













TÄRNÖ table and 2 chairs outdoor, foldable 71 99€





40 OMONOIAS STR. KAVALA T. +302510224034

www.kaleas.gr

CHIEF EDITOR

Ilias Kotsireas

PHOTOS

Ilias Kotsireas, Intime News, Intime Sports

CREATIVE

Stavros Sofianos

PRINTING

Pressius Arvanitidis

PROPERTY

FRESH GROUP 15 Sapaion str. Kavala, Greece 65 201 T: 2510 220812, 693 6755597 e-mail: freshmagreece@gmail.com website: www.freshmagazine.gr

No part of this site may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted in any form or by any means, mechanical, electronic, photocopying, recording or otherwise, without prior written permission. The magazine reserves the right to cut long letters, provided that their meaning is not altered. Signed articles do not necessarily reflect the opinion of the magazine.

> FRESHSUMMER STORIES is an annual edition

Special Thanks: Konstantina Tsotoglou, Olga Kotsirea, Christina Prasa, Gianis Antoniou, Ntinos Nikolaou, **Andreas Mathidis**



Cover: Painting by Caroline De Souza. Libraries and Myths VI / Mixed Media 115x75cm

Noµoí/Perfectures _



Καβάλα/Kavala



Ξάνθη/Xanthi



Δράμα/Drama



Συνεντεύξεις/Interviews



Εύα Οικονόμου - Βαμβακά Eva Oikonomou - Vamvaka/ Artistic director of the Municipal Regional Theatre of Kavala



Θεόδωρος Μουριάδης Theodoros Mouriadis/Mayor of Kavala



Ανδρέας Καραγιώργης Andreas Karagiorgis/
Deputy Governor of Fisheries
Policy Region of Eastern Macedonia and Thrace



Σοφία Ουργαντζίδου Sofia Ourgantzidou/chef



Erythrou Stavrou & Filellinon 2, Kavála T. 2511 10 4700

Enjoy the best food and drinks with your friends in Epicure

Kavala Σύνδεσμος Ξενοδόχων Association of Hoteliers **Kaβάλας**

Ο Σύνδεσμος Ξενοδόχων Καβάλας σας προτείνει τις παρακάτω δραστηριότητες για την παραμονή σας.



The Association of Hoteliers of Kavala recommend the following activities for your stay.



Οινοτουρισμός/Wine Tourism





Από τα αρχαία χρόνια, η Καβάλα φημίζεται για τους ηλιόλουστους αμπελώνες της. Επισκεφθείτε τους σήμερα και απολαύστε γεύσεις που έχουν καλλιεργηθεί εδώ και αιώνες.

Since ancient times, Kavala has been host to many sun-kissed vineyards. Visit today to savour tastes which have been cultivated for centuries.

Ιστιοπλοΐα/Sailing





Οι Ιστιοπλόοι της Καβάλας βρίσκονται στη διάθεσή σας. Επιβιβαστείτε και δαμάσετε μαζί τα κύματα!

The sailors of Kavala are at your service. Hop aboard to ride the waves together!

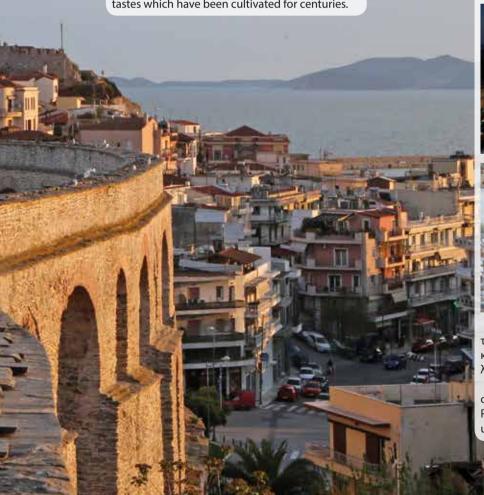
Πολιτισμός/Culture





Εισαχθείτε στον κόσμο του θεάτρου! Ένα από τα μεγαλύτερα πολιτιστικά γεγονότα του καλοκαιριού είναι το Φεστιβάλ Φιλίππων Καβάλας που λαμβάνει χώρα στο Αρχαίο Θέατρο Φιλίππων.

Immerse yourself in the world of theatre! One of the largest cultural events of the summer is the Philippi Festival of Kavala; its most impressive venue: the Ancient Theatre of Philippi.



γεύση / taste



Κάνοντας την βόλτα μας στο εμπορικό κέντρο της πόλης, μέσα στους πεζόδρομους η μία βιτρίνα διαδέχεται την επόμενη μέχρι που την ματιά μας κεντρίζει ένα καλαίσθητο ζαχαροπλαστείο.

Τα φρέσκα γλυκά είναι ένας πειρασμός που δεν μπορείς εύκολα να αντισταθείς και έτσι και εμείς δεν το πολυσυζητήσαμε! Πήραμε με μία ματιά την απόφαση και μπήκαμε μέσα στο κατάστημα.

Με την είσοδό μας στο ζαχαροπλαστείο «Ευαγγέλου» η πρώτη αίσθηση είναι, σαν να είσαι ένα μικρό παιδί που ανοίγεις ένα κουτί με ζαχαρωτά και θέλεις να το φας όλο. Κάθε βήμα μας είναι και ένα θελκτικό ταξίδι σε γλυκές αμαρτίες...

Το καλύτερο όμως έρχεται τώρα μιας που ο Ευαγγέλου δεν αρκείται στο να μας δίνει φρέσκα και πεντανόστιμα γλυκά αλλά έχει προχωρήσει πιο μακριά κάνοντας μας συμμέτοχους στην δημιουργία τους. Θέλουμε προφιτερόλ και έχουμε την δυνατότητα να τα φτιάξουμε όπως τα έχουμε ονειρευτεί! Η κλασική βάση με τα σου είναι τα θεμέλια μας και από εκεί και πέρα το προφιτερόλ γίνεται πραγματικότητα ανάλογα με τις επιθυμίες μας ανάμεσα από 7 είδη σοκολάτας και πάνω από 30 επιλογές (topings) για τον στολισμό μας που περιλαμβάνουν μπισκότα, ζαχαρωτά, σιρόπι και ότι άλλο μπορείς να φανταστείς, ακόμα και το κουτάλι μας υπάρχει επιλογή να είναι σοκολατένιο. Α! και να μην ξεχάσουμε επιλέγουμε και το μέγεθος της απόλαυσης.

Από ατομικό μέχρι οικογενειακό. Αυτή η μαγεία τού να δημιουργήσουμε το δικό μας προφιτερόλ, είναι μια εμπειρία ιδανική και για εμάς αλλά και για τα παιδιά, είναι ενός είδους μέθεξη με τον ουρανίσκο μας που σας την προτείνουμε ανεπιφύλακτα να την ζήσετε και εσείς που βρίσκεστε στην περιοχή.

Εκτός από το ξακουστό προφιτερόλ εδώ όμως θα βρείτε όπως σας αναφέραμε και στην αρχή και μοναδικά τρίγωνα, τραγανιστά σιροπιαστά, δροσερά παγωτά και υπέροχο καφέ. Δεν είναι λοιπόν καθόλου τυχαίο που το Ζαχαροπλαστείο Ευαγγέλου σφύζει από χαμόγελα ευτυχίας και απόλαυσης των επισκεπτών του όλο το χρόνο.

Μόλις φάγαμε και την τελευταία κουταλιά, τον συναντήσαμε και αφού τον ευχαριστήσαμε για αυτή την υπέροχη εμπειρία τον ρωτήσαμε δυο - τρία γευστικά πραγματάκια που θέλουμε να μοιραστούμε μαζί σας.

Είναι υπέροχο να μπορώ να φτιάξω την δική μου εκδοχή στο προφιτερόλ μέσα από όλες αυτές τις επιλογές που μας δίνετε. Μπορούμε να το κάνουμε και με άλλα γλυκά στο ζαχαροπλαστείο σας;

Μπορούμε να φτιάξουμε μιλφέιγ τη στιγμή που θα μας το ζητήσει ο πελάτης όπως και cheesecake στο το οποίο μπορεί να επιλέξει μέσα από 6 διαφορετικά φρούτα.

Επίσης οι συνδυασμοί είναι ατελείωτοι γιατί μπορεί να συνδυάσει με το προφιτερόλ του οτιδήποτε άλλο υπάρχει μέσα στο μαγαζί, το καλοκαίρι είναι



Ζαχαροπλαστείο Ευαγγέλου



Π. Μελά 6, Καβάλα 6 P. Mela st, Kavala +302510226999 evangelouprofiterole.gr

πολύ διαδεδομένο το προφιτερόλ με παγωτό και το προφιτερόλ με τριγωνάκι.

Τι θα λέγατε να δοκιμάσουν στο ζαχαροπλαστείο όσοι από τους αναγνώστες, μα και επισκέπτες της περιοχής μας δεν είναι από την χώρα μας;

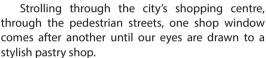
Θα πρότεινα τον συνδυασμό προφιτερόλ με παγωτό, ιδίως για το καλοκαίρι τα τρίγωνα και τη σοκολατόπιτα με παγωτό και την καρυδόπιτα με παγωτό.

Υπάρχει κάποια νέα γευστική απόλαυση που έχεις δημιουργήσει πρόσφατα και θα την μοιραστείς το καλοκαίρι του 2023 μαζί μας;

Για φέτος το καλοκαίρι θα βγάλω μία τάρτα λεμόνι και μία έξτρα σοκολάτα για το προφιτερόλ με γεύση καραμέλα, όπως επίσης και μία τούρτα χωρίς ζάχαρη.

Σε ευχαριστούμε πολύ! Και εννοείται πως πριν φύγουμε παίρνουμε και ένα οικογενειακό προφιτερόλ για να έχουμε μαζί μας για το βράδυ αλλά και την επόμενη ημέρα! Εξάλλου είναι σαν να το φτιάξαμε εμείς και αυτό έχει ακόμα μεγαλύτερη νοστιμιά!





Fresh desserts are a temptation you can't easily resist; so, we didn't think twice! We took one look at the decision and went inside the store.

When we enter the Evangelou Patisserie, the first feeling is like being a little kid who opens a box of candy and wants to eat it all. Every step we take is a delightful journey into sweet sins...

But the best is yet to come as Evangelou is not content to give us only fresh and delicious sweets but has gone further by making us participants in their creation. We want profiteroles and we can make them the way we have dreamed of! The classic base with the sous are our foundations and from there the profiterole becomes reality according to our wishes between 7 types of chocolate and over 30 toppings for our decorations including cookies, marshmallows, syrup and anything you can imagine; even our spoon has the option to be chocolate. Oh, and don't forget to choose the size of the pleasure. From individual to family ones.

This magic of creating our own profiteroles is an experience that is ideal for us and for the children; it is a kind of intoxication with our palate; an experience we highly recommend to those of you who find yourselves in the area.

Apart from the famous profiteroles, you will find here, as we mentioned at the beginning, unique Greek "trigona" (phyllo cones, meaning triangles), crispy syrupy pastries, cool ice creams and delicious coffee. It is therefore no coincidence that the Evangelou Patisserie is full of the visitors' smiles of happiness and enjoyment all year round.

After we ate the last spoonful, we met him and



Evangelou Patisserie

after thanking him for this wonderful experience, we asked him a couple of little tasty things that we want to share with you.

It's great to be able to make my own version of profiterole from all the options you give us. Can we do it with other desserts in your patisserie?

We can make millefeuille at the moment the customer asks for it, as well as cheesecake in which they can choose from 6 different fruits.

Also, the combinations are endless because they can combine anything else in the shop with their profiterole; in the summer it is very common to have profiteroles with ice cream and profiteroles with "trigona".

What do you think those of our readers and visitors who are not from our country should try in the patisserie?

I would recommend the combination of profiteroles with ice cream; especially for the summer, "trigona" and chocolate pie with ice cream and walnut pie also with ice cream.

Is there a new tasty treat you've recently created that you'll share with us in the summer of 2023?

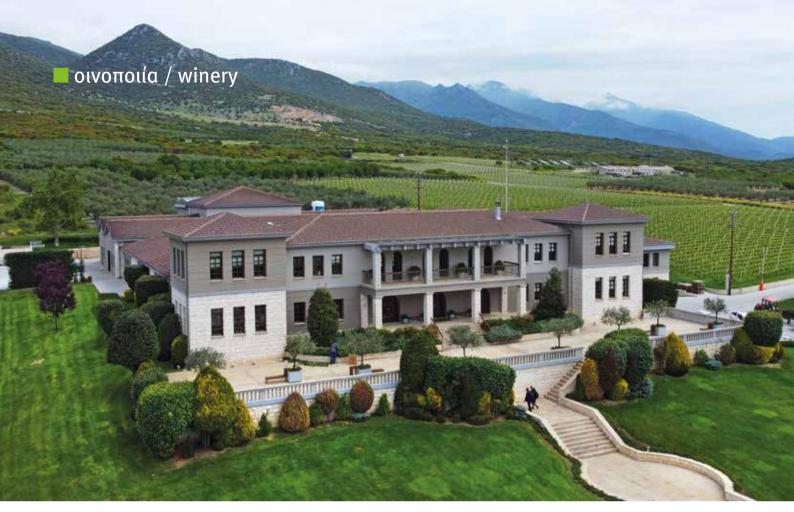
For this summer, I'm going to make a lemon tart and an extra chocolate for the caramel flavored profiterole as well as a sugar free cake.

Thank you very much! And of course before we leave we take a family profiterole to have with us for the evening and also the next day! After all, it's as if we made it ourselves and that makes it even more delicious!













Η περιοχή που έχετε επιλέξει για τις διακοπές σας έχει μία ιδιαιτερότητα. Είναι φημισμένη από την αρχαιότητα για τους εκλεκτούς οίνους της. Ο Ησίοδος, ο Θεόκτιτος και ο Μιχαήλ Ψελλός έχουν αναφερθεί στην αμπελουργία της περιοχής μα και ακόμα πιο παλιά σε έναν προϊστορικό οικισμό που ονομάζεται Ντίκιλι Τας έχουν βρεθεί ίχνη οινοποιίας, ίχνη από το 4.300 π.Χ. που κατατάσσουν την περιοχή ως την αρχαιότερη στην Ελλάδα όπου εξελίχθηκε η τέχνη του κρασιού.

Το κτήμα Βιβλία Χώρα που βρίσκεται στις απαλές λοφώδεις παρυφές του Παγγαίου Όρους είναι ένα από τα πιο γνωστά οινοποιεία όχι μόνο της περιοχής μας, αλλά όλης της Ελλάδας. Οι οίνοι που παράγονται είναι τόσο ποιοτικοί που έχουν κατακτήσει όλες τις γωνιές του κόσμου. Και το καλύτερο; Το Κτήμα Βιβλία Χώρα μπορείτε να το επισκεφθείτε ώστε να αποκτήσετε μια μοναδική εμπειρία!

Έτσι και εμείς το επισκεφθήκαμε και μοιραζόμαστε μαζί σας την δική μας εμπειρία. Το πρώτο πράγμα που μας έκανε εντύπωση είναι το ίδιο το κτήριο που μπορεί να είναι επιβλητικό μιας και είναι κτισμένο από πέτρα μα ταυτόχρονα εντάσσεται τόσο αρμονικά στο φυσικό περιβάλλον. Ο μεγάλος διάδρομος μέχρι να φτάσουμε στα σκαλοπάτια που οδηγούν στο εσωτερικό του γίνεται ανάμεσα από ποικιλίες αμπελιών.

Τα σκαλοπάτια καθώς τα ανεβαίνουμε είναι η ώρα που διαπιστώνουμε τον όγκο του κτηρίου που είναι όντως μεγάλο μα ταυτόχρονα τόσο οικείο. Η είσοδος, μας αφήνει το επιφώνημα του θαυμασμού για την ομορφιά και την καλαισθησία που αναδύεται μέσα από το ξύλο, την πέτρα, τους μεγάλους χώρους, τα έργα τέχνης αλλά και από τους οίνους που ζυμώνονται με τον χρόνο σύμμαχο τους στα κελάρια.

Το χαμόγελο της κοπέλας που θα μας κάνει την ξενάγηση σπάει ακόμα και εκείνο το μικρό ίχνος της όποιας αμηχανίας μπορούσε να υπάρξει. Δεν θα σας τα πούμε όλα, μα μάθαμε υπέροχα πράγματα για την ιστορία της περιοχής, του οινοποιείου και των οίνων που παράνονται σε αυτό. Τα μάθαμε κατεβαίνοντας τις μεγάλες σκάλες που οδηγούν στην αίθουσα οινογνωσίας που με τα μοναστηριακά τραπέζια έχει το δικό της στυλ που το κάνει ακόμα πιο μοναδικό η μεγάλη τζαμαρία που χαρίζει στην ματιά μας το ένα κελάρι που εκατοντάδες γαλλικής προέλευσης βαρέλια ακουμπισμένα αρμονικά περιέχουν εκλεκτούς οίνους.

Δοκιμάσαμε με όλη αυτή την υπέροχη εικόνα γύρω μας οίνους και αφεθήκαμε στην μαγεία τους και στην πολυβραβευμένη ιστορία του καθενός.

Η συνέχεια έχει και άλλα κελάρια μα και δωμάτια γεμάτα μπουκάλια, χωρισμένα σαν στρατιωτάκια με τις ετικέτες τους. Εντυπωσιαστήκαμε από τα μεγάλα σε όγκο που χωράνε δεκάδες λίτρα και περπατήσαμε ανάμεσά τους. Ανεβαίνοντας σταθήκαμε στο να ατενίζουμε τους αμπελώνες και την ξακουστή κοιλάδα που από τα αρχαία χρόνια δίνει σε εμάς αυτά τα θαυμάσια οινικά αποτελέσματα!

Ήρθε η ώρα να απολαύσουμε έχοντας αυτή την υπέροχη θέα κάτι ιδιαίτερο! Ένα ποτήρι "Βίβλινο Οίνο" δημιουργημένο από μία άγνωστη τοπική ποικιλία που μέσα από εξετάσεις που έχουν γίνει για χρόνια δεν ταυτοποιείται με καμία άλλη ποικιλία σε όλο τον κόσμο. Ένα ποτήρι Βίβλινο Ερυθρό και Βίβλινο Ροζέ!

Μέσα σε αυτό το ειδυλλιακό περιβάλλον να γεύεσαι μια ποικιλία που δεν υπάρχει πουθενά αλλού! Αυτή είναι εμπειρία!

Πριν φύγουμε, αποχαιρετάμε έναν οικείο πλέον σε



The area you have chosen for your holidays has a special feature. It is famous since ancient times for its fine wines. Hesiod, Theoktitus and Michael Psellos have mentioned the viticulture of the area and even earlier in a prehistoric settlement called Dikili Tas, traces of winemaking have been found; traces from 4,300 BC that classify the area as the oldest in Greece where the art of wine evolved.

The Vivlia Chora estate, located on the gently rolling hillsides of Mount Pangaion, is one of the most famous wineries not only in our region, but in the whole of Greece. The wines produced are of such quality that they have conquered all corners of the world. And the best part? You can visit Vivlia Chora to get a unique experience!

So, we visited it and share with you our own experience. The first thing that struck us is the building itself, which is not only imposing as it is built of stone but at the same time it blends so harmoniously into the natural environment. The long corridor, until we reach the steps that lead to the interior, is made among a variety of vines.

As we climb the stairs, we realize the volume of the building, which is indeed large but at the same time so familiar. The entrance leaves us with an exclamation of admiration for the beauty and elegance that emerges from the wood, the stone, the large spaces, the works of art and the wines that ferment with time in the cellars.

The smile of the girl who will give us the tour breaks even that small trace of any awkwardness that might have existed. We won't tell you everything but we learned wonderful things about the history of the area, the winery and the wines produced there. We learned about them by descending the large stairs that lead to the wine tasting room that with the monastic tables has its own style that is made even more unique by the large glass window that gives us a glimpse of a cellar where hundreds of barrels of French origin resting harmoniously contain fine

We tasted wines with all this wonderful scenery around us and indulged in their magic and the award-winning history of each one.

There are more cellars and rooms full of bottles,

Tips

Η περιοχή της Καβάλας είναι φημισμένη από την αρχαιότητα για τους εκλεκτούς οίνους της. Την κατατάσσουν ως την αρχαιότερη στην Ελλάδα όπου εξελίχθηκε η τέχνη του κρασιού. Το κτήμα Βιβλία Χώρα που βρίσκεται στις απαλές λοφώδεις παρυφές του Παγγαίου Όρους είναι ένα από τα πιο γνωστά οινοποιεία όχι μόνο της περιοχής μας, αλλά όλης της Ελλάδας.

The area of Kavala is famous since ancient times for its fine wines. It is classified as the oldest in Greece where the art of wine was developed.

The Vivlia Chora estate, located on the gently rolling hillsides of Mount Pangaion, is one of the most famous wineries not only in our region, but in the whole of Greece.



separated like soldiers with their labels. We were impressed by the large ones that hold dozens of litres and walked among them. On the way up, we stood gazing at the vineyards and the famous valley that since ancient times has given us these wonderful wine results!

It's time to enjoy something special, while having this wonderful view! A glass of «Vivlino Wine» created from an unknown local variety that through years of testing is not identified with any other variety in the world. A glass of Vivlino Red and Vivlino Rose!

In this idyllic environment, you can taste a variety that cannot be found anywhere else! This is experience!

Before we leave, we say goodbye to a place that is now familiar to us, filled with wines that we could not help but buy and bring back to the place where we live to share their wonderful flavors with everyone we love.

We have two questions to share with you that we asked Mr. Vasilis Tsaktsarlis, one of the two owners of the Vivlia Chora winery.

Dear Vasilis, we would like you to tell us a few words about the variety found in the region and the variety you are bringing out. How was it found? And how were you able to use it?

In 2002, in a relatively rugged area of Pangaion, a vineyard that had been there for many years was found at the suggestion of a local farmer. We were immediately intrigued, as it was a red grape variety that we had never encountered before and also seemed to belong to the Mediterranean varieties.



Βασίλης Τσακτσαρλής

Η χαρά που προσφέρει η δημιουργία ενός προϊόντος όπως το κρασί, που ξεκινά από τη γέννηση της πρώτης ύλης μέσα στο αμπέλι, περνά από τα διάφορα στάδια της οινοποίησης και της παλαίωσης και φτάνει ως την εμφιάλωσή του, δύσκολα περιγράφεται με λόγια.

Vasilis Tsaktsarlis

The joy of creating a product like wine, which starts from the birth of the raw material in the vineyard, passes through the various stages of vinification and ageing and ends up in the bottling, is hard to describe in words.



εμάς χώρο γεμάτοι με οίνους που δεν γινόταν να μην αγοράσουμε και να μην τους μεταφέρουμε στον τόπο που μένουμε ώστε να μοιραστούμε τις υπέροχες γεύσεις τους μαζί με όλους όσους αγαπάμε.

Έχουμε και δύο ερωτήσεις να μοιραστούμε μαζί σας που κάναμε στον κ. Βασίλη Τσακτσαρλή ενός εκ των δύο ιδιοκτητών του οινοποιείου Βιβλία Χώρα.

Αγαπητέ Βασίλη θα θέλαμε να μας πεις λίγα λόγια για την ποικιλία που βρέθηκε στην περιοχή και την αναδεικνύετε. Πως βρέθηκε; Και μέσα από ποιο τρόπο μπορέσατε να την αξιοποιήσετε;

Το 2002, σε μία σχετικά δύσβατη περιοχή του Παγγαίου, βρέθηκε, μετά από υπόδειξη ενός αγρότη της περιοχής, ένα αμπέλι που υπήρχε εκεί για πολλά χρόνια. Αμέσως μας προκάλεσε το ενδιαφέρον, δεδομένου ότι ήταν μια ερυθρή ποικιλία αμπέλου που δεν την είχαμε ξανασυναντήσει και επιπλέον φαινόταν ότι ανήκε στις μεσογειακές ποικιλίες.

Σε πρώτη φάση, τρυγήσαμε τα λιγοστά σταφύλια που είχε και, το ερυθρό κρασί που έγινε μας προκάλεσε μεγάλη έκπληξη. Ήταν ένα κρασί ξεχωριστό, ιδιαίτερο, με φρουτώδη και ανθώδη αρώματα, καλό χρώμα και καλή δομή.

Αμέσως αρχίσαμε, το 2003, τη φύτευσή του σε αμπελώνα του Κτήματος. Μετά από χρόνια έρευνας στα αμπελογραφικά χαρακτηριστικά των ποικιλιών του ελληνικού αμπελώνα, δεν μπορέσαμε να βρούμε κάποια αντιστοιχία με τις υπάρχουσες ελληνικές ποικιλίες. Ταυτόχρονα, επιδιώξαμε ταυτοποίηση της ποικιλίας μέσω των γενετικών της χαρακτηριστικών και έλεγχο DNA. Τα αποτελέσματα έδειξαν ότι πρόκειται για μια ελληνική ποικιλία, που έχει γενετικά χαρακτηριστικά ελληνικών σύγχρονων ποικιλιών, αλλά ταυτόχρονα δεν παρουσιάζει πολλές ομοιότητες με αυτές, δηλαδή είναι μια μακρινή συγγενής τους.

Συμπερασματικά, είναι μια παλιά ελληνική ποικιλία που διατηρήθηκε από μόνη της, χωρίς να πολλαπλασιαστεί και να μεταλλαχθεί.

Η χαρά μας για την ανακάλυψη αυτή είναι μεγάλη και οι προσπάθειές μας θα επικεντρωθούν στην ανάδειξή της και στην παραγωγή οίνων υψηλής ποιότητας από αυτήν.





Ήδη έχουν γίνει όλες οι απαραίτητες διαδικασίες σε συνεργασία με τον ΕΛΓΟ Δήμητρα και βρισκόμαστε στο στάδιο της ταυτοποίησης & ταξινόμησης της ποικιλίας, της διαδικασίας δηλαδή κατά την οποία γίνεται ακριβής και λεπτομερής περιγραφή κάθε βλαστικού σταδίου, μακροσκοπικά και μικροσκοπικά, ώστε να αποκτήσει η ποικιλία «ταυτότητα». Το αμέσως επόμενο βήμα είναι να της δοθεί όνομα.

Πείτε μας πως είναι η ζωή ενός οινοποιού όπως εσείς; Ποιες είναι η προκλήσεις και ποιες οι στιγμές που περιέχουν ευτυχία μέσα τους.

Την επαγγελματική ζωή ενός οινοποιού θα την χαρακτήριζα δύσκολη γιατί απαιτεί σκληρή εργασία, σχολαστική ενασχόληση χωρίς συγκεκριμένο ωράριο, τόσο στο αμπέλι όσο και μέσα στο οινοποιείο σε κάθε στάδιο της οινοποίησης, υπευθυνότητα και απόλυτη προσήλωση. Παρ' όλα αυτά, θα πρέπει να παραδεχθώ ότι η χαρά που προσφέρει η δημιουργία ενός προϊόντος όπως το κρασί, που ξεκινά από τη γέννηση της πρώτης ύλης μέσα στο αμπέλι, περνά από τα διάφορα στάδια της οινοποίησης και της παλαίωσης και φτάνει ως την εμφιάλωσή του, δύσκολα περιγράφεται με λόγια. Η πρόκληση είναι πάντα εκεί και είναι πάντα η ίδια: Η παραγωγή οίνων υψηλής ποιότητας, οι οποίοι εκφράζουν με τον καλύτερο δυνατό τρόπο τη μοναδικότητα της περιοχής (terroir). Είναι ένα στοίχημα που πρέπει να το κερδίζουμε κάθε χρόνο, παλεύοντας με τις κλιματικές συνθήκες σε κάθε στάδιο της ανάπτυξης του αμπελιού και προσπαθώντας να αναδείξουμε τα χαρακτηριστικά των ποικιλιών όπως εκφράζονται στην περιοχή του Παγγαίου, μέσα από την οινοποίησή τους. Εκεί ακριβώς, στην επιτυχία αυτού του στόχου, κρύβεται και η ευτυχία ενός οινοποιού.



At first, we harvested the few grapes he had and the red wine that was made surprised us. It was a special wine with fruity and floral aromas, good colour and good structure.

Immediately, in 2003, we started planting it in a vineyard of the estate. After years of research into the viticultural characteristics of the Greek vineyard varieties, we could not find any correspondence with the existing Greek varieties. At the same time, we sought to identify the variety through its genetic characteristics and DNA testing. The results showed that it is a Greek variety, which has genetic characteristics of modern Greek varieties, but at the same time does not show many similarities with them, which means it is a distant relative.

In conclusion, it is an old Greek variety that has been preserved on its own, without multiplying and mutating.

We are very happy about this discovery and our efforts will be focused on its promotion and the production of high quality wines from it.

All the necessary procedures have already been done in cooperation with ELGO Dimitra and we are now at the stage of identification and classification of the variety, the process during which a precise and detailed description of each vegetative stage is made, macroscopically and microscopically, in order to give an «identity» to the variety. The next step is to give it a name.

Tell us what life is like for a winemaker like you? What are the challenges and what are the moments that contain happiness within them.

I would describe the professional life of a winemaker as difficult because it requires hard work, thorough engagement without specific hours, both in the vineyard and in the winery at every stage of winemaking, responsibility and absolute dedication. Nevertheless, I must admit that the joy of creating a product like wine, which starts from the birth of the raw material in the vineyard, passes through the various stages of vinification and ageing and ends up in the bottling, is hard to describe in words. The chal-





lenge is always there and it is always the same: The production of high quality wines, which express in the best possible way the uniqueness of the region (terroir). It is a bet that we have to win every year, struggling with the climatic conditions at every stage of the vine's development and trying to highlight the characteristics of the varieties as expressed in the region of Pangaion, through their vinification. That's where, in the success of that goal, the happiness of a winemaker hides.

Τουρισμός και η οικονομική ανάπτυξη Tourism and economic development



Κωνσταντίνος Λ Νικολάου

Τόσο ο τουρισμός όσο και το εμπόριο λειτουργούν αλληλένδετα στην οικονομική ανάπτυξη και αποτελούν δύο από τους βασικούς πυλώνες που μαζί με τις επενδύσεις και τις εξαγωγές συντελούν στην αύξηση του Εθνικού προϊόντος της χώρας. Συγκεκριμένα 1€ στα 4€ που ξοδεύει ένας τουρίστας πηγαίνει στο εμπόριο, στην αγορά προϊόντων. Όσον αφορά τις αγοραστικές τους επιλογές το 29,6% των τουριστών επιλέγει αναμνηστικά σουβενίρ, το 16,2% βασικά προϊόντα καθημερινότητας, το 14,6% αναζητά και τελικά βρίσκει μεγάλη ποικιλία προϊόντων, το 12,9% ενδιαφέρεται και αγοράζει προϊόντα τοπικής προέλευσης ενώ το 9,4% διασυνδέει την αγορά ενός προϊόντος με την εμπειρία και τη διασκέδαση. Οι σημαντικότεροι σήμερα τουρίστες από πλευράς αγοραστικής δύναμης είναι οι Άγγλοι, οι Γάλλοι, οι Ιταλοί και οι Αμερικανοί. Στο πλαίσιο μιας διαμορφωμένης στρατηγικής τουριστικής ανάπτυξης η δυνατότητα χαρτογράφησης των πλέον δυναμικών τουριστικών προϊόντων θα οδηγούσε σε συγκεκριμένη κλαδική εξειδίκευση από πλευράς των επιχειρήσεων και με αυτόν τον τρόπο θα ευεργετούνταν η διασύνδεση Εμπορίου και τουρισμού με επιτυχημένες προσεγγίσεις και στρατηγικές στοχεύσεις.

