οι παροχές είναι εξαιρετικές. Νιώθεις ότι έχεις ταξιδέψει κάπου πολύ μακριά. Δεν είναι τυχαίο που, στην αρχαιότητα, ήταν τόπος μυστηρίου και σκοτεινής λαγνείας (ας θυμηθούμε τα Καβείρια Μυστήρια). Κατά παράξενο τρόπο συνδυάζει το βουνό και τη θάλασσα αλλά και τις διακοπές δίπλα σε καταρράκτες – νομίζω, είναι από τα μοναδικά μέρη στην Ελλάδα που μπορεί να σου το προσφέρει. Να σημειωθεί ότι οι ντόπιοι είναι κοσμοπολίτες νησιώτες: ανοιχτοί αλλά και με ένα τακτ το οποίο χαρακτηρίζει τους Βορειοελλαδίτες. Δεν θα ξεχάσω ποτέ τα δελφίνια που βλέπαμε πηγαίνοντας από την Αλεξανδρούπολη στη Σαμοθράκη, είναι μια τρομερή ευκαιρία να δεις δελφίνια. Όπως αξέχαστη είναι, στις **Κολυμπήθρες**, και η επαφή με το κρύο νερό του καταρράκτη, μια ξεχωριστή αίσθηση στην τελετή του καλοκαιριού. Η αξία της Σαμοθράκης ως προορισμός είναι ότι είναι μακριά για να φτάσεις. Αυτό σημαίνει ταξίδι». Η Σαμοθράκη είναι για τους ταξιδιώτες, όχι για τους τουρίστες.

\* Ο **Ρένος Χαραλαμπίδης** είναι ηθοποιός και σκηνοθέτης. Αυτόν τον καιρό βρίσκεται στα γυρίσματα της νέας του ταινίας «Ο νυχτερινός εκφωνητής» την οποία έγραψε, σκηνοθετεί και πρωταγωνιστεί.

Κατά τη μυθολογία είναι το νησί του Αιόλου. Κατά τον Όμηρο είναι το σημείο από όπου ο Ποσειδώνας παρακολουθούσε τον Τρωικό Πόλεμο. Το μυστηριακό νησί – κατά πολλούς εδώ γεννήθηκαν τα **Καβείρια Μυστήρια** – θα σε μαγέψει με τις θάλασσες και τις βάρθρες του, με τις ακρογιαλίες και την ιστορία του, με τα παραδοσιακά μαγαζάκια του και τους κατοίκους του.

## Τι να δεις

Θα φτάσεις στο λιμάνι, την Καμαριώτισσα, στην οποία θα μείνεις λίγο για να ξεχυθείς μετά στα ορεινά χωριά. Η Χώρα είναι γραφική και αμφιθεατρική, να την περπατήσεις. Πάρε μαζί σου αθλητικά, θα τα χρειαστείς. Αν είσαι τολμηρός, ανέβα στο Φεγγάρι, την κορυφή των 1.695 μέτρων του όρους Σάος. Να πας στις **Βάρθρες της Γριάς** και **Ξεροπόταμου**, στο **Λαογραφικό Μουσείο**, να δεις τον **Γκατσιλούζιο Πύργο**, το **Ιερό των Μεγάλων Θεών** και τα μοναστήρια. Περπάτησε επίσης το **Φαράγγι του Φονιά** και κάνε τον γύρο του

νησιού με καϊκι.

## Πού να κολυμπήσεις

Ο **Βάτος** είναι η πιο διάσημη παραλία και είναι προσβάσιμος μόνο από τη θάλασσα, ή μέσα από ένα δύσβατο φαράγγι. Στην **Παχιά Άμμο** και στους **Κήπους** θα πας με το αυτοκίνητο. Να πας και στην παραλία του **Πύργου του Φονιά**, όπου εκβάλλει ο ομώνυμος χείμαρρος. Μπορείς ωστόσο να κολυμπήσεις και στις διάσημες βάρθρες του νησιού, δηλαδή τα πλατώματα – μικρές φυσικές πισίνες που δημιουργούνται από ρυάκια που πέφτουν σαν μικροί καταρράκτες από το βουνό.

## Πού να μείνεις

Στα θερμά, στο ξενοδοχείο **Κάβειρος** (2551098277) με 70ς αρχιτεκτονική, πολύ καλές τιμές και υποδειγματική ευγένεια. Στην Καμαριώτισσα, το ξενοδοχείο **Αίολος** (2551041595) είναι δίπλα στην παραλία ενώ με 10 λεπτά περπάτημα βρίσκεσαι το λιμάνι. Η **Mariva** (6932437030) είναι χωμένη

μέσα σε μια κατάφυτη περιοχή, δίπλα της υπάρχει και ταβέρνα μερακλίδικη. Η **Ανεμόεσσα** (6948600382), στους Καρυώτες, διαθέτει οικονομικά αλλά αξιοπρεπέστατα δωμάτια, μόλις 10 λεπτά από τις κρυστάλλινες λίμνες. Σε πολύ κοντινή απόσταση από τη Λουτρόπολη των Θερμών, 15 χλμ. από το λιμάνι της Καμαριώτισσας έχει και κάμπινγκ.

## Πού να φας

Θα φας σαμοθρακίωτικο κατσίκακι, είναι γνωστή η νοστιμιά τους. Είτε στη γάστρα είτε ψητό, είναι λουκούμι. Η ταβέρνα **Καρυδιές** (2551098266) στην Άνω Μεριά εκτός από κατσίκακι έχει και ρεβυθάδες και φασολάδες και απ' όλα. Τα ίδια και το **Στενάκι** (2551042032) στη Χώρα. Για νόστιμα ψάρια και θαλασσινά στην Παλαιόπολη στα **Δελφίνια** (2551041619) ή στην Καμαριώτισσα στη **Συνάντηση** (2551041308). – A.V. team



Δήμος: 2551350800  
Αστυνομία: 2551041203,303  
Λιμεναρχείο: 2551 041305  
Κέντρο υγείας: 2551041156





Πολλά χρόνια πριν, όταν ήρθε το καλοκαίρι, φύγαμε με μια παρέα φίλων για την Ελλάδα. Ήμασταν πολύ νέοι αλλά κάποιοι από εμάς (όπως κι εγώ) είχαμε ήδη μικρά παιδιά τα οποία και σύραμε μαζί μας στις διακοπές. Προτιμούσαμε το ελεύθερο κάμπινγκ και αποφεύγαμε τα οργανωμένα. Έτσι κάναμε μια συμφωνία με αγρότες και με αντάλλαγμα λίγες δραχμές μας επέτρεπαν να βάλουμε τις σκηνές μας στο χωράφι τους, ενώ παράλληλα μας προμήθευαν με νερό από το πηγάδι τους.

Μας άρεσε να είμαστε σε επαφή με τη φύση και με την αληθινή ζωή των κατοίκων. Μερικοί από εμάς έχοντας μελετήσει λίγα αρχαία ελληνικά στο λύκειο καταφέραμε να ανταλλάξουμε καμιά κουβέντα με τους Έλληνες. Σε κάθε περίπτωση χάρις στην ευγένεια των κατοίκων δεν υπήρξε ούτε μια ασυνεννοησία. Θέλοντας να συνεννοηθούμε, τα καταφέραμε πάντα. Με αυτόν τον τρόπο γνωρίσαμε εξαιρετικούς ανθρώπους και είδαμε μέρη θαυμαστά σε πολλά σημεία της Ελλάδας: γι' αυτό μου είναι δύσκολο να αναφέρω κάποιο.

Ίσως δεν είναι το πιο γοητευτικό μα σίγουρα είναι το μέρος που ζήσαμε την πιο αξέχαστη περίπτωση, βρίσκεται στο ακρωτήριο της

Χαλκιδικής, όχι μακριά από τον νέο **Μαρμαρά**. Στο βάθος ενός χωματόδρομου που έμοιαζε με την όρμη ενός χειμάρρου, φτάσαμε σ' ένα μικρό ακρωτήριο, αμμώδες και τελείως έρημο. Τίποτα δεν υπήρχε εκεί εκτός από ένα χωριατόσπιτο καμιά εκατοστή μέτρα από τη θάλασσα. Στο μέσο του όρμου ακριβώς στο κέντρο, ούτε διακόσια μέτρα από την ακτή ήταν ένα μικρό νησάκι, λίγο πιο μεγάλο από έναν βράχο γεμάτο από πεύκα. Ήταν πραγματικά μικρό: μόνο δέντρα και κανένα ίχνος ανθρώπινης παρουσίας. Υπήρχαν όμως πολλά κουνέλια, όπως ανακαλύψαμε αργότερα. Έτσι μια και ανάμεσα στον εξοπλισμό μας είχαμε ένα μικρό φουσκωτό βαρκάκι μεταφέραμε τις σκηνές μας και τα υπάρχοντα μας στο νησί, ενώ για τις προμήθειές μας από τρόφιμα και νερό βασιζόσασταν στο σπίτι των αγροτών που όπως πάντα στην Ελλάδα ήταν φιλόξενοι και γενναιοδωροί. Κατεβαίναμε στην ακτή κολυμπώντας ή αν έπρεπε να μεταφέραμε βαριά πράγματα, όπως τροφές, με το βαρκάκι. Για καμιά εβδομάδα δεν ανεβήκαμε σε αμάξι και από Ελλάδα δεν βλέπαμε τίποτα άλλο παρά μόνο τον όρμη «μας». Βλέπαμε τα πρόβατα στην ακτή πολύ νωρίς το πρωί να δροσίζονται στο νερό. Βλέπαμε μια ομάδα από δελφίνια να περνάνε στα ανοιχτά και πολλά ψάρια στον βυθό του νησιού. Ακούγαμε κοντσέρτο από τζίτζικια

που σε στιγμές σε ξεκούφαινε. Το βράδυ, όταν επιτέλους έπεφτε η σιωπή, ο ουρανός γέμιζε από τόσα πολλά αστέρια, που ποτέ δεν είχαμε ξαναδεί.

Για πρώτη φορά στη ζωή μας ήμασταν οι κυρίαρχοι ενός ολόκληρου νησιού, όχι μεγαλύτερου από ένα μικρό κήπο, αλλά ήμασταν οι μόνοι κάτοικοι του εκτός από τα κουνέλια. Τελειώνοντας αυτές τις λίγες γραμμές θέλησα να δω μέσω των σύγχρονων ψηφιακών μέσων τι έχει γίνει αυτό το μέρος σήμερα. Ομολογώ ότι ύστερα από τόσα χρόνια φοβόμουν το χειρότερο. Αντίθετα, ανακάλυψα πως το νησάκι και ο όρμος είναι ακόμα εκεί σχεδόν αναλλοίωτα. Μόνο ο δρόμος έχει ασφαλτο, το σπίτι έχει γίνει ταβέρνα και το γύρω χωράφι έχει ένα μικρό κάμπινγκ. Στο νησί υπάρχουν ακόμα τα πεύκα.

*\* Ο Vittorio Giardino είναι Ιταλός κομίστας. Φέτος κυκλοφόρησε στα ελληνικά από τις εκδόσεις Jemina Press το κόμικς του "No Pasarán!" σε μετάφραση Γαβριήλ Τομπαλίδη. Φιλοτέχνησε το εξώφυλλο του τεύχους 824 της Athens Voice με σχέδιο από τη Χαλκιδική.*

# Χαλκιδική

Του **Vittorio Giardino\***





Δεν είναι νησί, αλλά έχει όλες τις χάρες ενός νησιού. Με το αυτοκίνητο θα εκδράμεις και στα τρία πόδια της, που το καθένα έχει τις ομορφιές του. Στο πρώτο πόδι θα παρτάρεις, στο δεύτερο θα ερωτευτείς, στο τρίτο θα ηρεμήσεις. Νοίκιασε και βάρκα από την **Ουρανούπολη** για να νιώσεις για μερικές ώρες караβοκύρης!

#### Τι να δεις

Θάλασσες και πευκόφυτα τοπία κατά κύριο λόγο. Αν είσαι των εκδρομών, πήγαινε οπωσδήποτε στην ορεινή και παραδοσιακή **Αρναία**, στον **Παρθενώνα** και την **Άνω Νικήτη**. Παραδοσιακό κομμάτι έχει και η **Άφυτος**, στο πρώτο πόδι, που θα πας για ένα ποτάκι έτσι κι αλλιώς αν μένεις στην **Κασσάνδρα**. Μπορείς να κάνεις το λουτρό σου στα **Λουτρά της Αγίας Παρασκευής**.

#### Πού να μείνεις

Παντού! Η Χαλκιδική έχει άπειρα καταλύματα, ενοικιαζόμενα δωμάτια, ξενοδοχεία και πολλά κάμπινγκ. Για ξενοδοχεία ψάξε εδώ: [www.halkidiki-hotels.gr](http://www.halkidiki-hotels.gr). Για ενοικιαζόμενα δωμάτια επικοινωνήστε με την **Ομοσπονδία Τουριστικών Καταλυμάτων Χαλκιδικής** (2371 024992).

#### Πού να κολυμπήσεις

Παντού! Και παντού θα αναφωνήσεις αυτό που λένε οι Θεσσαλονικείς: σαν τη Χαλκιδική δεν έχει. Από πρώτο πόδι γράψε: **Σάνη, Καλλιθέα, Χανιώτη**,



## Summer Guide '22

**Παλιούρι** στη μύτη, **Ποσειδί, Σκιώνη, Σίβηρη, Φούρκα**. Ανάμεσα σε πρώτο και δεύτερο πόδι υπάρχει ο **Άγιος Μάμας**. Στο δεύτερο πόδι μαγεία είναι το **Κριαρίτσι**, οι **Καβουρότρυπες**, ο **Μαρμαράς**, το **Καλαμίτσι** με το ομώνυμο κάμπινγκ, η **Βουρβουρού** (στην παραλία των Καθηγητών και το Καρύδι), η **Τρανή Αμμούδα**, η τεράστια παραλία **Συκιάς**. Στο τρίτο πόδι σημείωσε: **Κομίτσα, Ουρανούπολη, Δεβελίκι, Αμμουλιανή, Κακούδια, Ιερισσός, Νέα Ρόδα**, πέριξ των **Πυργαδικίων**.

#### Πού να φας και να πιεις

Στη **Μασσαλία** οπωσδήποτε. Από φέτος έχει δύο παραρτήματα στη Χαλκιδική. Το ολοκαίνουργιο στη **Νέα Καλλιόρα** (Μυκονιάτικα, 2399035000) και το παλαιότερο, στην πλατεία της **Νέας Φώκαιας** (2374081008). Θα βρεις ντόπια και χειροποίητα προϊόντα με γεύσεις και συνδυασμούς ασυναγώνιστα γκουρμέ. Γκουρμέ ξεχωριστό θα δοκιμάσεις και στη διάσημη **Μαργιούλα** (2371023171) του Πολύγουρου, απέναντι από τη Νομαρχία. Σουβλάκια εξάισια σερβίρει ο **Μιλτιάδης** (2371096079) στον Άγιο Πρόδρομο, όπως και ο Σάκης στα Κοκκινόγια (2371096282). Θρυλική επίσης η πιτσαρία **Οβελίς** (2375091028) της Βουρβουρούς με τις τεράστιες μερίδες. Θα πιεις ποτό και θα δεις ηλιοβασιλέμα α λα Σαντορίνη στο **Ethnik** (6937380554) στην Τριτσινίκα. - A.Y. team



Αστυνομία (Πολύγουρος): **2371 021610**  
Κέντρο Υγείας Ν. Μουδανιών: **23730 22222**  
Κέντρο Υγείας Αγ. Νικολάου: **23750 31789**  
Λιμεναρχείο Ιερισσού: **23770 22666, 22576**

# Kiton ΚΑΙ SANI RESORT

## ΜΙΑ ΥΨΗΛΟΥ ΕΠΙΠΕΔΟΥ ΣΥΝΕΡΓΑΣΙΑ



Η KITON, η βελγική ναυπηγική εταιρεία ενδυμάτων, σε συνεργασία με το περίφημο Sani Resort δημιουργεί και φέτος μια pop-up boutique με ανδρικά και γυναικεία ρούχα ιδιαιτέρως 18 Ιουλίου - Κυριακή 7 Αυγούστου στο Fresco Wine Bar στο Sani Dunes. Ένας χώρος υψηλής αισθητικής και κομψότητας, όπου οι πελάτες του SANI θα ανακαλύψουν σε πρώτη παγκόσμια παρουσίαση τη νέα συλλογή υφασμάτων και μοντέλων της KITON για το φθινόπωρο και τον Χάρμα 2022-2023 και θα έχουν την ευκαιρία να κάνουν τις ειδικές παραγγελίες τους κατά τη διάρκεια του KITON made to measure show for Fall / Winter 2022-2023 (27 Ιουλίου έως 2 Αυγούστου). Το εξεζητημένο προσωπικό της KITON θα προσφέρει το προσωπικό εκεί για να προσφέρει τις όπως πάντα οριστες υπηρεσίες του.

[www.mahjong-boutique.gr](http://www.mahjong-boutique.gr)  
IG: mahjongboutique  
FB: MahjongBoutique



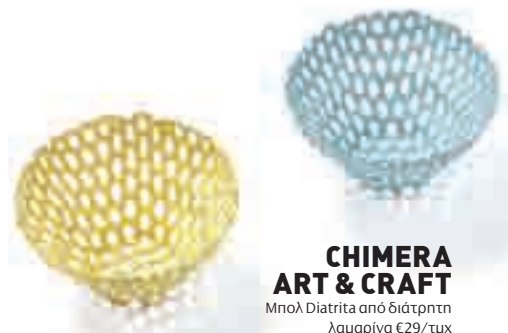


**CHORA MYKONOS**  
Ομπρέλα από σχοινί και ξύλο €1250



**REMIXSHOP.COM**  
Φόρεμα Vanessa Bruno €88,45

**HUAWEI**  
Smartwatch  
Huawei GT3 Pro



**CHIMERA ART & CRAFT**  
Μπολ Diatrita από διάτρηση λαμαρίνα €29/τμχ



**TEZENIS**  
Μικίνι, σουτιέν €16,99



**BEE CERA**  
Κρέμα ημέρας για πρόσωπο και λαιμό 5 σε 1



**FUJIFILM**  
Φορητός  
εκτυπωτής  
instax Link Wide



**ΤΗΣ ΜΑΡΓΑΡΙΤΑΣ**  
Χειροποίητο σαπούνι «Μελτέμ» με πορτοκάλι, κανέλα, τζιντζερ €6



**CALZEDONIA**  
Μικίνι, σουτιέν €20/ σλιπ €10



**CONVERSE**  
Γυναίκεια sneakers



**TED BAKER**  
Φλοράλ  
φόρεμα



**POM PON**  
Υγρά μαντιλάκια ντεμακιγιάζ με φυτικό κολλαγόνο και χρυσό



**SWATCH**  
Ρολόι Power of Peace, από τη σειρά Bioceramic Flower Power €90



**LA ROCHE POSAY**  
Αντηλιακό Anthelios SPF50+



**YOUTH LAB.**  
Μάσκα ματιών για μαύρους κύκλους και δυσχρωμίες €29,76

# Όλα μοιάζουν καλοκαίρι!

Επιμέλεια: **TANIA ΔΕΛΗ**





# Books & beaches!

Η ATHENS VOICE σου προτείνει βιβλία  
για το πλοίο, το νησί και τις παραλίες.  
Καλό αναγνωστικό καλοκαίρι!