Επιπρόσθετα η ανάπτυξη του εμπορίου και του τουρισμού δεν μπορεί παρά να συμπεριλαμβάνει και τον τομέα της αγροδιατροφής που διαδραματίζει κυρίαρχο ρόλο στη δυναμική της οικονομίας μας.

Αν θελήσουμε τώρα να σταθούμε στα δυνατά σημεία του ελληνικού τουριστικού προϊόντος αυτά είναι η φιλικότητα και η εξυπηρέτηση, ενώ αδύνατο σημείο είναι οι υποδομές. Επιβάλλεται ως εκ τούτου η εστίαση των κρατικών πολιτικών να είναι η ανταγωνιστικότητα και βιωσιμότητα του τουριστικού προϊόντος ως βασικών προϋποθέσεων μεγέθυνσης της εγχώριας προστιθέμενης αξίας.

Όσον αφορά τα οικονομικά μεγέθη , μεταξύ άλλων , που χρήζουν ιδιαίτερης προσοχής σχετίζονται αφενός, με την εξέλιξη των πληθωριστικών πιέσεων στη πραγματική οικονομία καθώς οι συνεχόμενες αυξήσεις των επιτοκίων προκειμένου να τιθασευτεί ο πληθωρισμός έχουν αρνητικό αντίκτυπο στην αναπτυξιακή δυναμική της οικονομίας και αποθαρρύνουν το εγχώριο και διεθνές κεφάλαιο για επενδύσεις και αφετέρου, το πρόβλημα της υποαπασχόλησης που « χτυπά» στην παραγωγικότητα και επιδρά αρνητικά στη μεγέθυνση της Οικονομίας.

Επιπρόσθετα το έλλειμμα του ισοζυγίου τρεχουσών συναλλαγών που έχει σημείο αναφοράς την ανταγωνιστικότητα της ελληνικής οικονομίας και εδώ βεβαίως είναι που πρέπει να αναθερμανθεί ο διάλογος από την Πολιτεία και τους Παραγωγικούς φορείς της Χώρας για το νέο αναπτυξιακό μοντέλο που απαιτείται να στραφεί η Οικονομία μας με εστίαση στο πρωτογενή τομέα και στα διεθνώς εμπορεύσιμα προϊόντα, ικανά να αναμετρηθούν με αντίστοιχα τους στις διεθνείς αγορές.

Both tourism and trade are interlinked in the financial development and are two of the main pillars that along with the investments and exports contribute to the increase of the country's National product. Specifically, 1€ of 4€ spent by a tourist goes to trade, in the product market. As far as their purchasing choices are concerned, 29.6% tourists choose souvenirs, 16.2% choose basic everyday products 14.6% search for and eventually find great variety of products, 12.9% are interested in and buy locally sourced products while 9.4% associate the purchase of a product with experience and fun. Today's most important tourists in terms of purchasing power are the English, French, Italians and Americans. In the context of a shaped strategic development of tourism, the possibility of mapping the most dynamic products of tourism would lead to specific sectoral specialization on the part of businesses and in this way the interconnection of trade and tourism with would benefit with successful approaches and strategic objectives.

In addition, the development of trade and tourism can only include the agri-food sector, which plays a dominant role in the dynamics of our economy.

Now, if we want to focus on the strengths of the Greek touristic product, these will be friendliness and service, while a weak point will be the infrastructure. It is therefore imperative that the focus of state policies be on the competitiveness and sustainability of the touristic product, as the main conditions for the growth of domestic added value.

As for the economic figures, among others, which require particular attention, on the one hand, they are related to the evolution of inflationary pressures in the real economy as the continuous increases in interest rates in order to tame inflation has a negative impact on the growth of economic dynamics and discourage domestic and international capital for investment and, on the other hand, the problem of underemployment which is hitting the productivity and negatively affects the growth of the economy.

In addition, there is the current account deficit that has a reference point to the competitiveness of the Greek economy; and this is the point where the dialogue between the State and the country's Productive agencies must be heated up, regarding the new development model, where our Economy needs to be turned to with a focus on the primary sector and the internationally tradable products, capable of competing with their counterparts in international markets.

αγορές / market



Ο Ανδρέας Ματθίδης, sommelier, προτείνει:



Προστατευόμενη Ονομασία Προέλευσης Μαντινεία

Η ναυαρχίδα του οινοποιείου.
Διακριτικό λεμονί χρώμα με γκρι ανταύγειες, χαρακτηριστικές του ερυθρωπού φλοιού της ποικιλίας. Συνοδεύει υπέροχα πράσινες δροσερές σαλάτες, οστρακοειδή και ψητά ψάρια, ενώ πίνεται ευχάριστα και σαν απεριτίφ. Σερβίρεται σε θερμοκρασία 9-11°C.

Protected Designation of Origin Mantineia

The flagship of the winery.
Distinctive lemon color with gray highlights, characteristic of the reddish bark of the va-

riety. It accompanies wonderful green salads, shellfish and grilled fish, while it is pleasantly drunk as an aperitif. Served at a temperature of 9-11°C.



PRIORI

NOVUS

ΑΣΥΡΤΙΚΟ - ASSYRTIKO 100%

Κίτρινο χρώμα, με χρυσές ανταύγειες. Αρωματικό, με τα εσπεριδοειδή να κυριαρχούν και η μεταλλικότητα, ως ιδίωμα του terroir της Σαντορίνης. Σερβίρεται σε θερμοκρασία: 10-11. Συνοδεύει: Θαλασσινά, οστρακοειδή, σαλάτες, λευκά κρέατα και ελαφριές σάλτσες.

Yellow color, with golden highlights. Aromatic, with citrus fruits dominating and metallic sense, as an idiom of the terroir of Santorini. Served at temperature: 10-11 Accompanies: Seafood, shellfish, salads, white meats and light sauces.

ПАNOHP - PANTHER

KABANIEPOZ

Οίνος Ροζέ Ξηρός - Dry Rosé Wine, 13% Vol Νεμέα

Ένα ροζέ από Μαυρούδι, Αγιωργίτικο, Λημνιώνα με κάθε ποικιλία να συμμετέχει ισόποσα στο χαρμάνι.

Ανοιχτό σωμόν χρώμα, άρωμα και γεύση με στοιχεία ροζ γκρέιπφρουτ, πετροκέρασου και φραμπουάζ. Υψηλή οξύτητα και ένταση στο στόμα. Ξηρό με φινετσάτη επίγευση. Σαλάτες, σούσι, σεβίτσε.

Κατάλληλη θερμοκρασία σερβιρίσματος: 8 - 10°C. A rosé from Mavroudi, Agiorgitiko, Limniona with each variety participating equally in the blend.

Light salmon color, aroma and taste with elements of pink grapefruit, sour cherry and raspberry. High acidity and tension in the mouth. Dry with elegant aftertaste. Salads, sushi, ceviche.

Suitable serving temperature: 8 - 10°C.





ΚΤΗΜΑ ΒΙΒΛΙΑ ΧΩΡΑ ΛΕΎΚΟΣ

60% Sauvignon Blanc - 40% Ασύρτικο Παράγεται από το πάντρεμα της κοσμοπολίτικης και αρωματικής ποικιλίας Sauvignon Blanc και του δικού μας πληθωρικού Ασύρτικου. Η γεύση του είναι πλούσια, γεμάτη, αρμονική, με εξαιρετική δομή, δροσιστική οξύτητα και μεγάλη αρωματική επίγευση.

Σερβίρεται στους 10°C και είναι προτιμότερο να καταναλωθεί σε 2 χρόνια.

Produced by the fusion of the cosmopolitan and Aromatic Sauvignon Blanc variety and our own exuberant Assyrtiko.

Its flavour is rich, full, and harmonious with excellent structure, crisp, with refreshing acidity and a long aromatic finish.

Served at 10°C and should preferably be consumed in two years.



SIBLIA CHORA



100% Syrah

Προέρχεται από τη γαλλική ποικιλία Syrah, που καλλιεργείται με ιδιαίτερη φροντίδα στο πιο δροσερό σημείο του αμπελώνα του Κτήματος, αποκλειστικά για την παραγωγή ροζέ οίνου. Είναι πλούσιο, ισορροπημένο με εξαιρετική δομή και γεμάτη γεύση. Η δροσερή του οξύτητα σε συνδυασμό με τον φρουτώδη χαρακτήρα του, τού χαρίζουν μια μακρά και αρωματική επίγευση. Δοκιμάστε το δροσερό στους 10°C στα δύο πρώτα χρόνια της ηλικίας του.

Produced from the French variety
Syrah, which is cultivated with particular care
in the coolest section of the Estate's vine yard
used exclusively for the production of Rose
wine.

It is a rich, balanced wine with excellent structure and a full flavour. It's refreshing acidity coupled with its fruity character of a floral background, give a long aromatic aftertaste. Enjoy it cool at 10°C within the first two years of the embottlement.





Διαλογισμός -Υγιεινή Διατροφή - Θεραπείες Ευεξίας - Ειδικά Σεμινάρια -Αποδράσεις



Ένα ταξίδι για τον δρόμο της μεταμόρφωσης και της επανασύνδεσης του νου, του σώματος και της καρδιάς ξεκινάει με την ομάδα Wellness Artists. Ανακαλύψτε τον δρόμο της ευεξίας, εξερευνώντας τον εαυτό σας, με συνοδοιπόρους το εξειδικευμένο προσωπικό μας, δίπλα σας σε κάθε βήμα. Κλείστε ένα ραντεβού και ελάτε να μελετήσουμε τις ανάγκες σας και να δημιουργήσουμε το κατάλληλο πλάνο για πετύχετε την ευεξία και ευζωία στην ζωή σας. Το εξειδικευμένο προσωπικό μας είναι κοντά σας να σας προσφέρει υπηρεσίες υψηλής ποιότητας και να σας βοηθήσει να δημιουργήσετε το προσωπικό σας πλάνο ευεξίας!

Η ζωή είναι δώρο. Είναι ομορφιά και αρμονία.

Μάθε μαζί μας το δρόμο της προσωπικής σου ευεξίας.. Έλα στο ταξίδι της επανασύνδεσης με τον εαυτό σου. Νιώσε τη χαρά που πηγάζει από τη γνώση των κρυμμένων ικανοτήτων σου και την αγάπη που πηγάζει από την αποδοχή και τη βελτίωσή τους. Βίωσε τον εαυτό σου ως μια υγιή ψυχοσωματική ολότητα με ομορφιά και φώς.

Γίνε μέρος του ταξιδιού μας.

Βρες πώς μπορείς να συμμετέχεις. Θέλεις να βγεις απο τη πρίζα και να βελτιώσεις την υγεία σου; Θέλεις να βιώσεις την εμπειρία της ευεξίας; Θέλεις να κάνεις ένα δώρο στον εαυτό σου, στους φίλους ή στους συνεργάτες σου που θα εκτιμηθεί πολύ; Θέλεις απλώς να αποδράσεις σε επιλεγμένα σημεία που σου προτείνουμε με υψηλής ποιότητας παροχές; Θέλεις να μας γνωρίσεις καλύτερα και να εκπαιδευτείς από εμάς σε κάτι μοναδικό, σε έναν κλάδο με συνεχόμενη ανάπτυξη και επαγγελματική αποκατάσταση;

Η ομάδα Wellness Artists μπορεί να οργανώσει τα πάντα για σένα.



Δες την ζωή αλλιώς

Γέμισε με φως και ενέργεια. Μέσα σε μια πραγματικότητα που όλα μεταλλάσσονται βρες τον δικό σου βηματισμό. Σταθερό και σίγουρο. Βρες τη δύναμη που κρύβεις μέσα σου. Γίνε φως και δύναμη. Αυτόφωτη δύναμη. Εμείς είμαστε εδώ ιχνηλάτες και αρωγοί σε αυτό το ταξίδι σου.

Η ομάδα Wellness Artists, φέρνει την Ευεξία σε κάθε μέρος της Ελλάδας και όχι μόνο, μέσα από δράσεις και διοργάνωση διακοπών ευεξίας. Μια καινοτομία της ομάδας με σκοπό την ανάδειξη της ευεξίας και στην Ελλάδα.





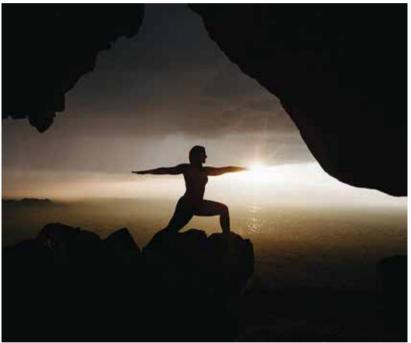
A journey through the path of transformation and reconnection of the mind, body and heart begins with the team of Wellness Artists. Discover the path of wellness, exploring yourself, with our specialized staff as companions, next to you every step of the way. Make an appointment and come to study your needs and create the right plan to achieve well-being and well-being in your life. Our specialized staff is close to you to offer you high quality services and to help you create your personal wellness plan!

Life is a gift. It is beautiful and harmonious.

Join us in discovering the way to your own personal bliss. Set off on a journey of reconnection with your own self. Feel the joy that originates from knowing your hidden powers and sense the love that derives from accepting and enhancing those powers. Experience your own self as a healthy psychosomatic entirety of beauty and light.

Be part of our journey

See how you can be part of the experience. Do you want to pull the plug and improve your health? Would you like to find out what well-being is all



about? How about giving yourself, your friends or your colleagues a gift that will be deeply appreciated? Are you just looking escape to destinations carefully chosen by us with exceptional services? Would you like get to know us better and allow us to teach you something truly unique? Our team at Wellness Artists can organize it all for you.

Look at life from a different perspective

Fill yourself with light and energy. Find your own pace of stability and certainty in a changing reality. Find the strength that lies within you. Turn yourself into light and strength, a self-illuminating strength. We will be there to track and guide you on your journey.

The Wellness Artists team brings Wellness to every part of Greece and not only, through activities and organizing wellness holidays. An innovation of the team in order to highlight the well-being of Greece. Meditation
- Wellness
Treatments
- Healthy
Nutrition
- Special
Workshops Outstanding
Activities

Καλοκαίρι και διατροφή | Summer and Nutrition

Το καλοκαίρι αποτελεί την εποχή του έτους όπου οι περισσότεροι άνθρωποι χάνουν βάρος και κάποιοι λαμβάνουν. Προτείνονται παρακάτω κάποιες διατροφικές συμβουλές που καλό θα είναι να τις ακολουθήσουμε όλοι μας.

➡ Τι δεν πρέπει να κάνουμε το καλοκαίρι

ο Αυξημένη κατανάλωση αλκοόλ

Τα κοκτέιλ ανήκουν στην κορυφή των θερμιδογόνων ποτών λόγω της σύστασής τους.

ο Αυξημένη κατανάλωση γλυκών

Η κατανάλωσή του παγωτού θα πρέπει να είναι σε μέτρια ποσότητα διότι περιέχει πολλές θερμίδες και υψηλή περιεκτικότητα σε ζάχαρη βοηθάει στην εναποθέτηση λίπους στον οργανισμό.

ο Αυξημένη κατανάλωση κορεσμένων λιπαρών

Η κατανάλωση εύκολου και γρήγορου φαγητού συνοδεύεται με αυξημένη πρόσληψη trans λιπαρών και νατρίου το οποίο πέρα από κατακράτηση υγρών και πρηξιμάτων μπορεί να οδηγήσει μακροπρόθεσμα σε καρδιαγγειακά νοσήματα.

➡ Διατροφικά tips για απώλεια/συντήρηση βάρους τη περίοδο του καλοκαιριού

- Επαρκής ενυδάτωση
- Περιορισμός κατανάλωσης έτοιμου φαγητού
- Αυξημένη κατανάλωση φρούτων και λαχανικών
- Μειώστε τη κατανάλωση αναψυκτικών
- Καταναλώνουμε ημίπαχα γαλακτοκομικά προϊόντα
- Καταναλώνουμε τρόφιμα πλούσια σε πρωτεΐνες υψηλής βιολογικής αξίας
- Καταναλώνουμε τρόφιμα πλούσια σε φυτικές ίνες
- Μην απορρίπτεται τρόφιμα από τη διατροφή σας
- Καταναλώστε τα "απαγορευμένα" τρόφιμα με μέτρο στην ποσότητα και στη συχνότητα

Το διαιτολογικό μας ιατρείο είναι στη διάθεσή σας έτσι ώστε να σας δώσει περαιτέρω πληροφορίες και να σας καλύψει μέσω σχηματισμού διαιτολογίου τις εξατομικευμένες ανάγκες σας σε ιχνοστοιχεία, βιταμίνες και μέταλλα. Το μόνο που χρειάζεται είναι να κλείσετε μία συνεδρία μαζί μας.





Summer is the time of year when most people lose weight and some of them get. Here are some dietary tips that we should all follow.

What not to do in summer

o Increased alcohol consumption

Cocktails are among the top calorific drinks because of their composition.

o Increased consumption of sweets

Ice cream consumption should be in moderate quantity because it contains a lot of calories and high sugar content, so it helps to deposit fat in the body.

o Increased consumption of saturated fats

The consumption of easy and fast food is accompanied by an increased intake of trans fats and sodium which, in addition to fluid retention and bloating, can lead to long-term cardiovascular disease.

Dietary tips for losing/maintaining weight during the summer season

- Adequate hydration
- Restricting consumption of ready-made food
- Increased consumption of fruit and vegetables
- Reduce the consumption of soft drinks
- · Consume semi-skimmed dairy products
- Eat foods rich in high biological value proteins
- · Eat foods rich in fiber
- Do not discard specific food from your diet
- Eat the "forbidden" foods in moderate quantity and frequency

Our dietetic clinic is available to provide you with further information and to meet your individual needs in trace elements, vitamins and minerals through the formation of a diet. All you need is to book a session with us.



ΘΕΟΦΙΛΟΣ ΚΩΣΤΟΥΛΑΣ Διαιτολόγος - Διατροφολόγος

www.nutr.gr

Δέχεται κατόπιν ραντεβού

Φιλικής Εταιρείας 8 - 5ος όροφος

2514 00 00 08 | 6932 560 833 | info@nutr.gr

ΘΕΟΦΙΛΟΣ ΚΩΣΤΟΥΛΑΣ

- Διατροφή για απώλεια/αύξηση βάρους
- Αξιολόγηση Σύστασης Σώματος
- Μέτρηση Βασικού Μεταβολισμού
- Κλινική & Αθλητική διατροφή
- Διατροφή για Εγκυμοσύνη και Γαλουχία
- Παιδική και Εφηβική Διατροφή
- Τροποποίηση Διατροφικής Συμπεριφοράς
- Αντιμετώπιση Διατροφικών Διαταραχών
- Αποκατάσταση Μεταβολισμού
- Εξατομικευμένα Προγράμματα Διατροφής
- + Αναλαμβάνουμε και περιστατικά μέσω τηλεδιασκέψεων





Ανακάλυψε τον κόσμο της ηλεκτροκίνησης μέσα από τα 5 αμιγώς ηλεκτρικά μοντέλα της BMW. Βρες σήμερα τη δική σου αμιγώς ηλεκτρική BMW στην Αφοί Ιωαννίδη ΑΕ. Απόκτησέ την με εγγύηση τιμής, κρατική επιδότηση €8.000 και το πρόγραμμα χρηματοδότησης BMW Electric All Inclusive με επιτόκιο 5,9%.

Αφοί Ιωαννίδη ΑΕ

Σταυρός Αμυγδαλεώνα 64 012 Καβάλα Τηλ: 2510 600 00 www.bmw-ioannidis.gr



BMW Electric All Inclusive. Ενδεικτική μηνιαία δόση με το πρόγραμμα BMW Electric All Inclusive της BMW Financial Services για το όχημα iX1 xDrive30, με αξία \in 54.990 και προκαταβολή \in 21.020: \in 869. Ετήσιο ονομαστικό επιτόκιο 5,9% πλέον εισφοράς N.128/750 0,6% χρηματοδοτούμενη ασφάλιση \in 2.677, έξοδα φακέλου \in 280, συνολικό ποσό πίστωσης \in 36.647,ΣΕΠΠΕ 7,1%, διάρκεια 48 μηνών, συνολικό ποσό καταβολής \in 63.016.





Οι παστέλ αποχρώσεις φέτος πρωταγωνιστούν!

Γαλάζιο, ροζ, λιλά κ.τλ.

Θερμές και ψυχρές λάμψεις, highlights που μοιάζουν σαν μαλλιά κοριτσιού κάτω από τον ήλιο, απαλά, γυαλιστερά, φυσικά.

Οι έντονες αντιθέσεις και τα ποπ χρώματα είναι αυτό που κάνει την μοναδικότητά μας.

Στο κομμωτήριό μας η εξειδίκευση στους συνδυασμούς extreme αποχρώσεων με εργαλεία, προϊόντα αλλά και τεχνικές που αφήνουν τα μαλλιά ενυδατωμένα και υγιή ακόμα και στις σκληρές συνθήκες του καλοκαιριού.

Η δουλειά μας πάνω σ' αυτό έχει σχηματίσει την ταυτότητά μας. Cosmohair!

Τολμήστε το!



Pastel shades are the stars of this year!

Blue, pink, lilac, etc.

Warm and cool flashes, highlights that look like girl's hair under the sun; soft, glossy, natural.

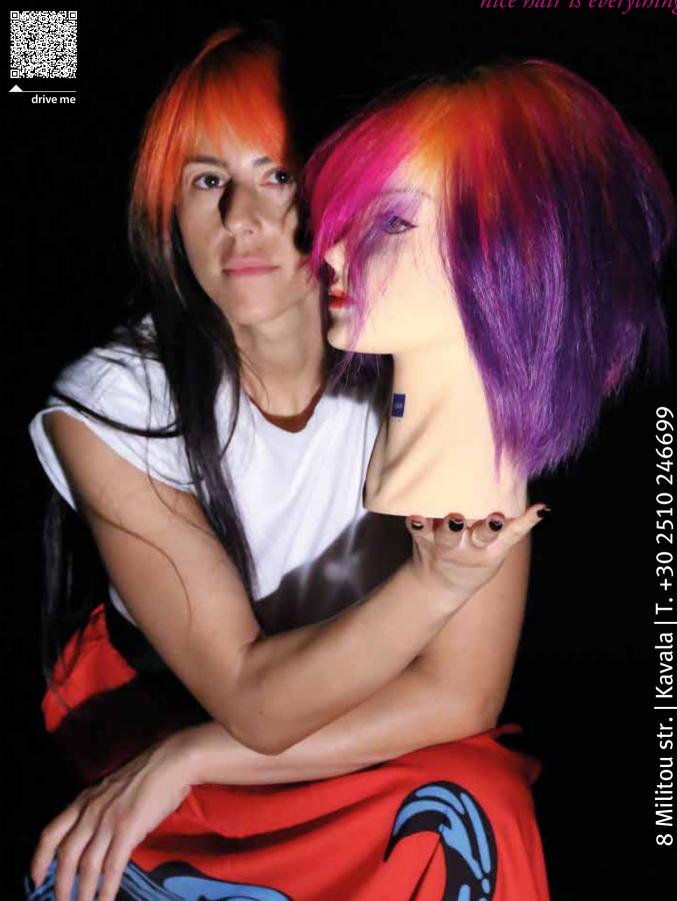
The strong contrasts and pop colors are what make our uniqueness.

In our salon, we specialize in combinations of extreme shades with tools, products and techniques that leave hair hydrated and healthy even in the harsh conditions of summer.

Our work on this has shaped our identity Cosmohair!

Go for it!

Cosmo HAIR nice hair is everything









2510 226022 Perigiali - Kavala



Το καλοκαίρι στην περιοχή μας εκτός από υπέροχες παραλίες και βόλτες στην φύση προσφέρει και μοναδικές γεύσεις. Φανταστείτε λοιπόν μια γραφική ταβέρνα ή και εστιατόριο με θαλασσινά στα πιάτα. Τι μπορεί να μην λείπει από αυτή την εικόνα; Μα φυσικά η γευστική συντροφιά του ούζου και το τσίπουρου.

Η περιοχή της Καβάλας φημίζεται για την ποτοποιία ΕΝΠΟΚΑ ΑΕ. Την επισκεφθήκαμε και συζητήσαμε με τον γενικό διευθυντή της, κ. Γιάννη Πασαβορίδη, ώστε να μυήσουμε και εσάς σε αυτή την γευστική εμπειρία.

Ρωτήσαμε για την ιστορία του ούζου στην Καβάλα, ενός ποτού που ήρθε στην Ελλάδα μαζί με τους πρόσφυγες της μικρασιατικής καταστροφής το 1922 και μάθαμε πως στην περιοχή υπήρχαν πολλές μικρές ποτοποιίες που δημιουργούσαν με μεράκι η καθεμία την δική της εκδοχή στο ούζο μέχρι και το 1969 όπου ενώθηκαν και δημιούργησαν την Ένωση Ποτοποιών Καβάλας ΑΕ.

Τα τελευταία χρόνια εκτός από την παραγωγή του ούζου η ποτοποιία παράγει και εξαιρετικό τσίπουρο με το άκρως καλοκαιρινό όνομα "Θάλασσα". Το τσίπουρο εξάλλου έχει διαρκώς ανοδική πορεία και μία εταιρία με την παράδοση και την γνώση της ΕΝΠΟΚΑ ΑΕ δεν θα μπορούσε παρά να δημιουργήσει αυτό το εξαίσιο προϊόν.

Η επόμενη ερώτηση μας είναι για όσους δεν έχουν δοκιμάσει ποτέ αυτά τα ποτά! Με τι να τα δοκιμάσουν λοιπόν;

Το ούζο ταιριάζει πολύ με τα θαλασσινά! Μην ξεχνάτε πως είναι και απεριτίφ, είναι ένα ποτό που ανοίγει την όρεξη και ταιριάζει υπέροχα με τα θαλασσινά. Όσον αφορά το τσίπουρο είναι ιδανικό και για θαλασσινά αλλά και για κρεατικά.

Το ούζο σαν γεύση εκτός από συνοδευτικό ποτό αποτελεί και συστατικό γευστικών προτάσεων εστιατορίων;

Ναι, πολύ σωστά! Είναι μία γεύση που θυμίζει Ελλάδα, έχει ταυτιστεί σε πολλές περιπτώσεις με το ελληνικό καλοκαίρι και είναι φυσιολογικό σε πολλές συνταγές με θαλασσινά να είναι ένα από τα συστατικά. Γι αυτό και εμείς μοιραζόμαστε μαζί σας μία συνταγή που μπορεί να κάνετε όλοι σας και περιέχει το ούζο Καβάλα Extra. Μία συνταγή για κριθαρότο με μύδια της γνωστής σεφ Σοφίας Ουργαντζίδου.

Το ούζο Καβάλα Extra τι χαρακτηριστικά γεύσης

Είναι ευκολόπιστο και γλυκόπιστο. Πριν 50 - 60 χρόνια όλα τα είδη ούζου είχαν βαριά γεύση. Οι ποτοποιοί της Καβάλας όμως όταν έκαναν την Ένωση το 1969 θέλησαν να δημιουργήσουν μία γεύση απαλή και μπορώ να σου πω πως τα κατάφεραν και ταυτόχρονα ήταν και μπροστά από την εποχή τους.

Η μυρωδιές είναι έντονες μα ευχάριστες ταυτόχρονα σε όλη την περιήγησή μας και της συζήτησής μας με τον Γιάννη στους χώρους της ποτοποιίας. Επιστρέφοντας στο γραφείο του πριν τον αποχαιρετήσουμε θέλουμε να του κάνουμε μία τελευταία ερώτηση...

Πες μας σε παρακαλώ ένα πιάτο που δεν γίνεται να μην το συνοδεύσεις με ούζο ή τσίπουρο;

Δεν γίνεται να σου πω ένα πιάτο, δύο ή ακόμα περισσότερα. Γιατί το ούζο και το τσίπουρο δεν συνδυάζονται μόνο με συνταγές αλλά είναι πιο ουσιαστικά ποτά κατά την άποψή μου! Είναι ποτά που συνδυάζονται με ανθρώπους και με παρέες. Άρα το πιο σημαντικό συστατικό για εμένα είναι η παρέα, είναι οι φίλοι, είναι οι οικογένεια. Είναι το κάθε καλοκαιρινό "γεια μας" με φόντο την θάλασσα ή την δροσιά των δέντρων.

Αποχαιρετώντας την ποτοποιία Καβάλας και ευχαριστώντας τον Γιάννη ευχόμαστε να έχουμε και να έχετε όλοι σας πολλά καλοκαιρινά "γεια μας" με γεμάτα ποτήρια ούζο «Καβάλα Extra» και τσίπουρο

Το ούζο Καβάλα Extra και το τσίπουρο Θάλασσα θα το βρείτε σε επιλεγμένα εστιατόρια και ταβέρνες αλλά και σε super market.



The summer in our region, apart from wonderful beaches and walks in nature, offers unique flavors. So, imagine a picturesque tavern or even a restaurant with seafood on the menu. What could be missing from this picture? But of course the tasty company of ouzo and tsipouro.

The region of Kavala is famous for the SA ENPOKA distillery. We visited it and discussed with its general manager Mr. Giannis Pasavoridis, so that we can introduce you to this tasty experience.

We asked about the history of ouzo in Kavala, a drink that came to Greece with the refugees of the Asia Minor Catastrophe in 1922 and we learned that there were many small distilleries in the area, each one creating its own version of ouzo until 1969 when they joined forces and created the SA Distillers' Union of Kavala.

In recent years, apart from the production of ouzo, the distillery also produces excellent tsipouro with the absolute summery name "Thalassa" (Sea). Moreover, tsipouro is constantly on the rise and a company with the tradition and knowledge of SA ENPOKA could not help but create this exquisite product.

Our next question is for those who have never tried these drinks! So what should they try them with?

Ouzo goes well with seafood! Don't forget that it's also an aperitif; it's an appetizing drink that is right for seafood. As far as tsipouro is concerned, it is ideal for both seafood and meat.

Ouzo as a flavour, apart from being a complement drink, is it also an ingredient of restaurant tastings?

Yes, that's right! It is a taste that reminds us of Greece, it is often identified with the Greek summer and it is normal in many seafood recipes to be one of Το ούζο και το τσίπουρο είναι ποτά που συν- δυάζονται με ανθρώπους και με παρέες. Ouzo and tsipouro are drinks that go well with people and friends.



the ingredients. That's why we share with you a recipe that you can all make and contains "Kavala Extra" ouzo. A recipe for orzo with mussels by the famous chef Sofia Ourgantzidou.

What are the taste characteristics of "Kavala Extra" ouzo?

It is easy to digest and sweet. 50 - 60 years ago all types of ouzo had a strong taste. But when the distillers of Kavala made the union in 1969, they wanted to create a smooth taste and I can tell you that they succeeded and at the same time they were ahead of their time.

The smells are strong but pleasant at the same time throughout our tour and our conversation with Giannis in the distillery. Returning to his office before we say goodbye we want to ask him one last question...

Please tell us a dish that you definitely accompany with ouzo or tsipouro?

I can't tell you one dish, two or even more. Because ouzo and tsipouro are not only combined with recipes but are more substantial drinks in my opinion! They are drinks that go well with people and friends. So, the most important ingredient for me is the company; it's the friends; it's the family. It is every summer "'geia mas" (cheers) with the sea or the dew of the trees as a background.

Saying goodbye to the Kavala Distillery and thanking Giannis, we wish you all to have many summer "geia mas" with full glasses of "Kavala Extra" ouzo and "Thalassa" tsipouro!

"Kavala Extra" ouzo and "Thalassa" tsipouro can be found in selected restaurants and taverns and in super markets.

γεύση / taste



Σόφη Ουργαντζίδου Sofi Ourgantzidou Chef



Κριθαρότο μυδιού Mussel risotto

→ Υλικά

- 500 γρ. μύδια με κέλυφος
- 250 γρ. κριθαράκι
- 1 ξερό κρεμμύδι κομμένα ρε ροδέλες
- 4-5 φρέσκα κρεμμυδάκια κομμένα σε ροδέλες
- 1 καρότο
- 1 κολοκυθάκι κομμένο σε μέτρια καρέ
- 1 πιπεριά Φλωρίνης κομμένη σε ροδέλες
- 1 πιπεριά πράσινη κομμένη σε ροδέλες
- 1 σφηνάκι ούζο Καβάλα ΕΧΤRΑ
- 600 ml ζωμό λαχανικών (ζεστό)
- 150 ml χυμό ντομάτας

➡ Εκτέλεση για τα Μύδια

- Τοποθετούμε σε κρύο νερο και καθαρίζουμε επιμελώς τα κέλυφος.
- 2. Όσα κελύφοι είναι σπασμένα τα αποσύρουμε.

→ Για το κριθαρότο

- Σε μια πλασωτέ κατσαρόλα σοτάρουμε σε ελαιόλαδο τα κρεμμύδια και, μόλις μαλακώσουν,ρίχνουμε όλα τα λαχανικά και τα σοτάρουμεγια δέκα λεπτά.
- 2. Ρίχνουμε το κριθαράκι και τα μύδια και σβήνουμε με ούζο.
- 3. Αφού εξατμιστεί η αλκοόλη, ρίχνουμε τον χυμό ντομάτας και ξεκινάμε να ριχνουμε μία μία κουτάλα τον ζωμό λαχανικών. Κάθε φορά που θα απορροφάται το υγρό, τότε μόνο θα ρίχνουμετην επομένη κουτάλα μας.
- 4. Διορθώνουμε τη γεύση με αλάτι και πιπέρι.

→ Ingredients

- 500 g mussels in shell
- 250 g orzo
- 1 dry onion cut into slices
- 4-5 spring onions cut into slices
- 1 carrot
- 1 zucchini cut into medium slices
- 1 Florina pepper cut into rings
- 1 green pepper cut into slices
- 1 shot of ouzo Kavala EXTRA
- 600 ml vegetable broth (hot)
- 150 ml tomato juice

→ Preparation for the mussels:

- Place in cold water and clean the shells thoroughly.
- 2. Any shells that are broken are removed.

⇒ For the orzo:

- In a flat pan, sauté the onions in olive oil and, once they soften, add all the vegetables and sauté for ten minutes.
- Add the orzo and mussels and quench with ouzo.
- Once the alcohol has evaporated, add the tomato juice and start pouring in the vegetable broth, one ladle at a time. Each time the liquid is absorbed, only then the next ladle will be used.
- 4. Correct the taste with salt and pepper.







Αν ήρθατε στη γαλάζια πόλη που πλαγιάζει στις παραλίες του Αιγαίου και μαγευτήκατε από τις ομορφιές του τόπου κρατήστε τη μνήμη αναλλοίωτη φεύγοντας. Οι πιο δυνατές αισθήσεις είναι η γεύση και η όσφρηση, επομένως απαραίτητος προορισμός είναι ο παραδοσιακός φούρνος του Μενέλαου που καίει ξύλα. Σε 5 λεπτά μόλις από την πόλη θα βρεθείτε σε ένα μαγευτικό περιβάλλον, εκεί όπου ο ουρανίσκος σας θα γευτεί την τοπική καλλιτεχνική μαεστρία σε πολυάριθμη ποικιλία από παραδοσιακά πεϊνιρλί αλλά και την ελληνική εκδοχή της πίτσας για το brunch σας.





Ο ΦΟΥΡΝΟΣ ΤΟΥ ΜΕΝΕΛΑΟΥ

MENELAOS BAKERY

If you had the chance to visit the city that lies on the coach of the Aegean Sea and see the majestic nature of Kavala, remember it all even after you return home. Since the strongest senses are taste and smell, a necessary destination is the "o Fournos tou Menelaou" a bakery that burns on wood, 5 minutes away from the city you will find in breathtaking surroundings where your mouth will get to taste the total artistic mastery that comes with numerable options of peinirlis, a traditional Greek pastry and the Greek take on pizzas for your brunch.



Amigdaleonas, Kavala open from

6:00am-2:00pm

+302510391690



Ο Φούρνος του Μενέλαου μεζεδοπεϊνιρλαδικο



@fournos_tou_menelaou



@giannismenelaos

ΤΟΥΡΤΑ ΣΕΡΑΝΟ με φρέσκιες φράουλες

→ Για το παντεσπάνι:

- 60ml ηλιέλαιο
- 180γρ ζάχαρη
- 1/2 κουταλάκι αλάτι
- Βανίλια
- 2 αυγά
- 120ml γάλα
- 2 κουταλιές ξύδι
- 150γρ αλεύρι
- 40γρ κακάο
- 1 κουταλάκι baking powder
- 1/2 κουταλάκι σόδα μαγειρική
- 120ml νερό βραστό

Ανάβουμε τον φούρνο στον αέρα στους 180 βαθμούς. Κόβουμε ένα μεγάλο κομμάτι αντικολλητικό χαρτί ψησίματος και το τοποθετούμε σε ένα ρηχό ταψί καλύπτοντας όλη την επιφάνεια. Σε ένα σκεύος βάζουμε το γάλα και το ξύδι μαζί έτσι ώστε το γάλα να "κόψει". Στο εξωτερικό υπάρχει ένα προϊόν που λέγεται buttermilk. Στην Ελλάδα δυστυχώς δεν το διαθέτουμε και αυτός είναι ο πιο εύκολος τρόπος να δημιουργήσουμε buttermilk. Το αφήνουμε στην άκρη για λίγα λεπτά δίνοντας στο γάλα με το ξύδι την ευκαιρία να «αντιδράσουν» μεταξύ τους και να μας δώσουν το προϊόν που θέλουμε. Στο μπολ του mixer χτυπάμε την ζάχαρη με το ηλιέλαιο, το αλάτι και την βανίλια και προσθέτουμε ένα ένα τα αυγά. Μόλις το μείγμα αλλάξει χρώμα και έχει αποκτήσει την όψη αφρού τότε προσθέτουμε και το γάλα με το ξύδι. Ανακατεύουμε λιγάκι και προσθέτουμε το κακάο, το αλευρι, το baking powder και την σόδα και ανακατεύουμε με το mixer μέχρι να γίνει το μείγμα ομοιογενές. Τέλος προσθέτουμε το βραστό νερό, ανακατεύουμε και ρίχνουμε το μείγμα στο ταψί. Ψήνουμε για 20 λεπτά περίπου.

Όταν βγάλουμε το παντεσπάνι από τον φούρνο αφήνουμε να κρυώσει καλά. Αυτό μπορούμε να το κάνουμε από την προηγούμενη μέρα.

→ Για το σιρόπι:

- 120ml νερό
- 120γρ ζάχαρη
- 1 κουτάλια κονιάκ ή οποίο άλλο ποτό σας αρέσει Βράζουμε το νερό με την ζάχαρη. Μόλις πάρει βράση κατεβάζουμε από την φωτιά και προσθέτουμε το ποτό. Όσο πιο κρύο είναι το σιρόπι όταν προσθέτουμε το ποτό, τόσο πιο δυνατό θα είναι το άρωμά του!

Το αφήνουμε στην άκρη να κρυώσει καλά. Αυτό μπορούμε να το κάνουμε από την προηγούμενη μέρα.





Λένα Σαμέρκα Pastry chef

Tips:

Αν η τούρτα έχει γίνει από την προηγούμενη μέρα καλό θα είναι να προσθέσουμε τις φράουλες εξωτερικά την τελευταία στιγμή για να είναι φρέσκες και ζουμερές.

→ Κρέμα σοκολάτας σεράνο:

Αρχικά κάνουμε Ιταλική Μαρέγκα:

- 200γρ ζάχαρη
- 50ml νερό
- 120γρ ασπράδι αυγού

Βράζουμε τη ζάχαρη με το νερό μέχρι η θερμοκρασία να φτάσει τους 115 βαθμούς. Ξεκινάμε να χτυπάμε τα ασπράδια σε μαρέγκα. Συνεχίζουμε να το βράσιμο του σιροπιού μέχρι τους 125 βαθμούς και το αδειάζουμε σιγά σιγά μέσα στη μαρέγκα συνεχίζοντας το χτύπημα για άλλα 10 λεπτά μέχρι η μαρέγκα να αρχίσει να κρυώνει.

Έπειτα συνεχίζουμε με την κρέμα σοκολάτας: Δημιουργούμε μια ganache με 300γρ σοκολάτα κουβερτούρα και 150γρ κρέμα γάλακτος. Η θερμοκρασία της ganache θα πρέπει να είναι χλιαρή. Μόλις έρθει στην σωστή θερμοκρασία προσθέτουμε το παραπάνω μείγμα της μαρέγκας ανακατεύοντας με μια μαρίζ με ελαφριές κινήσεις για να μην χάσει τον αέρα της η μαρέγκα.

Τέλος προσθέτουμε με τον ίδιο τρόπο 700γρ κρέμας γάλακτος χτυπημένη σε chantilly.

Χρησιμοποιούμε είτε ένα τσέρκι που θα το αφαιρέσουμε είτε κάνουμε τις στρώσεις σε ένα γυάλινο μπολ. Η κρέμα σε αυτό το στάδιο είναι αρκετά ρευστή. Οι στρώσεις από το παντεσπάνι θα πρέπει να είναι πολύ λεπτές και όχι παρά πολύ σιροπιασμένες έτσι ώστε το παντεσπάνι να απορροφήσει και την υγρασία της κρέμας. Κάνουμε όσες στρώσεις θέλουμε και σε κάθε στρώση κρέμας ρίχνουμε κομματάκια φράουλας.

Τέλος στολίζουμε την τούρτα με φράουλες όπως στην εικόνα.

ena Samerka | Pastry chef

SERANO CAKE with fresh strawberries

→ For the sponge cake:

- 60ml sunflower oil
- 180g of sugar
- 1/2 teaspoon of salt
- Vanilla
- 2 eggs
- 120ml of milk
- 2 spoons of vinegar
- 150g of flour
- 40g of cocoa
- 1 teaspoon of baking powder
- 1/2 teaspoon baking soda
- 120ml boiled water

Turn the oven on at 180 degrees. We cut a large piece of non-stick baking paper and place it in a shallow pan, covering the entire surface. Put the milk and vinegar together in a container so that the milk becomes like yogurt. Abroad there is a product called buttermilk. In Greece, unfortunately, we do not have this product and that is the easiest way to create buttermilk. We put it aside for a few minutes, giving the milk and vinegar the opportunity to «react» with each other and give us the expected product. In the mixer bowl, we beat the sugar with the sunflower oil, salt and vanilla and we add the eggs one by one. As soon as the mixture changes color and has become like foam, then we add the milk and vinegar. We mix for a while and add the cocoa, flour, baking powder and soda and we mix well until the mixture becomes homogeneous. Finally, we add the boiling water, we mix well and we pour the mixture into the pan. We bake for 20 minutes.

When we take the sponge cake out of the oven, we let it cool. We can prepare this from the previous day.

➡ For the syrup:

- 120ml of water
- 120g of sugar
- 1 spoons of cognac or any other alcoholic drink We boil the water with the sugar. As soon as it boils, we take it off the heat and add the liquor. The colder the syrup is when we add the alcoholic drink, the stronger its aroma will be!

We put it aside until it gets cool. We can do this from the previous day.



Tips:

If the cake is prepared the day before, it would be good to add decoration of the strawberries just before serving in order for them to be fresh and juicy.

→ Serrano chocolate cream:

First we make the I Italian Meringue:

- 200g of sugar
- 50ml of water
- 120g egg white.

We boil the sugar with the water until the temperature reaches 115 degrees. We begin to beat the egg whites into a meringue. We continue boiling the syrup up to 125 degrees and slowly pour it into the meringue, continuing to beat for another 10 minutes until the meringue starts to cool.

Then we continue with the chocolate cream: We create a ganache with 300g couverture chocolate and 150g of cream. The temperature of the ganache should be lukewarm. Once it reaches the right temperature, we add the meringue mixture above, mixing with a maryse with light movements so that the meringue does not lose its air.

Finally, we add 700g of cream whipped into chantilly.

We either use a tin case in order to be able to remove it in the end or we make the layers in a glass bowl. The cream at this stage is quite runny. The sponge layers should be very thin and not too syrupy so that the sponge absorbs the moisture of the cream. We make as many layers as we want and put pieces of strawberry on each layer of cream.

Finally, we decorate the cake with strawberries as in the picture.

yεύση / taste







Στην περιοχή της Περιφέρειας υπάρχει ένα γλυκό που δεν γίνεται να μην το δοκιμάσεις! Έχει ρίζες από την Καππαδοκία και είναι ένα γλυκό που πριν το 1922 δεν υπήρχε στην Ελλάδα. Πριν αποκτήσει την φήμη του σε όλη την χώρα οι γιαγιάδες το έφτιαχναν πριν την Πρωτοχρονιά και το μοίραζαν σε όλη την Νέα Καρβάλη. Καταλάβατε αρκετοί πως μιλάμε για τον ξακουστό κουραμπιέ που και εμείς σου προτείνουμε να δοκιμάσεις οπωσδήποτε.

Επισκεφθήκαμε την εταιρία "Γεύση" που από το 1981 δημιουργεί μοναδικούς σε γεύση και ποιότητα κουραμπιέδες και αφού ευχαριστηθήκαμε γευστικά αυτό το πεντανόστιμο γλύκισμα μιλήσαμε με τον Βασίλη, την Ειρήνη και τον Σάκη. Είναι οι άνθρωποι που προωθούν τον κουραμπιέ "Γεύση" σε όλες τις μεγάλες πόλεις της περιοχής μας. Θα τους βρείτε σε επιλεγμένα καταστήματα στην Καβάλα, στη Δράμα, στην Ξάνθη, στην Κομοτηνή και στην Αλεξανδρούπολη!

Ξεκίνησε από τον κουραμπιέ και σήμερα η εταιρεία παράγει με παραδοσιακό τρόπο πάνω από 50 γλυκά! Γλυκά που η παραγωγή γίνεται με τα πιο αγνά υλικά, χωρίς πρόσθετα και συντηρητικά και φτάνει στον πελάτη πάντα φρέσκο.

Ρωτήσαμε τον Βασίλη τι είναι αυτό που τον ευχαριστεί όταν δίνει για πρώτη φορά έναν κουραμπιέ του σε κάποιον που δεν έχει ξαναδοκιμάσει... με χαμόγελο μας απαντά "μα η ευχαρίστηση που νιώθει".

Για να νιώσετε και εσείς αυτή την ευχαρίστηση, μπορείτε να τηλεφωνήσετε στην "Γεύση" και να πάτε από το εργαστήριο να τους παραλάβετε φρέσκους φρέσκους ή να τους βρείτε μέσα από τα καταστήματα που το διαθέτουν σκανάροντας το QR code που σας δίνουμε στην σελίδα.

Nea Karvali, Kavala T: +30 2510316578 www.kourampiedes-gefsi.gr Παραγγείλετε και παραλάβετε από το εργαστήριό μας / Order and deliver from our workshop



padocia and is a sweet that did not exist in Greece until 1922. Before it became famous throughout the country, grandmothers used to make it before New Year's Eve and hand it out throughout Nea Karvali. Many of you have realized that we are talking about the famous kurabiye, which we also recommend you to try.

We visited the company "Gefsi" (Flavour) which since 1981 creates unique kurabiye in taste and quality and, after enjoying the taste of this delicious dessert, we talked to Vasilis, Irini and Sakis. They are the people who promote the kurabiye "Gefsi" in all the major cities of our region. You will find them in selected stores in Kavala, Drama, Xanthi, Komotini and Alexandroupolis!

It started from the kurabiye and today the company produces more than 50 sweets in the traditional way! Sweets that are produced with the purest ingredients, without additives and preservatives and always arrive fresh at the customer.

We asked Vasilis what makes him happy when he gives a kurabiye for the first time to someone who has never tried it before... With a smile he answers "but of course, the pleasure he feels"

To feel this pleasure, you can call "Gefsi" and go to the laboratory to pick them up fresh or find them in the shops that have it by scan-

ning the QR code we give you on the page.

Λίγη ιστορία / A little history:

Στην Καππαδοκία τα Χριστούγεννα και την Πρωτοχρονιά στο τραπέζι υπήρχαν πάντα εννιά πιάτα. Αλμυρά και γλυκά! Στα γλυκά πιάτα βρισκόταν πάντα ο κουραμπιές και το μελομακάρονο. Σήμερα για πολύ κόσμο αυτά τα γλυκά είναι ακόμα χαρακτηριστικές γεύσεις των γιορτών.

In Cappadocia, at Christmas and New Year there were always nine dishes on the table. Salty and sweet! On the sweet dishes there was always the kurabiye and melomakarono. Today, for many people these sweets are still typical flavours of the holidays.



Διακοπές. Όλοι μας χαιρόμαστε την θάλασσα και τον ήλιο, τις βόλτες στην πόλη και στην φύση. Επίσης όλοι μας λατρεύουμε το καλό φαγητό μα και το BBQ. Από που όμως να πάρουμε το ιδανικό κρέας αλλά και τις ιδανικές συμβουλές για το σωστό ψήσιμο αλλά και τα καρυκεύματα που πρέπει να χρησιμοποιήσουμε;

Μα στην κρεαταγορά Κεχαγιάς! Ο Νίκος φέρνει την καλύτερη ποιότητα κρεάτων ενώ ταυτόχρονα είναι αντιπρόεδρος της Πανελλήνιας λέσχης Ελλήνων κρεοτεχνών και δημιουργεί μοναδικές παρασκευές για όλους εμάς.

Tomahawk, μπριζόλες ξηρής ωρίμανσης εμποτισμένες με σπάνια ουίσκι, σοκολάτα και καφέ, ribeye black Angus από Αμερική, Αυστραλία, Ουρουγουάη και Αργεντινή, wagyu, T-bone από Γαλλία, Γερμανία και Ισπανία και ότι βάλει η όρεξή σας για ιδιαίτερες αλλά και πιο απλές καταστάσεις νοστιμιάς θα το βρείτε εδώ! Μέχρι και τις σπάνιες Rubia Gallega!

Δεν έχετε παρά να φανταστείτε το αποτέλεσμα! Είναι σίγουρο πως θα είναι από τις πιο νόστιμες εμπειρίες κατά την διαμονή σας στην περιοχή μας.

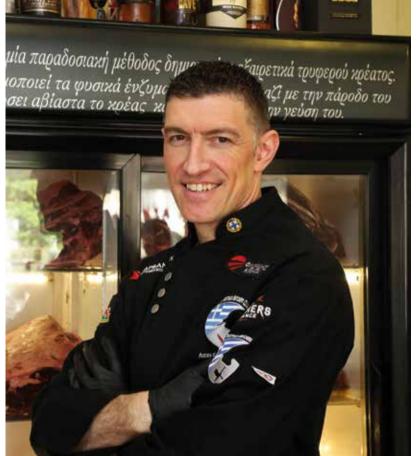
Εμείς επισκεφτήκαμε τον χώρο του για να μοιραστεί με όλους εμάς tips για να μπορέσετε να δημιουργήσετε μοναδικά BBQ!

Τα tips του Νίκου για ιδανικό BBQ.

- 1. Αφήνουμε το κρέας τουλάχιστον 30 λεπτά εκτός ψυγείου
- 2. Έχουμε δυνατή φωτιά
- 3. Συχνά γυρίσματα

4. Ξεκούραση του κρέατος όταν έχει βγει από την





NOΣTIMA—KPEATIKA

MEAT SHOP

21 Zalogou str., Kavala T: 2510241343



Holidays. We all enjoy the sea and the sun, walks in the city and in nature. We all love good food and we all love BBQ. But where to get the ideal meat and the ideal tips for the right cooking and the seasonings to use?

Of course, at "Kechagias" meat market! Nick brings the best quality meat while at the same time he is the vice president of the Panhellenic Club of Greek butchers and creates unique preparations for all of us.

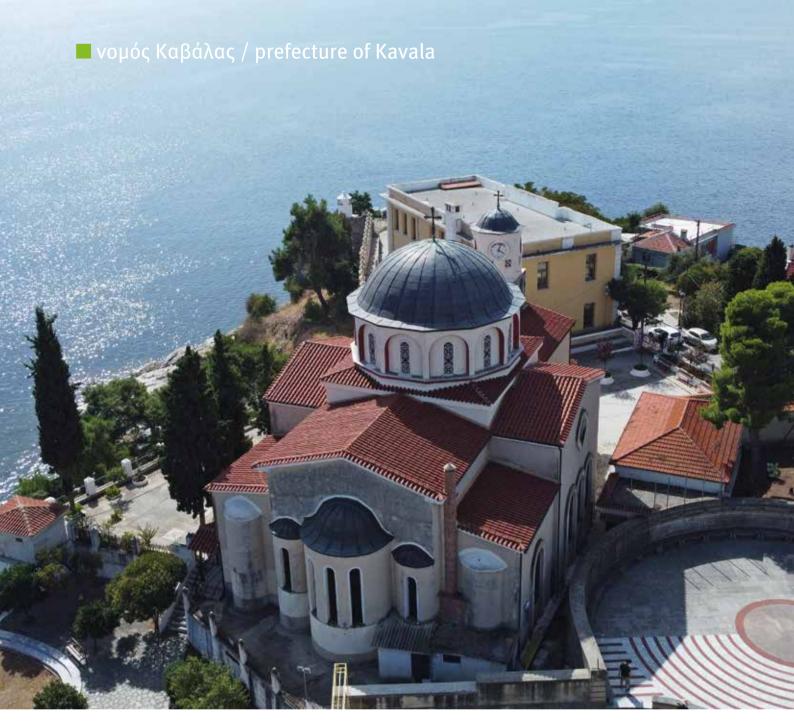
Tomahawk, dry-aged steaks infused with rare whiskey, chocolate and coffee, black Angus ribeye from America, Australia, Uruguay and Argentina, wagyu, T-bone from France, Germany and Spain and whatever you desire for special but also more simple delicacies, you will find them all here! Even the rare Rubia Gallega!

You can only imagine the result! It is sure to be one of the most delicious experiences during your stay in our region.

We visited his shop to let him share with all of us tips to create a unique BBO!

Nick's tips for an ideal BBQ.

- 1. Leave the meat out of the refrigerator for at least 30 minutes
- 2. Have a strong fire
- 3. Frequent flips
- 4. Meat resting when it has come out of the fire (covered) if possible



Old town Kavala / Παλιά πόλη Καβάλας



Την πόλη σαν την αντικρίζεις για πρώτη φορά σε κεντρίζουν τα σπίτια που μέσα από το βουνό καταλήγουν στην θάλασσα. Εκεί το βλέμμα σταματά καθώς βλέπουμε την χερσόνησο της Παναγίας όπου κυριαρχούν το κάστρο της και το υδραγωγείο. Είναι ένα μέρος που δεν γίνεται να μην επισκεφθούμε.

The city as you see it for the first time is intrigued by the houses that through the mountain end up in the sea. There, the gaze stops as we see the peninsula of Panagia where its castle and aqueduct dominate. It is a place that we cannot fail to visit.









Η πρόσβαση εύκολη μέσα από τον κεντρικό πλακόστρωτο δρόμο που ανηφορίζει στα πρώτα μόνο μέτρα. Αρχοντόσπιτα μιας άλλης εποχής, χτισμένα με την παραδοσιακή Μακεδονίτικη αρχιτεκτονική και μικρά στενά να ανηφορίζουν στα αριστερά συναντάμε στο διάβα μας ενώ στα δεξιά μας εμφανίζεται το μοναδικό ξενοδοχείο σε όλη την χώρα που στεγάζεται στο ιστορικό κτήριο της ύστερης οθωμανικής περιόδου, το λεγόμενο Ιμαρέτ. Μέσα από τους μικρούς τρούλους στις καφέ αποχρώσεις, τα πλατάνια του δρόμου και τα όμορφα καταλαβαίνεις πως η βόλτα αυτή αξίζει και πρέπει να την κάνεις. Στο τελείωμα του μεγάλου πλακόστρωτου



Access is easy through the main paved road that ascends only in the first meters. Mansions of another era, built with the traditional Macedonian architecture and small alleys going uphill on the left of our path, while on our right appears the only hotel in the whole country housed in the historic building of the late Ottoman period, the socalled "Imaret". Through the small domes in brown shades and the plane and beautiful trees of the street, you realize that this walk is worth it and you have to do it. At the end of the large paved road, we find the square of Mehmet Ali with his statue, his luxurious house that is now open to visitors and the church of Panagia. From a small path that starts on our right and after descending between the stairs, we reach the edge of the peninsula where the water meets the rocks and in the summer it is full of youth since it is a wonderful place for diving; the path continues between the rocks and the walls of the city and after 100-150 meters it ascends to the houses again.

On our way back, we decided to go up



Tips: Εύκολη πρόσβαση μέσα από τον κεντρικό πλακόστρωτο δρόμο που ανηφορίζει στα πρώτα μόνο μέτρα. Easy access through the main paved road that climbs only the first few meters.





δρόμου συναντάμε την πλατεία του Μεχμέτ Αλί με το άγαλμά του, την πολυτελή οικία του που σήμερα είναι επισκέψιμο και την εκκλησία της Παναγίας. Από ένα μικρό μονοπάτι που ξεκινάει στα δεξιά μας και μετά από κατέβασμα ανάμεσα στα σκαλοπάτια φτάνουμε στην άκρη της χερσονήσου εκεί που το νερό συναντά τα βράχια και το καλοκαίρι σφύζει από την νεολαία μιας και είναι ένας υπέροχος τόπος για βουτιές, το μονοπάτι συνεχίζει ανάμεσα στα βράχια και τα τείχη της πόλης και μετά από 100-150 μέτρα ανηφορίζει προς τα σπίτια ξανά.

Στον γυρισμό μας αποφασίζουμε να ανέ-

to the castle of the city, an uphill route but without being tiring as in many places you will stop like us to take pictures or admire the cobbled streets; besides, you will also meet the beautiful Palia Mousiki (Halil Bey Mosque) in your path.

In the castle, which in the summer hosts many cultural events within its walls, you will walk on the walls, you will admire the view to the sea but also to the city and its port, you will climb the tower that is the highest point and you will enter the powder kegs and the dormitories that once housed the defenders of the point.





βουμε στο κάστρο της πόλης, ανηφορική διαδρομή αλλά χωρίς να είναι κουραστική καθώς σε πολλά σημεία θα σταματήσετε όπως και εμείς για να βγάλετε φωτογραφίες ή να θαυμάσετε τα καλντερίμια, εξάλλου θα συναντήσετε και την πανέμορφη Παλιά Μουσική στο διάβα σας.

Στο κάστρο που το καλοκαίρι φιλοξενεί πλήθος πολιτιστικών δρώμενων εντός των τειχών του θα περπατήσετε στα τείχη, θα θαυμάσετε την θέα προς την θάλασσα αλλά και προς την πόλη και το λιμάνι της, θα ανέβετε στον πύργο που είναι και το πιο ψηλό σημείο και θα μπείτε στις πυριτιδαποθήκες

We suggest that on your way down, you sneak into the small narrow alleys and get literally lost in them. Besides, if you go downhill you will find the main streets of the city relatively soon.

In the old town, there are many places that will pique your interest but surely the main ones are the following

- 1. The Imaret, special and unique, stands proudly above the sea. Building of 4.500 sq.m. where it dominates the landscape.
- 2. The intersection between the main paved road (Th. Pavlidou) and the uphill to the castle (Ali Mehmet) is definitely one of the







αλλά και στους κοιτώνες που φιλοξενούσαν κάποτε τους υπερασπιστές του σημείου.

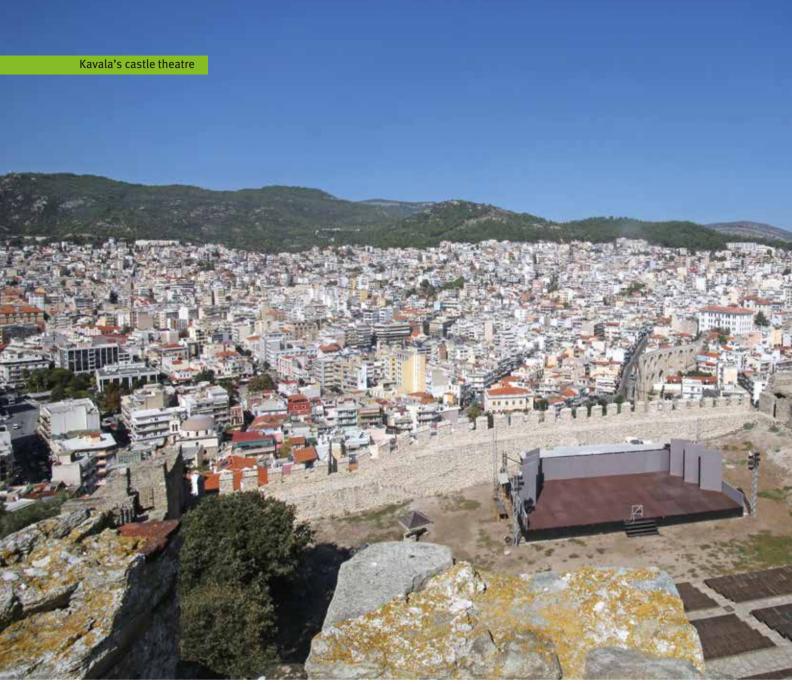
Προτείνουμε στο κατέβασμά σας να χωθείτε στα μικρά στενά σοκάκια και να χαθείτε κυριολεκτικά μέσα σε αυτά. Εξάλλου αν προχωράτε κατηφορικά θα βρείτε σχετικά σύντομα τους κεντρικούς δρόμους της πόλης.

Στην παλιά πόλη υπάρχουν πολλά σημεία που θα κεντρίσουν το ενδιαφέρον σας σίγουρα όμως τα κυριότερα είναι τα παρακάτω:

1.Το Ιμαρέτ, ιδιαίτερο και μοναδικό στέκει αγέρωχο πάνω από την θάλασσα. Κτήριο most photographed points of the route.

- 3. The residence of Mehmet Ali towards the end of the main street with his statue adorning the square.
- 4. The church of Panagia with the wonderful view of the Aegean Sea.
- 5. The wonderful building of the 7th Elementary School of the city where at its edge dominates the lighthouse (unfortunately it is not open to visitors) but also the famous railings where you can see the entire eastern side of the city.







4.500 τ.μ όπου κυριαρχεί στο τοπίο.