ΤΟΥ ΣΤΕΦΑΝΟΥ ΤΣΙΤΣΟΠΟΥΛΟΥ





## ΞΕΝΗ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ

**Σάλλυ Ρούνεϋ,** Όμορφε κόσμε, πού είσαι, εκδόσεις Πατάκη

Είναι το τρίτο πολυαναμενόμενο μυθιστόρημα της Ρούνεϋ. Ο τίτλος προέρχεται από τον στίχο «Schöne Welt, wo bist du?» του ποιήματος «Die Götter Griechenlandes» («Οι θεοί της Ελλάδας») του Friedrich Schiller. Η Άλις, νεαρή συγγραφέας, γνωρίζει τον Φίλιξ, που εργάζεται σε αποθήκη στην ιρλανδική επαρχία, και του προτείνει να τη συνοδεύσει σε ένα ταξίδι στη Ρώμη. Στο Δουβλίνο, η καλύτερή της φίλη, η Αϊλίν, προσπαθεί να ξεπεράσει τον χωρισμό της φλερτάροντας με τον Σάιμον, που τον ξέρει από παιδί. Η Άλις, ο Φίλιξ, η Αϊλίν και ο Σάιμον είναι ακόμα νέοι, όμως η ζωή τους προσπερνάει σιγά σιγά. Ερωτεύονται ο ένας τον άλλο, εξαπατούν ο ένας τον άλλο, σμίγουν, χωρίζουν, τους προβληματίζουν το σεξ, η φιλία, ο κόσμος στον οποίο ζουν. Βρίσκονται άραγε μέσα στο τελευταίο «φωτεινό δωμάτιο» του πριν πέσει για πάντα το σκοτάδι; Γίνονται μήπως αυτόπτες μάρτυρες κάποιας μεγάλης αλλαγής; Θα βρουν τον τρόπο να πιστέψουν πως όντως εκεί έξω υπάρχει ένας όμορφος κόσμος;

**Emily Henry,** Άνθρωποι που συναντάμε στις διακοπές, εκδόσεις Διόπτρα

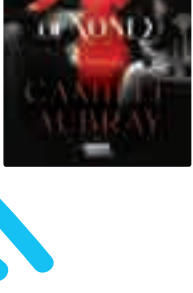
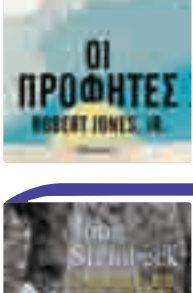
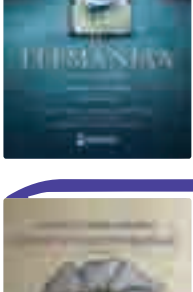
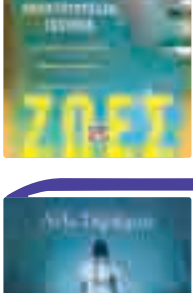
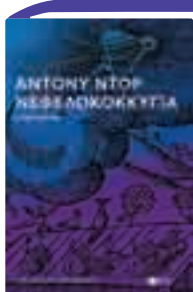
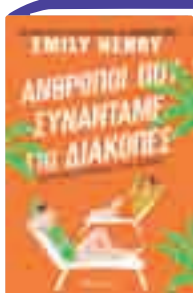
Η Πόπι και ο Άλεξ δεν έχουν τίποτα κοινό: εκείνη, ταξιδιωτική συντάκτρια στη Νέα Υόρκη, αγαπάει την περιπέτεια, αντίθετα με εκείνον που προτιμάει να κάθεται σπίτι με συντροφιά ένα καλό βιβλίο. Όλα ανάμεσά τους ξεκίνησαν την πρώτη τους χρονιά στο πανεπιστήμιο, όταν τυχαία έκαναν μαζί το ταξίδι της επιστροφής στο σπίτι για τις καλοκαιρινές διακοπές. Έκτοτε και για μια δεκαετία, ήταν σαν παράδοση ανάμεσά τους να περνούν μαζί μια περιπετειώδη εβδομάδα διακοπών. Μέχρι που δύο χρόνια πριν καταστράφηκαν τα πάντα και από τότε δεν έχουν ξαναμιλήσει. Υπάρχει μια ευκαιρία να ερωτευτούν, αφού η Πόπι, που έχει όλα όσα είχε ποτέ θελήσει, νιώθει ένα κενό. Η τελευταία φορά που ένωσε αληθινά ευτυχισμένη ήταν δύο καλοκαίρια πριν, σε εκείνο το μοιραίο ταξίδι με τον Άλεξ κι ας πήγαν στο τέλος όλα στραβά. Με αυτή την αφορμή αποφασίζει να παρακινήσει τον κολλητό της να κάνουν ένα ακόμα ταξίδι μαζί και -ω του θαύματος!- εκείνος συμφωνεί. Τι θα μπορούσε να πάει στραβά;

**Roberto Bolaño - A. G. Porta,** Συμβουλές από έναν μαθητή του Μόρρισον σε έναν φανατικό του Τζόους - Ημερολόγιο μπαρ, εκδόσεις Άγρα

Στον Άνχελ Ρος αρέσει ο κίνδυνος, ο Τζόους και ο Τζιμ Μόρρισον και θέλει να γίνει συγγραφέας. Ένα καλοκαίρι στη Βαρκελώνη, γνωρίζεται με την Άννα, μια εκκεντρική Νοτιοαμερικανή. Την ακολουθεί σαν ίσκιος της στα πιο σκοτεινά άκρα ή εκεί που τη σέρνει η τρέλα, παγιδευμένος ανάμεσα στη μουσική και την ψυχεδέλεια που τον συνεπαίρνουν και στην ηρεμία της λογικής σκέψης: ανάμεσα στον Τζιμ Μόρρισον και στον Τζέιμς Τζόους. Το βιβλίο είναι το οραματικό ημερολόγιο ενός νεαρού ήρωα-αντιήρωα, μια περιπέτεια αλά Μπόφι και Κλάιντ, ή σαν το «Με κομμένη την ανάσα» του Ζαν-Λικ Γκοτνάρ. Γραμμένο με τέσσερα χέρια στις αρχές της δεκαετίας του '80, οι Ρομπέρτο Μπολάνιο και Α. Γκ. Πόρτα ένωσαν το ταλέντο τους για να φτιάξουν μαζί μια ρουλ ιστορία. Η έκδοση συμπληρώνεται από το Ημερολόγιο μπαρ και ένα κείμενο του Α. Γκ. Πόρτα, στο οποίο αφηγείται, πάνω από τριάντα χρόνια αργότερα, την εμπειρία τού να γράφεται με τέσσερα χέρια ένα βιβλίο με τον Ρομπέρτο Μπολάνιο.

**Άντονι Ντορ,** Νεφελοκοκκυγία, εκδόσεις Πατάκη

Η ορφανή δεκατρίαχρονη Άννα ζει μέσα στα τείχη της Κωνσταντινούπολης σε ένα σπίτι με γυναίκες που κεντούν άμρια. Μαθαίνει να διαβάζει και, στην πόλη που φημίζεται για τις βιβλιοθήκες της, ανακαλύπτει ένα βιβλίο: την ιστορία του Αίθωνα, που λαχταρά να μεταμορφωθεί σε πουλί για να μπορέσει να πετάξει σε έναν ουτοπικό παράδεισο στον ουρανό. Έξω από τα τείχη βρίσκεται ο Ομίρ, ένα χωριό από το οποίο, που επιστρατεύτηκε στον στρατό του σουλτάνου. Οι δρόμοι τους διασταυρώνονται. Πεντακόσια χρόνια αργότερα, σε μια βιβλιοθήκη στο Άινταχο, ο ογδονταεξάχρονος Ζίνο, που έμαθε ελληνικά ως αιχμάλωτος πολέμου, ετοιμάζει μια θεατρική διασκευή της ιστορίας του Αίθωνα•



διασώθηκε ως εκ θαύματος μέσα στους αιώνες. Κρυμμένη στα ράφια της βιβλιοθήκης βρίσκεται μια βόμβα, που τοποθέτησε ένας θυμωμένος ιδεολόγος έφηβος, ο Σέιμور. Και σε ένα όμι και τόσο μακρινό μέλλον, στο διαστρικό σκάφος Άργος, η Κόνσταντ, μέσα σε μια κάψουλα, αντιγράφει πάνω σε κομμάτια από σάκουσ την ιστορία του Αίθωνα, που της διηγήθηκε ο πατέρας της. Πώς συνδέονται όλοι με όλους μέσα σ' αυτό το βιβλίο-μωσαϊκό;

**Αμπντουλραζάκ Γκούρνα,** Άλλες ζωές, εκδόσεις Ψυχογιός

Δραπετεύοντας από το χωριό του, που ταλανίζεται από φτώχεια, πείνα και λοιμούς, ο νεαρός Ιλιάς φτάνει σε μια μικρή παραθαλάσσια πόλη, όπου παρακολουθεί την παρέλαση των Δυνάμεων Ασφαλείας στη Γερμανική Ανατολική Αφρική. Χρόνια αργότερα, το 1914, ενώ επικείται ο μεγάλος πόλεμος μεταξύ Βρετανών και Γερμανών, στην Τάνγκα της Τανζανίας, ο Ιλιάς κατατάσσεται στον γερμανικό στρατό, που αποτελείται κυρίως από Αφρικανούς μισθοφόρους. Υπόσχεται στη μικρή του αδελφή πως σύντομα θα επιστρέψει, όμως η υποσχέση του δε θα εκπληρωθεί ποτέ. Το μυστήριο για το τι απέγινε ο Ιλιάς θα σκιάζει τη ζωή της Αγίγια. Όσπου γνωρίζει τον Χάμζα, έναν γενναίο δωρο και ονειροπόλο λιποτάκτη που κατάφερε να διαφύγει από τη φρίκη του πολέμου. Οι δυο τους θα ζήσουν μια αναπάντεχη ιστορία αγάπης. Συνδυάζοντας ιστορικά στοιχεία σε μια συγκινητική μυθοπλασία, ο Αμπντουλραζάκ Γκούρνα μάς προσφέρει ένα λογοτεχνικό έργο για την Αφρική, την κληρονομιά της αποικιοκρατίας, τις φρικαλεότητες του πολέμου, καθώς και για τις απροσμέτρητες αντιφάσεις της ανθρώπινης φύσης.

**Αίλις Γκράχαμ,** Η Γερμανίδα, εκδόσεις Μίνωας

Μια ιστορία ζωής και επιβίωσης, βασισμένη σε αληθινά γεγονότα από τη συγγραφέα Του παιδιού του Άουσβιτς, εμπνευσμένη από την ιστορία της Λέσχης Ραπτικής Έλσινορ, το κωδικό όνομα μιας ομάδας ανθρώπων που έσωσαν τη ζωή περίπου 700-1.400 Δανών, βοηθώντας τους να δραπέτευσουν από την κατεχόμενη πατρίδα τους. Αμβούργο 1938: Η δεκαπεντάχρονη Άστα επιστρέφει σπίτι από το σχολείο μαζί με τον δίδυμο αδελφό της Πιούργκεν. Μια συνάδελφος από την κλινική όπου εργάζεται η μητέρα τους τους προειδοποιεί ότι οι Γερμανοί στρατιώτες πήραν με τη βία τους γονείς τους και τους συμβουλεύει να κρυφτούν. Τα δύο αδέρφια αναγκάζονται να κάνουν το επικίνδυνο ταξίδι από τη Γερμανία στη Δανία, για να φτάσουν στον μοναδικό εν ζωή συγγενή τους, τη θεία Τρίνε, μια γυναίκα που γνωρίζουν ελάχιστα. Όταν οπλισμένοι φρουροί πιάνουν τον Πιούργκεν και η Άστα ξεφεύγει, το μόνο που της μένει είναι να γαντζωθεί από την ελπίδα. Κάποτε θα ξαναβρεί τον δίδυμο αδελφό της, το άλλο της μισό. Όποιο κι αν είναι το τμήμα που πρέπει να πληρώσει...

**Καρίνα Σάινθ Μπόργκο,** Θα 'ναι νύχτα στο Κάρakas, εκδόσεις Πατάκη

Με το πρώτο της μυθιστόρημα, η δημοσιογράφος Καρίνα Σάινθ Μπόργκο έγινε η μεγάλη λογοτεχνική είδηση της χρονιάς σε όλο τον ισπανόφωνο κόσμο χάρις στην ιστορία της κεντρικής πρωιάς της, της Αδελαΐδας. Μεγάλωσε μόνη με τη μητέρα της σε μια ευημερούσα Βενεζουέλα, που υποδεχόταν τους πρόσφυγες που κατέφευγαν εκεί σε αναζήτηση μιας καλύτερης ζωής. Στα τριάντα οκτώ της χρόνια τα πράγματα έχουν αλλάξει δραματικά, ο θάνατος της μητέρας της θα την αφήσει ολομόναχη στον κόσμο, αντιμέτωπη με μια πρωτόγνωρη κατάσταση στην πόλη της, αφού το Κάρakas μοιάζει να βυθίζεται στη βία και στον παραλογισμό. Όταν το σπίτι της καταληφθεί από μια ξέφρενη ομάδα γυναικών, η Αδελαΐδα θα χτυπήσει την πόρτα της γειτόνισσάς της χωρίς να πάρει απάντηση. Η Αουρόρα Περάλτα, η επανομαζόμενη «κόρη της Ισπανίδας», είναι νεκρή. Στο τραπέζι του σαλονιού ένα γράμμα της ανακοινώνει την έκδοση ισπανικού διαβατηρίου. Πόσο μακριά θα φτάσει η Αδελαΐδα για να σωθεί από μια χώρα που καταρρέει;

**Robert Jones, Jr.,** Οι προφύτες, εκδόσεις Διόπτρα

Ο Αϊζάια ήταν του Σάμιουελ και ο Σάμιουελ του Αϊζάια. Έτσι ήταν από την αρχή κι έτσι θα ήταν ως το τέλος. Στον στάβλο φρόντιζαν τα ζώα αλλά

κι ο ένας τον άλλο, κάνοντας την άδεια καλύβα καταφύγιο ανθρωπιάς, τρυφερότητας και ελπίδας σε έναν κόσμο που τον όριζαν σκληροί αφέντες. Όταν ένας σκλάβος προσπάθησε να κερδίσει την εύνοια του αφέντη κηρύττοντας τη θρησκεία του στη φυτεία, οι σκλάβοι στράφηκαν ο ένας εναντίον του άλλου. Και η αγάπη του Αϊζάια και του Σάμιουελ έγινε ξαφνικά αμαρτία και απειλή για την αρμονία της φυτείας. Μ' έναν λυρισμό που θυμίζει Τοπί Morrison, ο Robert Jones, Jr. δίνει φωνή σε σκλάβους και αφέντες μιας φυτείας του αμερικανικού Νότου. Καθώς το βάρος αιώνων συσσωρεύεται και η ένταση αυξάνεται προς μια σαρωτική κορύφωση, το βιβλίο αποκαλύπτει την κληρονομιά της οδύνης και των βασάνων, αλλά ταυτόχρονα δονείται από ομορφιά, αλήθεια και την τεράστια, ηρωική δύναμη της αγάπης.

**Steinbeck John,** Ταξίδια με τον Τσάρλι - Αναζητώντας την Αμερική, εκδόσεις Παπαδόπουλος

Ένα οδοιπορικό στην Αμερική της δεκαετίας του 1960. Σε πρώτο πρόσωπο ο Τζον Στάινμπεκ αφηγείται την προσπάθειά του να ανακτήσει τη χαμένη νιότη του και να γνωρίσει εκ νέου τη χώρα του, περιγράφει πώς ταξίδεψε με ένα ειδικά διαμορφωμένο ημιφορτηγό, τον Ροσινάντε, και με σύντροφους τον σκύλο του Τσάρλι. Οι περιπελανήσεις του ξεκινούν από το Λονγκ Άιλαντ της Νέας Υόρκης και φτάνουν στον Ειρηνικό ωκεανό. Στη διαδρομή, κάνει διάφορες σκέψεις για την ίδια την Αμερική και τον πολιτισμό της, οι οποίες αποδείχθηκαν προφητικές και παραμένουν επίκαιρες.

**Ελίζαμπεθ Νομλ,** Οικογενειακές διακοπές, εκδόσεις Μίνωας

Μια ευχάριστη, τρυφερή ιστορία για την αξία της οικογένειας. Πρωταγωνιστεί ο Τσάρλι, που αποφασίζει να γιορτάσει τα ογδοοκτώ του γενέθλια με την οικογένειά του. Το πρόβλημα όμως είναι ότι από τότε που έχασε τη σύζυγό του, τον πραγματικό σύνδεσμο της οικογένειας Τσάμπερλεν, οι ζωές των παιδιών του έχουν διαμορφωθεί κατά τέτοιο τρόπο, που ακόμα και μια ολιγοήμερη επανένωση φαντάζει με θαύμα. Η κόρη του η Λόρα είναι χωρισμένη, ενώ ο έφηβος γιος της αντιμετωπίζει μια πολύ σοβαρή κατηγορία. Οι γιοι του Τσάρλι δεν βρίσκονται σε καλύτερη θέση: ο Σκοτ παρτέυτηκε πρόσφατα, απέκτησε δύο θετές κόρες και εργάζεται πυρετωδώς στη Νέα Υόρκη όπου πηγαioέρχεται. Ο Νικ ταλαιπωρείται από τον τραγικό χαμό της γυναίκας του και προσπαθεί με νύχια και με δόντια να τα βγάλει πέρα μόνος με τα τρία μικρά παιδιά τους. Η οικογένεια Τσάμπερλεν καλείται να ανακαλύψει επιτέλους τι είναι αυτό που τους ενώνει όλους σε δέκα μόνο μέρες. Πόσο δύσκολο μπορεί να είναι;

**Γιώργος Αναγνωστόπουλος,** Δεύτερος Παγκόσμιος Θόρυβος - Μικρές ιστορίες από τον χώρο της ακραίας μουσικής, εκδόσεις Διάυλος

Ένα δωμάτιο με ένα τραπέζι και μια καρέκλα, υπολογιστές με δεκάδες κωδικούς πρόσβασης, γκρεμισμένοι τοίχοι, άνθρωποι ταγμένοι σε έναν και μοναδικό στόχο, μετα-αποκαλυπτικά concept με πραγματικές κατασκευές, ανήλιαγα υπόγεια δίκτυα χιλιόμετρα, καταστραμμένα αρχεία και σβησμένες πληροφορίες, ευφάνταστες ηχογραφήσεις με πρωτόγονα μέσα, διακρύψεις μίσους, μικρές ιστορίες από τον χώρο της ακραίας μουσικής. Ιστορίες σε απίθανα μέρη, απαγορευμένες περιοχές, δυσονότα μηνύματα και αποφθέγματα. Χαοτικές αντιλήψεις και ιδέες. Άλλες πιο γνωστές, άλλες εντελώς άγνωστες. Όλες όμως στα όρια της υπερβολής. Όλες στα δυσδιάκριτα όρια μεταξύ ψέματος και αλήθειας, όλες στον ρυθμό της μουσικής.

**Camille Aubray,** Οι Νονές, εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα

Η Φιλομένα, μια χαρισματική και πολυμήχανη μετανάστρια με ένα βαρύ μουσικό που κουβάλησε στις αποσκευές της από την πατρίδα της την Ιταλία. Η Αρμί, μια όμορφη και ρομαντική Γαλλίδα που δραπετεύει βίαια από έναν κακοποιτικό σύζυγο διεκδικώντας μια νέα αρχή. Η Λούσι, μια πειθαρχημένη με ευαισθητή Ιρλανδή νοσοκόμα που παλεύει μόνη να χτίσει μια ζωή στην αφιλόξενη Νέα Υόρκη. Και η Πετρίνα, γοητευτική και καλλιεργημένη, με ζωή που πολλές θα ήθελαν, αλλά με ένα μουσικό που της



**Ρον:**

Ποιος γουστάρει  
μια ωραία  
καθιστική διαμαρτυρία  
κι ένα τσαγάκι;

**Ιμπραϊμ:**

Το φυσιολογικό είναι  
απατηλή έννοια.

**RICHARD  
OSMAN**



**Ο άνδρας  
που  
πέθανε  
ΔΥΟ  
ΦΟΡΕΣ**

*Μια ετερόκλητη παρέα.*

*Ένας ακόμα  
σοκαριστικός φόνος.*

*Γνωρίστε τα μέλη  
της Λέσχης Φόνων  
της Πέμπτης*

**Τζόις:**

Ξέρω τη διαφορά  
μοναχικής ζωής  
και μοναξιάς.  
Υπάρχει θεραπεία.

**Ελίζαμπεθ:**

Φαντάσου  
να κάνουμε πάντα  
μόνο αυτό που πρέπει.



Ένας κόσμος λογοτεχνίας

[www.psichogios.gr](http://www.psichogios.gr)





καίει την καρδιά. Όταν διαβόητοι γκάγκστερ όπως ο Λάκι Λουτσιάνο και ο Φρανκ Κοστέλο μπαίνουν στη ζωή τους, οι τέσσερις Νονές, δεμένες άρρηκτα με έναν όρκο σιωπής, αφήνουν στην άκρη έριδες και ανταγωνισμούς και ενώνονται σαν μια γροθιά για να προστατεύσουν τους αγαπημένους τους και να ανοίξουν το δικό τους μονοπάτι προς το μέλλον που πάντα ονειρεύονταν. Φανταστικοί χαρακτήρες και ιστορικά πρόσωπα υφαίνουν μια υποβλητική ιστορία δύναμης, θέλησης και γυναικείας διεκδίκησης που διαδραματίζεται στα πιο επικίνδυνα αλλά και συναρπαστικά χρόνια του 20ού αιώνα.

**Stephanie Land,** Οικιακή βοηθός, εκδόσεις Κλειδάριθμος

«**Η** κόρη μου έμαθε να περπατάει σε καταφύγιο αστέγων». Έτσι ξεκινάει η «Οικιακή βοηθός», η δυνατή, συγκινητική και εντέλεια εμπυκτική αληθινή ιστορία της Στέφανι Λαντ. Έγινε αναπάντεχα μητέρα στα 28 της, δούλεψε ατελείωτες ώρες ως καθαρίστρια για να παρέχει στέγη στην κόρη της, καθάριζοντας τις τουαλέτες των πλουσίων, ενώ προσπαθούσε να τα βγάλει πέρα με τις σπουδές της, την επιδοτούμενη στέγαση και μια σωρεία κρατικών επιδομάτων. Μέσα σε όλα αυτά, η Στέφανι έγραφε τις ιστορίες που δεν λέγονταν, τις ιστορίες εκείνων που κυνηγούν το αμερικανικό όνειρο, δουλεύουν μέχρι εξάντλησης και αμείβονται ελάχιστα. Έγραφε για να μην ξεχάσει τον αγώνα, για να καταρρίψει τις βαθιά ριζωμένες προκαταλήψεις για τους φτωχούς εργαζόμενους. Το αποτέλεσμα είναι αυτό το ειλικρινές και αριστοτεχνικά γραμμένο βιβλίο, που αποκαλύπτει τη σκοτεινή αλήθεια για όσα χρειάζεται να κάνει για να επιβιώσεις και τελικά να τα καταφέρεις στη γεμάτη ανισότητες κοινωνία μας.

**Hugh Howey,** Σκόνη, εκδόσεις Anubis

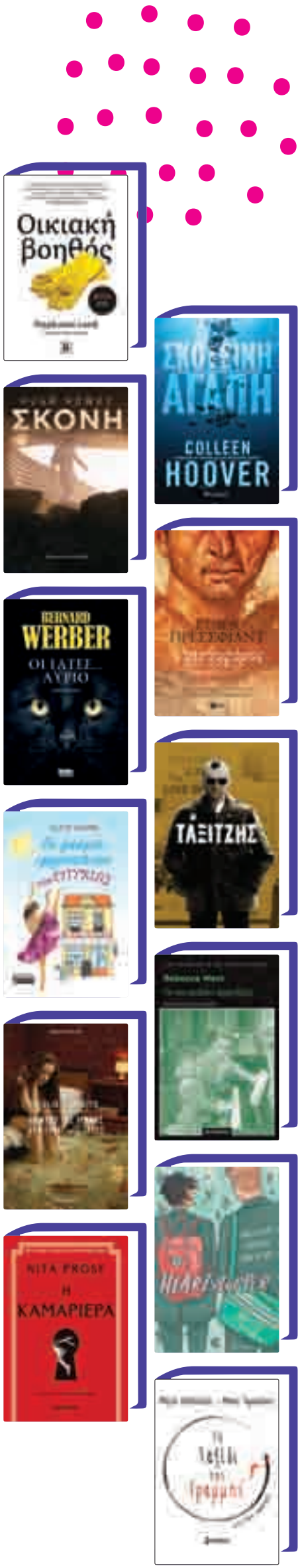
**Τ**ο τελευταίο βιβλίο της τριλογίας ΕΦ Wool του Hugh Howey που σύντομα θα δούμε στις τηλεοπτικές μας οθόνες από την Apple TV+. Το Σιλό εισήγαγε τον κόσμο του σιλό. Η Βάρδια είπε την ιστορία της δημιουργίας του. Η Σκόνη θα περιγράψει την πτώση του. Οι κάτοικοι του Σιλό 18 έχουν νέα δήμαρχο και την ευκαιρία για μια νέα αρχή. Αλλά μόλις ανακτούν τα πατήματά τους, εμφανίζεται η σοβαρότερη απειλή τους: το Σιλό 1 και οι άνδρες που κατέστρεψαν τη Γη. Αλλά η εξουσία, η πολιτική και η επιβίωση της ανθρωπίνης φυλής είναι πολύπλοκες καταστάσεις. Θα μπορούσαν να είναι οι ίδιοι οι άνθρωποι που κατέστρεψαν τη Γη αυτοί που θέλουν να τη σώσουν; Η μάχη κερδήθηκε. Ο πόλεμος τώρα αρχίζει. Στη «Σκόνη», το τελευταίο βιβλίο της επιτυχημένης τριλογίας, οι επιλογές που κάνουν η Τζούλιετ και ο Ντόναλντ θα μπορούσαν να οδηγήσουν στη σωτηρία... ή στο θάνατο όλων στον πλανήτη.

**Bernard Werber,** Οι Γάτες... Αύριο, εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα

**Ο** Πυθαγόρας, ένας γάτος που ζει στο Παρίσι, ξεχωρίζει από τους υπόλοιπους: έχει αποκτήσει, έπειτα από στοχευμένα πειράματα, ένα Τρίτο Μάτι. Έτσι έχει πρόσβαση στο διαδίκτυο και, μέσω αυτού, σε όλη την ανθρωπινή γνώση. Η σύντροφός του, η Μπαστέτ, που μένει στο απέναντι σπίτι, είναι μια αποφασιστική, γενναία και δραστήρια γάτα που τον παρακινεί να ξεκινήσουν μαζί ατέλειωτες περιπλανήσεις στο Παρίσι. Η πόλη όμως βυθίζεται σταδιακά στο χάος: οι αναταραχές και τα τρομοκρατικά χτυπήματα εξελίσσονται σε εμφύλια σύρραξη, μαζικές δολοφονίες και λεηλασίες, συνθέτοντας ένα εφιαλτικό σκηνικό. Σε αυτές τις συνθήκες προστίθενται ορδές των αρουραίων, που, όντας πλέον πολυάριθμοι και πανίσχυροι, μεταδίδουν την πανούκλα στους ανθρώπους και επιχειρούν να εδραιώσουν τη δική τους ηγεμονία πάνω στα ερείπια του Παρισιού. Οι γάτες, με πρωτεργάτες τον Πυθαγόρα και την Μπαστέτ, καλούνται να δώσουν μια κρίσιμη μάχη από την οποία θα εξαρτηθεί η επιβίωση του πολιτισμού. Ο Bernard Werber, ένας από τους σημαντικότερους σύγχρονους συγγραφείς του φανταστικού, μας χαρίζει ένα συναρπαστικό δυστοπικό μυθιστόρημα.

**Alice Quinn,** Το μικρό εργοστάσιο της ευτυχίας, εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα

**Η** Μέριλ, μια νεαρή χορεύτρια που έχει υποστεί έναν σοβαρό τραυματισμό έπειτα από ατύχημα, αποφασίζει να εργαστεί ως σερβιτόρα στο «Μικρό Εργοστάσιο», ένα καφέ στο οποίο συχνάζουν άνθρωποι πληγωμένοι και ταλαιπωρημένοι από τη ζωή. Εκεί συναντά τον Ρομπέν, έναν αθλητή που



κρύβει το προσωπικό του τραύμα πίσω από την αντικοινωνική συμπεριφορά του. Πρόκειται για μια ιστορία γεμάτη συναισθήματα, μια ιστορία αλληλένδετων πεπρωμένων που διαδραματίζεται στην εποχή του κορονοϊού, ενός απρόσκλητου επισκέπτη που εισβάλλει χωρίς προειδοποίηση στο μυθιστόρημα αλλά και στην καθημερινότητά μας. Η Αμάντα, η ιδιοκτήτρια του «Μικρού Εργοστασίου», αποφασίζει να μοιράσει απλόχερα την ελπίδα στους θαμώνες του καφέ, με γενναίες δόσεις από ακαταμάχητες λογοτεχνικές, πεντανόστιμες λιχουδιές, ενώ η Μέριλ ανακαλύπτει την ευτυχία τού να βοηθάς τους άλλους και αντλεί τη δύναμη να αντிகρίσει ξανά τον ήλιο που ανατέλλει. Μια συγκινητική και τόσο ανθρώπινη ιστορία, ένα υπέροχο μάθημα ζωής για το πώς να επανακάμπτουμε και να βρίσκουμε την ευτυχία όταν συναντάμε δυσκολίες και εμπόδια.

**Giulia Caminito,** Το νερό της λίμνης δεν είναι ποτέ γλυκό, εκδόσεις Διόπτρα

**Έ**νας αρχαίος κρατήρας που λίγο λίγο γέμισε στάσιμο νερό και μυρίζει βρύα και λάσπη: η λίμνη Μπρατσάνο. Εδώ φτάνει η Αντόνια, ύστερα από αμέτρητες μάχες για να βρει μια στέγη της προκοπής στη Ρώμη. Η Αντόνια στηρίζει όλες τις ελπίδες της στην κόρη της, την Γκία, και την κυνηγεί σαν Κέρβερος: να μάθει γράμματα, να σπουδάσει, ν' ανεβεί κοινωνικά. Η Γκία μαθαίνει να μη ζητάει, να μην παραπονιέται, να διαβάζει, να κάνει το θέλημα της μάνας της. Κάθε φορά που σπκώνει το κεφάλι της, το βλέμμα της Αντόνια την καρφώνει σαν λεπίδα. Η Γκία βουτάει στη λίμνη χωρίς να φοβάται τα βάθη, τρέχει τις νύχτες μ' ένα μηχανάκι με σβηστά τα φώτα, εξεγείρεται με την αφόρητη κοινοτοπία της ζωής. Ξέρει πως, όσο κι αν προσπαθήσει, δεν θα γίνει ποτέ «σαν τους άλλους», όπως ονειρεύεται η Αντόνια. Η νέα χιλιετία έχει μπει, κάπου μακριά ο κόσμος αλλάζει, αλλά εδώ, μπροστά στη λίμνη, όλα μένουν ίδια. Όσο κι αν τρέξεις, μπροστά σου θα 'ναι πάντα το στάσιμο νερό μιας ζωής χωρίς προοπτική.

**Nita Prose,** Η καμαριέρα, εκδόσεις Μεταίχμιο

«**Ε**ίμαι η καμαριέρα σας. Είμαι αυτή που καθαρίζει το δωμάτιό σας και το αφήνει άσπιλο. Όταν τελειώνω, το κρεβάτι σας είναι σαν να μην έχει ξαπλώσει πάνω του κανείς. Τα κοσμημάτά σας είναι τακτοποιημένα σε μια καθαρή λευκή πετσέτα. Ο καθαρέφτης σας αντικατοπτρίζει την αθώα σας εκφραση... Είμαι η καμαριέρα σας. Ξέρω τόσο και τόσο για σας. Η ουσία όμως είναι ότι εσείς δεν ξέρετε τίποτα για μένα». Μια χαριτωμένη στην εκκεντρικότητά της καμαριέρα σε ξενοδοχείο βρίσκει έναν ένοικο δολοφονημένο στο κρεβάτι του. Η λύση του μυστηρίου θα φέρει τα πάνω κάτω στον άλλοτε τακτοποιημένο κόσμο της. Μυστήριο κλειδωμένου δωματίου και συγκινητικό πνευματικό ταξίδι, το βιβλίο διερευνά τι σημαίνει να είσαι ίδιος με όλους τους άλλους και ταυτόχρονα ολότελα διαφορετικός. Και αποκαλύπτει ότι όλα τα μυστήρια λύνονται, όταν ακούς την καρδιά. Το μεγαλύτερο μυστήριο όμως είναι οι ίδιοι οι άνθρωποι, και η αλήθεια δεν είναι πάντα ασπρόμαυρη: συχνά την ανακαλύπτεις στις πιο βρόμικες, πιο γκριζές περιοχές ανάμεσα στο άσπρο και το μαύρο.

**Colleen Hoover,** Σκοτεινή αγάπη, εκδόσεις Διόπτρα

**Η** ιστορία αυτή δεν είναι μία ακόμα ιστορία αγάπης, αφού η Τέιτ και ο Μάιλς δεν είναι καν φίλοι. Το μόνο που τους ενώνει είναι μια έντονη, αμοιβαία έλξη. Αυτή δεν έχει χρόνο για έρωτες, οπότε το μόνο που τους απομένει είναι το σεξ, οπότε είναι εφικτό να έχουν την τέλεια, χωρίς δεσμεύσεις, σχέση; Ναι, αρκεί η Τέιτ να ακολουθήσει τους δύο κανόνες που θέτει ο Μάιλς: Μη ρωτάς για το παρελθόν και μην περιμένεις τίποτα στο μέλλον. Όμως δεν τα υπολόγισαν καλά. Όλα ανατρέπονται όταν βγαίνουν στην επιφάνεια τα αληθινά συναισθήματα και οι υποσχέσεις αθετούνται, οι καρδιές πληγώνονται και οι κανόνες παραβιάζονται, αφού η αγάπη γίνεται σκοτεινή.

**Στίβεν Πρέσφιλντ,** Ο μισθοφόρος, εκδόσεις Πατάκν

**Η** συγκλονιστική ιστορία ενός απρόθυμου ήρωα σε μια Ρωμαϊκή Αυτοκρατορία που δοκιμάζεται κατά τα πρώτα χρόνια μιας νέας θρησκείας που θα αλλάξει τον κόσμο. Ιερουσαλήμ και έρημος του Σινά, 1ος αι. μ.Χ.. Στον παραγμένο απόηχο της σταύρωσης του Ιησού, αξιωματούχοι της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας πληροφορούνται για έναν προσκυντή που

μεταφέρει την εμνηστική επιστολή ενός θρησκευόμενου φανατικού σε στασιαστές στην Κόρινθο. Το περιεχόμενο της μπορεί να καταστρέψει το ρωμαϊκό οικοδόμημα. Οι Ρωμαίοι προσλαμβάνουν έναν πρώην λεγεωνάριο, τον μοναχικό πολεμιστή Τελαμώνα από την Αρκαδία, για να συλλάβει τον προσκυνητή προτού παραδώσει την επιστολή. Ο Τελαμώνας ακολουθεί έναν σκοτεινό προσωπικό κώδικα, όπου δεν υπάρχει χώρος για ευγενείς σκοπούς και ιδανικά. Θα συλλάβει, λοιπόν, τον κομιστή της επιστολής; Και τότε θα συμβεί κάτι που ούτε εκείνος ούτε η αυτοκρατορία θα μπορούσαν να έχουν προβλέψει...

**Ρίτσαρντ Έλμαν,** Ο ταξιτζής, εκδόσεις Βακχικών

**Ο** Τράβις Μπικλ είναι βετεράνος του πολέμου του Βιετνάμ που ζει στη Νέα Υόρκη, προσπαθώντας να προσαρμοστεί στη νέα του καθημερινότητα. Υποφέρει από αϋπνίες και κατάθλιψη κι εργάζεται ως ταξιτζής τα βράδια, ενώ την ημέρα συχνάζει σε σινεμά όπου προβάλλονται πορνογραφικές ταινίες. Είναι μοναχικός κι έχει έντονη αίσθηση της δικαιοσύνης. Μοναδική του σανίδα σωτηρίας φαίνεται να είναι η Μπέτσι, μια κοπέλα που εργάζεται για την προεκλογική εκστρατεία του γερουσιαστή Σαρλς Πάλανταϊν. Ο Τράβις παθαίνει ψύχωση με την Μπέτσι και μετά από ένα ατυχές ραντεβού μαζί της, τρελαίνεται κι αποφασίζει να κάνει ό,τι περνάει από το χέρι του για να αλλάξει τον κόσμο. Μια από τις προτεραιότητές του είναι η διάσωση της ανήλικης πόρνης Άιρις. Ναι, αυτό είναι το βιβλίο που ο Μάρτιν Σκορτζέζε έκανε ταινία, με τον Ρόμπερτ Ντε Νίρο στον ρόλο του Τράβις Μπικλ να απογειώνει την αξία του.

**Rebecca West,** Το χρονικό μιας οικογένειας - Το σιντριβάνι ξεχειλίζει, εκδόσεις Μεταίχμιο

**Η** οικογένεια Όμπρι είναι μια ασυνήθιστη οικογένεια. Η σύζυγος του κυρίου Όμπρι, μια ευγενική αλλά εκκεντρική γυναίκα, φροντίζει τα τέσσερα παιδιά, τις δίδυμες κόρες τους, τη Μαίρη και τη Ρόουζ, που είναι εξαιρετικά ταλαντούχες στο πιάνο, τον μικρό γιο τους, τον Ρίτσαρντ Κουίν, ένα ζωηρό αγόρι, και τη μεγαλύτερη κόρη τους, την Κορντίλια, μια όμορφη και δυναμική κοπέλα με μουσικές φιλοδοξίες. Η εκκεντρική αυτή οικογένεια σπανίως βιώνει στιγμές ηρεμίας, καθώς τα μέλη της πασχίζουν να ξεπεράσουν τις επιπτώσεις που έχει στη ζωή τους ο ασταθής χαρακτήρας και οι σπατάλες του πατέρα. Τώρα πρέπει να αναλάβουν δράση μέχρι εκείνος να βρει σταθερή εργασία. Η Rebecca West απεικονίζει μια ολόκληρη εποχή. Προχωρά στη γυμνή αλλά τρυφερή σκιαγράφηση μιας ξεχωριστής οικογένειας και διερευνά τα ασύλληπτα όρια μεταξύ παιδικής ηλικίας και ενήλικης ζωής, μεταξύ ελευθερίας και εξάρτησης, μεταξύ καθημερινού και μυστηριώδους. Το πρώτο μέρος της εμβληματικής τριλογίας από μια μεγάλη κυρία των βρετανικών γραμμάτων.

**Alice Oseman,** Ένα αγόρι γνωρίζει ένα αγόρι, εκδόσεις Διόπτρα

**Ο** Τσάρλι και ο Νικ πηγαίνουν στο ίδιο σχολείο, αλλά δεν έχουν γνωριστεί ποτέ, ώσπου μια μέρα κάθονται στο ίδιο θρανίο. Δεν αργούν να γίνουν φίλοι. Και ο Τσάρλι δεν αργεί να ερωτευτεί τον Νικ, παρόλο που είναι σίγουρος ότι δεν έχει καμία ελπίδα. Όμως ο έρωτας φέρνει τα πάνω κάτω, και ο Νικ αρχίζει να ενδιαφέρεται για τον Τσάρλι περισσότερο απ' όσο θα μπορούσαν να φανταστούν κι οι δυο τους. Πόσο δύσκολο είναι να κάνεις comingout στην εφηβεία κυκλοφορώντας με όλο το θάρρος της νιότης σου; Πώς θα επηρεάσει τις σχέσεις με τους γονείς, τους φίλους, τους συγγενείς; Τα νέα graphicnovel της σειράς Heartstopper περιγράφουν τη σχέση δύο νέων αγοριών και εκφράζουν την ανάγκη για μια κοινωνία μακριά από στερεότυπα και προκαταλήψεις• μακριά από διακρίσεις και ομοφοβία. Εκτός από το Ένα αγόρι γνωρίζει ένα αγόρι, άλλα βιβλία της σειράς είναι τα Φιλί, Αποκάλυψη και Ταξίδι.

## ΠΑΙΔΙΚΑ

**Μαρία Δασκαλάκη,** Μάνος Ταμιωλάκης, Το ταξίδι της Γραμμής, εκδόσεις Μίνωας

**Έ**να παραμύθι που δίνει αφορμή για συζητήσεις με τα παιδιά μας. Οι δύο συγγραφείς εμφανίζονται από την αγάπη τους για τη ζωή, από τη βαθιά πίστη ότι ακόμα και στο πιο πυκνό σκοτάδι μπορεί κανείς να ψάξει για το φως, την ελπίδα και τη χαρά, κι αυτό είναι που θέλουν να μοιραστούν μέσα από Το ταξίδι της Γραμμής. Όταν ένα σημείο αποφασίζει να ►



σελ. 384



## Να είχα, λέει, μια τρομπέτα Μάρω Δούκα

Η χειμαρρώδης εξομολόγηση μιας γυναίκας από την Αθήνα του σήμερα στην Κρήτη των παιδικών της χρόνων. Έρωτες, γάμοι, φρονιά, πανηγύρια και γεννητούρια, το βουιτό της ιστορίας, πόλεμοι, ο μόχθος των ανθρώπων.

σελ. 376



## Ονειρεύτηκα τη Διδώ Λένα Διβάνη

Μεμβρική βιογραφία μιας σπουδαίας γυναίκας, που βρέθηκε στο επίκεντρο κάθε ελληνικής τραγωδίας του εικοστού αιώνα, από τη Μικρασιατική Καταστροφή μέχρι τη κούνια.

σελ. 328



## Νύχτες πανούκλας Ορχάν Παμούκ

Ανοίγει το 1901, σ' ένα φανταστικό νησί μεταξύ Κρήτης και Κύπρου. Ξερή επιδημία πανούκλας και επιβάλλεται καραντίνα. Ο σουλτάνος Αμπντούλχαμίτ Β' στέλνει εκεί τον αρχιεπισκοπικό υγιεινολόγο Μπινκάρφι πασά, όμως εκείνος δολοφονείται.

σελ. 416

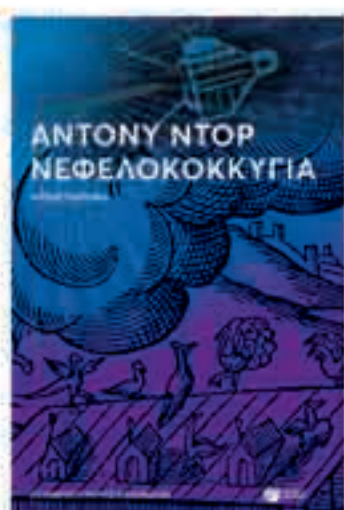


## Όμορφε κόσμο, πού είσαι Σάλλυ Ρούνεϋ

Είναι ακόμα νέοι. Ερωτεύονται ο ένας τον άλλο, εξαρτούν ο ένας τον άλλο, σμίγουν, χωρίζουν. Όμως η ζωή τους προσπερνάει αιγά αιγά.

«Το καλύτερο μυθιστόρημα της Ρούνεϋ»  
The Times

σελ. 672



## Νεφελοκοκκυγία Άντονι Ντορ

«Σε έναν κόσμο όπου η φύση και οι ιστορίες είναι πολυτιμότερες από ποτέ, το υπέροχο αυτό βιβλίο είναι γνώση, είναι χαρά, είναι έμπνευση».

The Times

Από τον συγγραφέα του βιβλίου  
Όλο το φως που δεν μπορούμε να δούμε

σελ. 704



## Το αίνιγμα του δωματίου 622 Ζοέλ Ντικέρ

Ένας ανεξίτηλος φόνος σε πολυτελές ξενοδοχείο των Ελβετικών Άλπεων, ένας διάσημος συγγραφέας στο ίδιο ξενοδοχείο πολλά χρόνια μετά μια Ελβετία κάθε άλλο παρά ήσυχη και τριβλική.

σελ. 208



## Ο ζωγράφος του Μπελογιάννη Μια ιστορία του Ψυχρού Πολέμου Νίκος Δαββέτας

«Στο μυθιστόρημά του ο Δαββέτας συνδυάζει επιτυχημένα το αγαπημένο του πεδίο της νεότερης ελληνικής ιστορίας με ένα άλλο είδος πόλεμου, πιο κοντινό στο νουάρ».

ΜΑΝΩΛΗΣ ΠΙΜΠΛΗΣ

σελ. 192



## Η πολιορκία της Τροίας Θοδωρής Καλλιφατίδης

Απρίλης του 1944. Σε ένα μικρό χωριό, υπό γερμανική κατοχή, καταφάνει από την Αθήνα η νέα δασκάλα: «μια νέα γυναίκα, ντυμένη στα μαύρα και λεπτή σαν φλόγα από κεράκι». Και τότε, ένας κρυφός έρωτας αρχίζει να τρέχει τα σωθικά ενός έφηβου μαθητή της.

σελ. 180



## «Να βρω ξανά του νήματος την άκρη...»

Σχεδίοσμα ποιητικής βιογραφίας του Θανάση Παπακωνσταντίνου  
Λέων Α. Ναφ

Ένα βιβλίο για τον στιχουργικό κόσμο του Θανάση Παπακωνσταντίνου, που έχει αγαπήσει πολύ κάθε στα τραγούδια του.

ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΠΑΤΑΚΗ

νέα βιβλία







κινηθεί, τεντώνεται, γίνεται γραμμή κι έτσι ξεκινά να ταξιδεύει. Προσπαθώντας να βρει πού ανήκει και να κάνει φίλους, περνάει μέσα από χαρές αλλά και απογοητεύσεις. Κι όταν η Γραμμή μας φτάνει στο πιο δύσκολο σημείο του ταξιδιού, εκεί όπου νιώθει εντελώς μόνη, κοιτά ψηλά και αντικρίζει τον ήλιο. Και τότε κάτι αλλάζει μέσα της και γύρω της...

## ΠΑΙΔΙΚΗ & ΝΕΑΝΙΚΗ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ

**Λούσι και Στίβεν Χόκινγκ,** Ο Τζορτζ και ο Ανίκητος Κώδικας, εκδόσεις Anubis

Το τέταρτο βιβλίο της διεθνούς best seller σειράς, που έχει μεταφραστεί σε πάνω από 40 γλώσσες. Ο Τζορτζ και η καλύτερή του φίλη η Άνι έχουν καιρό να ταξιδέψουν στο διάστημα και είναι κάτι που τους λείπει. Αλλά όχι για πολύ... Ξαφνικά πολύ περίεργα και πολύ σοβαρά πράγματα αρχίζουν να συμβαίνουν: οι τράπεζες μοιράζουν λεφτά και οι αεροπορικές εταιρείες δωρεάν εισιτήρια, ενώ τα ταμεία των σουπερ μάρκετ δε λειτουργούν και ο κόσμος παίρνει ό,τι θέλει χωρίς να πληρώσει. Φαίνεται ότι όλα τα πανίσχυρα υπολογιστικά συστήματα του κόσμου έχουν χακαριστεί. Ο Τζορτζ και η Άνι θα ταξιδέψουν πιο μακριά από ποτέ στο διάστημα για να μάθουν τι -ή ποιος- κρύβεται πίσω από αυτό. Στην ιστορία παρεμβάλλονται ένθετα γραμμένα με ευχάριστο και κατανοητό τρόπο ειδικά για παιδιά από τον Στίβεν Χόκινγκ και διακεκριμένους επιστήμονες. Το βιβλίο περιλαμβάνει QR code με φωτογραφίες της NASA!