- 2. Την διασταύρωση μεταξύ του κεντρικού πλακόστρωτου δρόμου (Θ. Παυλίδου) με την ανηφόρα προς το κάστρο (Αλί Μεχμέτ) σίγουρα ένα από τα πιο πολυφωτογραφημένα σημεία της διαδρομής.
- 3. Την κατοικία του Μεχμέτ Αλί προς το τέλος της κεντρικής οδού με το άγαλμα του να κοσμεί την πλατεία.
- 4. Την εκκλησία της Παναγίας με την υπέροχη θέα στο Αιγαίο.
- 5.Το υπέροχο κτήριο του 7ου δημοτικού σχολείου της πόλης όπου στην άκρη του δεσπόζει ο φάρος (δυστυχώς δεν είναι επισκέψιμος) αλλά και τα περίφημα κάγκελα όπου βλέπεις όλη την ανατολική πλευρά της πόλης.









- 6. The path that starts opposite the church of Panagia and through a route with stairs, with the company of the sea, travels a distance of about 300 meters until it ascends again to the houses of the old town.
- 7. Palia Mousiki, which in the Ottoman period was a mosque, while in the past there was a Christian church. A spot with great colors.
- 8. The castle of the city. With easy access and special color and views.
- 9. The many small narrow streets, the wonderful houses that will surprise you.

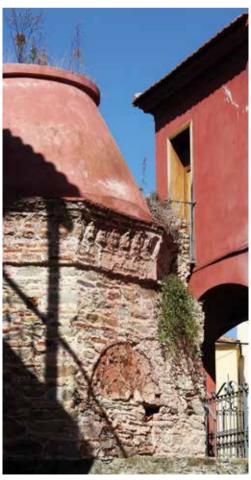


- 6.Το μονοπάτι που ξεκινάει απέναντι από την εκκλησία της Παναγίας και μέσα από μια διαδρομή με σκαλάκια με την θάλασσα συντροφιά διανύει μία απόσταση περίπου 300 μέτρων μέχρι να ανηφορίσει πάλι στα σπίτια της παλιάς πόλης.
- 7. Την Παλιά Μουσική όπου στα χρόνια της οθωμανικής περιόδου ήταν τζαμί, ενώ παλαιότερα υπήρχε χριστιανική εκκλησία. Σημείο με υπέροχα χρώματα.
- 8. Το κάστρο της πόλης. Με εύκολη πρόσβαση και ιδιαίτερο χρώμα αλλά και θέα.
- 9. Τα πολλά μικρά στενά δρομάκια, τα υπέροχα σπίτια που θα σας εκπλήξουν.









EASTERN MACEDONIA & THRACE | 47 |



Kamares and Karnagio / Οι Καμάρες και το Καρνάγιο

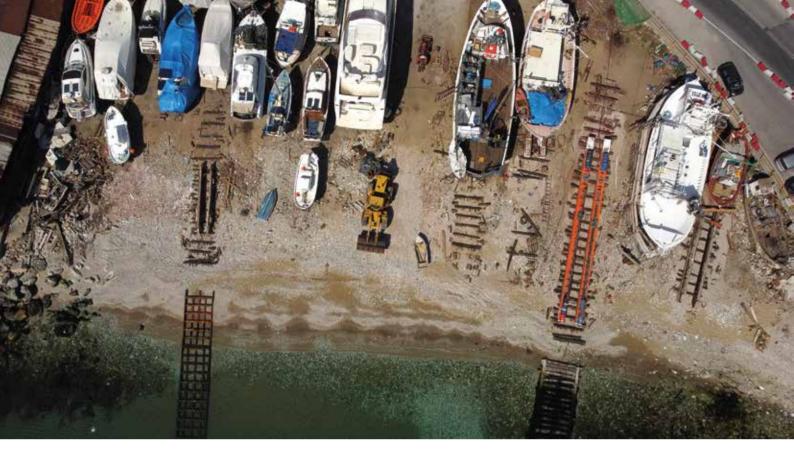


Αν μας λέγατε να σας αναφέρουμε μόνο ένα χαρακτηριστικό σημείο για όλη την Καβάλα, ένα σημείο που θα πρέπει να βγάλετε οπωσδήποτε φωτογραφία για τα social media θα σας λέγαμε με σιγουριά "τις Καμάρες" όπως τις αναφέρουν οι ντόπιοι. →



If you told us to mention only one characteristic point for the whole town of Kavala, a spot that you should definitely take a photo on social media, we would definitely say "Kamares" (the arches) as the locals call them. →









Το εντυπωσιακό υδραγωγείο που έφερνε τρεχούμενο νερό στην εντός των τειχών πόλη έχει πιθανότατα Ρωμαϊκή προέλευση αλλά η μορφή που το βλέπουμε σήμερα κατασκευάστηκε τον 16ο αιώνα. Είναι εντυπωσιακό πως μέχρι και τα αρχές του 20ού αιώνα το πόσιμο νερό που έρχεται μετά από διαδρομή αρκετών χιλιομέτρων ήταν η βασική πηγή τροφοδοσίας των κατοίκων.

Με ύψος 25 μέτρα έχει διπλή και σε μερικά σημεία τριπλή σειρά επάλληλων τόξων. Εντυπωσιακό σαν κατασκευή και στιβαρό στην όψη οι Καμάρες της πόλης αποτελούν πόλο έλξης των επισκεπτών. Στο σημείο περ-

The impressive aqueduct that brought running water to the walled city probably has Roman origin but the form we see today was constructed in the 16th century. It is impressive that until the beginning of the 20th century, the potable water that comes after a journey of several kilometers was the main source of supply for the residents.

It has a height of 25 meters and has a double -and in some places triple- series of successive arches. Impressive as a construction and robust in appearance, the arches of the city are a pole of attraction for visitors. At this point, we walked between the arch-





T. +30 2510 222010

2 Dilou str. T. +30 2289 077190 Mykonos











πατήσαμε ανάμεσα από τα τόξα και θαυμάσαμε τον τρόπο κατασκευής, βγάλαμε φωτογραφία στο μαρμάρινο λιοντάρι, το μνημείο των ηρώων που χάθηκαν σε πολέμους και ανεβήκαμε τα μικρά σκαλοπάτια που βρίσκονται στην βόρεια πλευρά που μας οδήγησαν σε μικρά σπιτάκια με αυλές μιας άλλης εποχής.

Καθώς επιστρέψαμε στις Καμάρες προχωρήσατε προς τα ανατολικά και μετά από μερικές δεκάδες μέτρα φτάσαμε στο λεγόμενο Καρνάγιο όπου οι ψαράδες της περιοχής φέρνουν τα καΐκια τους για τις εργασίες συντήρησης. Ακόμα ένα μέρος που έχει παγώσει ο χρόνος, ένα μέρος που με παραδοσιακούς τρόπους συντηρούνται τα σκάφη. Η θέα προς την παλιά πόλη που μας αγκαλιάζει, το κύμα της θάλασσας και οι χτύποι των εργαλείων πάνω στα γερά σκαριά των καϊκιών αποτελούν μια εικόνα που σε ταξιδεύει και παραδόξως σε ηρεμεί.



es and admired the way of construction, we took a picture at the marble lion, monument to the heroes lost in wars, and we climbed the small steps which are on the north side that led us to small houses with yards of another era.

Returning to Kamares, we moved eastwards and after a few meters we reached the so-called Karnagio where the fishermen of the area bring their boats for maintenance work. Another place where time has frozen, a place where boats are maintained in traditional ways. The view of the old town that embraces us, the sea wave and the beats of the tools on the strong vessels are an image that makes you travel and surprisingly calms you.





Eύα Οικονόμου - Βαμβακά Eva Oikonomou - Vamvaka

Η Εύα Οικονόμου - Βαμβακά είναι η νέα καλλιτεχνική διευθύντρια του Δημοτικού Περιφερειακού Θεάτρου της Καβάλας. Μιας πόλης που διοργανώνει το δεύτερο μεγαλύτερο φεστιβάλ της χώρας μας μετά από εκείνο των Αθηνών - Επιδαύρου, το ξακουστό φεστιβάλ Φιλίππων που κάθε χρόνο φιλοξενεί πλήθος παραστάσεων στο ιδιαίτερου κάλλους αρχαίο θέατρο των Φιλίππων αλλά και στον αστικό ιστό της Καβάλας, μιας πόλης με αρκετά σημεία όπου μπορούν να αναπτυχθούν ιδιαίτερα όμορφες δημιουργίες που αφορούν το θέατρο και τις τέχνες.

Eva Oikonomou - Vamvaka is the new artistic director of the Municipal Regional Theatre of Kavala. A city that organizes the second largest festival in our country after that of Athens - Epidaurus, the famous festival of Philippi that every year hosts numerous performances in the particularly beautiful ancient theater of Philippi but also in the urban fabric of Kavala, a city with several places where significantly beautiful creations related to theater and arts can be developed.





Το αποτέλεσμα μια καλής ομάδας είναι πολύ ανώτερο από το άθροισμα των ικανοτήτων μεμονωμένα των μελών της. The result of a good team is far superior to the sum of the skills of its individual members.

Αντιμετωπίζει την υποκριτική σαν ένα αέναο ταξίδι εξέλιξης, μια διαδικασία κατανόησης του διαφορετικού που με τον χρόνο σύμμαχο γίνεται οικείο. Μέσα από την τέχνη της, θέλει να θέτει ερωτήματα στους πολίτες - θεατές των παραστάσεων. Η Εύα είναι άνθρωπος των τεχνών με την ευρύτερη έννοια καθώς εκτός από την υποκριτική έχει σκηνοθετήσει παραστάσεις, έχει διασκευάσει θεατρικά κείμενα ενώ ταυτόχρονα λατρεύει τον χορό κάνοντας ακόμα και εναέρια ακροβατικά, και της αρέσει η μουσική ενώ γράφει ταυτόχρονα.

Νέα, πολυταξιδεμένη σε χώρες και πολιτισμούς, με διάθεση, όρεξη και φρέσκιες ιδέες πήρε το τιμόνι του ΔΗΠΕΘΕ Καβάλας σε μία κομβική εποχή. Μπορούμε να γράφουμε για αρκετή ώρα ακόμα για την Εύα αλλά νομίζουμε πως ήρθε η ώρα να την γνωρίσουμε καλύτερα, μιας που έχουμε πραγματικά την τιμή να την φιλοξενούμε στο Fresh Summer Stories.

Εύα χαιρόμαστε που βρισκόμαστε μαζί σου, για να συνομιλήσουμε και να μάθουμε περισσότερα για 'σένα αλλά και το ΔΗΠΕΘΕ Καβάλας. Καταρχάς έχεις καταγωγή από την Καβάλα;

Ναι, γεννήθηκα και μεγάλωσα εδώ ακριβώς δίπλα στη θάλασσα και έφυγα στα 18 για σπουδές.

Είχες από μικρή σε ηλικία την τάση να ασχολείσαι με τον καλλιτεχνικό χώρο;

Νομίζω όχι, μικρή ήμουν πολύ πιο γειωμένη

She treats acting as a perpetual journey of evolution, a process of understanding the different which becomes familiar as time passes. Through her art, she wants to pose questions to the citizens-spectators of the performances. Eva is a person of the arts in the broadest sense as, apart from acting, she has directed performances, adapted theatrical texts, while at the same time she loves dancing, doing even aerial acrobatics, and she likes music while writing at the same time.

Young, well-travelled in countries and cultures, with good mood, inspiration and fresh ideas, she took the helm of the Municipal and Regional Theatre of Kavala at a pivotal time. We can write about Eva for a long time but we think it's time to get to know her better since we really have the honor to host her at Fresh Summer Stories.

Eva, we are glad to be with you to talk and learn more about you and the Municipal Theatre of Kavala. First of all, do you come from Kavala?

Yes, I was born and raised here right by the sea and left at 18 to study.

Have you been inclined to be involved in art from a young age?

I think not. As a child I was much more downto-earth with a completely square logic. I started saying that I wanted to be an actor around the second year of high school and I remember my

66° ΦΕΣΤΙΒΑΛ ΦΙΛΙΠΠΩΝ 23 ΙΟΥΝΙΟΥ - 10 ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΥ 2023

ADANEIX HPME

> από τις πιο σημαντικές παραστάσεις της χρονιάς ενώ διοργανώνει για 7η συνεχόμενη χρονιά το Εργαστήριο Αρχαίου Δράματος, αναζητώντας εκεί τις κρυφές ιστορίες που κρύβουν οι Αρχετυπικοί Αφανείς Ήρωες.

Το ταξίδι ξεκινάει στις 23 Ιουνίου και είστε όλοι καλεσμένοι

Παράλληλα φιλοξενεί στο Αρχαίο Θέατρο Φιλίππων μερικές

έμπνευσή του και αφιερώνεται στους Αφανείς Ήρωες. Σε όλους αυτούς που ζουν απέναντι. Σε εκείνους που διαφοροποιούνται από τους πρωταγωνιστές, σε όσους συνήθως αποτελούν το πλήθος, στους «ανώνυμους άλλους».

Με θεατρικές παραστάσεις και εικαστικές performances που φωτίζουν με διαφορετικό τρόπο γνώριμα σημεία της πόλης, χαράζει ένα νέο χάρτη. Μια ξεχωριστή διαδρομή που αφήνει να ακουστούν οι ιστορίες της πόλης μας. Ζει την τελευταία μέρα του έως τώρα γνωστού κόσμου μαζί με μια ομάδα εφήβων στο 10ο Δημοτικό σχολείο, δίνει ραντεβού σε αυτούς που

«γάθηκαν» στο δασάκι της Παναγούδας, ανακαλύπτει αόρατους νοσοκόμους στη στοά του Μεγάλου Αλεξάνδρου, ανεβαίνει σε ένα λάθος λεωφορείο, μπερδεύει κλεμμένες ταυτότητες στην Παλιά Μουσική, σερβίρεται από παιδιά που δουλεύουν σεζόν στην κοίτη της εγκαταλελειμμένης πισίνας του παλιού κολυμβητηρίου για να καταλήξει στο τέλος, στο θέατρο Αντιγόνη Βαλάκου και να συναντήσει εκεί τις μητέρες των

κοριτσιών που δεν ζουν πια ανάμεσά μας.

This summer, the 66th Philippi Festival is inspired by and dedicated to the Unsung Heroes. To all those who live on the other side. To those who stand apart from the main characters, to those who normally form the masses, to the "anonymous other".

With theatrical and visual performances that illuminate familiar parts of the city in a different way, the festival draws a new map; a unique route that lets the stories of our city be heard. It lives the last day of the world as we know it together with a group of teenagers at the 10th Primary School, it meets with those who were "lost" in the forest of Panagouda, it discovers invisible nurses in the arcade of Alexander the Great, it jumps on the wrong bus, mixes up stolen identities in the Palia Mousiki mosque, is served by the young people who work during the summer season in the bed of the old abandoned swimming pool to finally end up at the Antigone Valakou Theater and meet the mothers of the girls who no longer live among us.

At the same time, the Ancient Theatre of Philippi hosts some of the most important performances of the year and organizes for the 7th consecutive year the Ancient Drama Workshop, in search of the hidden stories behind the Archetypal Unsung Heroes.

The journey begins on June the 23rd and you are all invited.

DIPETHEKAVALAS.GR





με μια εντελώς τετράγωνη λογική. Άρχισα να λέω ότι θέλω να γίνω ηθοποιός περίπου στη δευτέρα λυκείου και θυμάμαι τη μητέρα μου να μου απαντάει χαρακτηριστικά πως όλα τα παιδιά θέλουν γίνουν τραγουδιστές, ηθοποιοί ή ποδοσφαιριστές. Δεν είχα ωραία φωνή, δεν έπαιζα, άρα δικαιωματικά ανήκα στην τρίτη κατηγορία. Μου έλεγε «πέρνα σε κάποιο πανεπιστήμιο πρώτα και μετά αν θέλεις κάνε και ...τσίρκο». Αλλά κάπως αυτό με πείσμωσε.

Ήξερες τι είναι το θέατρο τότε;

Σίγουρα όχι. Αλλά εδώ θέλω να κάνω μία παρένθεση! Πριν 2-3 χρόνια, με αφορμή μια παράσταση, μου έστειλε ένας ξεχασμένος συμμαθητής μου μήνυμα για συγχαρητήρια και τελείωνε λέγοντας πως πάντα πίστευε πως θα γίνω καλλιτέχνης. Θυμάμαι ακόμα πόσο περίεργο μου είχε φανεί γιατί ποτέ δεν είχα φανταστεί ότι η τετράγωνη λογική μου θα μπορούσε να με είχε προδώσει από τότε.

Υπάρχει όμως περίπτωση, όσο και να μην το καταλάβαινες να το εξέπεμπες;

Μπορεί. Εμένα όμως με σόκαρε που μου το είπε ένας συμμαθητής που δεν είχαμε ποτέ ιδιαίτερη σχέση- δεν κάναμε καν παρέα.

Πάμε πάλι στα της Αθήνας... τι έκανες μόλις κατέβηκες στην πρωτεύουσα;

Πέρασα στο Θέατρο Τέχνης και παράλληλα στη Νομική.

Εύκολο ή δύσκολο να βρίσκεσαι σε δύο σχολές ταυτόχρονα;

Όσο παράξενο και αν ακούγεται, μπροστά σε μια δραματική σχολή, η Νομική μοιάζει εύκολη. Κυρίως γιατί δεν έχει υποχρεωτικές παρουσίες οπότε σου δίνει τη δυνατότητα να την παρακολουθείς από μακριά. Ευτυχώς μάλλον και λόγω οικογενειακού background δεν ένιωσα ποτέ τεI think theatre it's kind of like giving birth. Because it enables you to create another world, with its own different rules. It is something almost divine!



mother telling me that all children wanted to be singers, actors or footballers. I didn't have a nice voice, I didn't play, so I rightfully belonged to the third category. She would tell me "go to a university first and then, if you want, go to the ... circus." But somehow that convinced me.

Did you know what theatre was back then?

Definitely not. But here I want to make a parenthesis! 2-3 years ago, on the occasion of a performance, a forgotten classmate sent me a message for congratulations and ended by saying that he always believed that I would become an artist. I still remember how strange it seemed to me because I had never imagined that my square logic could have betrayed me since then.

But is there a chance, even if you didn't realize it, that you were emitting it?

Maybe. But I was shocked to be told this by a classmate we never had a special relationship with – we didn't even hang out.

Let's go back to Athens... What did you do once you got down to the capital?

I went to the Art Theater and at the same time to Law School.

Easy or difficult to be in two universities at once?

Strange as it may sound, compared to a drama school, law school seems easy. Mainly because it has no mandatory presences, so it gives you the opportunity to attend from afar. Fortunately, probably due to my family background, I never felt completely out of my element and I finished it relatively easily. But to balance, theater was quite hard. At first, it was like I was doing everything wrong.

What made it difficult for you?

Everything! I had no ease either in movement or in singing... and I was too shy- it took me a long time to get comfortable with being exposed. Now that it's been a while and I'm sober, I think my main problem was that back then I was thinking too much about what I was doing.

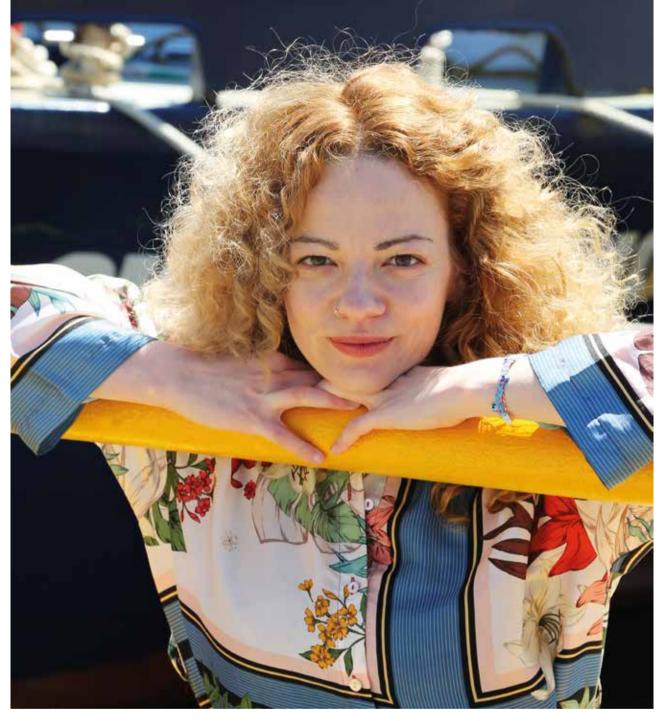
Because of the fact that my mind needed to understand and process everything, I couldn't react like a good conduit. But perseverance still saved me! With a lot of hard and daily work I found a way to face all these difficulties. I discovered other paths and paths that managed to lead me to the light. And it is these same paths that helped me much later in teaching - I taught for seven years at the University of Art Theater - to be able to properly guide my students. The older I get, the more I believe that obstacles are what keep us growing. The difficulties. The road that does not seem easy.

Were there people who unblocked you, like you do to others now, or did you go through it alone?

There were people who trusted me. They looked further than I could see. Our paths are strange. Multifactorial. And circumstance also plays its part. If, let's say, I didn't happen to perform in a show in my second year of school, I might have given up and everything would have been different.

But what was it that made you deal exclusively with theater?

When I finished with the universities, I started doing master's degrees – in law – to eat up some time. Well, after two master's degrees, I finally had to decide whether to do a PhD, open an office, or quit. And then I thought of something very specific. I thought of myself ten years later – in the morning just as the alarm goes off. And I wondered where



λείως έξω από τα νερά μου και την τελείωσα σχετικά εύκολα. Αλλά για να ισορροπήσω, το θέατρο με παίδεψε πάρα πολύ. Στην αρχή ήταν σαν να τα έκανα όλα λάθος.

Τι σε δυσκόλεψε;

Όλα! Δεν είχα καμία ευκολία ούτε στην κίνηση, ούτε στο τραγούδι...και ήμουν υπερβολικά ντροπαλή- μου πήρε καιρό να νιώσω άνετα με την έκθεση. Τώρα που έχει περάσει καιρός και είμαι νηφάλια νομίζω ότι το βασικό μου πρόβλημα ήταν ότι τότε σκεφτόμουν πάρα πολύ ό,τι έκανα.

Επειδή το μυαλό μου είχε την ανάγκη να τα κατανοήσει και να τα επεξεργαστεί όλα, δεν μπορούσα να αντιδρώ σαν καλό όργανο. Αλλά και πάλι με έσωσε το πείσμα! Με πολύ σκληρή και καθημερινή δουλειά βρήκα τρόπο να αντιμετωπίσω όλες αυτές τις δυσκολίες. Ανακάλυψα άλλους I would like to go? In court or in a rehearsal? So, because the answer was clearly the rehearsal, my route made a turn there. But I've always thought that life has more imagination than we do, so no one knows where I'll be in the next ten years.

What were the first professional steps in theater?

The first performance I played was in the second year of school "My mother's sin" directed by Kostis Kapelonis, in the basement of the Art Theater. Incredible experience as I was next to a great actor, Ilias Logothetis, while the response of the audience was unique. I played there for three years – I had graduated and then... emptiness.

I had a refusal to enter the hearings. I felt like I had to sell myself in a way that didn't suit me at all. But then my perseverance appeared again to



find them in selected places all over Greece



Νομίζω πως ο τρόπος που αντιμετωπίζω τις παραστάσεις είναι κάπως σαν τον πρωτομάστορα στο γεφύρι της Άρτας. Θάβω μέσα τους κάτι από τον ίδιο μου τον εαυτό για να στεριώσουν. I think the way I deal

with performances is a bit like the master builder on the bridge of Arta. I bury something of myself in them to solidify them.

δρόμους και μονοπάτια που κατάφεραν να με οδηγήσουν στο φως. Και είναι αυτοί οι ίδιοι δρόμοι με βοήθησαν πολύ αργότερα στη διδασκαλία - δίδασκα για επτά χρόνια στη σχολή του Θεάτρου Τέχνης- να μπορέσω να καθοδηγήσω σωστά τους μαθητές μου. Όσο μεγαλώνω τόσο περισσότερο πιστεύω πως τα εμπόδια είναι αυτά που μας κάνουν να εξελισσόμαστε. Οι δυσκολίες. Ο δρόμος που δε μοιάζει εύκολος.

Υπήρχαν άνθρωποι που σε ξεμπλοκάραν όπως εσύ κάνεις πλέον σε άλλους ή το πέρασες μόνη σου;

Υπήρχαν άνθρωποι που με εμπιστεύτηκαν. Έβλεπαν πιο μακριά από αυτό που μπορούσα να δω εγώ. Είναι περίεργες οι πορείες μας. Πολυπαραγοντικές. Και η συγκυρία παίζει και αυτή το ρόλο της. Αν ας πούμε δεν τύχαινε να παίξω σε παράσταση στον δεύτερο χρόνο της σχολής μπορεί και να τα είχα παρατήσει και να ήταν όλα αλλιώς.

Τι ήταν όμως εκείνο που σε έκανε να ασχοληθείς αποκλειστικά με το θέατρο;

Όταν τελείωσα τις σχολές, άρχισα να κάνω μεταπτυχιακά -στην νομική- για να ροκανίσω κάπως το χρόνο. Ε και μετά από δύο μεταπτυχιακά έπρεπε επιτέλους να αποφασίσω αν θα κάνω διδακτορικό, αν θα ανοίξω γραφείο ή αν θα τα παρατήσω. Και τότε σκέφτηκα κάτι πολύ συγκεκριμένο. Σκέφτηκα τον εαυτό μου δέκα χρόνια μετά -πρωί ακριβώς την ώρα που χτυπά το ξυπνητήρι. Και αναρωτήθηκα που θα ήθελα να πάω; στο δικαστήριο ή σε πρόβα; Κι επειδή η απάντηση ήταν ξεκάθαρα η πρόβα, ο δρόμος μου έστριψε προς τα εκεί. Αλλά έχω πάντα σκέφτομαι ότι η ζωή έχει μεγαλύτερη φαντασία από εμάς οπότε κανείς δεν ξέρει που θα είμαι στα επόμενα δέκα χρόνια.

Ποια ήταν τα πρώτα επαγγελματικά βήματα στο θέατρο;

Η πρώτη παράσταση που έπαιξα ήταν στο δεύτερο έτος της σχολής το "Το αμάρτημα της μητρός μου" σε σκηνοθεσία Κωστή Καπελώνη, στο Υπόγειο του Θεάτρου Τέχνης. Απίστευτη εμπειρία καθώς βρισκόμουν δίπλα σε έναν σπουδαίο ηθοποιό, τον Ηλία Λογοθέτη ενώ και η ανταπόκριση του κόσμου ήταν μοναδική. Έπαιξα εκεί για τρία χρόνια – είχα πλέον αποφοιτήσει και μετά... κενό.

Είχα μια άρνηση να μπω στη διαδικασία των ακροάσεων. Αισθανόμουν ότι πρέπει να πουλήσω τον εαυτό μου με έναν τρόπο που δεν μου ταίριαζε καθόλου. Αλλά μετά εμφανίστηκε πάλι το πείσμα μου να με σώσει. Θυμάμαι ήταν καλοκαίρι, ήμουν διακοπές κάπου στην Πελοπόννησο και μάλωσα πολύ με το τότε αγόρι μου και για να έχω λόγο να τα διαλύσω όλα και να φύγω είπα θα πάω στη μεγάλη ακρόαση του ΚΘΒΕ στη Θεσσαλονίκη. Θυμάμαι ήμασταν περίπου 200 άτομα σε ένα διάδρομο και περιμέναμε τη σειρά μας...

Να υποθέσω πως πέρασες...

Ναι -δεν ξέρω πως. Ίσως τα νεύρα, ίσως η

τσίτα που βρισκόμουν μου έδωσαν μια ώθηση και έτσι βρέθηκα στο ΚΘΒΕ. Και από εκείνη τη στιγμή ξεκίνησε μια ωραία συνεχόμενη ροή. Για δέκα χρόνια έπαιζα συνεχώς σε παραστάσεις και μάλιστα σε πολύ μεγάλες σκηνές. Παράλληλα άρχισα να διδάσκω και στο Θέατρο Τέχνης που ήταν άλλος ένα μεγάλος σταθμός στη ζωή μου. Αλλά πάντα ένιωθα ότι κάτι μου έλειπε...

Τί; Τι πιστεύεις ότι δε σου έδινε αυτή η δουλειά:

Δε μπορούσα να προσδιορίσω τι δεν μου έδινε. Νομίζω πως όλη μου η καθημερινότητα μέχρι τότε ήταν ένας αγώνας για να καταφέρω να κοιμίσω το μυαλό μου έτσι ώστε να μπορεί να δρα το σώμα μου πιο ελεύθερα. Και αυτό απαιτούσε πάρα πολύ κόπο από εμένα. Ήταν κάπως σαν να πήγαινα ενάντια στη φύση μου. Για πολλά χρόνια έκανα κάθε μέρα τρεις ώρες χορό για να ξυπνήσω το σώμα μου.

Πολύ πείσμα μέσα σου...

Ναι. Πιστεύω πολύ στην δύναμη του ανθρώπου. Όχι στη δική μου, στη δύναμη του κάθε ανθρώπου. Είμαστε αλλόκοτα παντοδύναμα όντα που κρύβουμε μέσα μας τεράστια ποσά ενέργειας που αν ενεργοποιηθούν μπορούν να δαμάσουν τα πάντα. Ή να τα καταστρέψουν.

Πότε σκηνοθέτησες και έγραψες;

Το 2018. Με πήρε τηλέφωνο ο Θοδωρής Γκόνης και μου λέει: «Θα έκανα στο Φεστιβάλ Φιλίππων μια παράσταση για τους Αιγύπτιους ψαράδες αλλά δεν προλαβαίνω. Θέλεις να την κάνεις εσύ; Θέλω απάντηση σε 24 ώρες.» Ξεκίνησαν οι ώρες να περνούν και εγώ άλλαζα συνεχώς την απόφαση μου. Μέχρι τελευταία στιγμή οι πιθανότητες ήταν ακριβώς στην μέση. Αλλά όταν πέρασε το περιθώριο και έπρεπε να απαντήσω είπα ναι. Και με το που το είπα κάθε αμφιβολία σβήστηκε.

Έτσι επήλθε και η ισορροπία μέσα σου...

Όχι αμέσως. Τότε είχα όλο το άγχος και τη φροντίδα για να γίνει η παράσταση. Ήταν μια πολύ ιδιαίτερη διαδικασία. Με έκανε να ανακαλύψω πάρα πολλά πράγματα για εμένα που δεν τα φανταζόμουν καν. Αλλά είχε και κάτι μαγικό, σαν να υπήρχε ένα αόρατο χέρι που στο τέλος έλυνε όλα τα προβλήματα. Και όταν τελείωσε ένιωσα πλήρης! Συναίσθημα που δεν είχα ξανανιώσει ποτέ στην ζωή μου... ένιωσα πως για πρώτη φορά όλα τα κομμάτια μου επικοινωνούσαν! Και το μυαλό, και το σώμα και η ευαισθησία και ο ρομαντισμός και η αγάπη μου για τους ανθρώπους. Ένιωσα δημιουργός και σκέφτηκα «τι λάθος έκανα δέκα χρόνια που επιδίωκα απλώς να παίζω».