## ΛΕΥΚΩΜΑΤΑ, ΗΜΕΡΟΛΟΓΙΑ

**Η γεωγραφία είναι πολύ κουλί!,** Ακτίβιτι Μπουκ για μεγάλους Νο. 2, εκδόσεις Διόπτρα

Επειτα από 3 γεωγραφικά best sellers, η δημιουργική ομάδα πίσω από τη γεωγραφία που είναι πολύ κουλί ξαναχτυπά με το νέο και ανανεωμένο βιβλίο γεωγραφικών δραστηριοτήτων. Γνώση και διασκέδαση προσφέρονται με έναν μοναδικό τρόπο που εντυπωσιάζει αμερόληπτους και καταξιωμένους κριτικούς, όπως ο... Μίδας: «Αυτό το βιβλίο είναι χρυσός και δεν το έχω πιάσει καν στα χέρια μου!». «Αυτό το βιβλίο είναι τόσο ενδιαφέρον, που με κρατάει ξύπνια το βράδυ» δήλωσε η Ωραία Κοιμημένη, ενώ το καλύτερο έρχεται από τη μαμά ενός από τους συγγραφείς: «Πολύ καλό βιβλίο, καλύτερο από το πρώτο, μπράβο, αλλά πότε θα μου κάνεις ένα εγγονάκι;».

## ΕΛΛΗΝΙΚΗ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ

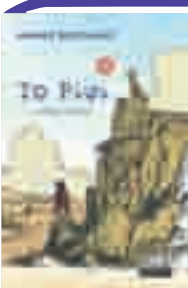
**Φώτης Κόντογλου,** Το Αϊβαλί η πατρίδα μου, εκδόσεις Μεταίχμιο

«Μυστήριο μεγάλο είναι το πώς έρχεται στον κόσμο ο άνθρωπος. Εμένα το γραπτό μου ήταν να γεννηθώ στην Ανατολή, αλλά η ρόδα της Τύχης, που γυρίζει ολοένα, ξεριζώσε από τα θεμέλια τον τόπο μου και μ' έρριξε στην ξενιτιά, σ' ανθρώπους που μιλούσανε την ίδια γλώσσα με μένα, πλην όμως που είχανε άλλα συνήθια. Το πουλί το θαλασσοδαρμένο, πώς βρίσκει έναν βράχο μέσα στο πέλαγο και κάθεται και στεγνώνει τα φτερά του, έτσι βρίσκουμαι κ' εγώ σε τούτα τα χώματα». Στα κείμενα αυτού του βιβλίου ο Κόντογλου μιλά για τη λατρεμένη του πατρίδα, το Αϊβαλί. Αναπολεί και καταγράφει γεγονότα και ιστορίες από τη μικρή πολιτεία, όπου έζησε τα νεανικά του χρόνια. Μας μιλά νοσταλγικά για τους ανθρώπους της και μας διηγείται με αυθόρμητη ειλικρίνεια τις προσωπικές ιστορίες τους.

**Μάρω Βαμβουνάκη,** Συνάντηση στη Βαρκελώνη, εκδόσεις Ψυχογιός

Το απρόβλεπτο της ζωής στη ζωή μιας γυναίκας μέχρι χθες ευτυχισμένης. Η Ηρώ, μέσα σε λίγες στιγμές, έντρομη ανακαλύπτει το παράλληλο σύμπαν που λειτουργούσε δίπλα στον καλό γάμο της. Θα χωρίσει, θα απομονωθεί, θα αρρωστήσει, θα διαλυθεί. Μόνο που το απρόβλεπτο της χρωστάει ακόμη μια κοσμογονία. Σε σύντομο ταξίδι φυγής στην ανοιξιάτικη Βαρκελώνη, θα συναντηθεί τυχαία με τον Ανδαλουσιανό Χοακίν και θα βαδίσουν μαζί, αληθινά μαζί, στις μοναξιές τους. Γιατί ένας άλλος άνθρωπος στον δρόμο σου ίσως να έρχεται για να ανατρέψει τη ρημαγμένη πίστη σου στην αγάπη. Κάποιος ξένος και ανύπαρκτος μέχρι χθες ίσως μεταμορφώσει όσα νόμιζες, και ευτυχώς!

**Γκαζμέντ Μ. Καπλάνι,** Μικρό ημερολόγιο συνόρων, εκδόσεις Επίκεντρο



Το σύνδρομο των συνόρων είναι ένα είδος «αρώστιας», που δεν υπάρχει καν στον κατάλογο των αναγνωρισμένων ψυχικών διαταραχών. Το μυθιστόρημα μιλά ακριβώς για την αρρώστια αυτή. Με δυο διαφορετικές αφηγηματικές φωνές, μιλά για τα σύνορα του ολοκληρωτισμού, της φυγής, της ενοχής, του έρωτα, της ελπίδας, της συνύπαρξης, της άδειας παραμονής, της μετανάστευσης. Στο Μικρό Ημερολόγιο Συνόρων δε συμβαίνει τίποτα το ιδιαίτερο και ταυτόχρονα συμβαίνουν τα πάντα. Ο πρωταγωνιστής αφηγείται την πρώτη επαφή με μια ξένη χώρα (την Ελλάδα) μιας παρέας Αλβανών μεταναστών που μετά την κατάρρευση του ολοκληρωτικού καθεστώτος του Ε. Χότζα περνούν με τα πόδια τα ελληνοαλβανικά σύνορα στις αρχές του '90. Είναι μια αφήγηση όπου το δράμα και η τραγωδία συνυπάρχουν με το μαύρο χιούμορ και τη λυτρωτική αυτοειρωνεία. Από τότε που εκδόθηκε για πρώτη φορά στην Ελλάδα το 2006, το Μικρό Ημερολόγιο Συνόρων έχει γίνει λογοτεχνικό σημείο αναφοράς για κάποια από τα πιο καυτά θέματα των ημερών, τα σύνορα και τη μετανάστευση.

**Ηλίας Μαγκλίνης,** Το μόνο της ζωής τους ταξίδι - Μικρά Ασία. Οδοιπορικό σε πόλεμο και σε ειρήνη, εκδόσεις Μεταίχμιο

«Έγραψα ένα βιβλίο για τον φρόνο σου. Του έδωσα τον τίτλο Είμαι όσα έχω ξεχάσει. Θυμάσαι; Υποτίθεται ότι ήσουν ο παππούς μου αλλά δεν μπόρεσα ποτέ να αναφερθώ έτσι σε σένα. Μόνον: ο πατέρας του πατέρα μου. Για χρόνια, μονάχα δύο πράγματα ήξερα για σένα: ότι σε δολοφόνησαν το 1944. Κι ότι είχε κάνει στρατιώτης στη Μικρασιατική εκστρατεία». Ο Νίκος Μαγκλίνης, ο παππούς του συγγραφέα, τη δολοφονία του οποίου είχε αφηγηθεί στο προηγούμενο βιβλίο του, υπηρέτησε στη Μικρά Ασία. Στον εγγονό δεν έφτασαν παρά τριμμάτα ιστοριών. Επειτα από έρευνα χρόνων, προσπάθησε να ανασυνθέσει μια πορεία θανάτου και ονειροπόλησης, ταξιδεύοντας στη Σμύρνη, στο Αφιόν Καραχιάρ, στο Εσκί Σεχίρ, στην Προύσα. Ταξιδιωτικό οδοιπορικό, εξομολόγηση, ρεπορτάζ, ιστορική έρευνα και αναβίωση άλλων εποχών, το βιβλίο συνοδεύεται από αρχειακό και φωτογραφικό υλικό της περιόδου, το οποίο εμπλουτίζεται με φωτογραφίες που τράβηξε ο ίδιος ο συγγραφέας σε ένα δικό του πέρασμα από τους ίδιους τόπους σχεδόν έναν αιώνα αργότερα.

**Θοδωρής Καλλιφατίδης,** Η πολιορκία της Τροίας, εκδόσεις Πατάκι

Απρίλης του 1944. Σε ένα μικρό ελληνικό χωριό, υπό γερμανική κατοχή από το 1941, καταφτάνει από την Αθήνα η καινούρια δασκάλα. Ένας κρυφός έρωτας αρχίζει να τρώει τα σωθικά ενός έφηβου μαθητή της. Όταν οι Εγγλέζοι βομβαρδίζουν το χωριό για να καταστρέψουν το αεροδρόμιο που έχουν φτιάξει εκεί οι Γερμανοί, η νεαρή δασκάλα καταφεύγει με τους μαθητές της σε μια σπηλιά. Υπό τον ήχο των σειρήνων, μες στο μισοσκοτάδι και στην υγρασία, αφηγείται στα παιδιά ιστορίες από την πολιορκία της Τροίας: ηρωικές μάχες, κακουχίες, αβάσταχτες απώλειες και μια Ελένη, που, όταν πια στέκεται θλιμμένη στα τείχη της Τροίας για να δει τη μονομαχία του Πάρη με τον Μενέλαο, ξέρει πως, ό,τι κι αν συμβεί, εκείνη θα χάσει. Εν τω μεταξύ, κατακτιπές και κατακτημένοι μπλέκονται σ' ένα παράξενο γαϊτανάκι ζωής, θανάτου και επιβίωσης: η Αντίσταση και οι καταδότες, τα καμiónια με τους μελλοθάνατους, οικεττελείσεις αθώων. Ωσπου, την τελευταία μέρα του πολέμου, ο καθένας θα ακολουθήσει τη μοίρα του.

**Μεταξία Κράλλη,** Σύρα Σάκρα, εκδόσεις Ψυχογιός

Στο λυκόφως του 19ου αιώνα η Ερμούπολη είναι μια από τις πλουσιότερες πόλεις της Ελλάδας, χάρις στους πρόσφυγες από τα καμένα νησιά της Επανάστασης, Χιώτες, Κασσιώτες και Ψαριανούς, που βρήκαν στη Σύρο καταφύγιο. Οι Συριοί, άνθρωποι φτωχοί, καθολικοί στο θρήσκευμα, βρίσκονται μαζεμένοι στην Απάνω Χώρα και στα γύρω χωριά. Χωτικές καταγωγής είναι ο πλοιοκτήτης Γιάννης Περεσλής και ο καπετάνιος του, Στρατής Σορώπος. Απανχωρίτισσα είναι η Καρμελίνα Ρούσσου που κατεβαίνει στο λιμάνι για να μείνει στους θεούς της. Εκεί θα γνωρίσει τον αδελφό του Στρατή, τον Νικόλα, που αγαπά τα βιβλία και τους στίχους, τις γυναίκες και τα γλέντια. Από την Άλχη, ο Στρατής, πειθαρχημένος, πρόωρα φορτωμένος με ευθύνες και αρραβω-

νιασμένος με τη Μέλπω, θα γνωρίσει την Ιουλίνα Περεσλή τη μέρα που θα το σκάσει από την Ερμούπολη και τον γάμο που της έχουν κανονίσει. Παραμονές ενός καταστροφικού πολέμου, ο Στρατής, η Ιουλίνα, ο Νικόλας κι η Καρμελίνα αγωνίζονται να χαράξουν την πορεία τους με όσα τους υπαγορεύει η καρδιά τους. Δύσκολο σε μια κοινωνία που δεν επιτρέπει ούτε συγχωρεί εύκολα κάθε είδους παρεκκλίσεις...

**Σπύρος Γόγολος,** Μαξ και Έστερ, Έρωτας-Πόλεμος-Ιστορία, εκδόσεις Επίκεντρο

Ο ενοχικός Μαξ Μπράουν, ιστορικός τέχνης, αξιωματικός των Ες-Ες, γιος διακεκριμένης οικογένειας του Βερολίνου, μεταβαίνει κατ' εντολή του Γκαίρινγκ στην Αθήνα, προκειμένου να ανακαλύψει πού βρίσκονται τα εκθέματα του Αρχαιολογικού Μουσείου. Η Εβραίογιναννίτισσα Έστερ Λεβί, μετά την τραγική απώλεια του αρραβωνιαστικού της, καταφεύγει στην Αθήνα, για να γλιτώσει το Ολοκαύτωμα. Συναντιούνται τυχαία και ζουν τον απόλυτο έρωτα, χωρίς ο ένας να γνωρίζει την πραγματική ταυτότητα του άλλου. Το ναζιστικό Βερολίνο, το εφιαλτικό Άουσβιτς, τα προπολεμικά Πάννενα, η εβραϊκή-ρωμανιώτικη κοινότητα της πόλης και η κατοχική Αθήνα αποτελούν το τέλειο σκηνικό, μέσα στο οποίο αποκαλύπτονται το παρασκήνιο του εβραϊκού ζητήματος και του Ολοκαυτώματος, η ναζιστική ιδεολογία, οι κρυφοί ανταγωνισμοί των Χίμλερ, Γκαίρινγκ και Γκαίμπελς. Στην κατοχική Αθήνα ο Μαξ και η Έστερ βιώνουν τις δυσκολίες της ζωής, την Αντίσταση, τη δραματική αλληλοαναγνώριση των πραγματικών ταυτοτήτων τους και, τελικά, την κινηματογραφική φυγή τους στην Παλαιστίνη και την εγκατάστασή τους στο Τελ Αβίβ.

**Μαίρη Μαγουλά,** Όταν πάγωσε ο Βόσπορος, εκδόσεις Μεταίχμιο

Κωνσταντινούπολη 1954. Στον Βόσπορο εμφανίζεται ένα φυσικό φαινόμενο που είχε παρατηρηθεί και το 1929: η Μαύρη θάλασσα παγώνει και τις βραδινές ώρες κομμάτια πάγου κατακλύζουν τα στενά του. Η ταχεία αμαζοστοιχία Simplon-Orient-Express αναχωρεί για το Παρίσι. Κάποιοι από τους επιβάτες του είχαν βρεθεί το 1929 στην ίδια αμαζοστοιχία, στη διαδρομή από Παρίσι για Κωνσταντινούπολη, παραμένοντας για μια εβδομάδα εγκλωβισμένοι, από μια σφοδρή χιονοθύελλα, στη μέση του πορθένου. Τι τους συνδέει και τι τους χωρίζει, τι στοιχειώνει τις ζωές τους; 1929-1954. Ο μαγευτικός Βόσπορος είναι σημείο αναφοράς του βιβλίου και συνδεδετικός κρίκος όλων των πρώων της ιστορίας, πλούσιων και φτωχών, Ρωμιών, Αρμενίων, Εβραίων, Τούρκων, Λεβαντινών και ξένων. Ο αναγνώστης παρακολουθεί τις ζωές τους στην πλεύση του χρόνου, σε μια πορεία που εξελίσσεται πάνω στο ιστορικό υπόβαθρο της εποχής. Ανάμεσά τους και δυο βρέφη, δυο κορίτσια, που εγκαταλείπονται από τους γονείς τους, την ίδια παγωμένη μέρα του 1929, στα σκαλικά της Αγίας Τριάδας του Σταυροδρομίου. Ποια θα είναι η μοίρα τους, ποιες οι επιλογές τους και σε τι δρόμο θα οδηγηθούν;

**Μηνάς Βιντιάδης,** Το Ρίφι, εκδόσεις Ελληνικά γράμματα

Στο Πετρινόσι, στο νοτιοανατολικότερο άκρο της Ελλάδας, γεννιέται ένα παιδί που χάνει τη μητέρα του πάνω στη γέννα. Ο βοσκός πατέρας του, άγριος και ακοινωνήτος, θα το κρύψει σε μια σπάνη ψηλά στο βουνό και θα το μεγαλώσει με τα ζώα, χωρίς ποτέ κανείς να πληροφορηθεί την ύπαρξή του. Ο Χαδιώτης Βασιλάς, ο βασιικός ήρωας του μυθιστορηματος, δεν θα συναντήσει άνθρωπο, δεν θα πάει σχολείο, δεν θα βγάλει ταυτότητα. Πρόβατα, κατσίκια, μούλάρια, σκυλιά και πουλιά τού κρατούν παρέα στο μικρό του σύμπαν, που συμπληρώνεται από χωράφια. Μόλις κλείνει τα 18, η κοινωνία ανακαλύπτει την ύπαρξή του, τα φώτα της δημοσιότητας πέφτουν πάνω του, η επιστήμη και το θέαμα τον διεκδικούν, κι εκείνος γνωρίζει μια ζωή που δεν φανταζόταν: τον έρωτα και, κυρίως, μέχρι πού φτάνει η δύναμη του μυαλού του. Έως πού θα φτάσει αλήθεια; Ένα μυθιστόρημα για την αθωότητα, την αγάπη, τον άνθρωπο, τη φύση, σε μια «άλλη Ελλάδα» των τελευταίων 250 χρόνων.

**Κωνσταντίνος Γαβριήλ,** Η τυχερή Δάφνη, εκδόσεις Key Books

Η Δάφνη Κορρέ, πρώην πρωταθλήτρια κολύμβησης, ξεκινά ένα ταξίδι αναψυχής με ιστιοφόρο. ►



Ο ΕΡΩΤΑΣ  
ΕΙΝΑΙ ΠΑΙΧΝΙΔΙ,  
ΜΟΡΟ ΜΟΥ



Creative director: Δημήτρα Παπαδοπούλου  
Photo: Γεώργιος Παπαδόπουλος

## ΔΗΜΗΤΡΑ ΠΑΠΑΔΟΠΟΥΛΟΥ

Ένα βιβλίο για το ψέμα του μεγάλου  
Έρωτα & την ψευδαίσθηση του χρόνου

Με φόντο την αναρχοαυτόνομη φύση των φοιτητικών Εξαρχείων στον απόηχο του Μάη του 1968, το πρώτο μυθιστόρημα της Δήμητρας Παπαδοπούλου ξεκινάει με ανάλαφρη διάθεση και χιούμορ και καταλήγει σε φιλοσοφημένες ρήσεις, απόρροια της γνώσης της ζωής.

Η ηρωίδα είναι μια από τις συνηθισμένες περιπτώσεις που έλαβε την πάγια εντολή να σπουδάσει, να γίνει ένα αξιοπρόσεχτο μέλος της αγέλης και, αν είναι δυνατόν, ο αρχηγός της. Κι έτσι βρέθηκε φοιτήτρια στην Αθήνα, στα μπαρ, στις καταλήψεις και στη γεμάτη ελπίδες εποχή για επανάσταση, να σπαταλάει τη μοναδική περιουσία του ανθρώπου: τον χρόνο.

Μην ξέροντας προς τα πού να πορευτεί, κατευθύνθηκε προς έναν έρωτα, που τον λέγανε Βασίλη. Εκεί πάνω κοίμπωσε όλες τις ελπίδες για τα δύσκολα ερωτήματα της ύπαρξης. Όμως σε μια ιδιαίτερη στροφή του χρόνου επαναστάτησε, από μέσα

προς τα έξω, και όχι ανάποδα, όπως πρόσταζε η ξεσηκωμένη γενιά της. Κι ύστερα μεγάλωσε... Ίσως και να ωρίμασε, και σιγουρεύτηκε πως στη ζωή δεν υπάρχει χαμένος χρόνος για να ψάχνει το πιο μεγάλο αληθινό ψέμα, τον Έρωτα.

Η Δήμητρα Παπαδοπούλου συνθέτει ένα συναρπαστικό βιβλίο με το οποίο θα ταυτιστούν όλα τα ταλαιπωρημένα πρόσωπα μιας γενιάς που συνεχίζουν να αναζητούν την υπαρξιακή τους ταυτότητα και να παίζουν το παιχνίδι του έρωτα χωρίς να τους νοιάζει αν θα βγουν νικητές ή χαμένοι...

Q info



Το βιβλίο *Ο έρωτας είναι παιχνίδι, μωρό μου* της Δήμητρας Παπαδοπούλου κυκλοφορεί από τις εκδόσεις Διόπτρα.



ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑ: ΓΙΩΡΓΟΣ ΟΙΚΟΝΟΜΟΠΟΥΛΟΣ

Ονειρεύτηκα  
τη Σανγκάη

## ΓΙΑΝΝΗΣ ΞΑΝΘΟΥΛΗΣ

Με το νέο, τολμηρό έργο του,  
*Ονειρεύτηκα τη Σανγκάη*, κλείνει με  
σαρκασμό το μάτι στα νεοελληνικά ήθη

Πετρόκαμπος, ένας ξεχασμένος χερσότοπος όπου κυριαρχεί η πέτρα... Μέχρι και οι κάτοικοι του χωριού λέγονται Πέτροι και Πετρούλες! Στο νέο βιβλίο του πολυβραβευμένου λογοτέχνη το κωμικοτραγικό σκηνικό συμπληρώνουν πρόσωπα ολοζώντανα που ισορροπούν μεταξύ της φαντασίας και της σκληρής πραγματικότητας. Υπάρχει ο διεφθαρμένος πολιτικός που κάνει τα πάντα για πέντε ψηφούς παραπάνω, η μάνα-μαμή που έζησε στο περιθώριο της κοινωνίας του χωριού καθώς είχε έντονη ερωτική ζωή, η επηρμένη δημοσιογράφος με την τοπική τηλεοπτική καριέρα...

Εδώ λοιπόν συναντάμε τον Πέτρο Μασκαβαίο, ο οποίος διαβάει μια επιστολή από τον ξάδερφό του Λάκη, που διέπρεψε ως πρωταγωνιστής ερωτικών ταινιών στη Γερμανία! Στις τελευταίες μέρες της ζωής του ο Λάκης αφήνει την αμύθητη περιουσία του στο χωριό του με στόχο να δημιουργηθούν ευαγή ιδρύματα αλλά και ένα μουσείο αφιερωμένο στην τέχνη και στα προσόντα του...

Τα χρήματα που θα εισρεύσουν στο χωριό θα γίνουν η αφορμή να αποκαλυφτούν οι πραγματικές επιθυμίες και οι αληθινές συμπεριφορές των ανθρώπων, ενώ οι ανατροπές διαδέχονται η μία την άλλη σε 400 σελίδες ανεξάντλητης έμπνευσης!

Ρεαλισμός με μπόλικες δόσεις χιούμορ ή σουρεαλισμός αλά Ξανθούλη; Δεν έχει σημασία πώς θα το πείτε... Διαβάζοντας το *Ονειρεύτηκα τη Σανγκάη*, θα γελάσετε σίγουρα με την ψυχή σας, αλλά παράλληλα θα αναρωτηθείτε: Πόσο διαφέρει ο Πετρόκαμπος από οποιοδήποτε άλλο παραμελημένο ελληνικό χωριό;

Q info



Το βιβλίο κυκλοφορεί από τις εκδόσεις Διόπτρα. Με τρύστρια ζωγραφικά κπ. ελάφια του συγγραφέα.

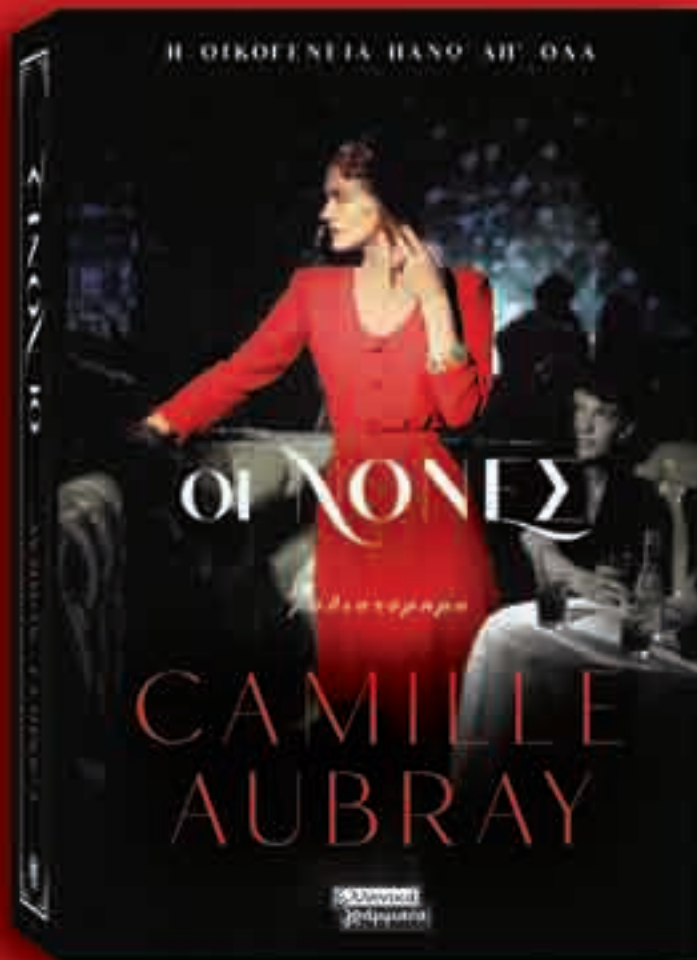


ΑΠΟ ΤΗ ΣΥΓΓΡΑΦΕΑ ΤΟΥ BEST SELLER

ΜΑΓΕΙΡΕΥΟΝΤΑΣ

για τον

ΠΙΚΑΣΟ



Ένα νέο, εξίσου υπέροχο μυθιστόρημα

όπου η Ιστορία, το σασπένς

και η γυναικεία φύση «παντρεύονται»

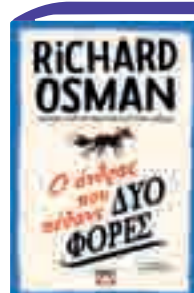
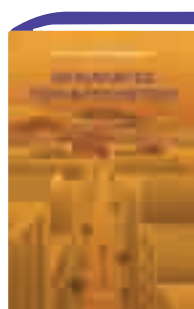
με τρόπο μοναδικό χάρη

στο αζεπέραστο ταλέντο της Camille Aubray.

—NEWSWEEK

Ελληνικά  
Γράμματα

www.ellinika-grammata.gr



Μαζί της επιβαίνουν και δυο παλιοί συμμαθητές της, καθώς και ο Πέτρος, ένας αποτυχημένος επιχειρηματίας που αναλαμβάνει χρέη καπετάνιου. Καταμεσής του Αιγαίου ένα αναπάντεχο γεγονός θα αναστατώσει τις ζωές τους. Μέσα από το πρίσμα αυτού του συμβάντος οι τρεις άνδρες θα αναλογιστούν το μέλλον τους και τότε η Δάφνη άθελά της θα γίνει το επίκεντρο μιας αδιανόητης συνωμοσίας. Με το ισχυρό μετέμνι να κρατά το ιστοιόφορο καθηλωμένο ανάμεσα στις κλειστοφοβικές πλαγιές ενός έρημου κόλπου, τα πάθη θα οξυνθούν, η λογική θα καταλυθεί, τα ψέματα και η προδοσία θα γίνουν ο κανόνας. Όταν ο καιρός καλμάρει και έρχεται η στιγμή της επιστροφής, θα ληφθούν αποφάσεις που θα τους στοιχειώσουν για πάντα. Τρεις απελπισμένοι άνδρες. Μια ανυπεράσπιστα γυναίκα. Ένα λογοτεχνικό θρίλερ-ύμνος στη γυναικεία θέληση.

**Χρόνης Μουστάκας**, Οι Ιππότες του Ουρανού, εκδόσεις Anubis

Τέλη του 11ου αιώνα. Η Ευρώπη συγκλονίζεται από πολέμους, πανδημίες, έντονα καιρικά φαινόμενα και φτώχεια. Η αμάθεια, ο φόβος της συντέλει-ας, οι δεισιδαιμονίες απλώνουν στις κοινωνίες βαθύ σκοτάδι. Υπό την απειλή των Σαρασίνων, το Βυζάντιο απευθύνει έκκληση για βοήθεια. Πέντε στρατοί της Δύσης δίνουν ραντεβού στην Κωνσταντινούπολη. Προορισμός η Ιερουσαλήμ. Ο αναγνώστης μεταφέρεται χίλια χρόνια πίσω, στο δυτικό Μεσαίωνα, όπου συγκεντρώνονται ευγενείς, απλοί ιππότες και λαός απ' όλα τα βασίλεια της δυτικής Ευρώπης, υπακούοντας στο κάλεσμα του πάπα Ουρβανού Β' να ελευθερώσουν από τους μουσουλμάνους τους Αγίους Τόπους και τις χριστιανικές χώρες που έχουν καταλάβει. Ο συγγραφέας αποδίδει την ιστορία ακριβοδίκαια, με ρεαλισμό και πολλές φορές ωρότητα. Περιγράφει τις διαφορές τριών κόσμων, των Δυτικών, των Βυζαντινών και των μουσουλμάνων, και ταυτόχρονα την πορεία αυτογνωσίας των τριών βασικών ηρώων, του μοναχού-τοξότη Αμβρόσιου, του μαχητή Λαίαλ Λούκας και του Βυζαντινού αξιωματικού Νικόλαου Λώτα, που θα συνδεθούν με βαθιά φιλία στην πορεία τους μέχρι την Ιερουσαλήμ και τα γεγονότα της Α' Σταυροφορίας.

**Θεόδωρος Λιμήτσιος**, Το γέλιο σου, εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα

Ο Θεόδωρος Λιμήτσιος επιστρέφει με το νέο του μυθιστόρημα, που έρχεται να ολοκληρώσει τον κύκλο της τριλογίας του, που άνοιξε με το Εγώ μεγάλωνα για σένα και συνεχίστηκε με τη Μαρουσώ. Η συνέχεια της ιστορίας της Μαρουσώ, που ως απεσταλμένη της μοίρας έχει να επιλέξει ανάμεσα στο καθήκον και την αγάπη που δένει τους δύο πρωταγωνιστές, είναι μια ελεγεία στη μεγαλοσύνη της αγάπης που μπορεί και επουλώνει πληγές του παρελθόντος και σκορπίζει ακτίνες φωτός. Οι πρωταγωνιστές της ιστορίας ζουν, σαν άλλοι Ερωφίλη και Πανάρετος, τον δικό τους έρωτα και παλεύουν γι' αυτόν όσο μακριά κι αν τους έχει η μοίρα καταδικάσει να ζουν ο ένας από τον άλλον. Ένα οδοιπορικό στη βουκολική ζωή και τη μαγεία της φύσης που ξεκινάει στα τέλη του 19ου αιώνα από την Πίνδο και φτάνει μέχρι το Μεγάλο Κάστρο της Κρήτης, λίγο μετά την απελευθέρωση της Μεγαλονήσου.

#### ΑΣΤΥΝΟΜΙΚΗ ΛΟΓΟΤΕΧΝΙΑ

**Richard Osman**, Ο άνδρας που πέθανε δυο φορές, εκδόσεις Ψυχογιός

Για την Ελίζαμπεθ, την Τζόις, τον Ρον και τον Ιμπραήμ—τα μέλη της Λέσχης Φόνων της Πέμπτης—ο ενθουσιασμός από τον πρόσφατο θρίαμβό τους δεν έχει ακόμη καταλαγιάσει. Πλέον επιθυμούν να χαλαρώσουν στο γαλήνιο περιβάλλον του Κούπερς Τσέις, του οικισμού ευημερίας όπου διαμένουν. Αλλά πού τέτοια τύχη! Ένας απρόσμενος επισκέπτης—ένας παλιός φίλος της Ελίζαμπεθ, που μπορεί όμως να είναι και κάτι περισσότερο από φίλος—φτάνει εκλιπαρώντας για βοήθεια. Κατηγορείται ότι έκλεψε διαμάντια αξίας εκατομμυρίων λιρών από τους λάθος ανθρώπους και προσπαθεί απεγνωσμένα να διαφύγει. Κι ύστερα, καθώς η νύχτα αναδύεται τη μέρα, ανακαλύπτεται ένα πτώμα. Μόνο που δε θα είναι το τελευταίο. Η παρέα έρχεται αντιμέτωποι με έναν αδίστακτο δολοφόνο που δε θα είχε κανέναν ενδοιασμό να βγάλει από τη μέση τους τέσσερις υπερήλικες. Θα καταφέρουν άραγε να ανακαλύψουν εγκαίρως την ταυτότητά του;

**Γιάννης Μαρός**, Το κόκκινο βάζο, εκδόσεις Άγρα

Μια πλούσια γυναίκα, η Λένα Κορονέλλου, κάτοικος Ψυχικού, ξυπνάει μες στη νύχτα με την εντύπωση πως κάποιος βρίσκεται στο δωμάτιό της. Εντελώς φοβισμένη, πυροβολεί κι ο άγνωστος πέφτει νεκρός. Ανάβοντας το φως, διαπιστώνει πως σκότωσε τον άντρα της. Ταυτόχρονα, ένα κρυστάλλινο κόκκινο βάζο πέφτει από το τζάκι στο πάτωμα και θρυμματίζεται. Η γυναίκα βγαίνει από το δωμάτιο σαν τρελή και, όταν επιστρέφει με τους υπηρέτες της βίλας της, το πτώμα έχει εξαφανιστεί ενώ το βάζο είναι και πάλι στη θέση του. Αναρωτιέται τότε αν το επεισόδιο συνέβη στην πραγματικότητα ή αν απλώς το φαντάστηκε. Στο μεταξύ, ο άντρας της, ο οποίος θα ταξίδευε στη Θεσσαλονίκη για δουλειές, είναι άφαντος. Τι κρύβεται πίσω από όλα αυτά; Η εμφάνιση του Γιάννη Σιγανού, παλιού φίλου της Κορονέλλου, ο οποίος αναζητεί την αλήθεια για τα μυστηριώδη γεγονότα, δίνει άλλη τροπή στην υπόθεση. Είναι αυτός που θεωρεί πως το κόκκινο βάζο είναι το κλειδί του προβλήματος.

**Ευτυχία Γιαννάκη**, Οι ναυαγοί του Αυγούστου, εκδόσεις Ίκαρος

«Ξέρω ποιος σκότωσε τον Ταχτσή» ψιθυρίζει ο παλαιοβιβλιοπώλης. Ένας καθηγητής του Ποινικού Δικαίου, υποψήφιος για την Ακαδημία Αθηνών, βρίσκεται νεκρός στη μονοκατοικία του στο Ψυχικό, δίπλα σε γυναικεία ρούχα, σε έναν τόπο εγκλήματος που μοιάζει με θεατρικό σκηνικό. Ο αστυνομικός Χάρης Κόκκινος επιστρέφει εοπευσμένα από τις διακοπές του στην Πάρο σε μια φλεγόμενη πόλη, για να βρεθεί αντιμέτωπος με μια περίπλοκη υπόθεση. Στο νέο βιβλίο που ολοκληρώνει την Τριλογία του βυθού, η συγγραφέας, με όπλα της την έντονη κοινωνική ματιά και την ανθρώπινη προσέγγιση, δημιουργεί ένα πολυεπίπεδο μυθιστόρημα. Αθήνα. Τατόι. Πάρος. Αστυνάλα. Αύγουστος 2021. Θα χρειαστεί να φωτιστεί το παρελθόν, η μυστική ζωή θυτών και θυμάτων, αλλά και του ίδιου του αστυνόμου, προκειμένου να ξετυλιχτεί το κουβάρι αυτής της υπόθεσης, που τον φέρνει αντιμετώπιση με τον μικρόκοσμο του πανεπιστημίου, με κυκλώματα παράνομων υιοθεσιών, σχέσεις εξουσίας, πάθους και εκδίκησης, στόματα που παραμένουν ερμητικά κλειστά, όταν χρειάζεται να προστατεύσουν το δικό τους μυστικό, και σκιές που κυκλοφορούν στο υπόγειο δίκτυο των αγωγών της Αθήνας.



ΕΙΤΕ ΤΑΞΙΔΕΥΕΙΣ  
ΜΕ ΤΗ ΦΑΝΤΑΣΙΑ ΣΟΥ  
ΣΤΑ ΠΕΡΑΤΑ  
ΤΟΥ ΔΙΑΣΤΗΜΑΤΟΣ ΜΕ...



ΕΙΤΕ ΚΑΝΕΙΣ  
ΚΡΟΥΑΖΙΕΡΑ ΣΤΟ ΑΙΓΑΙΟ  
ΜΕ ΙΣΤΙΟΦΟΡΟ ΟΠΩΣ...



ΣΕ ΚΑΘΕ ΕΥΚΑΙΡΙΑ  
ΝΑ ΑΓΑΠΗΣΕΙΣ ΤΟΝ ΚΟΣΜΟ  
ΚΑΙ ΤΟΝ ΕΑΥΤΟ ΣΟΥ  
ΝΑ ΛΕΣ...



...ΓΙΑΤΙ Ο ΠΛΟΥΤΟΣ  
ΕΙΝΑΙ ΕΝΕΡΓΕΙΑ,  
ΟΠΩΣ ΚΑΙ Η ΧΑΡΑ!



...ΚΑΙ ΟΣΟ ΤΗ ΜΟΙΡΑΖΕΣΑΙ  
ΤΟΣΟ ΘΑ ΜΕΓΑΛΩΝΕΙ!

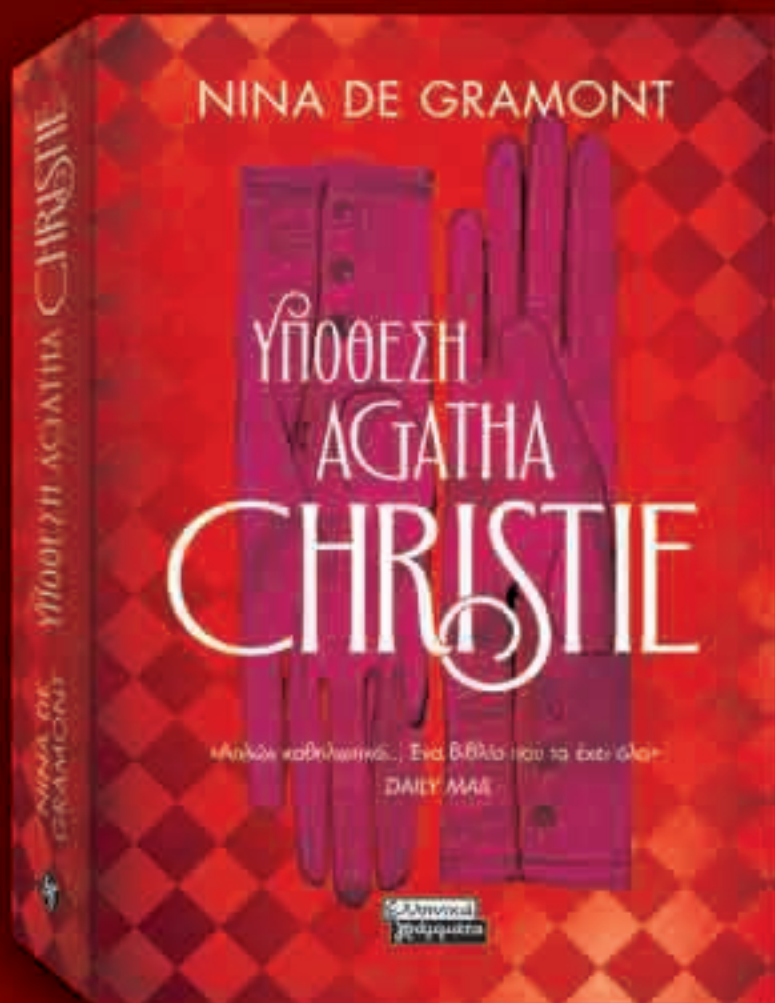
Ο,ΤΙ ΚΑΙ ΝΑ ΚΑΝΕΙΣ  
ΑΥΤΟ ΤΟ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ,  
ΚΑΝ' ΤΟ ΠΑΡΕΑ  
ΜΕ ΤΑ ΒΙΒΛΙΑ ΜΑΣ!

**KEY BOOKS**  
keybooks.gr



«Ένα από τα καλύτερα βιβλία του 2022»

Goodreads, Amazon,  
Barnes & Noble,  
New York Times, Kirkus Reviews



Ένα συναρπαστικό βιβλίο, το οποίο  
αναπλάθει μυθιστορηματικά την εντεκαήμερη  
εξαφάνιση της Άγκαθα Κρίστι το 1926  
που συντάραξε την Αγγλία.

ΜΟΛΙΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΗΣΕ

Μετάφραση  
Βαγγέλης Γιαννίσης

Ελληνικά  
Γράμματα

www.ellinika-grammata.gr



**Jo Nesbo,** Το νησί των αρουραίων,  
Ιστορίες, εκδόσεις Μεταίχμιο

**Α**φηγήματα που πιστοποιούν την κλάση του Νέσμπο, κοφτές ιστορίες έντασης και αγωνίας, αγώνας για επιβίωση ή και καλώς ήρθατε στο «Νησί των Αρουραίων», στην Αμερική, μετά από μια πανδημία που έχει διαλύσει τον κοινωνικό της ιστό. Καλώς ήρθατε εδώ όπου η ελίτ περιμένει στην κορυφή ενός ουρανοξύστη να εγκαταλείψει την πόλη ενώ οι μάζες παλεύουν στους δρόμους για την επιβίωσή τους. Ένας επιστήμονας, που μελετά την πιθανότητα της αθανασίας, έχει βρει επιτέλους έναν καταστροφέα μνήμης που θα τον βοηθήσει να ξεχάσει τα πάντα, πριν να είναι πολύ αργά. Παραδίπλα, ένας ψυχολόγος με διπλή ταυτότητα χρησιμοποιεί τα ταλέντα του απέναντι σε ένα πανίσχυρο καρτέλ. Πιο εκεί δεσμοί αίματος και ακατανίκητα πάθη, καθώς δύο αδερφικοί φίλοι ταξιδεύουν στην Παμπλόνα για να δουν τις ταυρομαχίες και τελικά ερωτεύονται το ίδιο κορίτσι. Ένας αποξενωμένος γιος με κρυφή ατζέντα επισκέπτεται τον πατέρα του σε ένα εκτροφείο φιδιών στην Αφρική. Κι ένας Νέσμπο σε δαιμονισμένη φόρμα μας ταξιδεύει σε απρόβλεπτους τόπους και ιδιαίτερους ανθρώπους.

**Άντι Τουομάνιν,** Παράγων Λαγός,  
εκδόσεις Ψυχογιός

**Α**στείο, γεμάτο με ιδιόρρυθμους χαρακτήρες και απίθανες καταστάσεις, το μυθιστόρημα είναι ένα σκοτεινό θρίλερ, που η έντασή του εξισορροπείται από το ότι μας παρουσιάζει μοναδικά την ομορφιά και την τυχαίοτητα της ζωής. Όταν ο αναλογιστής μαθηματικός Χένρι Κόσκινεν χάνει τη δουλειά του και κληρονομεί ένα πάρκο περιπέτειας από τον αδελφό του, μαζί με τους παράξενους υπαλλήλους του και τα οικονομικά του προβλήματα, κάθε σταθερά ευτυχίας χάνεται. Το χειρότερο: τα τεράστια δάνεια που είχε πάρει ο αδερφός του από κάποιους πολύ επικίνδυνους τύπους, τον βάζουν σε μια κακή περιπέτεια. Επίσης, ο Χένρι που δεν έχει υπολογίσει τον παράγοντα αγάπη, στο πάρκο θα γνωρίσει τη Λάουρα, μια καλλιτέχνηδα με πολυτάραχο παρελθόν, πρόσχαρο και χαοτικό τρόπο ζωής, που τον αναστατώνει. Ενώ οι εγκληματίες παίρνουν

όλο και πιο ακραία μέτρα για να εισπράξουν τα οφειλόμενα και η σχέση του Χένρι με τη Λάουρα εξελίσσεται, ο ήρωας αντιμετωπίζει καταστάσεις και συναισθήματα που με τίποτα δεν μπορούν να συμπεριληφθούν σε ένα excel.