Τι είναι τελικά το θέατρο;

Είναι νομίζω κάπως σαν να γεννάς. Γιατί σου δίνει τη δυνατότητα να δημιουργήσεις έναν άλλο κόσμο, με δικούς του διαφορετικούς κανόνες. Είναι κάτι σχεδόν θεϊκό!



save me. I remember it was summer, I was on holiday somewhere in the Peloponnese and I argued a lot with my then boyfriend and in order to have a reason to break everything up and leave, I said I would go to the NTNG audition in Thessaloniki. I remember there were about 200 people in a hallway waiting for their turn...

I guess you passed...

Yes – I don't know how. Maybe the nerves, maybe the tightness I was in gave me a boost and that's how I found myself at the NTNG. And from that moment on, a nice continuous flow began. For ten years I was constantly performing in plays and even on very large stages. At the same time, I started teaching at the Art Theater, which was another big milestone in my life. But I always felt like I was missing something...

What? What do you think this job didn't give you?

I couldn't determine what it wasn't giving me. I think my whole daily life until then was a struggle to put my mind to sleep so that my body could act more freely. And that required a great deal of effort from me. It was kind of like going against my nature. For many years I did three hours of dancing every day to wake up my body.

A lot of tenacity inside you...

Yes. I strongly believe in the power of man. Not in mine, but in the power of each human. We are strangely omnipotent beings who hide huge amounts of energy inside us that, if activated, can tame everything. Or destroy them.

When did you direct and write?

In 2018. Thodoris Gkonis called me and said: "I was going to do a show about Egyptian fisher-

men at the Philippi Festival, but I don't have time. Do you want to do it yourself? I want a response in 24 hours." The hours began to pass and I kept changing my decision. Until the last minute, the odds were right in the middle. But when the margin passed and I had to answer I said yes. And as soon as I said that, all doubt was erased.

This is how the balance came within you...

Not right away. Then I had all the stress and care to make the show. It was a very special process. It made me discover so many things about myself that I didn't even imagine. But it also had something magical, as if there was an invisible hand that in the end solved all problems. And when it was over I felt complete! A feeling I had never felt before in my life... I felt that for the first time all my pieces were communicating! The mind, the body, the sensitivity, the romance and my love for people. I felt like a creator and I thought, "What a mistake I made these past ten years of just trying to play."

What is theatre after all?

I think it's kind of like giving birth. Because it enables you to create another world, with its own different rules. It is something almost divine!

You create a universe of your own.

Exactly. And that's the magic! That's why for me it's the best profession in the world and it's worth all the sacrifices you have to make to succeed.

How do you define a successful show?

I have no idea! This is rather personal. I have done so far -as a creator- three big shows where all three had a great response from the people. I was very lucky in that. But in all three I sacriΌσο παράξενο και αν ακούγεται, μπροστά σε μια δραματική σχολή, η Νομική μοιάζει εύκολη. Strange as it may sound, compared to a drama school, law school seems easy.



Δημιουργείς ένα δικό σου σύμπαν.

Ακριβώς. Και αυτό είναι το μαγικό! Για αυτό και για μένα είναι το καλύτερο επάγγελμα στον κόσμο και αξίζει όσες θυσίες χρειαστεί να κάνεις για να πετύχει.

Πως ορίζεις μία επιτυχημένη παράσταση;

Δεν έχω ιδέα! Είναι μάλλον προσωπικό αυτό. Έχω κάνει έως τώρα -σαν δημιουργός- τρεις μεγάλες παραστάσεις όπου και οι τρεις είχαν μεγάλη ανταπόκριση από τον κόσμο. Ήμουν πολύ τυχερή σε αυτό. Αλλά και στις τρεις κάτι θυσίασα. Νομίζω πως ο τρόπος που αντιμετωπίζω τις παραστάσεις είναι κάπως σαν τον πρωτομάστορα στο γεφύρι

ficed something. I think the way I deal with performances is a bit like the master builder on the bridge of Arta. I bury something of myself in them to solidify them.

You mention sacrifices... Of what kind? Personal time?

Sacrifices in time, sacrifices in relationships, in moments. Imagine that in my first show I broke up and I was so committed that I didn't realize it. When I create a performance, it's like I'm creating another world, and without realizing it, the existence of the normal world blurs. Well, that cannot be without consequences.

The Municipal and Regional Theatre of Kavala is coming into your life. Have you been thinking about it for a long time?

No, I didn't think about it for a long time. Last summer it started occurring in my mind when I learned that Thodoris was goint to stop. I was walking on the beach of Kavala and thought what it would be like if I came here. I often say it's a kamikaze mission. An experiment that tests what will happen if I put all my energy, all my mood and all the knowledge I have acquired. And I took the plunge. I sat down and made plans for three years, but at the same time I didn't exactly think it would happen. I didn't cancel my program in Athens, I didn't look for a house, I didn't even mention that I might leave. For two months I lived with a "what if?" - with a hidden dilatory proviso that we also call in law.

Where did you find out?

I was in France for one of my performances. The phone rings and it is the president of the Municipal and Regional Theatre of Thessaloniki who says to me "congratulations, you are the new artistic director".

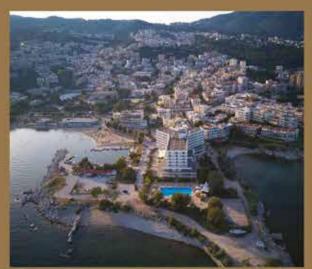
How did you feel in that moment?

I remember closing my eyes and shouting "Yes it happened!!!!" but before I could even finish my sentence I was overwhelmed by a "Now what??"

And now you are in Kavala. What's it like to be in this position?

Very demanding. There is the artistic part, the part of personnel and partner management, the organizational part. Lots of levels. I think the most important thing for me is to inspire the people around me to create a team that can cope in the best possible way with all these demands. I always believe that the result of a good team is far superior to the sum of the skills of its individual members. That's why I jokingly say that since December I have changed job again. And from being a storyteller since 2018, I'm a unfledged "team

Tell us about the summer season. What are





Your hotel for every season

Lucy is a five-star hotel on the western point of the city of Kavala

With its imposing architecture and unique location, it stands as a landmark for the city and a vantage point for the surrounding landscape.

Your city hotel on the beach.











Ονειρεύομαι ένα Φεστιβάλ με έναν εξωστρεφές, πρωτότυπο και εκπαιδευτικό χαρακτήρα που θα διαμορφώνεται πάντα σε διάλογο με την εποχή αλλά και τις ανάγκες της πόλης. I dream of a Festival with an extrovert, original and educational character that will always be shaped in dialogue with the period and the needs of the city.

της Άρτας. Θάβω μέσα τους κάτι από τον ίδιο μου τον εαυτό για να στεριώσουν.

Θυσίες αναφέρεις... τι είδους; προσωπικό χρόνο;

Θυσίες σε χρόνο, θυσίες σε σχέσεις, σε στιγμές. Φαντάσου ότι στην πρώτη μου παράσταση χώρισα και ήμουν τόσο αφοσιωμένη που δεν κατάλαβα ότι χώρισα. Όταν δημιουργώ μία παράσταση, είναι σαν να δημιουργώ έναν άλλο κόσμο και χωρίς να το καταλαβαίνω η ύπαρξη του κανονικού κόσμου θαμπώνει. Ε αυτό δεν μπορεί να μην έχει κάποιες συνέπειες.

Έρχεται το ΔΗΠΕΘΕ Καβάλας στην ζωή σου. Το σκεφτόσουν καιρό;

Όχι δεν το σκεφτόμουν πολύ καιρό. Το προηγούμενο καλοκαίρι άρχισε να υπάρχει στο μυαλό μου, όταν έμαθα ότι ο Θοδωρής θα σταματούσε. Περπατούσα στην παραλία της Καβάλας και σκέφτηκα πώς θα ήταν αν ερχόμουν εδώ. Λέω συχνά πώς είναι αποστολή καμικάζι. Ένα πείραμα που δοκιμάζει τι θα γίνει αν βάλω όλη μου την ενέργεια, όλη μου την διάθεση και όλες τις γνώσεις που έχω αποκτήσει. Και το τόλμησα. Κάθισα και έκανα πλάνα και σχεδιασμό τριετίας αλλά την ίδια στιγμή δεν το πίστευα ακριβώς ότι θα γίνει. Δεν ακύρωσα το πρόγραμμα μου στην Αθήνα, δεν έψαξα σπίτι, δεν είχα καν αναφέρει ότι μπορεί να φύγω. Για δύο μήνες ζούσα με ένα "και αν;"- με μια κρυφή αναβλητική αίρεση που λέμε και στη νομική.

Που το έμαθες;

Ήμουν στην Γαλλία για μία παράσταση μου. Χτυπάει το τηλέφωνο και είναι ο πρόεδρος του ΔΗΠΕΘΕ που μου λέει "συγχαρητήρια, είστε η νέα καλλιτεχνική διευθύντρια".

Πώς ένιωσες εκείνη την στιγμή;

Θυμάμαι πώς έκλεισα τα μάτια και φώναξα «Ναιιιιιι συνέβη!!!!» αλλά πριν ακόμα ολοκληρώσω τη φράση μου με κατέκλυσε ένα «Και τώρα;;»

Και τώρα βρίσκεσαι στην Καβάλα. Πώς είναι να βρίσκεσαι σε αυτή την θέση;

Πολύ απαιτητικό. Υπάρχει το καλλιτεχνικό κομμάτι, το κομμάτι της διαχείρισης προσωπικού και συνεργατών, το οργανωτικό κομμάτι. Πολλές πίστες. Νομίζω ότι το πιο σημαντικό για εμένα είναι να εμπνεύσω τους ανθρώπους γύρω μου ώστε να δημιουργήσουμε μια ομάδα που να μπορεί να ανταπεξέλθει με τον καλύτερο δυνατό τρόπο σε όλες αυτές τις απαιτήσεις. Πιστεύω πάντα ότι το αποτέλεσμα μια καλής ομάδας είναι πολύ ανώτερο από το άθροισμα των ικανοτήτων μεμονωμένα των μελών της. Για αυτό λέω αστειευόμενη ότι από το Δεκέμβριο άλλαξα ξανά δουλειά. Και από παραμυθάς που ήμουν από το 2018 είμαι ένας νεόκοπος «δημιουργός ομάδας».

Πες μας για την θερινή περίοδο. Τι ετοιμάζετε;

Θα κάνεις κάτι νέο ή θα ακολουθήσεις τα βήματα που είχε αφήσει ο κ. Γκόνης;

Γενικά διαφωνώ με την άποψη ότι ο κάθε ένας που αναλαμβάνει έναν θεσμό που ήδη έχει μεγάλη ιστορία προκειμένου να αφήσει το στίγμα του πρέπει να ανατρέψει ό,τι είχε κάνει ο προηγούμενος. Το Φεστιβάλ Φιλίππων είναι ένας πολύ σημαντικός θεσμός και τον παραλαμβάνω από πολύ καλά χέρια. Με ιδέες και προτάσεις που έχουν δοκιμαστεί και έχουν αντέξει. Άρα δεν θα καταργήσω κάτι επειδή απλά εγώ θέλω να περάσω την δική μου φιλοσοφία. Θα προσθέσουμε απλώς κομμάτια που πιστεύω ότι μπορούν να το εξελίξουν ακόμα περισσότερο. Όπως εκπαιδευτικά προγράμματα, στοχευμένες δράσεις για παιδιά και εφήβους, πλατφόρμα νέων δημιουργών, σύνδεση με αντίστοιχα φεστιβάλ του εξωτερικού.

Γενικά ονειρεύομαι ένα Φεστιβάλ με έναν εξωστρεφές, πρωτότυπο και εκπαιδευτικό χαρακτήρα που θα διαμορφώνεται πάντα σε διάλογο με την εποχή αλλά και τις ανάγκες της πόλης. Φέτος είμαι λίγο πιεσμένη χρονικά- ανέλαβα τον Δεκέμβριο και αυτό έχει πάει λίγο πίσω το σχεδιασμό- αλλά δουλεύουμε πολύ εντατικά και ήδη πιστεύω ότι θα δοθούν κάποια δείγματα από αυτό που θέλουμε μελλοντικά να έχει.

Εύα θέλουμε να μας πεις λίγα πιο πολλά για εσένα. Τι σου αρέσει να κάνεις τον ελεύθερο χρόνο σου;

Τον ποιον; (γέλια) Δεν έχω πια ελεύθερο χρόνο.

Υποθετικά αν είχες τι θα σε γέμιζε;

Ταξίδια! Όταν ταξιδεύω νιώθω ότι οι διαστάσεις μου μεγαλώνουν... έρχομαι σε επαφή με άλλους ανθρώπους, άλλες κουλτούρες, άλλα τοπία, άλλες φιλοσοφίες και έτσι για να μπορέσω να τα ενσωματώσω αυτά πρέπει κι εγώ να μεγαλώσω το είναι μου! Όταν επιστρέφω από ταξίδι νιώθω πιο πλήρης αλλά και πιο γειωμένη. Είναι λες και οι αντίρροπες δυνάμεις έχουν βρει μια ισορροπία, από την μία επεκτείνομαι και από την άλλη συνειδητοποιώ πόσο μικρό κομμάτι του παζλ είμαι.

Πες μου τρεις μονάχα λέξεις που σε χαρακτηρίζουν. Τρεις θετικές και τρεις αρνητικές.

Είμαι δίκαιη, έχω μεγάλη φαντασία και πολύ πείσμα.

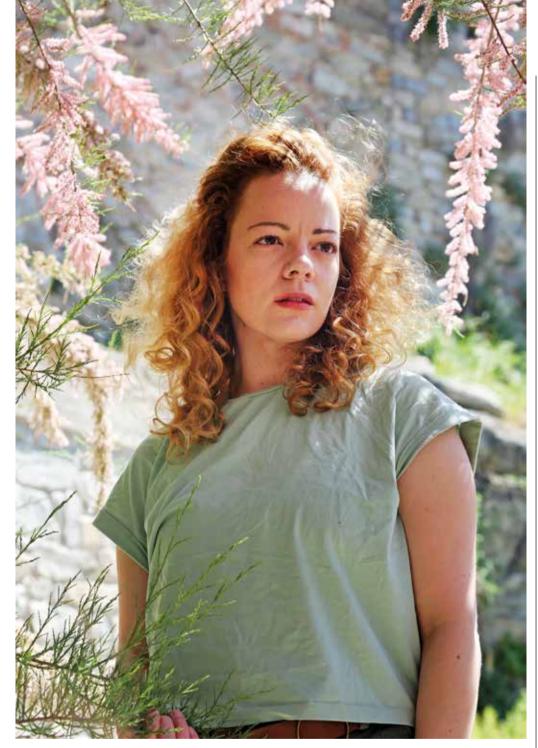
Αρνητικά: είμαι ενοχική, συγκεντρωτική και μπορώ να εκραγώ εύκολα...

Σε διακόπτω αλλά τι μπορεί να σε κάνει να εκραγείς και όπως αναφέρεις εύκολα.

Δεν μπορώ να βρίσκομαι δίπλα σε κάποιον που αδικεί ή πληγώνει εμένα ή κάποιον άλλο δίπλα μου και να μην αντιδράσω -καμία φορά όχι με καλό τρόπο.

Σου έχει τύχει αυτό αρκετές φορές;

Nαι. Παλαιότερα δεν αντιδρούσα. Αλλά αυτό προκαλούσε εσωτερικές εκρήξεις μέσα μου. Ακό-



Γενικά διαφωνώ με την άποψη ότι ο κάθε ένας που αναλαμβάνει έναν θεσμό που ήδη έχει μεγάλη ιστορία προκειμένου να αφήσει το στίγμα του πρέπει να ανατρέψει ό,τι είχε κάνει ο προηγούμενος. Το Φεστιβάλ Φιλίππων είναι ένας πολύ σημαντικός θεσμός και τον παραλαμβάνω από πολύ καλά χέρια. In general, I disagree with the view that anyone who takes over an institution that already has a long history must reverse what the previous one did, in order to leave their mark. The Philippi Festival is a very important institution and I receive it from very good hands.

you up to? Will you do something new or follow in the footsteps of Mr. Gkonis?

In general, I disagree with the view that anyone who takes over an institution that already has a long history must reverse what the previous one did, in order to leave their mark. The Philippi Festival is a very important institution and I receive it from very good hands. With ideas and suggestions that have been tested and endured. So, I'm not going to abolish something just because I want to pass on my own philosophy. We're just going to add pieces that I think can take it even further. Such as educational programs, targeted actions for children and teenagers, a platform for young creators, connection with similar festivals abroad.

In general, I dream of a Festival with an extro-

vert, original and educational character that will always be shaped in dialogue with the period and the needs of the city. This year I'm a bit pressed regarding time – I took over in December and that has set the planning back a bit – but we are working very intensively and I already think we will give some samples of what we want it to have in the future.

Eva, we want you to tell us a little more about you. What do you like to do in your free time?

In my what? (laughter) I don't have free time anymore.

Hypothetically, if you had, what would fill you?



Η Καβάλα είναι μία πάρα πολύ όμορφη πόλη που η επικοινωνία της με την θάλασσα είναι αβίαστη γιατί συνομιλεί διαρκώς μαζί της.

Kavala is a very beautiful city whose communication with the sea is effortless because it is constantly in touch with it.

μα και τώρα με βασανίζει που δεν μιλούσα όταν συναντούσα κακομεταχείριση. Νιώθω συνυπεύθυνη. Ίσως για αυτό τώρα αντιδρώ με το παραμικρό. Είναι κόκκινη ζώνη για εμένα πια.

Τι σου αρέσει να τρως;

Οτιδήποτε με πιπέρι. Το θεωρώ μαγικό συστατικό. Μπορώ να φάω φαγητό χωρίς αλάτι αλλά ποτέ χωρίς πιπέρι. Επίσης αν και δεν είναι η καλύτερη τροφή αγαπάω το κοτόπουλο σε αρκετές του παραλλαγές. Αν και τελευταία σκέφτομαι όλο και πιο έντονα ότι πρέπει να σταματήσω να τρώω κρέας. Κατά τα άλλα μου αρέσουν γενικά τα καρυκευμένα και δε μπορώ να αντισταθώ στον καφέ και τη σοκολάτα. Και γενικά στα γλυκά -τώρα που το σκέφτομαι.

Είσαι σε ένα σου ταξίδι και μιλάς με έναν ντόπιο για την Ελλάδα και την περιοχή σου. Τι θα του έλεγες για να τον ιντρικάρεις στο να επισκεφθεί τα μέρη μας;

Θα του έλεγα ότι η Καβάλα είναι μία πάρα πολύ όμορφη πόλη που η επικοινωνία της με την θάλασσα είναι αβίαστη γιατί συνομιλεί διαρκώς μαζί της. Ότι έχει μέσα της ζωντανά κομμάτια ιστορίας: τις καπναποθήκες, το Ιμαρέτ, το αρχαίο θέατρο κα. Θα του πρότεινα να επισκεφτεί τη Θάσο και τις εντυπωσιακές παραλίες της και να σκαρφαλώσει στο Παγγαίο για να ρουφήξει τον μαγικό αέρα που αποπνέει. Νιώθω πραγματικά τυχερή που γεννήθηκα και μεγάλωσα εδώ. Λέω συχνά ότι η ομορφιά είναι ένα από τα τρία όπλα - τα άλλα είναι η δημιουργία και ο έρωτας- που

έχουμε για να αντιμετωπίσουμε όλο αυτό το γκρι που μας περιβάλλει. Και είναι πολύ σημαντικό να ζεις μέσα της. Αν της αφήσεις χώρο στη μέρα σουσε κάνει σίγουρα καλύτερο άνθρωπο.

Για το τέλος θέλουμε να μας πεις ένα μεγάλο όνειρό σου που θέλεις να πραγματοποιηθεί.

Μεγάλο όνειρο... σε σχέση με το ΔΗΠΕΘΕ θα ήθελα να δημιουργήσω μία σχολή δραματουργίας και συγγραφής θεατρικού έργου. Ως καλλιτέχνη με ενδιαφέρει πολύ το γράψιμο. Προσωπικά, ανήκω στη φουρνιά των ανθρώπων που έμαθαν να γράφουν-γράφοντας... Με έναν κυρίως βιωματικό και όχι τόσο επιστημονικό τρόπο την ίδια στιγμή που συνάδελφοί μου στο εξωτερικό έχουν πάει κανονικά σε σχολές και έχουν πάρει επιστημονικά εργαλεία που τους βοήθησαν να εξελίξουν το ταλέντο τους. Για αυτό και θεωρώ αναγκαίο να υπάρξει και στη χώρα μας μία τέτοια σχολή. Είναι κάτι που δεν υπάρχει στην Ελλάδα και πιστεύω ότι η Καβάλα είναι ο ιδανικός τόπος.

Δεν είναι τυχαίο ότι ο τόπος μας έχει βγάλει πολύ σημαντικούς συγγραφείς- θεατρικούς και μη- και θα ήθελα αυτό να αξιοποιηθεί. Αυτή είναι η κληρονομιά που ονειρεύομαι να αφήσω στην πόλη όταν θα φύγω από το ΔΗΠΕΘΕ.

Θεωρώ πως ήταν το καλύτερο κλείσιμο της συζήτησης μας. Σε ευχαριστούμε πάρα πολύ για τον χρόνο και σου ευχόμαστε κάθε επιτυχία σε ότι κάνεις και δημιουργήσεις.

Και εγώ σας ευχαριστώ για την όμορφη συζήτηση που είχαμε.

Travel! When I travel I feel that my dimensions are growing... I come into contact with other people, other cultures, other landscapes, other philosophies and so, in order to be able to integrate these, I have to grow myself! When I return from a trip, I feel more complete but also more grounded. It's as if the opposing forces have found a balance; on the one hand I'm expanding and on the other hand I'm realizing what a small piece of the puzzle I am.

Tell me just three words that describe you. Three positive and three negative.

I am fair, I have great imagination and a lot of perseverance .

Negatives: I'm guilty, centralized and can explode easily...

I interrupt you but what can make you explode and also -as you mention- easily?

I can't be next to someone who wrongs or hurts me or someone else next to me and not react – sometimes not in a good way.

Has this happened to you several times?

Yes. I didn't use to react. But this was causing internal explosions inside me. Even now it torments me that I didn't speak up when I was mistreated. I feel co-responsible. Maybe that's why I react at the slightest now. It's a red zone for me now.

What do you like to eat?

Anything with pepper. I consider it a magical ingredient. I can eat food without salt but never without pepper. Also, although it is not the best food, I love chicken in several variations. Although lately I have been thinking more and more strongly that I should stop eating meat. Otherwise, I generally like spices and I can't resist coffee and chocolate. And sweets in general – now that I think about it.

You are on a trip and you are talking with a local about Greece and your region. What would you say to intrigue them to visit our places?

I would tell them that Kavala is a very beautiful city whose communication with the sea is effortless because it is constantly in touch with it. That it has within it living pieces of history: the tobacco warehouses, the Imaret, the ancient theater, etc. I would suggest they visit Thasos and its impressive beaches and climb to Pangaion to absorb the magical air it exudes. I feel really lucky to have been born and raised here. I often say that beauty is one of the three weapons – the others being creation and love – that we own to deal with all this grey that surrounds us. And it's very important to live in it. If you give beauty some space during your day, it will definitely make you a better person.

Finally, we want you to tell us a big dream of



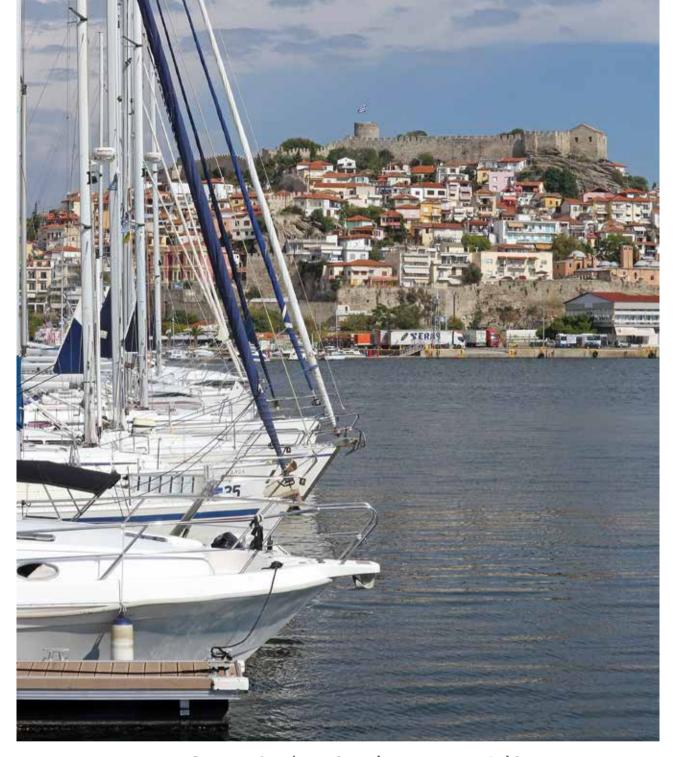
yours that you want to fulfill.

Big dream... In relation to the Municipal and Regional Theatre of Greece, I would like to create a school of dramaturgy and theatrical playwriting. As an artist, I am very interested in writing. Personally, I belong to the group of people who learned to write... in a mainly experiential and not so scientific way while my colleagues abroad have properly gone to schools and have received scientific tools that have helped them develop their talent. That is why I consider it necessary for such a school to exist in our country. It is something that does not exist in Greece and I believe that Kavala is the ideal place.

It is no coincidence that our country has produced very important writers - theatrical or not - and I would like this to be utilized. This is the legacy I dream of leaving in the city when I leave the Municipal and Regional Theatre.

I think that was the best conclusion to our discussion. Thank you very much for your time and we wish you every success in everything you do and create.

I thank you, too, for the beautiful discussion we had.



Port of Kavala / Το λιμάνι της Καβάλας



Έχετε επιλέξει να έρθετε σε μία πόλη που βλέπει στην θάλασσα. Ακόμα και το τελευταίο σπίτι που είναι κτισμένο στο βουνό, ακόμα και τα σπίτια που δεν έχουν οπτική επαφή με το Αιγαίο έχουν την μυρωδιά του πελάγου. 🗪

You have chosen to come to a city overlooking the sea. Even the last house that is built on the mountain and even the houses that do not have visual contact with the Aegean have the smell of the sea.





Στο κέντρο της πόλης βρίσκεται και το λιμάνι της, λιμάνι που κάθε απόγευμα τα πολλά καΐκια ξεκινάνε για να φέρουν ψάρια, λιμάνι όπου μεγάλα κρουαζιερόπλοια δένουν, λιμάνι που μεγάλα πλοία ξεκινάνε την ρότα τους για ελληνικά νησιά, λιμάνι που έχει το κάστρο και την παλιά πόλη σαν πρώτο πλάνο μετά το γαλάζιο και που αποτελεί ένα όμορφο τόπο για βόλτα όλες τις ώρες της ημέρας.

Σαν κεντρικό σημείο πολλοί δρόμοι καταλήγουν στο λιμάνι ενώ περιμετρικά του υπάρχουν 3 πάρκινγκ για να αφήσετε το αυτοκίνητο σας. Εμείς ξεκινήσαμε από την δυτική πλευρά το λεγόμενο "Φάληρο" που υπάρχει ένα αστικό πάρκο με γήπεδα μπάσκετ, παιδικές χαρές και πίστα skate. Περπατώντας προς το λιμάνι μπαίνουμε στον κεντρικό δρόμο που τους καλοκαιρινούς μήνες γίνεται πεζόδρομος τις απογευματινές ώρες και περπατάμε ανάμεσα στον κόσμο. Μετά το λούνα παρκ στρίβουμε δεξιά στον μεγάλο μώλο του λιμανιού και τα βήματά μας γίνονται δίπλα από τα ιστιοφόρα. Πλέον στο κάδρο είναι όλο το λιμάνι καθώς και όλη η επιβλητική χερσόνησος της Παναγίας με το κάστρο. Φτάνουμε μέχρι τον μικρό φάρο που οριοθετεί την είσοδο των πλοίων και καθόμαστε για

λίγα λεπτά στα παγκάκια που υπάρχουν στον χώρο για να ατενίσουμε το τοπίο.

Επιστρέφουμε πίσω από τον μώλο και προχωράμε ανατολικά, ανάμεσα στα πολλά καφέ και εστιατόρια, παρέες συνομιλούν, γελούν και χαίρονται στιγμές ξεκούρασης.

Πλέον έχουμε μπει στην καρδιά του λιμανιού με τα χαρακτηριστικά καΐκια που κάθε απόγευμα ξεκινούν ευλαβικά το ταξίδι τους για τα ψάρια που θα γευθούμε όλοι μας την αυριανή μέρα. Το κάστρο βρίσκεται όλο και πιο κοντά και τα εστιατόρια με τα καφέ συνεχίζουν να μας απασχολούν για το πιο θα επιλέξουμε για να καθίσουμε μετά την βόλτα μας.

Έχοντας πλέον φτάσει στο σημείο που δένουν τα μεγάλα πλοία βλέπουμε πια την νέα πόλη στο κάδρο αλλά και τις ισχυρές οχυρώσεις της παλιάς πόλης. Ακόμα και μετά το μεγάλο πάρκινγκ όμως οι εκπλήξεις δεν σταματούν καθώς μία μικρή παραλία ακριβώς δίπλα από τον μεγάλο μώλο συγκεντρώνει κόσμο για μπάνιο όλες τις ώρες της ημέρας αλλά και ερασιτέχνες ψαράδες το βραδάκι, ενώ ένα πλακόστρωτο μονοπάτι συνεχίζει προς τα βράχια αλλά και ανηφορικά αν το πάρουμε προς τον κεντρικό δρόμο της χερσονήσου της Παναγίας.



In the center of the city is the port; a port from which many boats leave to bring fish every afternoon; a port where large cruise ships dock; a port from which large ships start their route to the Greek islands; a port that has the castle and the old town as its foreground next to the blue sea and which is a beautiful place for a walk at all hours of the day.

As a central point, many roads lead to the port and around it there are 3 parking lots to leave your car. We started from the west side of the so-called "Faliro" where there is

an urban park with basketball courts, playgrounds and a skate park. Walking towards the port, we enter the main street which during the summer months becomes a pedestrian street in the afternoon hours and we walk among the crowd. After the amusement park, we turn right at the large pier of the port and our steps are next to the sailing boats. Now the whole harbour is in the frame as well as the entire imposing peninsula of Panagia with the castle. We reach the small lighthouse that marks the entrance of the ferries and sit for a few minutes on the





Τώρα το πόση ώρα θα κάνετε την δική σας βόλτα εσείς την ορίζετε, η περιοχή προσφέρει από μπάνιο στην θάλασσα, μέχρι καφέ, ούζο, φαγητό και ποτό. Επίσης προσφέρεται για πολλές - πολλές φωτογραφίες. Καλή βόλτα!

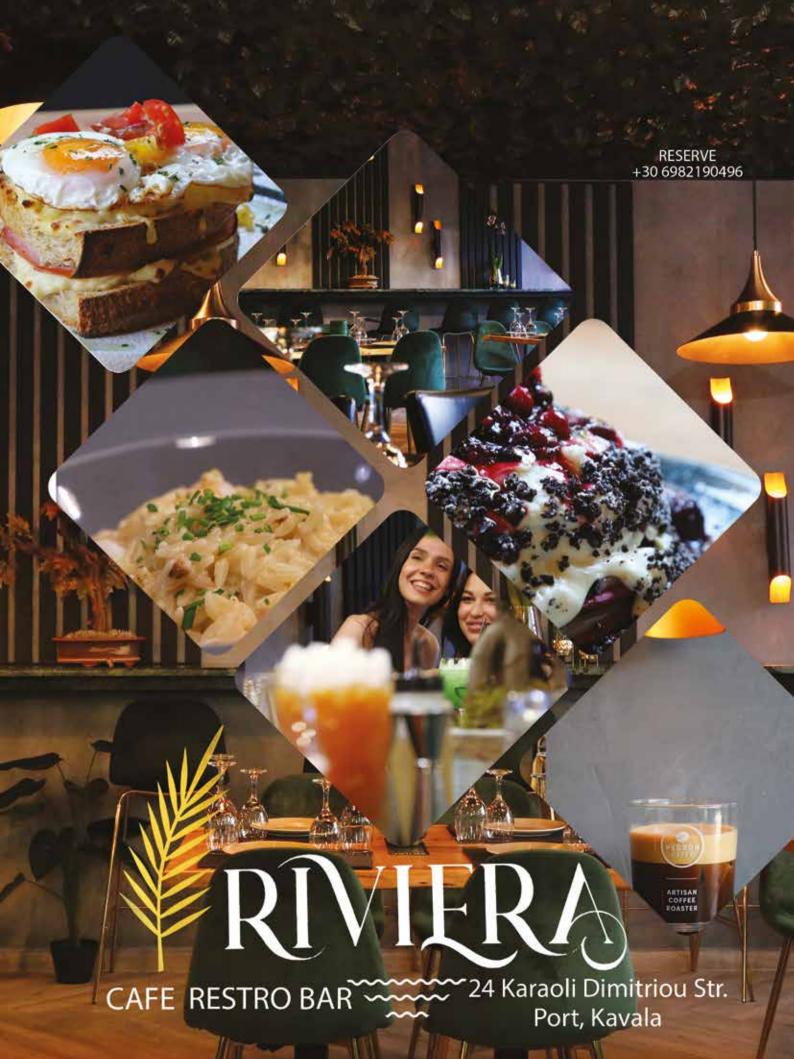
benches that exist in this place to contemplate the landscape.

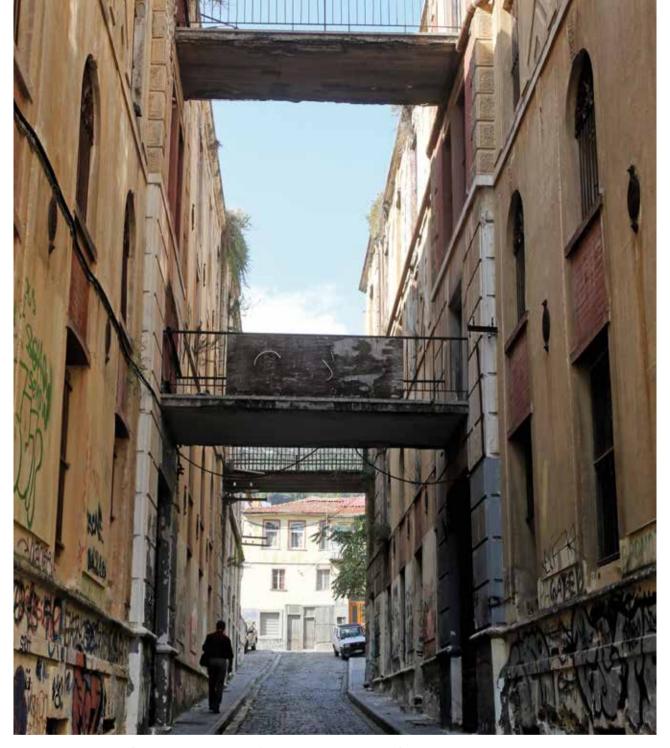
We return behind the pier and head east, among the many cafes and restaurants, groups of people chatting, laughing and enjoying moments of relaxation.

We are now in the heart of the port with the distinctive boats that every afternoon diligently start their journey for the fish we will all taste tomorrow. The castle is getting closer and closer and the restaurants and cafes continue to keep us busy as to which one we will choose to sit at after our walk.

Having now reached the point where the big ships dock, we can see the new city in the frame and, also, the strong fortifications of the old city. Even after the large parking lot, the surprises do not stop as a small beach right next to the large pier attracts people for swimming at all hours of the day and amateur fishermen in the evening, while a paved path continues towards the rocks and uphill if we go towards the main road of the peninsula of Panagia.

Now you decide how long you want your own walk to take; the area offers everything from swimming in the sea to coffee, ouzo, food and drink. It also lends itself to many many photos. Have a nice stroll!

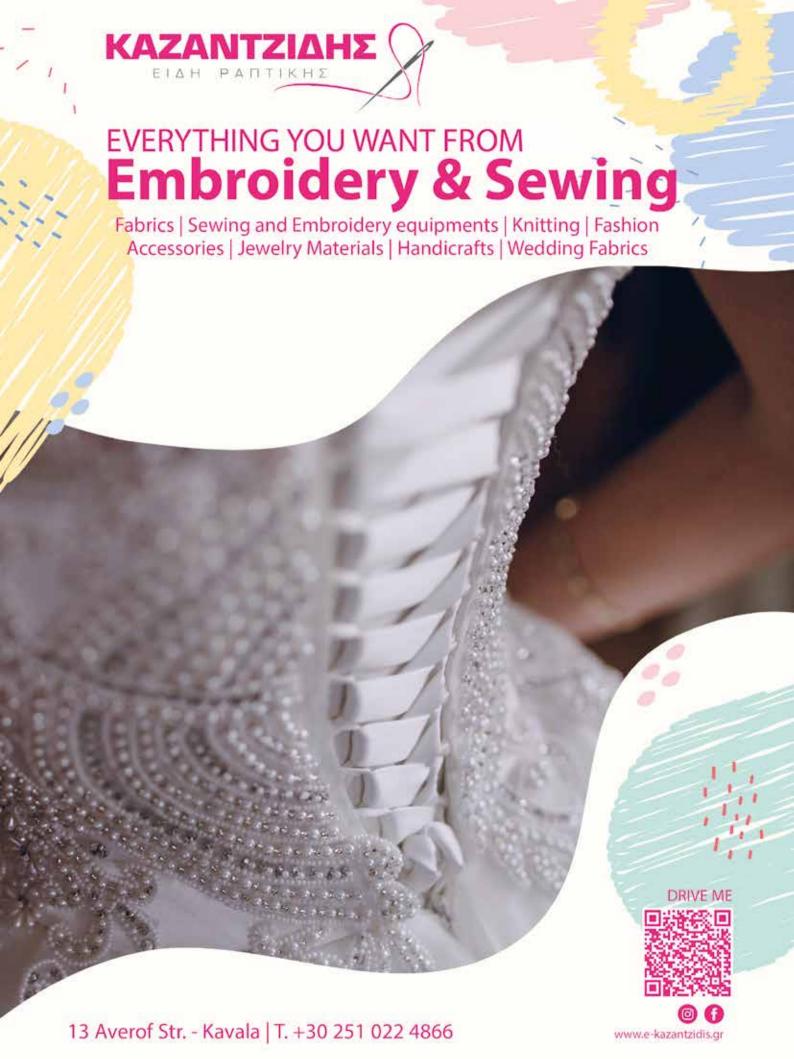




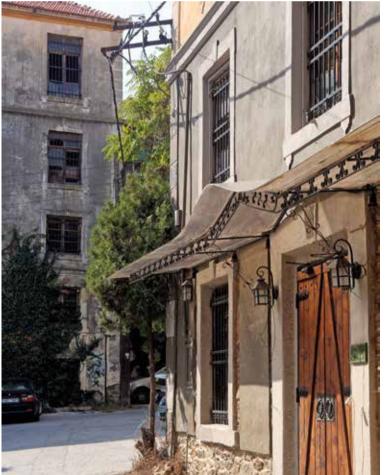
Tobacco warehouses & Tobacco Museum / Καπναποθήκες και Μουσείο Καπνού

Οι καπναποθήκες βρίσκονται λες παντού στο κέντρο της πόλης και μαρτυρούν μία ένδοξη εποχή που έφερε πλούτο σε όλη την περιοχή. Άλλα είναι σήμερα σε πολύ καλή κατάσταση και άλλα έχουν αφεθεί στην φθορά του χρόνου αλλά όλες είναι ιστορικά τοπόσημα.

Tobacco warehouses are found everywhere in the city center and reveal a glorious era that brought wealth to the entire region. Today, some are in very good condition and others have been left to the ravages of time but all are historical landmarks.







Χαρακτηριστικά θα δείτε πολλές επισκέψιμες που σήμερα αποτελούν έδρες καταστημάτων, εμπορικών κέντρων αλλά και πολιτιστικών δρώμενων στην πλατεία Καπνεργάτη στο κέντρο της πόλης.

Από εκεί και πέρα λες και παντού έχουν αφήσει το στίγμα τους αυτές οι υπέροχες κατασκευές. Βρίσκονται κοντά στις καμάρες, σε μικρούς και μεγαλύτερους κεντρικούς δρόμους, άλλες χωμένες ανάμεσα σε σύγχρονες πολυκατοικίες και άλλες επιβλητικές γεμίζουν ολόκληρα οικοδομικά τετράγωνα περιμένουν να τις ανακαλύψεις και να αισθανθείς ακόμα και μετά από τόσες δεκαετίες που παραμένουν κλειστές την μυρωδιά του καπνού.

Λίγη ιστορία...

Τα κτήρια όπως είπαμε και πριν μαρτυρούν την άνθιση του εμπορίου καπνού στην πόλη. Από τα τέλη του 19ου αιώνα έως και τα μέσα του 20ου η πόλη λεγόταν και "Μέκκα του Καπνού" Η ποικιλία μπασμάς που φυόταν σε όλη την περιοχή έστρεψε την προσοχή παγκόσμιων εταιριών στο να ιδρύσουν εταιρίες επεξεργασίας. Η ύπαρξη του λιμανιού έδωσε ακόμα μεγαλύτερη πνοή και έμποροι Έλληνες, Εβραίοι αλλά και Ευρωπαίοι μαζεύτηκαν σε αυτό τον τόπο ενώ οι εξαγωγές γινόταν σε όλο τον κόσμο.

Αποτέλεσμα ήταν να δουλεύουν οι εργά-



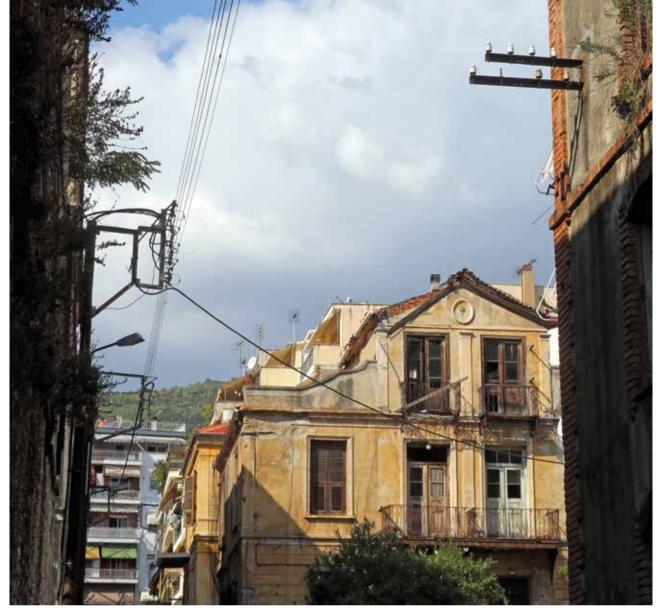
Characteristically, you will find many of them to visit that today form the facilities of shops, shopping centers and cultural events in "Kapnergatis Square" (meaning, square of the tobacco worker) in the center of the city.

Other than that, it's like these wonderful constructions have left their mark almost everywhere. They are located near the "Kamares" (arches), in small and larger central streets, some tucked between modern block of flats and others imposingly filling entire blocks waiting for you to discover and feel the smell of tobacco, even after so many decades that they remain closed.

A little bit of history...

The buildings, as we said before, bear witness to the flourishing of the tobacco trade in the city. From the end of the 19th century until the middle of the 20th, the city was also called the "Tobacco Mecca". The variety of basma grown throughout the region drew the attention of global companies to establish processing ones. The existence of the port gave even greater impetus and Greek, Jewish and European merchants gathered in this place while exports were made all over the world.





τες πολλές ώρες για ελάχιστα χρήματα και έτσι το 1896 πραγματοποιήθηκε η πρώτη απεργία σε όλα τα Βαλκάνια που ήταν πρόδρομος για το πρώτο καπνεργατικό σωματείο, την "Ευδαιμονία" που ιδρύθηκε το 1908 και αποτέλεσε την πρώτη οργανωμένη δομή εργατών στα Βαλκάνια και από τις πρώτες σε όλη την Ευρώπη. Μέσα από τις απεργιακές κινητοποιήσεις κατάφεραν να έχουν εργασία 9 ωρών αντί για 12 και παραπάνω ώρες που δούλευαν πριν ενώ πέτυχαν και μικρή αύξηση στον μισθό τους.

Χαρακτηριστικό είναι πως το 1928 στην πόλη ήταν πως λειτουργούσαν 50 εταιρίες καπνού, υπήρχαν 160 καπναποθήκες που απασχολούσαν 14000 ανθρώπους.

Η πτώση άρχισε με το οικονομικό κραχ του 1929 και το τέλος της χρυσής αυτής εποχής πραγματοποιήθηκε την δεκαετία του 1950 καθώς η ποικιλία βιρτζίνια επικράτησε στις αγορές έναντι του μπασμά.

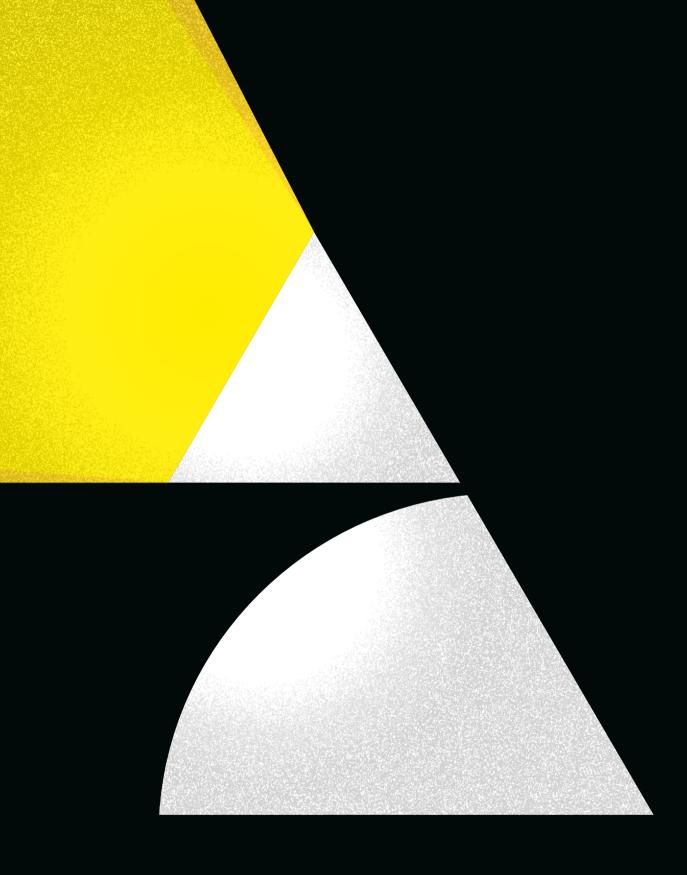
Σήμερα στην πλατεία καπνεργάτη προς τιμή των καπνεργατών υπάρχει άγαλμα.

The result was that the workers worked long hours for little money and so in 1896 the first strike took place in all the Balkans which was a precursor to the first tobacco workers' union, "Eudaimonia" (bliss) which was founded in 1908 and was the first organized structure of workers in the Balkans and among the first ones in all of Europe. Through the strike mobilizations, they managed to work 9 hours instead of the 12 or more hours they worked before, while they also achieved a small increase in their salary.

It is characteristic that in 1928 there were 50 tobacco companies operating in the city; there were 160 tobacco warehouses employing 14,000 people.

The decline began with the financial crash of 1929 and the end of this golden age took place in the 1950s as the Virginia variety dominated the markets over Basma.

Today, there is a statue in Kapnergatis Square in honor of the tobacco workers.





ARTVERTISE 7

OMONIAS STR. 94 65302 KAVALA T: 2510232305 BRANDING
& DIGITAL MARKETING
(photography/video)











Μουσείο Καπνού

Η δημοτική αρχή έχει δημιουργήσει ένα πολύ όμορφο μουσείο που αφορά όλη την εποχή του καπνού που έζησε η πόλη. Μέσα στις αίθουσες του θα δείτε τα βασικά εργαλεία που υπήρχαν, τα μηχανήματα, τις ποικιλίες καπνού, έγγραφα, αντικείμενα, ιστορικά έργα τέχνης που απεικονίζουν τις απεργιακές κινητοποιήσεις, φωτογραφικό υλικό για την ζωή των εργατών, ακόμα και δελτία εξαγωγών προς τις χώρες της Ευρώπης και της Αμερικής.

Το μουσείο καπνού για όσους θέλουν να δουν κάτι διαφορετικό είναι ένα μέρος που πρέπει να επισκεφθούν.

Tobacco Museum

The municipal authority has created a very beautiful museum that covers the entire tobacco era that the city lived through. Inside its rooms, you will see the basic tools that existed, the machines, the varieties of tobacco, documents, objects, historical works of art depicting the strike movements, photographic material about the life of the workers and even export reports to the countries of Europe and of America.

The tobacco museum is a must visit for those who wish to see something different.



συνέντευξη / interview

Κείμενο-Φωτογραφίες: Ηλίας Κοτσιρέας Editor- photos: Ilias Kotsireas

θεόδωρος Μουριάδης Theodoros Mouriadis

Είναι μεγάλη χαρά να φιλοξενούμε στις σελίδες μας τον δήμαρχο Καβάλας, Θεόδωρο Μουριάδη. Είναι σημαντικό για όλους τους επισκέπτες της περιοχής μας να μοιραστεί μαζί μας την δική του οπτική για την πόλη και την περιοχή ένας άνθρωπος που από το πρωί μέχρι αργά την νύχτα βάζει όλο του το είναι, ώστε να γίνονται συνεχώς καλύτερες οι υπηρεσίες που μας παρέχονται. Ο δήμαρχος είναι γέννημα - θρέμμα της Καβάλας, πατέρας δύο παιδιών και ασχολείται ενεργά με τα κοινά από το 2010. Στην θέση του δημάρχου βρίσκεται από το 2019.

Το 1977 κατεβήκατε για σπουδές στην Αθήνα και μέχρι και το 2004 υπηρετήσατε στον Ελληνικό Στρατό. Τί σας έφερε πίσω στην πόλη που γεννηθήκατε;

Όντως, το 1977 πέρασα στην Σχολή Ευελπίδων. Το 1992 έδωσα εξετάσεις και μπήκα στο Μετσόβιο Πολυτεχνείο, ενώ υπηρετούσα στο Μηχανικό. Το 2004 παραιτήθηκα από τον Στρατό και επέστρεψα στην Καβάλα. Με έφεραν πίσω οι παιδικές θύμισες και η αγάπη μου για την πόλη. Γυρίζοντας σε διάφορες περιοχές, ως στρατιωτικός, εκτίμησα ακόμη πιο πολύ τις ομορφιές και τις δυνατότητες της Καβάλας. Η πρώτη επαγγελματική ενασχόλησή μου ήταν η συμμετοχή μου στην αναστήλωση του Ιμαρέτ. Ένα έργο που μ΄ έκανε να αισθανθώ περισσότερο υπερήφανος που ζω σ΄ αυτήν την πόλη.

Τι θυμάστε από τα παιδικά χρόνια σας; Πως ήταν η Καβάλα με τα μάτια ενός παιδιού:

Το σπίτι μου βρισκόταν μεταξύ δύο γειτονιών, του Αη Γιώργη και του Αγίου Παύλου. Το μαγαζί του πατέρα μου, δε, ήταν στην οδό Αμύντα. Πρόλαβα τις παράγκες και τα μικρά μαγαζάκια εκεί που βρίσκεται σήμερα η Δημοτική Αγορά. Υπήρχε ένα άρωμα, που γίνεται εντονότερο όσο περνούν τα χρόνια και θυμόμαστε αυτά που ζήσαμε ως παιδιά. Όλες οι οικογένειες που ζούσαμε σε κείνη την περιοχή, τα λεγόμενα «Γύφτικα», αλλά και του Αγ. Παύλου, είμασταν της ίδιας οικονομικής κατά-

Ποτέ δεν ποέπει να απογοητεύεσαι. Κάποιες φορές προχωράς και κάποιες σταματάς. Γίνονται λάθη, τα οποία διορθώνουμε και συνεχίζουμε, έχοντας στο μυαλό μας ότι, στο τέλος, θα τα καταφέρουμε. You should never be disappointed. Sometimes you move on and sometimes you stop. Mistakes are made; we correct them

and continue,

mind that, in

the end, we will

bearing in

succeed.

It is a great pleasure to host in our pages the Mayor of Kavala, Theodoros Mouriadis. It is important for all visitors of our region that he shares his own perspective on the city and the region; a man who from early in the morning until late at night puts all his effort in order to constantly improve the services provided to us. The mayor was born and raised in Kavala, is father of two children and has been actively involved in public affairs since 2010. He has been mayor since 2019.

In 1977, you went to study in Athens and until 2004 you served in the Greek Army. What brought you back to the city where you were born?

Indeed, in 1977 I entered the Hellenic Army Academy. In 1992, I sat the exams and entered the National (Metsovian) Technical University of Athens, while serving in the Military Engineering. In 2004, I resigned from the Army and returned to Kavala. I was brought back by childhood memories and my love for the city. Returning to various areas, as a military man, I appreciated even more the beauties and possibilities of Kavala. My first professional occupation was my participation in the restoration of the Imaret. A project that made me feel more proud to live in this city.

What do you remember from your child-hood? How was Kavala through the eyes of a child?

My house was located between two neighborhoods, St. George's and St. Paul's. My father's shop was on Amynta Street. I have seen the shacks and small shops where the Local Market is today. There was a scent, which becomes more intense as the years go by and we remember what we experienced as children. All the families that lived in that area, the so-called "Gypsy", but also the ones of St. Paul, were in the same financial situation, so there was a lot of contact between us. Our parents were workers, small professionals, craftsmen who struggled to support



Κατορθώσαμε να πάρει ο Δήμος περίπου 140 εκ. ευρώ για έργα που εκτελούνται ήδη ή θα ξεκινήσουν στο εγγύς μέλλον.

We managed to get the Municipality about €140 million for projects already in progress or to be launched in the near future.



στασης, κι έτσι υπήρχε μεγάλη επαφή μεταξύ μας. Οι γονείς μας ήταν εργάτες, μικροεπαγγελματίες, βιοτέχνες που πάλευαν να ζήσουν τις οικογένειές τους. Τα παιδιά που μεγάλωσαν σ' αυτές τις περιοχές πρόκοψαν.

Τι συμβουλέψατε στα παιδιά σας που, πλέον, έχουν ξεκινήσει το δικό τους ταξίδι στην ζωή;

Έχω δύο κόρες, η μια γεννήθηκε το 1996 και η άλλη το 1998. Η μία έχει πτυχίο Παιδαγωγικής και η άλλη τελειώνει την Αρχιτεκτονική στο Μετσόβιο Πολυτεχνείο. Για συμβουλή τους επανέλαβα αυτό που μας είπε, την ημέρα που τελειώναμε το Γυμνάσιο, ο Γυμνασιάρχης Σταύρος Βελισσάρης: «Στη ζωή σας μπορείτε να κάνετε πολλά, ένα μόνο να έχετε κατά νου, να μην κάνετε κακό στον συνάνθρωπό σας». Επίσης, συμβούλεψα να κάνουν στη ζωή τους ό,τι θεωρούν οι ίδιες σωστό κι όχι αυτά που θεωρώ εγώ ή η μητέρα τους, κι ότι δεν πρέπει να επιτρέψουν σε κανέναν να τις κακομεταχειριστεί και να ασκήσει λεκτική ή σωματική βία επάνω τους.

Πως είναι να διοικείτε έναν Δήμο; Ακούγετε δύσκολο!

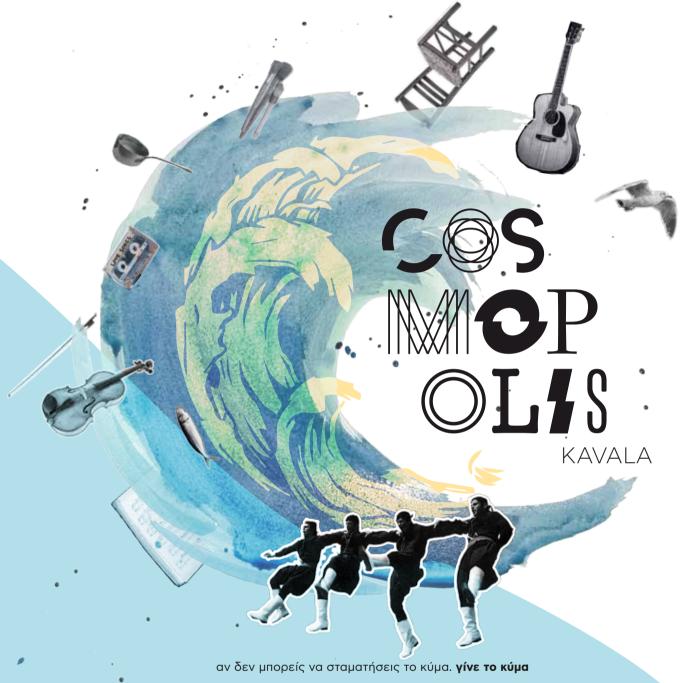
Πράγματι, είναι μια δύσκολη υπόθεση. Έχουμε από τη μια τα μεγάλα έργα που χρηματοδοτούνται από διάφορα αναπτυξιακά προγράμματα, και που για να απορροφήσεις τα χρήματα απαιτείται πολλή δουλειά και πολλές και άρτιες μελέτες. Κατορθώσαμε να πάρει ο Δήμος περίπου 140 εκ. ευρώ για έργα που εκτελούνται ήδη ή θα ξεκινήσουν στο εγγύς μέλλον. Από την άλλη, βρίσκεται η αντιμετώπιση της καθημερινότητας. Στον τομέα της Καθαριότητας, με τις δυνάμεις που έχουμε πάμε πολύ καλά, όμως στα μικρά έργα, αποtheir families. The children who grew up in these areas prospered.

What advice did you give to your children who have now embarked on their own journey in life?

I have two daughters, one born in 1996 and the other in 1998. One has a degree in Education and the other finishes Architecture at the National Technical University of Athens. For their advice, I repeated what High School Principal Stavros Velissaris told us on the day we graduated high school: "In your life you can do a lot, just keep in mind one thing; do not harm your fellowman." I also advised them to do in their lives what they think is right, not what I or their mother think, and that they should not allow anyone to abuse them or use verbal or physical abuse over them.

What is it like to run a municipality? Sounds difficult!

Indeed, it is a difficult case. On the one hand, we have the major projects financed by various development programmes, which require a lot of work and a lot of excellent studies to absorb the money. We managed to get the Municipality about €140 million for projects already in progress or to be launched in the near future. On the other hand, there is dealing with everyday life. In the field of cleaning, with the forces we have, we are doing very well, but in small projects, like road restorations, etc., there is a lack of staff and money. We try to cover them in any appropriate way we find. We also do everything possible to be close to citizens who have special needs. Finally, we actively

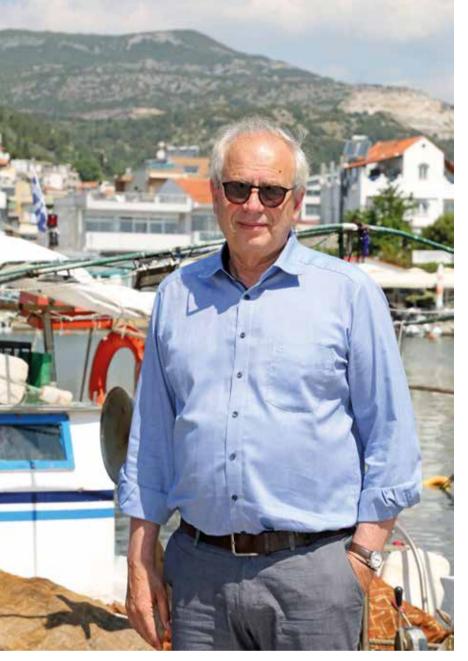


25 ΙΟΥΛ-30 ΑΥΓ 2023

Concerts | CosmoLights | Projects | Dances | Bazaar | Arts | Cuisine Street Events | Kids | Workshops | Sports | Meetings

> TURKEY_GREECE MOROCCO_CAPE VERDE SENEGAL_GERMANY





καταστάσεις δρόμων κλπ, υπάρχει έλλειψη προσωπικού και χρημάτων. Προσπαθούμε να τα καλύψουμε με όποιον πρόσφορο τρόπο βρίσκουμε. Επίσης, κάνουμε ό,τι είναι επιτρεπτό για να βρισκόμαστε κοντά στους δημότες που έχουν ιδιαίτερες ανάγκες. Τέλος, παρεμβαίνουμε ενεργά στα πολιτιστικά και αθλητικά δρώμενα είτε διοργανώνοντας εκδηλώσεις είτε συμμετέχοντες σε δράσεις τοπικών συλλογικοτήτων.

Πως κυλά ένα κλασικό 24ωρό σας;

Ο Δήμαρχος ασκεί ένα δύσκολο λειτούργημα. Δεν διοικεί καθισμένος σε μια καρέκλα, όπως νομίζουν μερικοί. Ξυπνάω στις 6:30 και, μετά από τον πρωινό καφέ, μέχρι τις 10 βγαίνω στις γειτονιές της πόλης και των χωριών του Δήμου. Βλέπω την εξέλιξη των έργων και ακούω και συζητώ με δημότες τα προβλήματά τους. Από τις 10 μέχρι τις 4-5 το απόγευμα δέχομαι στο δημαρχείο δημότες και συσκέπτομαι με συνεργάτες και υπαλλήλους του Δήμου για να βρούμε λύσεις σε διάφορα ζητήματα. Ξεκουράζομαι μέχρι τις 7 το απόγευμα και μετά ή συνεχίζω την εργασία μου ή παρίσταμαι σε εκδηλώσεις. Όπως γίνεται αντιληπτό, ο χρόνος για προσωπική ζωή είναι ελάχιστος.

Τι σας λείπει περισσότερο όλον αυτό τον καιρό που διοικείτε την πόλη;

Κάποιες στιγμές ξεκούρασης και ανεμελιάς, το διάβασμα που αγαπώ πολύ. Θα ήθελα να πάω σε μια παραλία και να πιώ έναν καφέ, χωρίς να πρέπει να σκέφτομαι τα προβλήματα της καθημερινότητας και δίχως να πρέπει να απαντώ σε ζητήματα που μου θέτουν πολίτες εκείνη την ώρα. Μου λείπουν και τα ταξίδια.