**Georges Simenon,** Το τραίνο,  
εκδόσεις Άγρα

**Η** Γερμανία, μετά την κατάκτηση της Δανίας, ενάντια στο Βέλγιο και στη Γαλλία. Οι κάτοικοι των συνοριακών πόλεων, κωμοπόλεων και χωριών εγκαταλείπουν από τη μια μέρα στην άλλη τα σπίτια τους. Ο Μαρσέλ Φερόν, τεχνικός ραδιοφώνων, που ζει μια συμβατική ζωή σ' ένα παραμεθόριο χωριό της Γαλλίας, αποκόπτεται από την έγκυο γυναίκα του και την τετράχρονη κόρη του σ' ένα τραίνο που φυγαδεύει πρόσφυγες στο κέντρο και στον Νότο της Γαλλίας. Σ' ένα βαγόνι εμπορευμάτων, ασφυκτικά γεμάτο με φυγάδες, γνωρίζεται με την Άννα Κούιφερ, μια μοναχική γυναίκα, κυνηγημένη Τσέχα Εβραία, που έχει πάρει μέρος στην Αντίσταση κατά των Γερμανών. Ένα απεγνωσμένο πάθος χωρίς αύριο τους ενώνει, μέσα σε περιβάλλον καταστροφής και αγωνίας. Ένα από τα γνωστότερα μυθιστορήματα του Σιμενόν, που έγινε εξαιρετική ταινία από τον Πιέρ Γκρανιέ-Ντεφέρ το 1973, με τους έξοχους Ζαν-Λουί Τρεντινιάν και Ρόμυ Σνάντερ.

**Guillaume Musso,** Τελευταία  
αναγγελία για Σαν Φρανσίσκο,  
εκδόσεις Κλειδάριθμος

**Σ**ε μια κατάμεστη αίθουσα αεροδρομίου ένας άντρας και μια γυναίκα πέφτουν ο ένας πάνω στον άλλο. Καθώς σκύβουν να μαζέψουν τα πράγματά τους, παίρνει κατά λάθος ο ένας το κινητό του άλλου. Όταν αντιλαμβάνονται το λάθος τους, τους χωρίζει μια απόσταση 10.000 χιλιομέτρων, καθώς εκείνη έχει ανθοπωλείο στο Παρίσι κι εκείνος εστιατόριο στο Σαν Φρανσίσκο. Από περιέργεια ο καθένας εξερευνά το τηλέφωνο του άλλου, η αδιακρίσία τους όμως τους οδηγεί σε μια αποκάλυψη: τις ζωές τους τις συνδέει ένα μυστικό που το θεωρούσαν για πάντα θαμμένο. Το νέο μυθιστόρημα του best seller συγγραφέα της Γαλλίας συνδυάζει την καταγιστική δράση με σχόλιο πάνω σε φλέγοντα θέματα όπως η δικαιοσύνη, η ηθική, ο συμβιβασμός, το τραύμα, η απώλεια, ο σκοτεινός κόσμος της μαφίας και η υποκρισία της σύγχρονης κοινωνίας.

**Nina De Gramont,** Υπόθεση Agatha  
Christie, εκδόσεις Ελληνικά Γράμματα

**Δ**ύο πρωταγωνίστριες, δύο διαφορετικοί κόσμοι. Η ζωή της Άγκαθα Κρίστι είναι γεμάτη από την ολοένα και μεγαλύτερη φήμη και επαγγελματική καταξίωση. Μια ζωή συναρπαστική, με ενδιαφέροντες ανθρώπους, πάρτι και υπέροχα Σαββατοκύριακα στις πολυτελείς επαύλεις της αγγλικής εξοχής. Αντίθετα, η ζωή της Ναν Ο'Ντέι είναι μια καθημερινή πάλη για επιβίωση στο σκοτεινό Λονδίνο του Α' Παγκοσμίου Πολέμου. Όταν οι δρόμοι τους συναντιούνται, απρόσμενα οι δύο γυναίκες γίνονται φίλες. Και στη διάρκεια των έντεκα ημερών που η Άγκαθα παραμένει εξασφαλισμένη, θα αποκαλυφθεί ένα σκοτεινό μυστικό, του οποίου το κλειδί κρατά μονάχα η Ναν. Ένα εθιστικό μυθιστόρημα μυστηρίου, ένας εμπνευσμένος συνδυασμός μυθοπλασίας και πραγματικών γεγονότων, αλλά και μια ωδή στην κληρονομιά της Άγκαθα Κρίστι, μια ιστορία αγάπης και ένας φόρος τιμής στις περίπλοκες, αποφασιστικές γυναίκες.

**Αλέξανδρος Ζάκκας,** Μακάβριος  
Χορός - Το Χρονικό μιας Δυστοπίας,  
εκδόσεις Anubis

**Λ**ίγα χρόνια μετά την παγκόσμια οικονομική κρίση του 2008, ένα οικουμενικό σύστημα συναλλαγών που βασίζεται στη χρήση βιομετρικών εμφυτευμάτων φιλοδοξεί να αποκαταστήσει την πίστη των ανθρώπων στη διαφάνεια και την ισονομία. Οι πολίτες του κόσμου υποδέχονται με ενθουσιασμό τη νέα οικονομική πραγματικότητα κι όλα δείχνουν ότι η ανθρωπότητα έχει απαλλαγεί πια από τις «παιδικές ασθένειες» της διαφθοράς και της οικονομικής αυθαιρεσίας. Όταν μια μυστηριώδης δυσλειτουργία στο δίκτυο συναλλαγών κλονίζει τα θεμέλια του συστήματος, μια σειρά από βασανιστικά ερωτήματα έρχεται στο φως. Ένας πολιτικός, τρεις δημοσιογράφοι κι ένας νομπελίστας φυσικός ▶





Το ταξίδι χιλιάδων Ελλήνων που πάνε να σκοτώσουν και να σκοτωθούν. Μια προσωπική εξομολόγηση του Ηλία Μαγκλίνη που γίνεται κοινή ιστορία.



Ο Τάκης Θεοδωρόπουλος παρουσιάζει την ιστορία της τραγικής ερωτικής σχέσης του δανδή των Αθηνών Περικλή Γιαννόπουλου με τη ζωγράφο Σοφία Λασκαρίδη.



Παιος είναι αυτός που θα κλείσει τον διακόπτη της ζωής; Ο Στέλιος Μάινας συνθέτει μια ιστορία που γοητεύει και προβληματίζει.



Είμαι η Μόλι, η καμαριέρα σας. Ξέρω τόσα για εσάς κι εσείς τίποτα για μένα... Μια δυνατή ιστορία ζωής με την πιο αφοπλιστική ηρωίδα.

9η ΧΙΛΙΑΔΑ

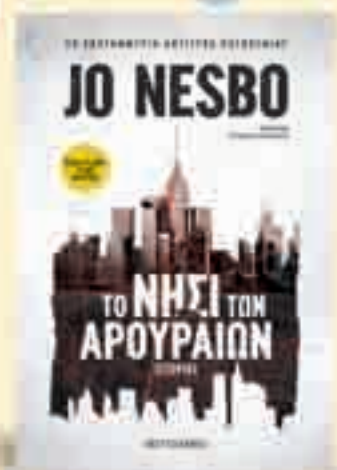


Μια γυναίκα της δεκαετίας του '60 με άποψη. Γνωρίστε την ασυμβίβαστη Ελιζαμπεθ Ζοτ. Το πιο αίσιόδοξο βιβλίο του καλοκαιριού!

7η ΧΙΛΙΑΔΑ



Πρέπει πάντα να πιστεύεις ότι η ζωή είναι τόσο εκπληκτική όσο η μουσική αφήνει να εννοηθεί ότι είναι. Η αρχή μιας τριλογίας που έγινε κλασική.



Πέντε ιστορίες. Πολλή αγωνία. Δυνατά συναισθήματα. Ανυπέρβλητος Jo Nesbo.



Μια μπάμπουσα μυστηρίων που θα βάλει φωτιά στο μυαλό σας. Το πιο ανατρεπτικό αστυνομικό της χρονιάς!



Ο Θάνος Μ. Βερέμης θέτει 22 ερωτήσεις και απαντά στα πώς και τα γιατί της Καταστροφής της Σμύρνης το 1922.



Κείμενα που αφορούν καθέναν που προσπαθεί να βρει τη θέση του μέσα στον κόσμο. Καλωσορίσατε στην καρδιά της οργουελικής σκέψης.



metaixmio.gr

ΜΕΤΑΙΧΜΙΟ

Το βιβλίο της ζωής μου







Πιάσε το βιβλίο που θα σε ταξιδέψει

Ένα αστέρι τη νύχτα  
Kristin Hannah



Εκεί που πεθαίνει  
ο άνεμος  
Albert Bertrian Bas



Οικιακή βοηθός  
Stephanie Land



Άλμπατρος  
Ann Cleeves



Ωραίες Κοιμωμένες  
Stephen King & Owen King



Εκδόσεις  
Κλειδαρίθμος



f @ v o s o i n  
www.klidarithmos.gr

μοίρας. Όμως είναι χαμένος στην ατελείωτη αναζήτηση της Σοφίας που -θαμμένη από τη χούντα σ' ένα σκοτεινό μπουντρούμι- αντιστέκεται, αγέρωχη και μόνη, στο πεπρωμένο. Οι μεγάλες δυνάμεις παρακολουθούν από απόσταση. Είναι ασφαλείς, νομίζουν... Ωστόσο το μεγάλο σχέδιο των αθέατων συνωμοτών έχει ήδη μπει σε κίνηση. Ο κόσμος όλος κινδυνεύει. Κι ενώ οι άνθρωποι δολοφλοκούν και σκοτώνουν αλλήλους για βραβεία κάλπικα, κρυμμένο απ' όλους στα βάθη της τεχνολογίας εκκολάπτεται το απόλυτο κακό.

#### ΒΙΟΓΡΑΦΙΕΣ - ΝΤΟΚΟΥΜΕΝΤΑ

**Χρίστος Ζαφείρης**, Ο καιρός του χρόνου, Αφηγήματα, εκδόσεις Επίκεντρο

Με τα λόγια του ίδιου του συγγραφέα: «Τα πιο πολλά κείμενα του βιβλίου γράφτηκαν στη διάρκεια της δίχρονης καραντίνας ως αντικαταθλιπτική ενασχόληση του νου και των χεριών κατά της μάστιγας του κορονοϊού. Τα έγγραφα και τα έστελνα με το ηλεκτρονικό ταχυδρομείο σε φίλους ως χαιρετίσματα και σήματα ζωής. Έτσι βγήκαν από τα πακτωμένα πηγάδια της ψυχής μνήμες, εμπειρίες και βιώματα από τα παιδικά χρόνια στο χωριό, το σχολείο, τον στρατό, το πανεπιστήμιο, τη δικτατορία, τη δημοσιογραφία, τη συγγραφή, τις περιπέτειες της ζωής. Το σώμα τους δεν συνιστά αυτοβιογραφία, αλλά σκόρπια σπαράγματα και σπαραγμούς της ξοδεμένης ζωής. Θεωρώ πως τα κείμενα αυτά δεν περιορίζονται μόνο σε προσωπικές και αδιάφορες για τον πολύ κόσμο βιογραφικές αναφορές, αλλά καταγράφουν μέσα από το προσωπικό βλέμμα και βίωμα τον κοινωνικό και πολιτικό περίγυρο της εποχής που διατρέχει το δεύτερο μισό του εικοστού αιώνα. Ο τίτλος του βιβλίου έχει την αφετηρία του σε επιγραφή αλληγορικής τοιογραφίας του 18ου αιώνα, γεμάτης πικρή ειρωνεία για τη μοίρα του ανθρώπου, σε εκκλησία της Τσαριστάνης Ελασσόνας, όπου εικονίζεται ο τροχός της ανθρώπινης ζωής».

**Andria Zafirakou**, Δίδαξε. Μπορείς; Τι χρειάζεται για να χτιστεί η επόμενη γενιά, εκδόσεις Πατάκη

Η Ελληνοκύπρια δασκάλα εικαστικών Άντρια Ζαφειράκου έσπαγε πάντα τους κανόνες. Στο σχολείο της, σε μια υποβαθμισμένη περιοχή του κέντρου του Λονδίνου όπου μιλούσαν πάνω από εκατό διαφορετικές γλώσσες, αντιλαμβάνονταν αμέσως τις επείγουσες ανάγκες: για επιδιόρθωση σχολικών στολών, για την κλήση των κοινωνικών υπηρεσιών, για την προστασία ευάλωτων εφήβων από συμμορίες. Και προσάρμοζε κάθε της μάθημα στους μαθητές της, πιστεύοντας με πάθος στη δύναμη της τέχνης να «ξεκλειδώνει» τα ψυχικά τραύματα ή να χαρίζει σε ένα βουβό παιδί την αυτοπεποίθηση που του έλειπε για να μιλήσει. Όταν το 2018 η Άντρια κέρδισε το χρηματικό έπαθλο του ενός εκατομμυρίου δολαρίων που συνόδευσε το βραβείο Global Teacher Prize, ήξερε ακριβώς πού θα διοχετεύονταν τα χρήματα αυτά: πίσω στην καλλιτεχνική εκπαίδευση για όλους. Η ιστορία της Άντριας αποτελεί ένα ενωτικό κάλεσμα αφήγησης που αποκαλύπτει την πραγματική εικόνα της ζωής των μαθητών σήμερα. Την ίδια στιγμή, μας φέρνει σε επαφή με τους εξαιρετικούς ανθρώπους που διαμορφώνουν την επόμενη γενιά.

**Απόστολος Δοξιάδης**, Το τηλεφώνημα που δεν έγινε, εκδόσεις Ίκαρος

«Ενώ περπατά με το κεφάλι σκυφτό, βλέπει ξαφνικά στο έδαφος ένα "ντάιμ", δηλαδή ένα νόμισμα των δέκα σεντς, που χρησίμευε τότε στην Αμερική ως τηλεφωνικό κέρμα. Βουτάει το νόμισμα και τρέχει πάλι στον τηλεφωνικό θάλαμο. Μα, εκεί που πάει να σχηματίσει το πρώτο ψηφίο ενός αριθμού, σταματά. Η έκφραση του προσώπου του αλλάζει, από τη χαρά στη λύπη. Αφήνει το ακουστικό να κρέμεται και ξαναβγαίνει. Γιατί όμως δεν τηλεφώνησε;». Από αυτό το ερώτημα, στο οποίο οδηγεί μια μαθητική ασπρόμαυρη ταινία μικρού μήκους, ο Απόστολος Δοξιάδης ξεκινά μια έρευνα που σε αρκετά σημεία θυμίζει αστυνομική αναζήτηση, προσπαθώντας να βρει την αιτία ενός μεγάλου, ακόμη αθεράπευτου, καψμού. Κινείται από το σήμερα στο 1968, από την Αθήνα στην Ουάσινγκτον και πάλι πίσω, με πρόσωπα αληθινά και μυθιστορηματικά να διαπλέκονται και στόχο μια απάντηση που θα ξεκλειδώσει το μυστήριο και θα θεραπεύσει. Μα η απάντηση παίρνει όψεις απατηλές. Ένα βιβλίο που

αναλαμβάνουν να ανακαλύψουν τι έχει συμβεί και σύντομα βρίσκονται στα ίχνη μιας συνωμοσίας χωρίς σύνορα, που απειλεί να βυθίσει τον κόσμο σ' ένα νέο Μεσαίωνα... Καταιγιστική δράση, φιλοσοφικές αναζητήσεις και συναρπαστικές ανατροπές από τον πρωτοεμφανιζόμενο συγγραφέα Αλέξανδρο Ζάκκα, που δίνει σάρκα και οστά σ' έναν κόσμο τόσο ίδιο αλλά και τόσο διαφορετικό από τον δικό μας...

**Stephen King, Owen King**, Ωραίες Κοιμωμένες - Graphic Novel Τόμος 1, εκδόσεις Κλειδαρίθμος

Σας θυμίζει κάτι; Μια αλλόκοτη νόσος του ύπνου, η Ορόρα, έχει εξαπλωθεί σε όλη τη γη. Τα θύματά της δεν μπορούν να ξυπνήσουν. Και είναι όλα τους γυναίκες. Καθώς τα έθνη βυθίζονται στο χάος το ένα μετά το άλλο, όσες γυναίκες είναι ακόμα ξύπνιες κάνουν απελπισμένες προσπάθειες να μην κοιμηθούν, ενώ οι άντρες, παντού, ενδίδουν στις πιο σκοτεινές ορμές τους. Στο μεταξύ, σε μια μικρή πόλη, μια μυστηριώδης γυναίκα ξεπροβάλλει από το δάσος, σκορπώντας τον θάνατο στο πέρασμά της. Και, το πιο παράξενο απ' όλα, είναι η μόνη που μπορεί να κοιμηθεί - και να ξυπνήσει. Μια οικογενειακή υπόθεση; Ναι! Γιατί η μεταφορά σε graphic novel του ομώνυμου ανατριχιαστικού και τρομερά επίκαιρου και δυστοπικού μπεστ σέλερ του Κινγκ δεν είναι τίποτα άλλο πέρα από συνεργασία με τον γιο του, που έδωσε σχήμα και μορφή στο μυθιστόρημα του πατρός του.

**Γιώργος Ζορμπάς**, Ο Κώδικας της Δημιουργίας 3: Άγγελος Εκδικητής, εκδόσεις Anubis

Το τρίτο βιβλίο της σειράς που τόλμισε να προβλέψει ένα μέλλον εξίσου ζοφερό με την πραγματικότητα του 2022. Η ιστορία καλπάζει εκτός ελέγχου. Η αγωνία για το μέλλον κορυφώνεται. Οι αιμοβόροι τζιχαντιστές, με την κλεμμένη τεχνολογία τους, πατάνε πόδι στην Ευρώπη. Πρώτος στόχος, η Ελλάδα. Το αιματοκύλισμα ξεκινά στην Κρήτη. Ο Βασίλης Ξάνθος οδηγεί τους γενναίους Έλληνες στον άνιστο υπέρ πάντων αγώνα. Ο Νίκος Αυγερινός, το παιδί θαύμα της Φυσικής, έχει τη λύση. Η θεωρία του μπορεί να ξεκλειδώσει δυνάμεις αποκαλυπτικές και να ισορροπήσει τη ζυγαριά της



# Βουτήξτε σε μια θάλασσα βιβλίων!



**Σπύρος Πετρουλάκης**  
*Κατά Ιωάννη*

Με αφορμή την ανασκόληση μιας «βλάστησης» ασημένιας ζαμπέτας η ιστορία του Ιωάννη ενός κατελόμενου ανθρώπου που παύει να φέρει στην τελειότητα και τελικά το αφανίζεται.  
**ΜΟΝΙΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΗΣΕΙ**



**Μαρία Ηλιοπούλου**  
*Μια φιλία στη Σμύρνη*

Η ιστορία της φιλίας τεσσάρων φίλων από διαφορετικές θρησκείες και εθνότητες στη Σμύρνη των αρχών του περασμένου αιώνα. Εκατό χρόνια μετά την Καταστροφή, ένα βιβλίο για την αρετή, κοσμοπολιτική πόλη.



**Ελευθερία Μεταφράση**  
*Ο Ιστορικός της Σμύρνης*

Βασισμένο σε πραγματικά γεγονότα, το βιβλίο τον αναγνώστη πίσω στον χρόνο, στη Σμύρνη του 1922. Αρχειακό έντονο και ασπένες μέχρι την τελευταία σελίδα!



**Ειρήνη Βαρδάκη**  
*Ζώνη 5*

«Καλώς ήρθατε στη ΖΩΝΗ ΠΕΝΤΕ. ΕΔΩ ΑΠΑΓΟΡΕΥΟΝΤΑΙ η θλίψη και κάθε τας επιφρασι». Ένα βιβλίο που μας μεταφέρει σε έναν κόσμο παράλληλο, εκεί όπου όλα θυμίζουν έντονα το σήμερα...



**Χρήστος Μαρκογιαννάκης**  
*Σταυρώματα της Σμύρνης*

Μια ιστορία γεμάτη δοσμένη με πρωταγωνιστή τον παπικό Χριστόφορο Μάρκο, τον ήρωα που παρουσιάζεται από τον ήρωα με τον Ηρόκλη Πουρά. Βραβείο της Academie du Var στη γαλλική έκδοση.



**Μαρί Βαρτίν**  
*Μαρί Βαρτίν*

Ένα σύγχρονο, αλκοολικό μυθιστόρημα για την ανάγκη κάθε φορά να είναι τέλει αλλά και τη συνειδητοποίηση ότι τίποτα μαζί δεν μπορεί, αλλά ούτε και θα υπάρξει ποτέ...



**Τζιν Χανφ Κόρελιτς**  
*Η Πλάκη*

Ένα συναρπαστικό μυθιστόρημα που σε κάνει να αναρωτιέσαι για το μεγάλο φινάλε! Από τα καλύτερα μυθιστορήματα που έχω διαβάσει ποτέ. Το ασπένες φτάνει στα άκρα.  
**ΕΤΙΒΕΝ ΚΙΝΤ**



**Λούι Μπέρνι**  
*Βλέμμα από γαλάζιο*

1830. Η ανασκόληση της σειράς ενός δόκτωρα. Στρατιωτική Ακαδημία είναι η αρχή της ανακάλυψης ενός κρυφού, σκοτεινού κήρυου... Ένα δυνατό, διεγερτικό θρίλερ που θα προβληθεί στο Netflix το 2022.



**Λίζα Σκοτολάιν**  
*Βλέμμα από γαλάζιο*

Μια παθιασμένη ιστορία αγάπης και απώλειας. Έρωτα και πόλεμο, στη Ρίμη, με από τις ομορφότερες πόλεις του κόσμου στην πιο ερεβώδη στιγμή της. Ένα άριστο ιστορικό μυθιστόρημα με καθημερινά ασπένες!



**Παμ Τζενόφ**  
*Η Γενναία με το γαλάζιο αστερί*

Η γενναία με το γαλάζιο αστερί. Η δραματική σχέση δύο γυναικών στην Χρυσή του Β' Παγκόσμιου Πολέμου. Ένα συγκλονιστικό βιβλίο που θα συγκινήσει και θα προβληματίσει τους αναγνώστες, από τη συγγραφέα του best seller Το εφρανομένο καρτίκι του Παρισιού.



**Εμμανουήλ Μασανό**  
*Τίμος*

Ο αγαπημένος φίλος των παιδιών ο Τίμος πηγαίνει πρώτη φορά στη θάλασσα και είναι πολύ ενθουσιασμένος! Τι εκπλήξεις τον περιμένουν στην παραλία.



**Ιωάννα Μπαμπέτα**  
*Αντίο, Σμύρνη*

Η καταστροφή της Σμύρνης μέσα από τα μάτια των παιδιών. Η ιστορία δύο φίλων με ένα παρόλο που ποτέ δεν κατέφεραν να κάνουν βόλτα μαζί, του στην Πράκμοια.



**Κολά Γκαστρίαν**  
*Μούργκος στην ανακάλυψη*

Περιπέτειες στην παραλία από τον πιο αξιολάτρευτο σκύλο του κόσμου. Οι καλύτερες μορφικές διακρίσεις, σε μια νέα ιστορία που θα ενθουσιάσει τα παιδιά!



**Σερ Στιβ Σκίβενσον**  
*Διαδικασία ανακάλυψης*

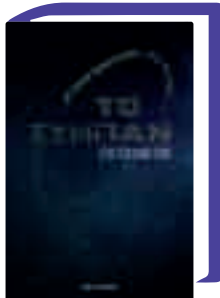
Τα εφρανομένα Άγκοβα και Λόρε Μιστρί ξεκινούν για μια συναρπαστική περιπέτεια στην Αφρική αναζητώντας τα ίχνη του λαβροκίτη γοι που έχει αρπάξει μια σπάνια λευκή καμήλοπαρδαλη...



**Αλεξάνδρος Γκάτι & Περβανομένικο Μπαναλέρια**  
*Σερλोक*

Το δέκατο τρίτο βιβλίο της σειράς που είναι μεταφρασμένο σε 20 γλώσσες. Τρία δεκάριά παιδιά που θα σηματοδοτήσουν την ιστορία του εγκλήματος!





ακροβατεί ανάμεσα στο μυθιστόρημα και την αυτοβιογραφία, στην εξομολόγηση και την ανάλυση.

#### ΜΕΛΕΤΕΣ, ΔΟΚΙΜΙΑ, ΕΠΙΣΤΗΜΗ

**Γιώργης Έξαρχος**, Αρμάνοι (Βλάχοι) Ρούμελης, Μοριά, Κρήτης, Νησιών, εκδόσεις Διάυλος

**Η**εν πολλοίς άγνωστη λατινοφωνία (η νυν λεγόμενη βλαχογλωσσία) στις νότιες ελληνικές χώρες Ρούμελη και Μοριά, στα νησιά του Αρχιπελάγους (Αιγαίου πελάγους), καθώς και στις μεγαλονήσους Κρήτη και Κύπρο. Ιστορικά και γλωσσικά τεκμήρια. Και το επικό άσμα του Κρητικού ήρωα Γιάννη Βλάχου ή Δασκαλογιάννη ή Δασκαλάκη...

Δημητρίου Σούτσου 36, μια συνομιλία του Νίκου Καρούζου με τον Γιάννη Ζουγανέλη (13 Ιουνίου 1986), **Θανάσης Γαλανάκης & Αμαλία Τσουκαλά**, εκδόσεις Ίκαρος

**Ε**να βιβλίο που αποτυπώνει τη συζήτηση δύο σπουδαίων προσωπικοτήτων: του ποιητή Νίκου Καρούζου (1926-1990) και του μουσικού Γιάννη Ζουγανέλη (1938-2006). Η συνομιλία, η οποία έλαβε χώρα στις 13 Ιουνίου του 1986 στο σπίτι του πρώτου και μαγνητοφωνήθηκε σε τρεις κασέτες από τον δεύτερο, καλύπτει περίπου τέσσερις ώρες συζήτησης. Οι δύο άνδρες κουβεντιάζουν «ως φίλοι», μεταξύ άλλων, για τη μουσική, την ποίηση, το νόημα της τέχνης, την Ιστορία, τον θάνατο και τη θέση του καλλιτέχνη... Μια πηγαία, αυθεντική συζήτηση που αποκαλύπτει τους διαδοχικούς σταθμούς της ζωής τους αλλά και τα ζητήματα που τους απασχόλησαν καθ' όλη τη διάρκεια της καλλιτεχνικής τους πορείας. Στην έκδοση περιλαμβάνονται εκτός από το κυρίως κείμενο της συνομιλίας, μια εισαγωγή, καθώς και σημειώσεις του επιμελητή Θανάση Γαλανάκη, ένα εικονογραφικό παράρτημα και τα ευετήρια.

**Γιάννης Διαμαντόγλου**, Λογική και Διατροφή - Σωστή πληροφόρηση και λογική σκέψη, προϋποθέσεις

της υγιεινής διατροφής, εκδόσεις Διάυλος

**Σ**τον τομέα των διατροφικών θεμάτων, ο καταγισμός ασύνδετων και εν δυνάμει επικίνδυνων τάσεων ενδέχεται να δημιουργήσει σημαντικά προβλήματα υγείας που το σίγουρο είναι ότι μπορούν και πρέπει να αποφευχθούν. Πώς όμως ο μέσος άνθρωπος, χωρίς επιστημονικό υπόβαθρο, είναι ικανός να αντεπεξέλθει σε ένα τόσο πολύπλοκο ενημερωτικό ψηφιακό περιβάλλον; Μήπως πριν προχωρήσουμε στην αξιολόγηση της διατροφικής πληροφορίας, πρέπει να ανατρέξουμε σε πολύ βασικότερες λειτουργίες; Μήπως η τροφοδότηση της λογικής σκέψης αποτελεί το απόλυτο προαπαιτούμενο της μετέπειτα σωστής αξιολόγησης του «τι βάζω στο πιάτο μου» και του «πώς θα χάσω έξυπνα βάρος»; Το βιβλίο απαντάει σε αντίστοιχα ερωτήματα. Πριν εναποθέσουμε συνεπώς την υγεία μας σε «μαγικές» ρίζες και δίαιτες, ίσως είναι πιο σφύρον να θέσουμε το πλαίσιο με το οποίο θα αξιολογούμε οι ίδιοι πιο λογικά τα δεδομένα. Με αυτόν τον στόχο, στην τελευταία ενότητα του βιβλίου περιλαμβάνεται και μια κρυμμένη πρόκληση υπό μορφή fake news που αναζητά τη λύση σας. Καλή επιτυχία λοιπόν σε όσους προσπαθήσουν.

**Alexander Jones**, Ένας φορητός κόσμος - Φέρνοντας στο φως τον Μηχανισμό των Αντικυθήρων, ένα επιστημονικό θαύμα του αρχαίου κόσμου, Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης

**Η**σημασία ορισμένων αρχαιολογικών ανακαλύψεων δεν γίνεται πάντοτε αντιληπτή από την πρώτη στιγμή. Αυτό ακριβώς συνέβη το 1901, όταν σφουγγαράδες ανέσυσαν μια μάζα σκουριασμένου μπρούντζου από ένα ναυάγιο που βρισκόταν στον βυθό κοντά στην ακτή των Αντικυθήρων. Κανένας δεν μπορούσε να φανταστεί τότε ότι είχε μόλις ανακαλυφθεί ο αρχαιότερος αναλογικός υπολογιστής, ένας εκπληκτικός μηχανισμός που κάποτε προσομοίωνε τις κινήσεις των ουράνιων σωμάτων όπως

τις είχαν συλλάβει οι αρχαίοι Έλληνες αστρονόμοι, και που έγινε γνωστός ως «ο Μηχανισμός των Αντικυθήρων». Εκτός από το χρονικό της απίθανης αυτής ανακάλυψης, ο συγγραφέας εξηγεί λεπτομερώς πώς λειτουργούσε ο Μηχανισμός, πώς κατασκευάστηκε και για ποιον σκοπό, αλλά και πώς κατέληξε στο πλοίο που ναυάγησε στις ελληνικές ακτές γύρω στο 60 π.Χ. Η τεχνονγνωσία που ενσωμάτωνε είναι ό,τι πιο προηγμένο έχουν συναντήσει από την κλασική ιστορία οι σύγχρονοι μελετητές, ενώ εκπληκτικά είναι και τα όσα φανέρωσε για την ελληνιστική αστρονομία και επιστημονική τεχνολογία καθώς και για τη θέση τους στην αρχαία ελληνική κοινωνία.

**Δρ Ελένη Βαρδουλάκη**, Το σύμπαν στο τσεπάκι σου, εκδόσεις Key Books

**Ζ**ούμε πάνω σε μια μπλε μπίλια που αιωρείται στο κενό, ανάμεσα σε δορυφόρους, μαύρες τρύπες, πλανήτες, μετεωρίτες και τρισεκατομμύρια γαλαξίες... Και οι περισσότεροι από εμάς γνωρίζουμε ελάχιστα για όσα μας περιβάλλουν. Ίσως γιατί το σύμπαν μοιάζει εξαιρετικά πολύπλοκο. Με επιστημονική γνώση, απλό λόγο και χιούμορ, η Δρ Ελένη Βαρδουλάκη μάς ταξιδεύει στον χρόνο και τον χώρο: από το Big Bang, στις μαύρες τρύπες και το μυστήριο που τις περιβάλλει, μέχρι το επόμενο βήμα της ανθρωπότητας με τον εποικισμό του Άρη. Οι 28 αυτοτελείς ιστορίες του βιβλίου μετατρέπουν την αστροφυσική από περίπλοκη και δυσπρόσιτη σε μία επιστήμη συναρπαστική, χρήσιμη και βαθιά υπαρκτή. Κι όταν ανακαλύψουμε ότι το wifi, οι κεραμικές εστίες και οι σέλικι είναι «παιδιά» της, τότε θα αντιληφθούμε ότι μας αφορά περισσότερο από όσο νομίζουμε και θα την αγαπήσουμε λίγο παραπάνω. Η αστροφυσική δίνει απαντήσεις για το παρελθόν και λύσεις στο παρόν. Και όταν όλα αυτά η γνώση βρίσκεται στο τσεπάκι μας, δεν μπορούμε παρά να έχουμε ελπίδα για το μέλλον.

**Sven Beckert**, Η Αυτοκρατορία του Βαμβακιού - Μια παγκόσμια ιστορία, Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης

ΕΠΙΣΚΕΦΘΕΙΤΕ ΤΟ ΠΙΝΑΚΟΤΑΧΙΟ ΤΗΣ ΑΓΡΑΣ - ΖΩΟΔΟΧΟΥ ΠΗΓΗΣ 99 - ΛΟΦΟΣ ΣΤΡΕΦΗ - ΤΗΛ.: 210 7011461



ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΙΚΑΡΟΣ • ΝΕΕΣ ΚΥΚΛΟΦΟΡΙΕΣ



Ευτυχία Παννάκη  
**ΟΙ ΝΑΥΑΓΟΙ  
ΤΟΥ ΑΥΓΟΥΣΤΟΥ**

«Ξέρω ποιος σκότωσε τον Ταχτόη»,  
φθορίζει ο παλαδοβλοκάλης, ενώ ένας  
καθηγητής του Πανεπιστημίου Δικαίου, βρίσκεται  
νεκρός δίπλα σε γυναικεία ρούχα...  
Το πολυαναμενόμενο βιβλίο  
της Ευτυχίας Παννάκη που ολοκληρώνει  
την «Τριλογία του θυμού».



Απόστολος Δοξιάδης  
**ΤΟ ΤΗΛΕΦΩΝΗΜΑ  
ΠΟΥ ΔΕΝ ΕΓΙΝΕ**

Μετά τον «Ερασιτέχνη επαναστάτη»,  
την εξομολογητική ιστορία ενηλικίωσής του,  
ο Απόστολος Δοξιάδης επανέρχεται  
με το «Τηλεφώνημα που δεν έγινε».  
Ένα βιβλίο που ακροβατεί ανάμεσα  
στο μυθιστόρημα και την αυτοβιογραφία,  
στην εξομολόγηση και την ανάλυση.



Hannah Kent  
**ΛΑΤΡΕΙΑ**  
Μετάφραση: Α. Αγγελίδης, Μ. Αγγελίδου

Η συγγραφέας των βιβλίων «Έθρα ταφής»  
και «Οι Καλοί» δημιούργησε μια ιστορία  
για την πίστη και τη δοθείσκη.  
Ένας ύμνος στην παντοδυναμία  
της ευαίδου, που φέρνει  
στο επίκεντρο τον απαγορευμένο έρωτα  
δύο κοριτσιών κατά τον 19ο αιώνα.



Fabio Stassi  
**ΣΚΟΤΩΝΩ ΟΠΟΙΟΝ ΘΕΛΩ**  
Μετάφραση: Δ. Δάση

Η τρίτη ιστορία του βιβλιοθεραπευτή  
Βίντσε Κόρσο τον βρίσκει  
αντιμέτωπο με την πιο σκοτεινή,  
μέχρι σήμερα, περιπέτειά του.  
Ένα μετα-λογεχνικό μυθιστόρημα  
ανάμεσα στην «ψηφία» λογοτεχνία,  
το σασπένς και την ειρωνεία.



ΕΚΔΟΣΕΙΣ  
ΙΚΑΡΟΣ

[www.ikarosbooks.gr](http://www.ikarosbooks.gr)

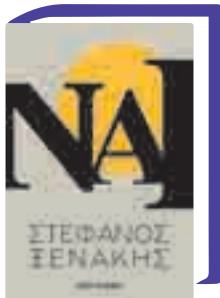
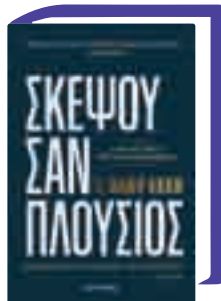


ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΑΚΕΣ  
ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΚΡΗΤΗΣ  
ΙΔΡΥΜΑ ΤΕΧΝΟΛΟΓΙΑΣ ΚΑΙ ΕΡΕΥΝΑΣ



[www.cup.gr](http://www.cup.gr)





**Μ**έσα σε εντυπωσιακά σύντομη χρονική περίοδο, από τις τελευταίες δεκαετίες του 18ου αιώνα και εξής, Ευρωπαίοι έμποροι, επιχειρηματίες, κεφαλαιούχοι και ισχυροί κρατικοί λειτουργοί, εκμεταλλευόμενοι τον καρπό ενός πανάρχαιου φυτού καθώς και τη συσσωρευμένη πείρα και τις απέραντες αγορές μιας πανάρχαιας μεταποιητικής δραστηριότητας στην Ασία, την Αφρική, τη Βόρεια και τη Νότια Αμερική, οικοδόμησαν μια νέα οικονομία του βαμβακιού. Στην πορεία αυτής της ιστορίας εκατομμύρια άνθρωποι, ανάμεσά τους πολλά παιδιά, ξόδεψαν τη ζωή τους δουλεύοντας στα βαμβακοχώματα και στα βαμβακουργεία, εκατομμύρια άνθρωποι υποδουλώθηκαν στην Αφρική και μεταφέρθηκαν στις βαμβακορυττές της Αμερικής, παραδοσιακές αγροτικές κοινωνίες είδαν τον τρόπο ζωής τους να αλλάζει άρδην, η χειροτεχνική παραγωγή σαρώθηκε από την ακατάπαυστη παραγωγή των μηχανών. Η αυτοκρατορία του βαμβακιού υπήρξε, ευθύς εξαρχής, πεδίο μιας ασταμάτητης παγκόσμιας τριβής. Και επειδή συνύφανε με νέους τρόπους τις ηπείρους μεταξύ τους, το βαμβάκι προσφέρει το κλειδί ώστε να κατανοήσουμε τον νεότερο κόσμο, τις τεράστιες ανισότητές του, τη μακραιώνη ιστορία της παγκοσμιοποίησης και τη διαρκώς μεταβαλλόμενη πολιτική οικονομία του καπιταλισμού.

**Adam Tooze**, Πολιτική Οικονομία μιας Κατάρρευσης -Οι χρηματοπιστωτικές κρίσεις που άλλαξαν τον κόσμο, Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης

**Σ**τις 15 Σεπτεμβρίου του 2008 η Lehman Brothers, μία από τις μεγαλύτερες επενδυτικές τράπεζες των Ηνωμένων Πολιτειών, κατέρρευσε. Η εξέλιξη αυτή, που ωστόσο δεν ήταν κεραυνός εν αιθρία, πυροδότησε μια πρωτοφανή κρίση στον χρηματοπιστωτικό κλάδο των ΗΠΑ, η οποία πολύ γρήγορα συμπαρέσυρε τις τράπεζες της Ευρώπης, κλονίζοντας το χρηματοπιστωτικό σύστημα του Βόρειου Ατλαντικού στο σύνολό του. Η διακοπή της χρηματοδότησης στις αναδυόμενες χώρες οδήγησε μέσα σε ελάχιστο χρόνο σε μια παγκόσμια κρίση ρευσ-

τότητας. Έτσι, η παραγωγή άρχισε να μειώνεται ταχύτατα και η ανεργία να εκτοξεύεται στα ύψη, όχι μόνο στις ΗΠΑ και την Ευρώπη, αλλά σε ολόκληρο τον κόσμο. Ωστόσο, οι αντιδράσεις ήταν εθνοκεντρικές, συχνά ανεπαρκείς ή στενόμυαλες και ενίοτε αλλοπρόσαλλες, ενώ ο όποιος συντονισμός τους γινόταν σε τεχνοκρατικό και όχι σε πολιτικό επίπεδο. Η πιο χαρακτηριστική περίπτωση ήταν οι τριγμοί στο οικοδόμημα της ευρωζώνης και η κρίση χρέους με επίκεντρο την Ελλάδα, την οποία ο Adam Tooze αναλύει εδώ διεξοδικά.

#### ΑΥΤΟΒΕΛΤΙΩΣΗ

**T. Harv Eker**, Σκέψου σαν πλούσιος, εκδόσεις Key Books

**Έ**χετε αναρωτηθεί ποτέ γιατί κάποιοι άνθρωποι πλούτιζαν εύκολα, ενώ άλλοι έχουν μια ζωή γεμάτη οικονομικές δυσκολίες; Το Σκέψου σαν πλούσιος είναι δύο βιβλία σε ένα. Στο πρώτο μέρος ο T. Harv Eker αναλύει πώς λειτουργεί το οικονομικό αρχέτυπο. Εξηγεί πως όλοι έχουμε ένα λειτουργικό σύστημα, βαθιά ριζωμένο στο υποσυνείδητό μας, που καθορίζει την οικονομική μας ζωή. Μπορεί να γνωρίζετε τα πάντα για τις πωλήσεις, το χρηματιστήριο και τα ακίνητα, αλλά αν δεν στοχεύετε ψηλά, δεν θα έχετε ποτέ πολλά χρήματα. Με τη βοήθεια του βιβλίου, μπορείτε να δομήσετε βήμα βήμα το οικονομικό αρχέτυπο που θα σας οδηγήσει στην επιτυχία και στον πλούτο. Στο δεύτερο μέρος ο συγγραφέας παρουσιάζει δεκαεπτά Αρχεία Πλουτισμού, τα οποία περιγράφουν πώς σκέφτονται και δρουν οι πλούσιοι. Για τον T. Harv Eker τα πράγματα είναι απλά. Αν σκέφτεστε όπως οι πλούσιοι και κάνετε όσα κάνουν οι πλούσιοι, το πιθανότερο είναι να γίνετε κι εσείς πλούσιοι!

**Στέφανος Ξενάκης**, ΝΑΙ, εκδόσεις Key Books

«Γιατί ΝΑΙ;» «Γιατί ΝΑΙ είναι η πιο σύντομη και δυνατή λέξη». «ΝΑΙ είναι η μπτέρα κάθε Δημιουργίας». «Όλα ξεκινούν με ένα ΝΑΙ». «ΝΑΙ είναι ο Θεός

πριν δημιουργήσει τον κόσμο». «ΝΑΙ είπαν οι γονείς σου πριν σε φέρουν στη ζωή». «ΝΑΙ είναι οι πρόγονοί μας τον '21 πριν ξεκινήσουν την Επανάσταση». «ΝΑΙ είπε η Ελλάδα την 28η Οκτωβρίου πριν αγωνιστεί για την ελευθερία της». «Το 1940 η Ελλάδα είπε ΟΧΙ». «Είπε ΟΧΙ στους Ιταλούς, αλλά ΝΑΙ στην ελευθερία της». «Πίσω από ένα μεγάλο ΟΧΙ υπάρχει ένα ακόμη μεγαλύτερο ΝΑΙ. Ένα ΟΧΙ είναι αρκετό για να μη χάσεις. Μόνο με ένα δυνατό ΝΑΙ θα κερδίσεις. Όταν είσαι ανάμεσα σε ΝΑΙ και ΟΧΙ, πες ΝΑΙ. Και πες το σήμερα». Ο συγγραφέας των best sellers Το ΔΩΡΟ & Το ΔΩΡΟ 2 επιστρέφει με ένα βιβλίο-έκπληξη. Μέσα από 20 διαλόγους πάνω σε έννοιες που δεν μας έμαθαν, ο συγγραφέας μάς προσκαλεί σε ένα ταξίδι αναζήτησης. Το ΝΑΙ ξεκινάει σαν ψίθυρος και μεταμορφώνεται σε έναν ύμνο για τη ζωή.