Τι είναι αυτό που σας δίνει δύναμη να συνεχίσετε την προσπάθεια, όταν κάτι δεν προχωράει όπως το έχετε υπολογίσει;

Μου δίνει δύναμη ο στόχος που έχουμε βάλει ως διοίκηση του Δήμου. Κάτι που μου έμεινε από το επάγγελμά μου ως στρατιωτικού είναι ότι ποτέ δεν πρέπει να απογοητεύεσαι. Κάποιες φορές προχωράς και κάποιες σταματάς. Γίνονται λάθη, τα οποία διορθώνουμε και συνεχίζουμε, έχοντας στο μυαλό μας ότι, στο τέλος, θα τα καταφέρουμε. Πιστεύω πως όλα τα προβλήματα έχουν τη λύση τους.

Όταν έχετε την ανάγκη να αποφορτιστείτε, πού βρίσκετε ηρεμία;

Στο λιμανάκι των Σφαγείων μπορώ να καθίσω σε ένα καφέ, να αγναντεύω τη θάλασσα και το γαλάζιο της να με ξεκουράζει και να γεμίζει τις μπαταρίες μου. Τα ορεινά χωριά μας, οι Κορυφές, η Παλιά Καβάλα, το Πολύνερο, το Κρανοχώρι, που προσφέρουν ησυχία και γαλήνη, όπως κι οι παραλίες του Παληού και της Καρβάλης. Και μέσα στην πόλη υπάρχουν αρκετά σημεία, όπως η περιοχή του Αγίου Νικολάου με τα μαγαζάκια της, καθώς και η χερσόνησος της Παναγίας και το Κάστρο.

Πόσο σημαντικός είναι ο ρόλος του Δήμου στην ραγδαία αύξηση του τουριστικού ρεύματος στην περιοχή μας;

Το τουριστικό κύμα έχει αυξηθεί λόγω της απαράμιλλης ομορφιάς της πόλης, η οποία προσφέρει στους επισκέπτες τη δυνατότητα να διασκεδάσουν μέσα σε ένα ήρεμο περιβάλλον. Η Καβάλα έχει το προνόμιο να διαθέτει πολλές και καθαρές παραλίες μέσα στον αστικό ιστό της. Όλες οι διοικήσεις του Δήμου έχουν συμβάλλει σ' αυτήν την ανάπτυ-



intervene in cultural and sporting events either by organizing events or by participating in actions of local associations.

How do your regular 24 hours go?

The Mayor performs a difficult function. He does not command sitting in a chair, as some people think. I wake up at 6:30 and, after my morning coffee, until 10 o'clock I go out to the neighborhoods of the city and the villages of the Municipality. I see the progress of the projects, discuss with citizens and listen to their problems. From 10 to 4-5 in the afternoon I accept citizens at the town hall and consult with associates and employees of the Municipality to find solutions to various issues. I rest until 7 p.m. onwards or continue my work or attend events. As it is understood, the time for personal life is minimal.

What do you miss most during your time running the city?

Some moments of rest and carefreeness and reading, which I love very much. I would like to go to a beach and have a coffee, without having to think about the problems of everyday life and without having to deal

Τα δύο Φεστιβάλ θα πρέπει να μεγαλώσουν περισσότερο. Το Φεστιβάλ Φιλίππων να ανοίξει τις πύλες του και στις γειτονικές χώρες, όπως και το Cosmopolis. The two festivals should grow more. The Philippi Festival should open its gates to neighboring countries, as well as Cosmopolis.

with issues that citizens ask me at that time. I also miss travelling.

What is it that gives you strength to keep trying, when something does not go as planned?

The goal we have set as the administration of the Municipality gives me strength. Something that stayed with me from my profession as a military officer is that you should never be disappointed. Sometimes you move on and sometimes you stop. Mistakes are made; we correct them and continue, bearing in mind that, in the end, we will succeed. I believe that all problems have their solution.

When you need to discharge, where do you find peace?

At the port of Sfageia I can sit in a café, gaze at the sea and its blue relaxes me and recharges my batteries. Our mountain villages, Koryfes, Palia Kavala, Polynero, Kranochori, which offer peace and quiet, as well as the beaches of Palio and Karvali. Also, inside the city there are several places, such as the area of St. Nikolaos with its shops, as well as the peninsula of Panagia and the Castle.

ξη, συνεχίζοντας η καθεμία το έργο της προηγούμενης, κυρίως, μέσω της ΔΗΜΩΦΕΛΕΙΑ, με τη συμμετοχή σε τουριστικές εκθέσεις, με φιλοξενίες δημοσιογράφων, με εκδηλώσεις που προσελκύουν επισκέπτες και τουρίστες. Οι προσπάθειές όλων μας στοχεύουν στο να μεγαλώσουμε την τουριστική περίοδο, αφού ο τόπος διαθέτει πολλά ενδιαφέροντα τουριστικά στοιχεία όλον τον χρόνο.

Ποια είναι τα σημεία που θεωρείτε ότι αξίζει να επισκεφθεί ένας ταξιδιώτης:

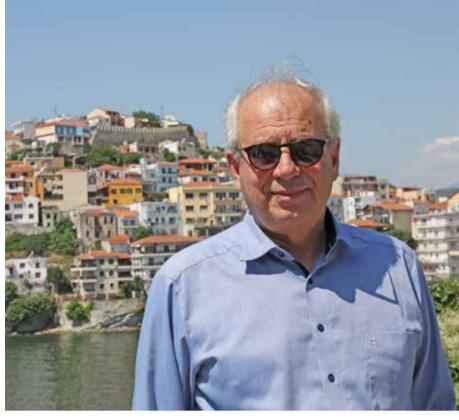
Ο αρχαιολογικός χώρος των Φιλίππων που έχει ενταχθεί στον Κατάλογο των Παγκόσμιων Μνημείων της UNESCO, όπως και η παρακείμενη περιοχή, όπου έγινε η περίφημη ομώνυμη Μάχη το 42 π.Χ., η οποία άλλαξε την Ιστορία της Δύσης. Εκεί βρίσκεται και το σημείο που, το 49 μ.Χ., ο Απόστολος των Εθνών Παύλος βάφτισε την πρώτη Ευρωπαία Χριστιανή, την Λυδία. Επίσης, σε μικρή απόσταση βρίσκονται και τα Λασπόλουτρα, στα οποία, κάθε χρόνο, εκατοντάδες άνθρωποι βρίσκουν ανακούφιση και θεραπεία από διάφορες παθήσεις. Τα ορεινά χωριά του Δήμου βρίσκονται μέσα σε πανέμορφα δάση, με μονοπάτια που περνούν δίπλα από αιωνόβια δένδρα και καταρράκτες, όπως ο «δρόμος του νερού», που συνδέει την Παλιά Καβάλα με τον ναό του Αγ. Κωνσταντίνου στην πόλη. Κι αυτό που βγάζει πάνω στον «σταυρό», απ' όπου μπορείς να αγναντέψεις από το Άγιο Όρος μέχρι τη Λήμνο, και, βεβαίως, να δεις ολόκληρη την πόλη από ψηλά. Επίσης, υπάρχουν οι πεντακάθαρες ακτές στο Περιγιάλι, στη Ραψάνη και την Καλαμίτσα, που είναι μέσα στην πόλη, όπως και του Παληού, του ΜΠΑΤΗ, της ΤΟΣΚΑ και της Νέας Καρβάλης, που βρίσκονται πολύ κοντά. Και, βεβαίως, η παλιά πόλη στη χερσόνησο της Παναγίας με το Φρούριο, το Ιμαρέτ και τις Καμάρες.

Ποιο είναι το αγαπημένο φαγητό και ποιο το αγαπημένο σας γλυκό;

Η φασολάδα και τα γεμιστά, αλλά ποτέ δεν λέω όχι στα ψάρια, ιδίως αυτά που αλιεύονται στον κόλπο της Καβάλας. Γλυκά δεν τρώω, όμως έχω πάντα στο ντουλάπι του γραφείου μου κουραμπιέδες Καρβάλης για τους επισκέπτες του δημαρχείου.

Ποιες τρεις λέξεις χαρακτηρίζουν την προσωπικότητά σας και ποιες τρεις την Καβάλα;

Η υπευθυνότητα, η τιμιότητα και η αντοχή νομίζω ότι είναι έννοιες που με χαρακτηρίζουν. Όσο για την Καβάλα, είναι πανέμορφη,



Η πρώτη επαννελματική ενασχόλησή μου ήταν η συμμετοχή μου στην αναστήλωση του Ιμαρέτ. Ένα έργο που μ' έκανε να αισθανθώ περισσότερο υπερήφανος που ζω σ' αυτήν την πόλη.

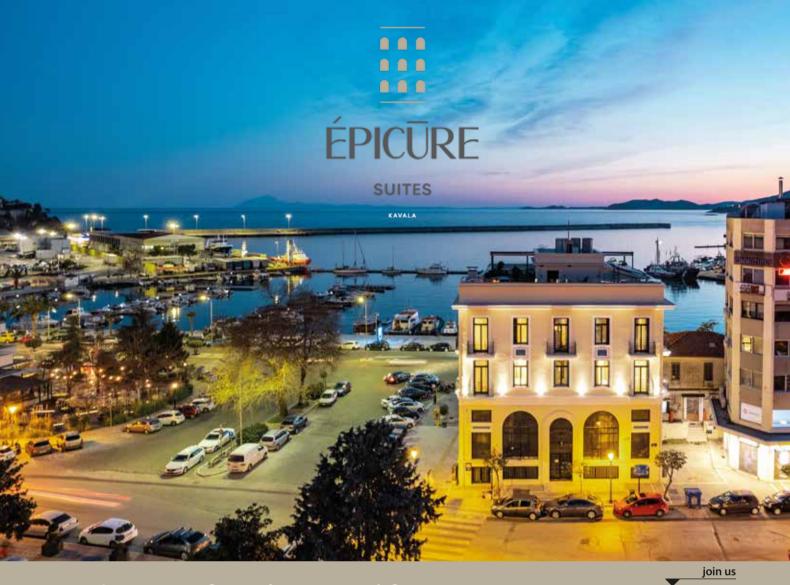
My first professional occupation was my participation in the restoration of the Imaret, A project that made me feel more proud to live in this city.

How important is the role of the Municipality in the rapid increase of tourist flow in our region?

The tourist wave has increased due to the incomparable beauty of the city, which offers visitors the opportunity to have fun in a tranquil environment. Kavala has the privilege of having many clean beaches within its urban fabric. All the administrations of the Municipality have contributed to this development, each one continuing the work of the previous one, mainly through DIMOFE-LIA (Public Benefit Organisation), by participating in tourist exhibitions, by hosting journalists, by events that attract visitors and tourists. Our efforts aim to extend the tourist season, since the place has many interesting tourist elements throughout the year.

What are the places that you think are worth visiting for a traveller?

The archaeological site of Philippi, which has been included in the UNESCO World Heritage List, as well as the adjacent area, where the famous homonymous Battle took place in 42 BC, which changed the history of the West. Therein lies the spot where, in 49 AD, Paul the Apostle of the Nations baptized the first European Christian, Lydia. Also, within a short distance are the Mud Baths, where, every year, hundreds of people find relief and treatment from various diseases. The mountainous villages of the Municipality are located in beautiful forests, with paths that pass next to centuries-old trees and waterfalls,



• Suites • Roof Garden • Breakfast • Luxury Beauty 17 El. Venizelou str. | +30 2510 221414







Στο λιμανάκι των Σφαγείων μπορώ να καθίσω σε ένα καφέ, να αγναντεύω τη θάλασσα και το γαλάζιο της να με ξεκουράζει και να γεμίζει τις μπαταρίες μου.

At the port of Sfageia I can sit in a café, gaze at the sea and its blue relaxes me and recharges my batteries.

φιλόξενη, με μεγάλο ιστορικό και πολιτιστικό παρελθόν.

Για το Φεστιβάλ Φιλίππων και το Cosmopolis σκοπεύετε να τα αναπτύξετε περαιτέρω ή χωρά και κάτι καινούργιο;

Τα δύο Φεστιβάλ θα πρέπει να μεγαλώσουν περισσότερο. Το Φεστιβάλ Φιλίππων να ανοίξει τις πύλες του και στις γειτονικές χώρες, όπως και το Cosmopolis. Όμως, οι εκδηλώσεις ήδη είναι πολλές και πυκνές και δεν νομίζω ότι χωρούν κι άλλες. Πάντως, ευπρόσδεκτη κάθε πρόταση.

Πείτε μας τα όνειρα που είχατε και έχουν πραγματοποιηθεί κι αυτά που θέλετε να γίνουν πραγματικότητα.

Οι επιδιώξεις μου έχουν πραγματοποιηθεί σε μεγάλο βαθμό, κι εννοώ τα έργα υποδομής που ήθελα να γίνουν για τον Δήμο, ώστε να υπάρξει περαιτέρω ανάπτυξη του τόπου. Το όνειρο σχετίζεται με την αισθητική αναβάθμιση κάποιων περιοχών, όπως η παλιά πόλη και το κέντρο της πόλης, όπου έχουν αρχίσει οι εργασίες προς αυτήν την κατεύθυνση, με σκοπό την βελτίωση της ζωής των κατοίκων και των επισκεπτών. Ευελπιστώ ότι οι δημότες θα δώσουν και δεύτερη θητεία στη διοίκησή μου, ώστε να φτάσω πιο κοντά στην πραγματοποίηση του ονείρου.

Σας ευχαριστούμε πολύ για τον χρόνο σας.

such as the "water road", which connects Palia Kavala with the church of St. Constantine in the city. Additionally, the path that leads to the "cross", from where you can gaze from Mount Athos to Lemnos, and, of course, see the whole city from above. There are also the crystal clear beaches of Perigiali, Rapsani and Kalamitsa, which are in the city, as well as Palio, Batis, Toska and Nea Karvali, which are very close. And, of course, the old town on the peninsula of Panagia with the Fortress, the Imaret and Kamares (Aqueduct).

What is your favorite food and your favorite dessert?

Bean soup and Gemista (stuffed vegetables), but I never say no to fish, especially those caught in the Gulf of Kavala. I don't eat sweets, but I always have Karvali's kurabiye in my office cupboard for the visitors of the town hall.

Which 3 words characterize your personality and which 3 describe Kavala?

I think responsibility, honesty and resilience are the concepts that characterize me. As for Kavala, it is beautiful, hospitable, with a great historical and cultural past.

Regarding the Philippi Festival and Cosmopolis, do you intend to develop them further or is there room for something new?

The two festivals should grow more. The Philippi Festival should open its gates to neighboring countries, as well as Cosmopolis. However, the events are already many and dense and I do not think there is room for more. However, any suggestion is welcome.

Tell us the dreams you had and have come true and the ones you want to fulfill.

My aspirations have been achieved to a large extent, and I mean the infrastructure projects that I wanted to be done for the Municipality, so that there is further development of the place. The dream is related to the aesthetic upgrade of some areas, such as the old town and the city center, where work has begun in this direction, in order to improve the lives of residents and visitors. I hope that the citizens will give a second term to my administration, so that I can get closer to fulfilling my dream.

Thank you very much for your time.









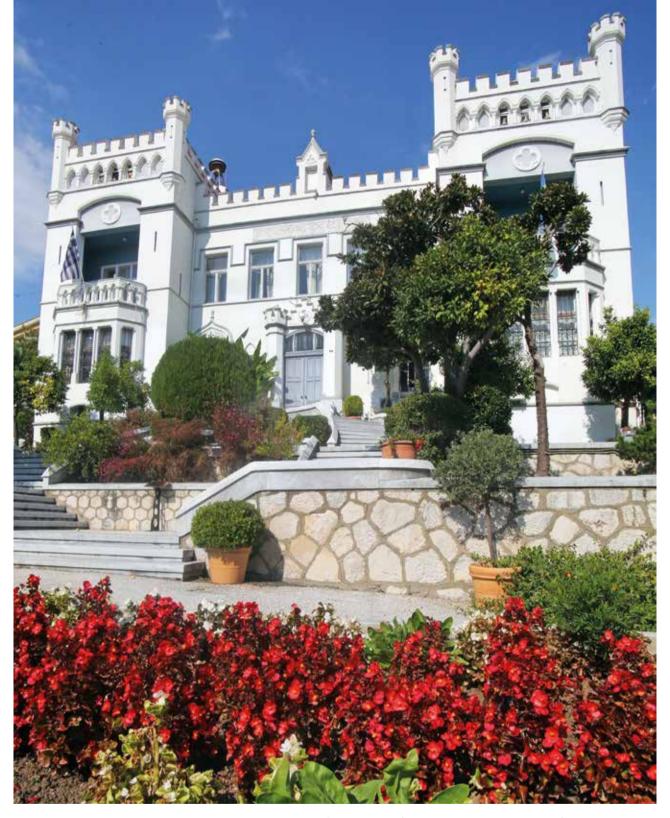
KRINIDES MUD BATHS +30 251 0518088

- Clay Therapy
- → Hydrotherapy→ RV Spots







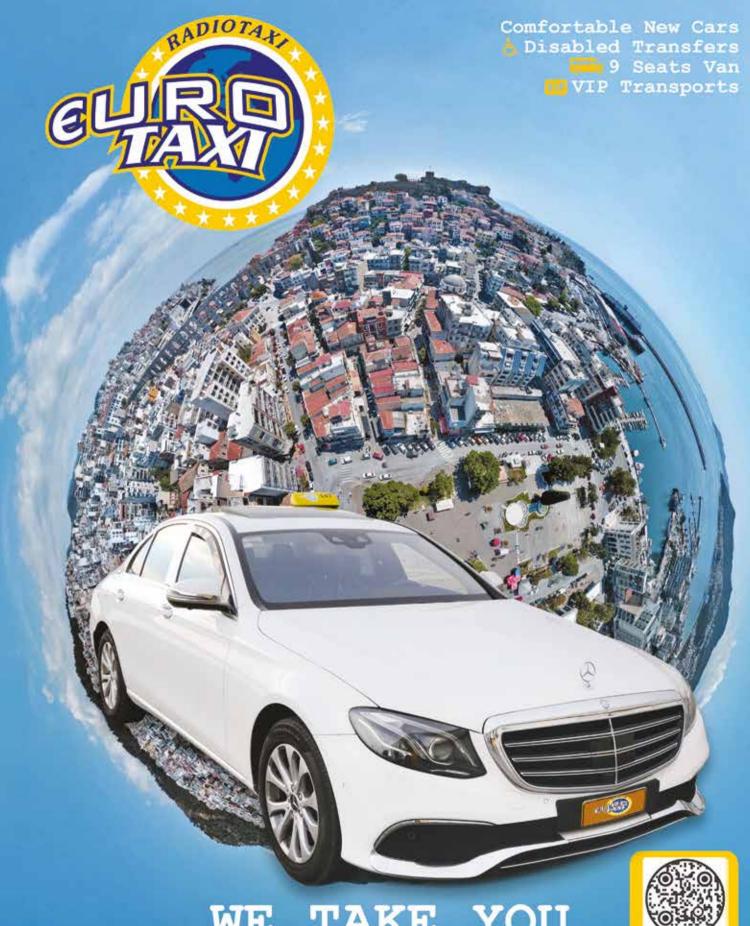


In the center of Kavala / Στο κέντρο της Καβάλας



Αφήνοντας την θάλασσα έχουμε πολλά να δούμε μέσα στο κέντρο της πόλης... επισκεφθήκαμε τα καλύτερα σημεία της και σας τα παρουσιάζουμε αναλυτικά.

Leaving the sea behind, we have a lot to see in the city centre... We visited the best spots and present them to you in detail.



CALL CENTER 2510232001-4 24HOURS/7DAYS WE TAKE YOU ANYWHERE ANYTIME





1. Η περιοχή του Αγίου Νικολάου που σφύζει από ζωή τις νυχτερινές ώρες αλλά και μέσα στην ημέρα. Εστιατόρια, ταβέρνες, καφέ και καταστήματα μέσα σε πεζόδρομους και στενά σοκάκια σφύζουν από ζωή. Ουσιαστικά το μέρος αποτελούσε μέρος της παλιάς πόλης καθώς βρισκόταν εντός των τειχών. Μέσα στα καλντερίμια του θα δείτε όμορφα κτίσματα που αναφέρουν στις προσόψεις τους το έτος που χτίστηκαν, την εντυπωσιακή εκκλησία του Αγίου Νικολάου που την οθωμανική περίοδο ήταν το τζαμί του Ιμπραήμ Πασά, ενώ την βυζαντινή προϋπήρχε ορθόδοξος ναός. Δίπλα ακριβώς από την εκκλησία έχει δημιουργηθεί ένα μεγάλο ψηφιδωτό που τιμά τα πρώτα βήματα του Αποστόλου Παύλου στην περιοχή της Καβάλας, της πρώτης ευρωπαϊκής γης που επισκέφθηκε.

Ψάξτε όλα τα στενά δρομάκια και είναι σίγουρο πως κάτι όμορφο θα ανακαλύψετε!

1. The area of St.Nikolaos that bustles with life at night but also during the day. Restaurants, taverns, cafes and shops in pedestrian streets along with narrow alleys are full of life. In fact, the place was part of the old city as it was located within the walls. In its cobbled streets, you will see beautiful buildings that mention on their facades the year they were built, the impressive church of St. Nikolaos, which in the Ottoman period was the mosque of Ibrahim Pasha, while in the Byzantine period there was an Orthodox church. Right next to the church, a large mosaic has been created to commemorate the first steps of the Apostle Paul in the area of Kavala, the first European land he visited.

Search all the narrow streets and you are sure to discover something beautiful!

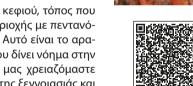
2. The new market of the city which starts from the city square and bounded by Omonia Street and Eleftheriou Venizelou Street.



ταβέρνα, το αθάλικι Traditional tavern

33 Poulidou str. Kavala old Town





reserved 6984718521

Μέσα στην πανέμορφη παλιά πόλη, στο πλάι του κεντρικού πλακόστρωτου δρόμου που περνά ανάμεσα στα ιδιαίτερης αισθητικής κτίρια και απέναντι από το ξακουστό Ιμαρέτ βρίσκεται το Αραλίκι.

Τόπος συνάντησης, τόπος κεφιού, τόπος που συνδιάζει την ομορφιά της περιοχής με πεντανόστιμες παραδοσιακές γεύσεις. Αυτό είναι το αραλίκι, αυτός είναι ένας χώρος που δίνει νόημα στην λέξη διακοπές. Εξάλλου όλοι μας χρειαζόμαστε μια δόση αραλίκι στις ημέρες της ξεγνοιασιάς και της χαλάρωσής μας.

Το πέτρινο εσωτερικό που είναι απλό μα τόσο ζεστό ταυτόχρονα, η θέα στο ιστορικό ιμαρέτ, ο βράχος που υπάρχει δίπλα την ταβέρνα, ο χαρούμενος κόσμος δίπλα μας, μας δίνει το πρώτο στίγμα και μας προϊδεάζει στο τι θα ακολουθήσει! Αλήθεια εσύ τι θα προτιμήσεις να απολαύσεις ανάμεσα από την φρεσκοψημένη φέτα, τους υπέροχους κολοκυθοκεφτέδες, τις ζουμερές σαλάτες, τα ντόπια κρέατα που ψήνονται με μαεστρία και που προσφέρονται μέσα από μια μεγάλη ποικιλία επιλογών;

Ότι και να διαλέξεις πάντως θα σε αποζημιώσει ενώ με την απαραίτητη συνοδεία κρασιού, τσίπουρου ή ούζου που θα διαλέξει η παρέα είναι σίγουρο πως στο όμορφο ταβερνάκι της παλιάς πόλης της Καβάλας θα δημιουργήσεις αναμνήσεις! Αναμνήσεις γεμάτες γεύση, ποιότητα και ανέμελες στιγμές!

Αυτό είναι το Αραλίκι, έτσι με λίγα και απλά λόγια! ένα μέρος που σε περιμένει να ανακαλύψεις και ζήσεις και εσύ μία καλοκαιρινή γευστική εμπειρία.

Inside the beautiful old town, on the side of the main paved road that passes between the buildings of special aesthetics and opposite the famous Imaret is "Araliki" (meaning "relaxation").

A meeting place, a place of fun, a place that combines the beauty of the area with delicious traditional flavors. This is Araliki; a place that gives meaning to the word "holidays". Besides, all of us need a dose of Araliki in the days of our carefreeness and relaxation.

The stone interior that is simple but so warm at the same time, the view of the historic Imaret, the rock next to the tavern, the happy people next to us, give us the first mark and foreshadows what will come next! Really, what will you choose to enjoy among the freshly baked feta cheese, the wonderfull zucchini fritters, the juicy salads or the local meat that is cooked with skill and offered through a wide variety of choices?

Whatever you pick, however, it will reward you while with the necessary complement of wine, tsipouro or ouzo that your company will choose, it is certain that in this beautiful tavern of the old town of Kavala, you will create memories! Memories full of taste, quality and carefree moments!

This is Araliki, in short and simple words! A place waiting for you to discover and live a summer dining experience.



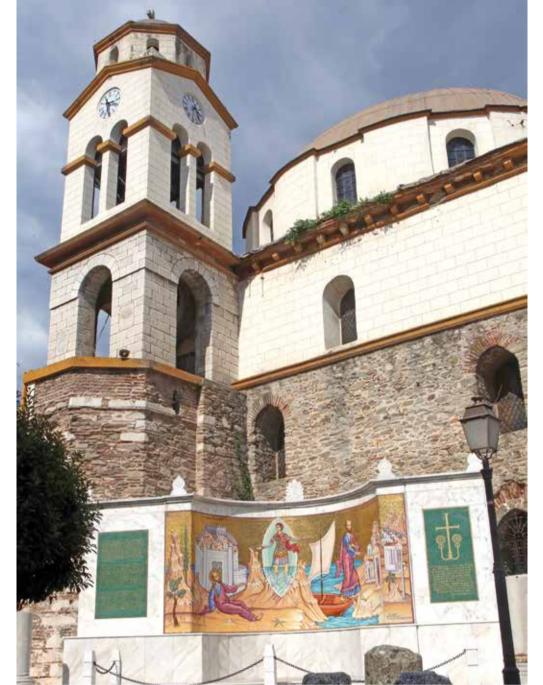
2. Η νέα αγορά της πόλης που ξεκινάει από την πλατεία της πόλης και οριοθετείται από την οδό Ομονοίας και την Ελευθερίου Βενιζέλου. Με πολλά καλαίσθητα καταστήματα και καφέ, snack foods, bistro bars και γεμάτο πεζόδρομους που κάνουν το shopping therapy ή την στάση για φαγητό, καφέ ή ποτό απόλαυση.

3. Η οδός Κύπρου είναι ένα εντυπωσιακό σημείο για όμορφες φωτογραφίες! Μέσα σε μόλις 200 μέτρα οι αρχοντικές οικίες των καπνεμπόρων στεγάζουν σήμερα το δημαρχείο και τις υπηρεσίες του, την μεγάλη λέσχη, την καθολική εκκλησία... Όλα αυτά τα επιβλητικά σε ομορφιά και καλαισθησία κτίρια βλέπουν το μέτωπο της θάλασσας και τον όμορφο δημοτικό κήπο! Στο δημοτικό κήπο μπορείτε να πάρετε ανάσες δροσιάς κάτω από τα δέντρα και να θαυμάσετε το χάλκινο άγαλμα της Νίκης αλλά και το μνημείο ηρώων.

4. Ο Ναός του Τιμίου Προδρόμου κτισμέ-

νος το 1864 είναι ταυτισμένος με την έξοδο της ορθόδοξης κοινότητας όταν της δόθηκε η δυνατότητα να δημιουργήσει την δική της συνοικία εκτός των τειχών. Ακόμα και σήμερα έχει την αύρα εκείνων των χρόνων ενώ είναι υπέροχος και ο πλακόστρωτος δρόμος που καταλήγει στα σκαλοπάτια της εκκλησίας. Εκτός από το εσωτερικό της η λιτή αλλά προσεγμένη αυλή και τα κτίσματα γύρω της συνθέτουν ένα μοναδικό σκηνικό.

5. Θέα στην πόλη; Το πιο όμορφο σημείο είναι η εκκλησία του Προφήτη Ηλία. Με εύκολη πρόσβαση, χτισμένη σε σημείο που η ματιά βλέπει χωρίς εμπόδια τις καμάρες, το κάστρο, το λιμάνι, μεγάλο μέρος της σύγχρονης πόλης, το ατέλειωτο μπλε του αιγαίου και το νησί της Θάσου να στέκει επιβλητικό. Αν πετύχετε και καθαρή ατμόσφαιρα στα δεξιά σας ξεπροβάλλει το όρος Άθως και αριστερά η δεύτερη ψηλότερη κορυφή του πελάγου, η μυστηριακή Σαμοθράκη.



Tips:

Δίπλα ακριβώς από την εκκλησία του Αγίου Νικολάου έχει δημιουργηθεί ένα μεγάλο ψηφιδωτό που τιμά τα πρώτα βήματα του Αποστόλου Παύλου στην περιοχή της Καβάλας. Right next to the church of St. Nikolaos, a large mosaic has been created to commemorate the first steps of the Apostle Paul in the area of Kavala.



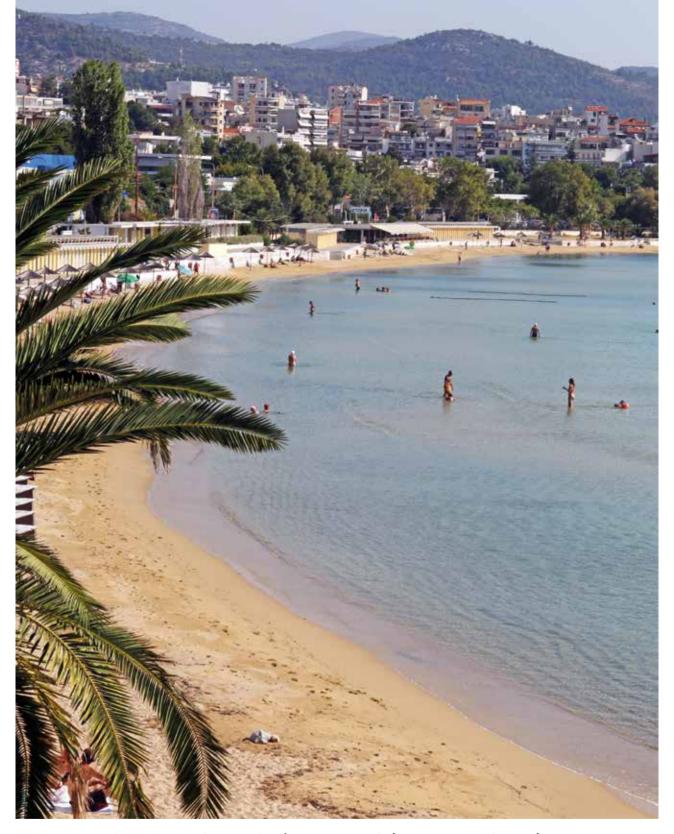
With many stylish shops and cafes, snack foods, bistro bars and full of pedestrian streets that make shopping therapy or stopping for lunch, coffee or a drink a pleasure.

3. Cyprus Street is an impressive spot for beautiful photos! Within just 200 meters the stately houses of the tobacco merchants now house the town hall and its services, the Great Club, the Catholic church... All these imposing buildings of beauty and elegance overlook the sea front and the beautiful municipal garden! In the municipal garden, you can take a breath of fresh air under the trees and admire the bronze statue of Victory and the monument of heroes.