**Sadhguru**, Η Χαρά είναι για όλους, εκδόσεις Key Books

**Ο** Sadhguru, κορυφαίος πνευματικός δάσκαλος της εποχής, σε αυτό το παγκόσμιο best seller συμπυκνώνει το απόσταγμα της φιλοσοφίας του. Ο Sadhguru αφηγείται την ιστορία της δικής του αφύπνισης: πώς από ένας παράτολμος νεαρός που διέσχισε την ινδική ύπαιθρο με τη μοτοσυκλέτα του έφτασε στη φώτιση σε μια βουνοκορφή. Εκεί ο χρόνος σταμάτησε και ο ίδιος ενώθηκε με το όλον βγαίνοντας ριζικά αλλαγμένος. Σύμφωνα με τον ίδιο «γκουρού είναι εκείνος που διαλύει το σκοτάδι, που ανοίγει πόρτες για σένα. Ως γκουρού, δεν έχω κανένα δόγμα να διδάξω, καμία φιλοσοφία να αναπτύξω, καμία πεποίθηση να διαδώσω. Και αυτό συμβαίνει διότι η μόνη λύση για όλα τα δεινά της ανθρωπότητας είναι η αυτομεταμόρφωση». Ο Sadhguru παρομοιάζει την ύπαρξή μας με μια μηχανή, που για να λειτουργήσει αρμονικά θα πρέπει όλα της τα μέρη να συνεργάζονται. Οι πανίσχυρες τεχνικές που εφαρμόζει και διδάσκει επί σειρά ετών ευθυγραμμίζουν τον νου με το σώμα, δημιουργώντας έναν κόσμο απεριόριστων δυνατοτήτων. Αυτή η γνώση είναι που οδηγεί στη χαρά και στη γεμάτη νόημα ζωή. **Α**

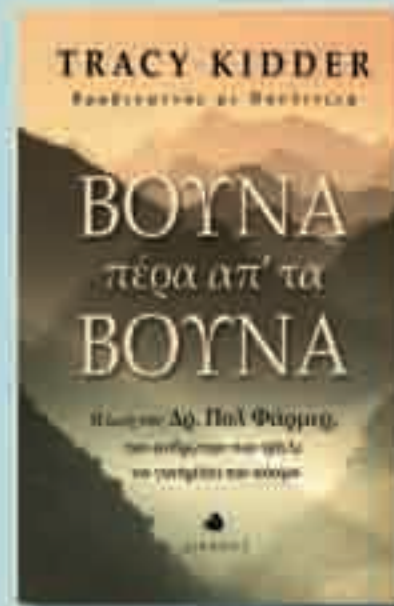
## ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ 2022 • Οι Εκδόσεις Δίαυλος προτείνουν...



Μια συναρπαστική αστυνομική υπόθεση και μια αναπαράσταση της Αθήνας του 1828, πρωτεύουσας της Ελλάδας με τους επιφανείς κατοίκους της, τους χιλιάδες πρόσφυγες, αλλά και τα πρώτα έργα του Ιωάννη Καποδίστρια για τη συγκρότηση της χώρας.



Αντιστοική κομωδία ή ρεαλιστική τραγωδία; Με αμεσότητα, ζωντάνια, παιχνιδιάρη διάθεση και ειρωνεία, ο συγγραφέας απλώνει τα θέματα του: τη γλώσσα, την κιβδηλη αριστεία, τις συνέπειες της κρίσης και της πανδημίας, τον απαρχισμό, τον κοίτε είδους ρατσισμού, τα μηχανήματα του εθνικισμού και τον ακραίο κοφιλευθερισμό.



Από τον βραβευμένο με Πουλιτζερ, Tracy Kidder, η ζωή και το έργο του γιατρού Παύ Φάρμπερ (1959-2022), που ήθελε να γιατρεύει τους φτωχούς όλου του κόσμου. Από την Ιατρική Σχολή του Χάρβαρντ στα αρσενικά της Λίτς, από τις παραγκοπιλίες του Περού στις φυλακές της Μόσχας - η ζωή και ο αγώνας ενός υπέρμαχου της παγκόσμιας υγείας. Ένα καταπληκτικό πορτρέτο, μια συγκλονιστική μαρτυρία.



Ένα πρωτότυπο έργο που περιγράφει τη ζωή των τριών γενιών της οικογένειας Λήμαν, που ξεκίνησαν την πρόσφατη παγκόσμια οικονομική κρίση. Ο συγγραφέας Stefano Massini έχει μεταφραστεί σε πολλές γλώσσες ενώ η Τριλογία των Λήμαν έχει παρουσιαστεί στις μεγαλύτερες θεατρικές σκηνές από διάσημους σκηνοθέτες. Στην Αθήνα, το έργο παρουσιάστηκε από το Θέατρο του Νέου Κόσμου.





## βιβλία για το καλοκαίρι



ΓΙΑΝΝΗΣ ΛΑΣΚΑΡΑΚΗΣ  
Κυνηγημένοι από την Ιστορία



ΓΚΑΖΜΕΝΤ Μ. ΚΑΠΛΑΝΙ  
Μικρό ημερολόγιο συνόρων



ΔΗΜΗΤΡΗΣ ΚΑΤΣΑΝΤΩΝΗΣ  
Μέρες του '79 στη Θεσσαλονίκη



ΣΠΥΡΟΣ ΓΟΓΟΛΟΣ  
Μαξ και Έστερ



ΧΡΙΣΤΟΣ ΖΑΦΕΙΡΗΣ  
Ο καιρός του χρόνου

Αθήνα: Ασκληπιοῦ 21 • τηλ.: 210 3811077 | Θεσσαλονίκη: Πλατεία Ναυαρίνου 9 • τηλ.: 2310 256146 | e-mail: books@epikentro.gr | [www.epikentro.gr](http://www.epikentro.gr)

Η ΚΟΡΥΦΑΙΑ ΣΕΙΡΑ ΦΑΝΤΑΣΙΑΣ ΤΩΝ ΤΕΛΕΥΤΑΙΩΝ ΔΕΚΑΕΤΙΩΝ!

## GAME OF THRONES HOUSE OF THE DRAGON



### ΦΩΤΙΑ & ΑΙΜΑ

Το βιβλίο στο οποίο βασίζεται  
η νέα υπερπαραγωγή του HBO Max

300 ΧΡΟΝΙΑ ΠΡΙΝ  
ΟΙ ΔΡΑΚΟΙ ΒΑΣΙΛΕΥΑΝ  
ΣΤΟ ΓΟΥΕΣΤΕΡΟΣ...

ΤΑ ΒΙΒΛΙΑ ΠΟΥ ΕΝΕΠΝΕΥΣΑΝ ΤΙΣ ΤΗΛΕΟΠΤΙΚΕΣ ΥΠΕΡΠΑΡΑΓΩΓΕΣ ΤΟΥ HBO

### GAME OF THRONES

Η κλασική σειρά του George R.R. Martin,  
Το Τραγούδι της Φωτιάς και του Πάγου, που άλλαξε  
για πάντα τα δεδομένα της fantasy λογοτεχνίας.



[www.anubis.gr](http://www.anubis.gr)

Βρείτε μας στα social media





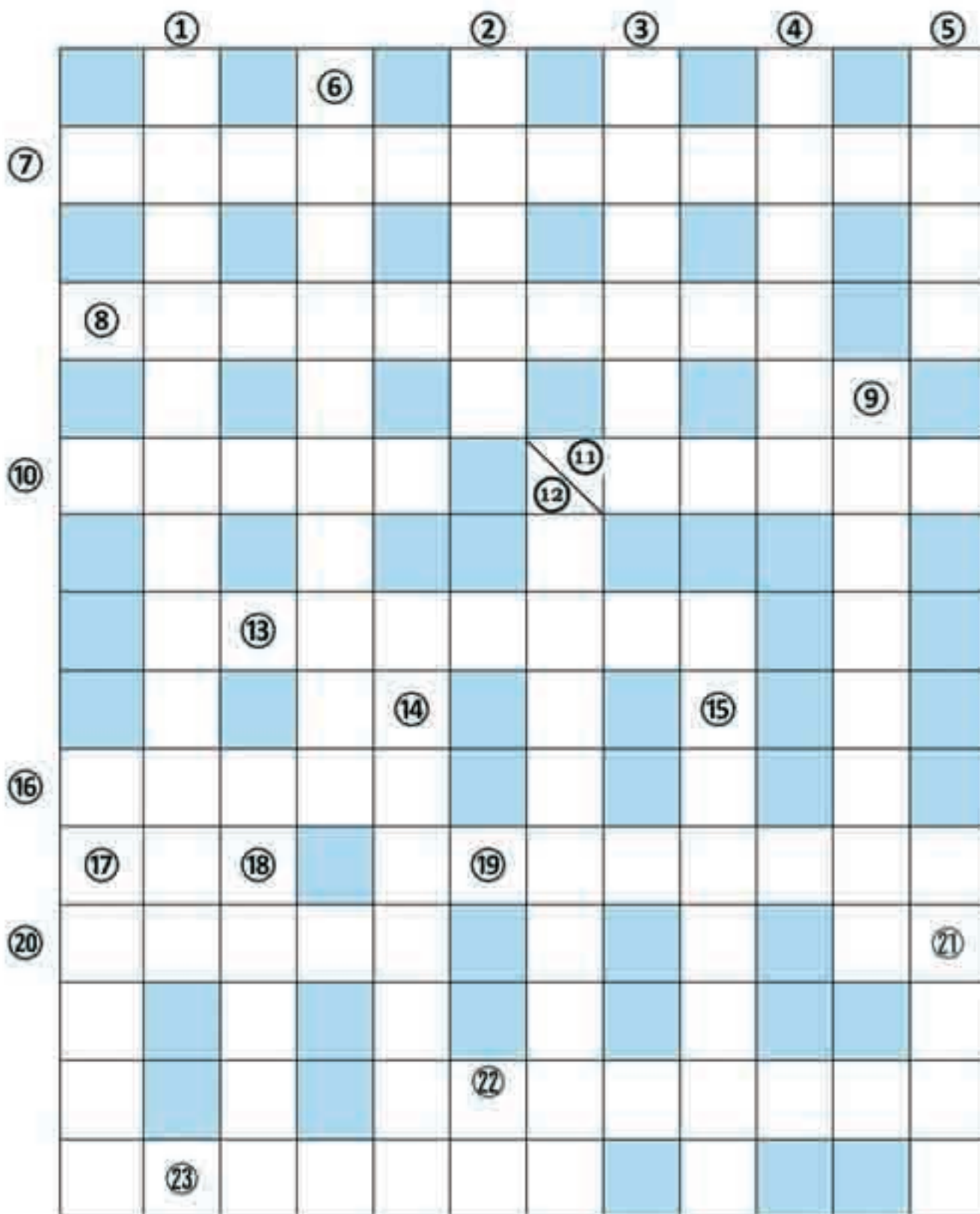


© EUROKINISI

## ΝΗΣΙΩΤΙΚΟ ΣΤΑΥΡΟΛΕΞΟ

Του ΜΙΧΑΛΗ ΣΤΟΥΚΑ

1. Πανέμορφο νησί του Λιβυκού Πελάγους που λέγεται και Χρυσή ή Καλδερονήσι.
2. Προφήτης...: οικισμός της Σαμοθράκης στην περιοχή του οποίου υπάρχουν ερείπια οικισμού των ελληνιστικών χρόνων.
3. Το ανατολικότερο νησί του συμπλέγματος των Βορείων Σποράδων.
4. Το δεύτερο σε έκταση ελληνικό νησί (3.654 τ. χλμ.).
5. Το ιστορικό νησί μας που βλέπετε στην 1η φωτογραφία.
6. Νησί των Κυκλάδων με πλουσιότατα αρχαιολογικά ευρήματα.
7. Νησίδα των Δωδεκανήσων ΝΔ της Νισύρου.
8. Νησίδα του Αργολικού Κόλπου κοντά στο Τολό (μια γραφή).
9. Νησί των Δωδεκανήσων γνωστό και από την «κυρά» του Ειρήνη Κατσοτούρχη (κυρά Ρηνιώ).
10. Πρωτεύουσά της η Ερμούπολη.
11. Νησί του Ιονίου, ταυτισμένο με τον μυθικό Οδυσσέα.
12. Η πρωτεύουσα του νομού Κεφαλληνίας.
13. Υπάγεται διοικητικά στον νομό Σάμου.
14. Νησίδα των Δωδεκανήσων κοντά στη Σύμη.
15. Ιστορική περιοχή του νομού Χανίων.
16. Το «νησί της Μεγαλόχαρης».
17. Βρίσκεται βόρεια του Ηρακλείου Κρήτης, από το οποίο απέχει 7 ναυτικά μίλια, και είναι γνωστή και ως Δία.
18. Άνω...: οικισμός της Μυκόνου.
19. Μεγαλύτερος οικισμός της η Απολλωνία.
20. Από τους αρχαίους Έλληνες ονομαζόταν Ύμος.
21. Κι έτσι λέγεται η νήσος Ίος.
22. Άποψή τους βλέπετε στη 2η φωτογραφία.
23. ...Δέκα: οικισμός της Κέρκυρας.



22



# ATHENS voicebooks



**ΑΠΟ ΦΥΛΟ ΣΕ ΦΥΛΟ**  
10 ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ  
ΚΑΙ ΤΗΝ ΙΣΟΤΗΤΑ ΤΗΣ  
ΛΟΑΤΚΙ+ ΚΟΙΝΟΤΗΤΑΣ



**ΑΓΓΕΛΟΣ ΣΠΑΡΤΑΛΗΣ**  
**ΜΑΡΙΑ ΚΑΙ ΣΤΕΛΛΑ**  
Ένα θανάτο υβριδικό Λεσβό-Western  
που δεν θέλει να έχει καμία  
λειτουργική αξιολόγηση.  
Όλα στο ρούτο!



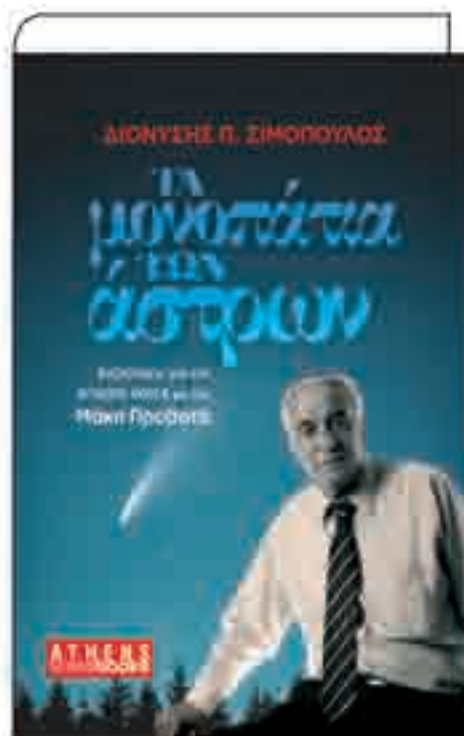
**ΤΖΕΦ ΜΟΝΤΑΝΑ**  
ΑΠΟ ΤΗΝ ΚΟΡΙΝΘΟ ΣΤΟ NON-BINARY  
**ΤΖΕΦ**  
Μια συγκλονιστική ιστορία από την ηθοποιό  
ακτιβίστρια κατά της κακοποίησης και υπέρ  
της αναγνώρισης της μη δυαδικότητας του φύλου  
(non binary).



**ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ ΚΑΜΑΡΑΣ**  
**ΤΕΛΙΚΗ ΤΕΘΛΑΣΜΕΝΗ**  
Ένα μυθιστόρημα για τη ματαίωση  
της απώλειας - και τη λύτρωση



**ΗΛΙΑΣ ΕΥΘΥΜΙΟΠΟΥΛΟΣ**  
**ΠΟΙΗΜΑΤΑ**  
Η ποιητική συλλογή του ιδρυτή  
της Ελληνικής Greenpeace &  
πρώην υπ. ΠΕΧΟΔΕ



**ΔΙΟΝΥΣΗΣ Π. ΣΙΜΟΠΟΥΛΟΣ**  
**ΤΑ ΜΟΝΟΠΑΤΙΑ ΤΩΝ ΑΣΤΡΩΝ**  
Ο βροχιασμένος αστροφυσικός  
επηρεασ δευθενής του Ειγένδησου Πλανηταρίου  
ερχόταν με τον Μάκη Προβάρη.

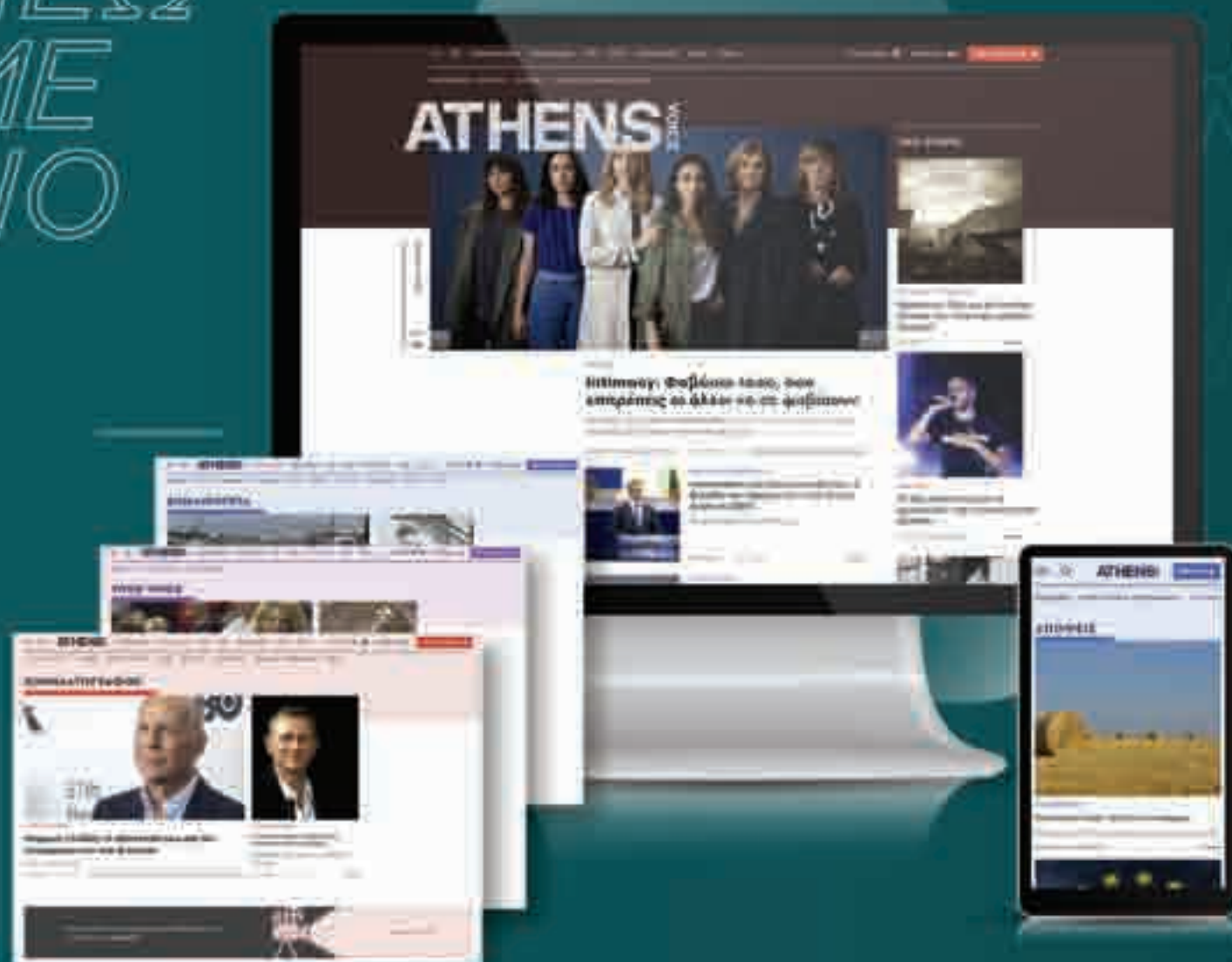
ΚΥΚΛΟΦΟΡΟΥΝ ΣΤΑ ΒΙΒΛΙΟΠΟΛΕΙΑ

ΚΕΝΤΡΙΚΗ ΔΙΑΘΕΣΗ  
ΕΚΔΟΣΕΙΣ ATHENS VOICE BOOKS

Χαρ. Τρικούπη 22, 106 79 Αθήνα, 210 3617.170,  
εσωτ. 114, fax: 210 3617.310, [www.athensvoice.gr](http://www.athensvoice.gr)



ΑΝΑ  
ΝΕΟ  
ΜΕ  
ΝΟ



**ΑΚΟΥΣΕ ΤΟ**

Τώρα μπορείτε να  
ακούτε το άρθρο που  
σας ενδιαφέρει!

Ανακαλύψτε τη νέα  
audio λειτουργία  
«Άκουσέ το» στο  
ανανεωμένο site της  
ATHENS VOICE

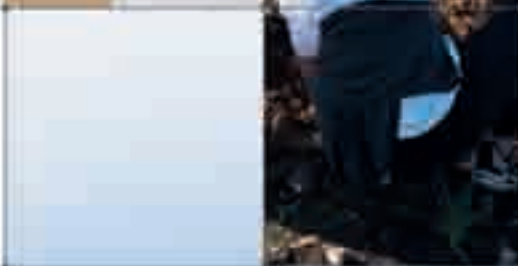
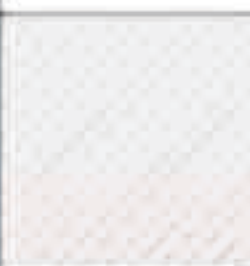
*Νέο, ανανεωμένο  
[athensvoice.gr](http://athensvoice.gr)*

**ATHENS** VOICE

Time to change our voice.



# ATHENS<sup>voice</sup>







**8.5+**  
δισ. ευρώ  
για έρευνα

**900+**  
επιστήμονες



**2017-2022**  
**επένδυση**  
**500+**  
εκατ. ευρώ  
στην Ελλάδα

**ίσες**  
**ευκαιρίες**  
**και αμοιβές**  
**για όλους**



**41%**  
**γυναίκες**  
**σε διευθυντικές**  
**θέσεις**







**δημιουργία  
καλύτερων  
εναλλακτικών  
προϊόντων**



**από τον  
καπνό  
στη στέβια**



**Πιλοτικό Πρόγραμμα  
μετάβασης των  
καπνοκαλλιεργητών**



**φύτευση  
70.000  
δέντρων**



**δωρεά 20  
πυροσβεστικών**





Είμαστε οι πράξεις μας.  
Αυτές μας χαρακτηρίζουν.  
Μας ορίζουν. Μας καθοδηγούν.  
Είναι η αλήθεια μας.  
Σε κάθε σχέση. Σε κάθε δραστηριότητα.  
Με πράξεις μετριομάστε.  
Στις πράξεις κρινόμαστε.  
Πριν από τα λόγια μας.

# ΕΙΜΑΣΤΕ ΟΙ ΠΡΑΞΕΙΣ ΜΑΣ.



ΠΑΠΑΣΤΡΑΤΟΣ

ΕΤΑΙΡΙΑ ΤΗΣ PHILIP MORRIS INTERNATIONAL

#prostokalytero 