4. The Church of Timios Prodromos, built in 1864, is identified with the exit of the Orthodox community when it was given the

opportunity to create its own district outside the walls. Even today, it has the aura of those years and the paved road that leads to the steps of the church is wonderful. Apart from its interior, the simple but well-kept courtyard and the buildings around it create a unique setting.

5. A view of the city? The most beautiful spot is the church of Prophet Elias. With easy access, built at a point where the view is unobstructed by the arches, the castle, the port, a large part of the modern city, the endless blue of the Aegean Sea and the island of Thassos standing imposing. If you are lucky to get a clear atmosphere, Mount Athos looms on your right and on the left the second highest peak of the sea, the mysterious Samothrace.

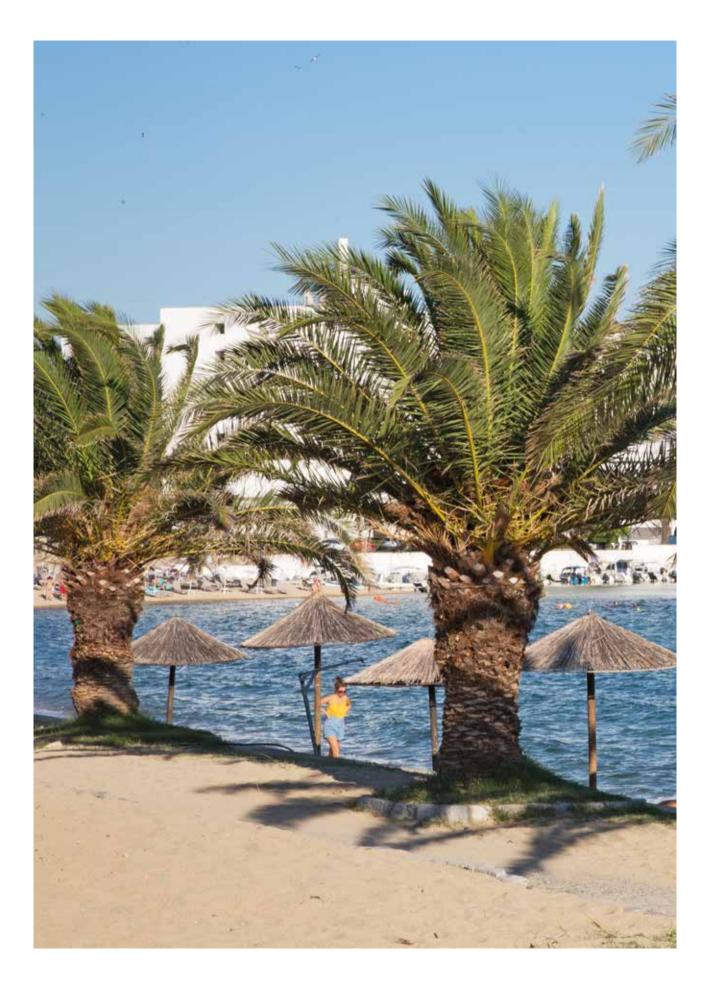


Kalamitsa beach / Η παραλία της Καλαμίτσας



Είμαστε στην δυτική πλευρά της Καβάλας, λίγο πριν το τέλος της πόλης όπου και συναντάμε μία όμορφη αμμώδη παραλία. ➡

We are on the western side of Kavala, just before the end of the city where we find a beautiful sandy beach.





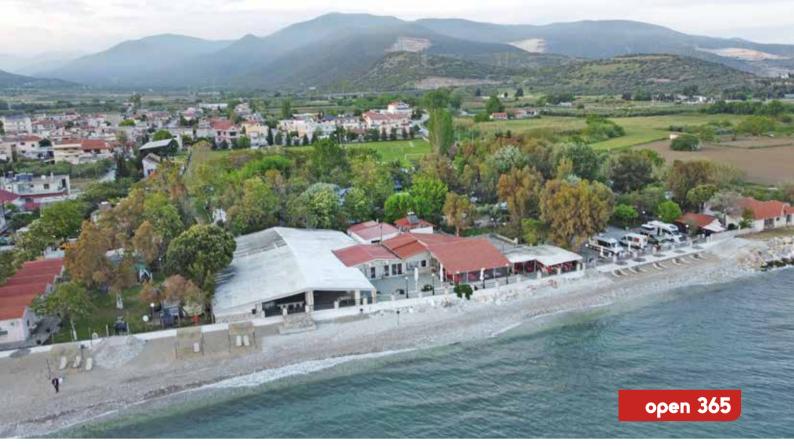
Tips:

Παραλία με εύκολο πάρκινγκ μα και προσοχή στο πέρασμα του κεντρικού δρόμου. Επίσης αν σας αρέσει, το μπάσκετ, το βόλεϊ, ο στίβος, το ποδόσφαιρο ή το τένις ακριβώς πίσω από την παραλία βρίσκεται το μεγαλύτερο αθλητικό κέντρο της Καβάλας! Α ναι, έχει και από τις πιο προσεγμένες παιδικές χαρές που σφύζουν από παιδικά χαμόγελα κάθε μέρα. Beach with easy parking but be careful when crossing the main road. Also, if you like basketball, volleyball, athletics, football or tennis, right behind the beach is the largest sports center of Kavala! Oh yes, it also has one of the most well-kept playgrounds that are full of children's smiles every day.



Συντροφιά μας οι φοίνικες, το μικρό γραφικό λιμανάκι, αλλά και χώροι όπου μπορούμε να παίξουμε ρακέτες και beach volley. Η παραλία μπορούμε να πούμε πως είναι από τις πιο όμορφες παραλίες της Ελλάδας που βρίσκονται ουσιαστικά μέσα σε αστικό ιστό. Καθαρά νερά που στην δυτική πλευρά είναι ρηχά και ιδανικά για παιδιά και στην ανατολική πιο βαθιά.

We are accompanied by palm trees, the small picturesque harbor, but also areas where we can play beach tennis and volleyball. The beach can be said to be one of the most beautiful beaches in Greece, which are located in the urban fabric. Clear waters that are shallow and ideal for children on the western side and deeper on the eastern side.



Camping Alexandros

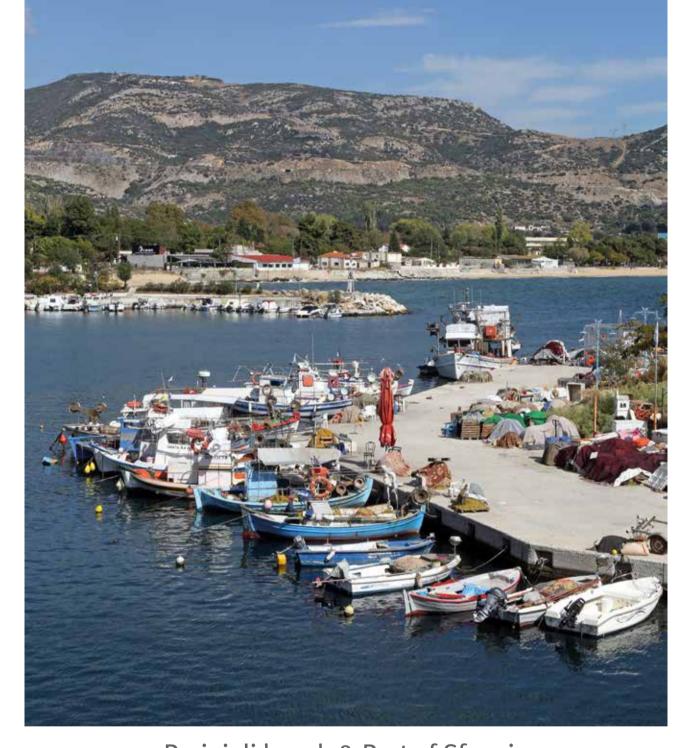
Nea Karvali Beach - Kavala T: +30 2510316240 e-mail: camping.alexandros@yahoo.gr











Perigiali beach & Port of Sfageia / Παραλία Περιγιαλίου και λιμανάκι Σφαγείων



Πριν ήμασταν δυτικά, τώρα πάμε στο ανατολικό άκρο της Καβάλας για να δούμε το Περιγιάλι που απλώνεται σε εκατοντάδες μέτρα αμμουδιάς. Σχετικά ρηχά νερά σε όλο το μήκος της και αρκετά αρμυρίκια που δίνουν δροσιά τις καυτές μέρες. Σε αντίθεση με την Καλαμίτσα υπάρχουν οργανωμένα σημεία στο Περιγιάλι που προσφέρουν ότι θελήσεις για να περάσεις χαλαρές και δροσερές στιγμές. ➡



Before we were in the west, now we go to the eastern end of Kavala to see Perigiali, which stretches over hundreds of meters of sandy beach. Relatively shallow waters throughout its length and several tamarisks that give coolness on hot days.



drive me

2510 225222

Θάσου 19, Λιμανάκι Σφαγείων Καβάλα



Tips:

Περπατήστε όλο το λιμανάκι, φτάστε απέναντι στον μώλο και θαυμάστε την θάλασσα αλλά και την πόλη που ορθώνεται στους λόφους από πίσω. Μυρίστε την αύρα του νερού και αν πετύχετε αδειανό το παγκάκι που βλέπει στο πέλαγο αφεθείτε στο να ξεκουραστείτε. Walk across the harbour, reach the pier and admire the sea and the city that stands on the hills behind. Smell the breeze of the water and if you come across an empty bench overlooking the sea, let yourself relax.

Από το λιμανάκι αν πάρετε τον κεντρικό δρόμο θα βρεθείτε μετά από 15 λεπτά με τα πόδια στο Καρνάγιο! Υπέροχη διαδρομή πάνω από την θάλασσα με εντυπωσιακό στοιχείο τα σπίτια που είναι χτισμένα πάνω από τα κύματα. If you take the main road from the harbour, you will find yourself after a 15 minute walk to the Karnagio! A wonderful route over the sea with impressive houses built over the waves.







Η εύκολη πρόσβαση αλλά και τα πολλά πάρκινγκ που βρίσκονται σε όλο το μήκος της παραλίας την κάνουν ιδιαίτερα αγαπητή στους ντόπιους.

Αφήνοντας την παραλία υπάρχει επίσης μία περιοχή της πόλης που πρέπει να ανακαλύψεις. Είναι ίσως το πιο γραφικό μέρος, ένας τόπος που νομίζεις πως βρίσκεσαι σε νησί... γεμάτο μικρά ψαροκάικα και έναν μώλο που το προστατεύει από τους νοτιάδες, το λιμάνι των Σφαγείων θα σας μαγέψει όπως μάγεψε και εμάς. Ιδανικό για επίσκεψη όλες τις ώρες μα μοναδικό το απόγευμα που ανάβουν τα φώτα, τα καΐκια ξεκινούν για ψάρεμα και τα νερά αρχίζουν να παίρνουν τα μαβιά χρώματα. Εδώ ξεχαστήκαμε από κάθε έννοια πίνοντας τον καφέ μας αλλά και τρώγοντας πεντανόστιμα θαλασσινά.

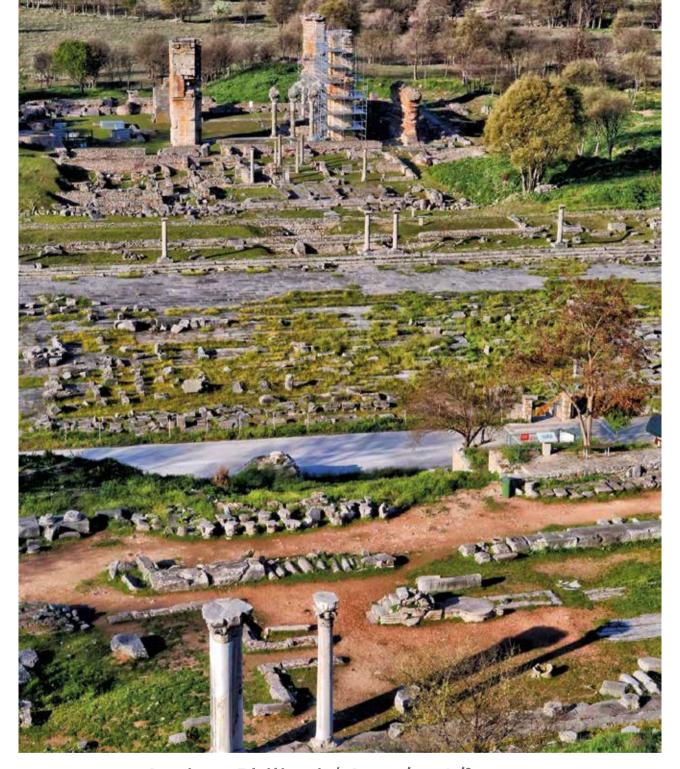
Unlike Kalamitsa, there are organized spots in Perigiali that offer everything you need to spend relaxed and cool moments. The easy access and the many parking lots located all along the beach make it significantly popular with locals.

Leaving the beach, there is also an area of the city you must discover. It is perhaps the most picturesque place; a place where you think you are on an island... Full of small fishing boats and a pier that protects it from the south winds, the port of Sfageia will enchant you as it did to us. Ideal for visiting at all hours but unique in the afternoon when the lights come on, the boats start fishing and the waters begin to take on their violet colours. Here, we forgot about every worry while drinking our coffee and eating delicious seafood.



Perigiali_Kavala





Ancient Philippi / Αρχαίοι Φίλιπποι



Αν θα επιλέγαμε έναν αρχαιολογικό τόπο που θα λέγαμε πως πρέπει οπωσδήποτε να επισκεφθείτε αυτός ο χώρος είναι ο αρχαιολογικός χώρος των Φιλίππων που ακόμα και σήμερα μέσα από τα ευρήματα του μαγεύει ενώ ταυτόχρονα ταξιδεύει τον επισκέπτη του μέσα στους χρόνους και τους αιώνες.

If we were to choose an archaeological site that we would say you should definitely visit, this site is the archaeological site of Philippi, which even today through its findings enchants and at the same time travels the visitor through the years and centuries.

Απολαύστε μια βόλτα με τα άλογά μας σε τρεις ξεχωριστές διαδρομές

Βόλτα στον Αρχαιολογικό Χώρο τον Φιλίππων. Δίπλα στα αρχαία μνημεία, κάτω από τον στάβλο του Βουκεφάλα των παιδικών μας χρόνων και των φανταστικών μας καλπασμών, ελάτε να γνωρίσετε τους θρύλους αλλά και την ιστορία της περιοχής παρέα με τα πιο περήφανα ζώα, τα άλογα... Και φυσικά Καβάλα χωρίς βόλτα στην παραλία δεν γίνεται... Οργανωμένες ιππικές διαδρομές στην παραλία Τιμάρι. Σε μια αμμώδη και ήσυχη παραλία μπορείτε να καλπάσετε ή απλά να απολαύσετε τη βόλτα με τα άλογα πλάι στο κύμα....

Αν πάλι θέλετε κάτι πιο απλό, υπάρχει πάντα η δυνατότητα για βόλτες στους αγρούς γύρω από την Ακαδημία Κατσίτη ή μαθήματα με τους έμπειρους προπονητές



Horse academy

KATSITI

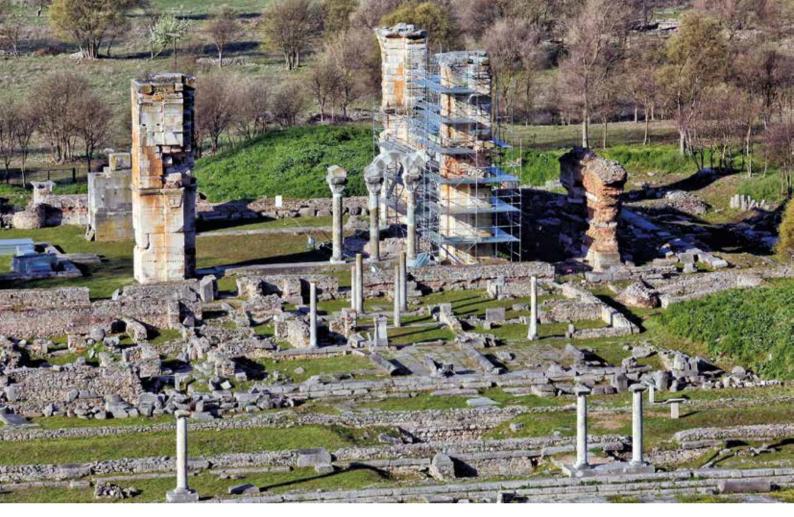
Dato, Kavala +30 6984 361110

- prices start from 25 €
- discount are available above 4 persons

Enjoy a ride with our horses on three separate routes

Walk to the Archaeological Site of Filippi. Next to the ancient monuments, under the stable of Voukefalas of our childhood and our imaginary gallops, come to meet not only the legends but also the history of the area with the most proud animals, the horses... And, of course, you cannot say that you've visited Kavala without a walk on the beach... Organized equestrian routes on Timari beach. On a sandy and quiet beach, you can gallop or just enjoy the horse ride by the sea.... If you want something simpler again, there is always the possibility for walks in the fields around the Katsitis Academy or lessons with our experienced coaches.





Tips:

Αποφύγετε την επίσκεψη τα μεσημέρια του καλοκαιριού. Αν και υπάρχουν δέντρα στην πορεία σας ο ήλιος είναι καυτός. Οι καλύτερες ώρες είναι το πρωί αλλά και το απόγευμα! Θα χαρείτε το γλυκό φως, τα εντυπωσιακά αρχαιολογικά ευρήματα και την θέα στον κάμπο αλλά και στο βουνό που ορθώνεται απέναντι ακριβώς, το Παγγαίο. Avoid visiting in the summer midday. Although there are trees in your path, the sun is hot. The best times are in the morning and in the afternoon! You will enjoy the sweet light, the impressive archaeological findings and the view of the flatland and the mountain that rises directly opposite, the Pangaio.



Τον χώρο αυτό επέλεξαν Θάσιοι αποικιστές περίπου το 360 π.Χ. λόγω της ύπαρξης σπάνιων μετάλλων όπως χρυσό και άργυρο, αλλά και της εύφορης γης που ακόμα και σήμερα τρέφει τους κατοίκους της Ελλάδας και του εξωτερικού με ποιοτικά προϊόντα.

Το αρχικό όνομα της πόλης ήταν Κρηνίδες αλλά μετά την βοήθεια που ζήτησαν οι κάτοικοι από τον Φίλιππο για την προστασία της από τους Θράκες, εκείνος την κατέλαβε ειρηνικά και εκτός από το χτίσιμο των τειχών της έδωσε και το όνομα του.

Σήμερα ο επισκέπτης θα θαυμάσει την αγορά, τα εντυπωσιακά απομεινάρια της μεγάλης εκκλησίας που ονομάζεται βασιλική Β αλλά και την προγενέστερη βασιλική Α αλλά και την μεταγενέστερη βασιλική Γ, την φυλακή του Αποστόλου Παύλου και το επιβλητικό αρχαίο θέατρο. Στο μουσείο που βρίσκεται επίσης μέσα στον αρχαιολογικό χώρο θα θαυμάσετε όλα ευρήματα που έχουν ανασκαφεί και εκτίθενται στις βιτρίνες του.

Η περιοχή κατοικούταν συνεχώς μέχρι και τον 7ο αιώνα μ.Χ. όπου ισχυροί σεισμοί αλλά και επιδρομές συνέβαλαν στην ερημοποίηση της πόλης και την μετατροπή της σε ένα ισχυρό βυζαντινό φρούριο όπου με την σειρά του καταστράφηκε με την έλευση της οθωμανικής αυτοκρατορίας.





This area was chosen by Thassian colonists around 360 BC because of the existence of rare metals such as gold and silver, but also because of the fertile land that even today feeds the inhabitants of Greece and abroad with quality products.

The original name of the city was Krinides but after the inhabitants asked Philip for help in protecting it from the Thracians, he conquered it peacefully and apart from building the walls, he gave it his name.

Today, the visitor will admire the market, the impressive remains of the great church called Basilica B and the earlier Basilica A and the later Basilica C, the prison of Apostle Paul and the imposing ancient theatre. In the museum, which is also located in the archaeological site, you will admire all the findings that have been excavated and are displayed in its windows.

The area was continuously inhabited until the 7th century AD when strong earth-

Tips:

In a short distance from the archaeological site (4km) are the two tombs where the dead of the greatest battle that took place in ancient times (42 BC), a battle that changed the course of the world, rest. On one side, are Octavian Augustus and Mark Antony and on the other side Brutus and Cassius. 80,000 soldiers and 13,000 horsemen on each side with an empire for the victors. Although Octavian's dead were 16,000 men and Brutus' 8,000, victory came to Octavian's side after a hard-fought battle. After the events of Philippi, as is customary, Octavian and Mark Antony turned against each other with Octavian as the final victor after the naval battle of Actium 11 years later and Octavian as the ruler of Rome.

Tips:

Σε μικρή απόσταση από τον αρχαιολογικό χώρο (4χλμ) βρίσκονται οι δύο τύμβοι που αναπαύονται οι νεκροί της μεγαλύτερης μάχης που συνέβει την αρχαία εποχή (42 π.Χ.), μιας μάχης που άλλαξε την πορεία του κόσμου. Από την μία πλευρά ο Οκταβιανός Αύγουστος και ο Μάρκος Αντώνιος και από την άλλη ο Βρούτος και ο Κάσσιος. 80.000 στρατιώτες και 13.000 ιππείς από την κάθε πλευρά με κέρδος για τους νικητές μία αυτοκρατορία. Αν και οι νεκροί της πλευράς του Οκταβιανού ήταν 16.000 άνδρες ενώ του Βρούτου 8.000 η νίκη ήρθε στο στρατόπεδο του Οκταβιανού μετά από αμφίρροπη μάχη. Μετά από τα γεγονότα των Φιλίππων όπως συνηθίζεται οι Οκταβιανός και Μάρκος Αντώνιος στράφηκαν ο ένας έναντι του άλλου με τελικό νικητή μετά την ναυμαχία του Ακτίου 11 χρόνια αργότερα και κυρίαρχο της Ρώμης τον Οκταβιανό.





Η μεγάλη ιστορική αξία της πόλης που συνδυάζεται με τα ονόματα του Φιλίππου και του Αποστόλου Παύλου έχουν εντάξη τους Φιλίππους στον κατάλογο της παγκόσμιας πολιτιστικής κληρονομιάς της UNESCO από το 2016.

Φεστιβάλ Φιλίππων

Στο αρχαίο θέατρο της προστατευμένης από την UNESCO πόλης κάθε χρόνο πραγματοποιείται τους μήνες Ιούλιο και Αύγουστο το μεγαλύτερο φεστιβάλ σε όλη την βόρεια Ελλάδα και το δεύτερο μεγαλύτερο της χώρας μετά το φεστιβάλ Αθηνών - Επιδαύρου. Κάθε Σαββατοκύριακο θεατρικές παραγωγές στήνουν το σκηνικό τους και ανεβάζουν έργα αρχαίων τραγωδών και κωμικών αλλά και σύγχρονων θεατρικών συγραφέων. Η επίσκεψη σε μία τέτοια παράσταση την ώρα που έρχεται η θερινή νύχτα, η τέλεια ακουστική, αλλά και εικόνα ενός αρχαίου θεάτρου που έχει γεμάτες κερκίδες είναι πράγματι ένα ισχυρό δέλεαρ ακόμα και αν δεν υπάρχει κατανόηση της γλώσσας, μιας που όλες οι παραστάσεις είναι στην Ελληνική.



quakes and raids contributed to the desertification of the city and its transformation into a powerful Byzantine fortress which in turn was destroyed with the advent of the Ottoman Empire.

The great historical value of the city combined with the names of Philip and Apostle Paul have included Philippi in the UNESCO World Heritage List since 2016.

Festival of Philippi

In the ancient theatre of the UNESCO-protected city, every year in July and August, the largest festival in northern Greece and the second largest in the country after the Athens-Epidavros festival takes place. Every weekend, theatrical productions set up their stage and perform plays of ancient tragedians and comedians as well as contemporary playwrights. Visiting such a performance at the time of the summer night, the perfect acoustics, but also the image of an ancient theatre with full stands is indeed a powerful lure even if you don't understand the language, since all the performances are in Greek.







playground party | sports | fun KRINIDES - KAVALA









In the castles of Kavala / Στα κάστρα της Καβάλας



Περιοχή με πολύτιμα μέταλλα, σταυροδρόμι πολιτισμών, σημείο όπου η αρχαία εγνατία έφτανε μέχρι την θάλασσα, τα γνωστά μάρμαρα της Θάσου, ο σχετικά κλειστός θαλάσσιος κόλπος είναι μερικά μόνο από τα προτερήματα της περιοχής. Περιοχής που όποιος την κατείχε όπως καταλαβαίνετε είχε ταυτόχρονα στρατηγικό πλεονέκτημα έναντι των εχθρών του.

Στον νομό υπάρχουν δύο ακόμα ενδιαφέροντα φρούρια αλλά και ένας βυζαντινός πύργος που αξίζουν να τα δείτε από κοντά! Εξάλλου τα δύο από τα τρία τα ακουμπά η θάλασσα ενώ στο τρίτο φτάνεις μετά από μία διαδρομή μέσα στο δάσος.

Στην αρχή η πόλη βρισκόταν πάνω στον λόφο. Άκμασε από την εποχή των Ομηρικών επών και λεγόταν Οισύμη. Όπως και στους Φιλίππους την αποίκησαν Θάσιοι. Μέρος απάνεμο λόγο του κλειστού κόλπου της Περάμου, με εύφορη γη και τα βουνά του Συμβόλου να προσφέρουν προστασία από τον Βορρά η περιοχή αναπτύχθηκε πολύ γρήγορα.

Με τον ερχομό της δεύτερης χιλιετίας και συγκεκριμένα το 1170 μ.Χ. αναπτύχθηκε μία νέα πόλη ακριβώς δίπλα από την θάλασσα, η Ανακτορούπολη. Η πόλη ήταν και Ισχυρή ναυτική βάση που είχε ως σκοπό την προστασία του Βόρειου Αιγαίου από επιδρομές

αλλά και πειρατές. Η πόλη κατοικούνταν για αρκετά χρόνια αλλά είναι σίγουρο πως ήδη είχε ερημώσει τον 18 αιώνα. Σήμερα τα ψηλά τείχη, η θέα προς τον κόλπο της Περάμου αλλά και η μεγάλη εντός των τειχών έκταση της θα αποζημιώσει την επίσκεψη σας. Βέβαια για να φτάσετε χρειάζεται λίγη προσοχή στα 200 μέτρα χωματόδρομο.

Πύργος Απολλωνίας

Ο Πύργος Απολλωνίας βρίσκεται στην παλιά εθνική οδό που συνδέει την Καβάλα με την Θεσσαλονίκη. Ένα δρόμο που θεωρείται από πολλούς ως μία από τις πιο όμορφες διαδρομές στην Ελλάδα καθώς περνάει από πασίγνωστες παραλίες, ελαιώνες και άπλετη θέα στο Αιγαίο.

Στο μέσο της διαδρομής μεταξύ των βυζαντινών κάστρων Ανακτορούπολη και Χρυσόπολη ο πενταόροφος πύργος στέκει ακόμα επιβλητικός στο τοπίο. Συνδυαστικά με την καταγάλανη παραλία που υπάρχει σιμά του είναι ένα μέρος που πολλοί κάτοικοι της περιοχής προτιμούν για τις καλοκαιρινές βουτιές τους.

Βρανόκαστρο

Δίπλα από το Παλαιοχώρι στους πρόποδες του Παγγαίου όρους ξεπροβάλλει ανάμεσα στα δέντρα ένα κάστρο. Αναρωτιόμαστε τι θα μπορούσε να προφυλάσσει; Μα το



An area with precious metals, a cross-roads of civilizations, a point where the ancient Egnatia reached the sea, the famous marbles of Thassos, the relatively closed sea bay are just some of the advantages of the area. An area that whoever possessed it, as you realise, had at the same time a strategic advantage over his enemies.

In the prefecture there are two more interesting fortresses and a Byzantine tower that are worth seeing up close! Besides, two of them are touched by the sea while the third one arrives after a journey through the forest.

Anaktoroupolis

At first the city was on the hill. It flourished from the time of the Homer's epic poems and was called Oisymi. As in Philippi, it was colonized by Thassians. A place sheltered due to the closed bay of Peramos, with fertile land and the mountains of Symbol offering protection from the north; the area developed very quickly.

With the arrival of the second millennium and specifically in 1170 AD, a new city

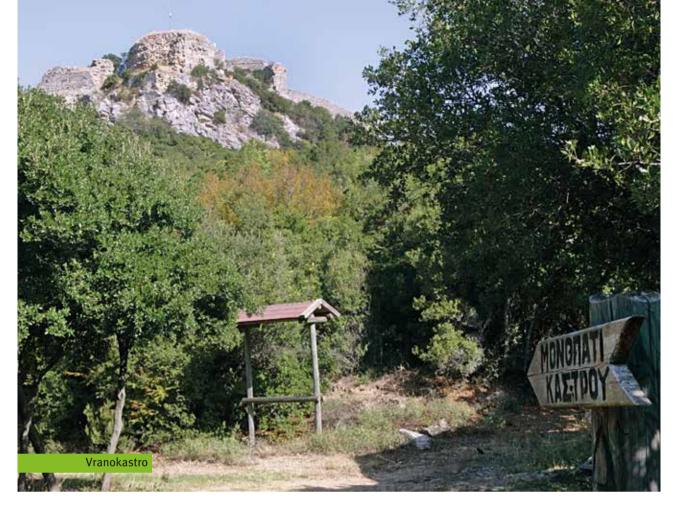


was developed right next to the sea, Anaktoroupolis. The city was also a powerful naval base whose purpose was to protect the North Aegean from raids and pirates. The city was inhabited for several years but it is certain that it had already been deserted in the 18th century. Today, the high walls, the view to the bay of Peramos and the large area within the walls will reward your visit. Of course, to reach it, you need a little attention to the 200 meters dirt road.

Apollonia Tower

Apollonia Tower is located on the old national road that connects Kavala with Thessaloniki. A road considered to be one of the most beautiful routes in Greece as it passes through famous beaches, olive groves and endless views of the Aegean Sea.

In the middle of the route between the Byzantine castles Anaktoroupolis and Chrysopolis, the five-floor tower still stands imposing in the landscape. Combined with the deep blue beach that there is nearby, it is a place that many residents prefer for their summer dives.





χρυσό που υπήρχε στο βουνό και τα μεταλλεία του που τροφοδότησαν τις εκστρατείες του Μεγάλου Αλεξάνδρου. Όταν τα χρυσοφόρα στρώματα εξαντλήθηκαν το κάστρο εγκαταλείφθηκε και αφέθηκε στην ερήμωση για εκατοντάδες χρόνια με μερικές εκλάμψεις στα Ρωμαϊκά και Βυζαντινά χρόνια. Το σημερινό όνομα του το έχει πάρει από τον Βυζαντινό στρατηγό Αλέξανδρο Βρανά που είδε τον κομβικό ρόλο που είχε στην άμυνα της περιοχής έναντι των σλαβικών και βουλγαρικών επιδρομών, το οχύρωσε και για δύο ολόκληρους αιώνες είχε καθοριστικό ρόλο στην εύρυθμη λειτουργία του εμπορίου.

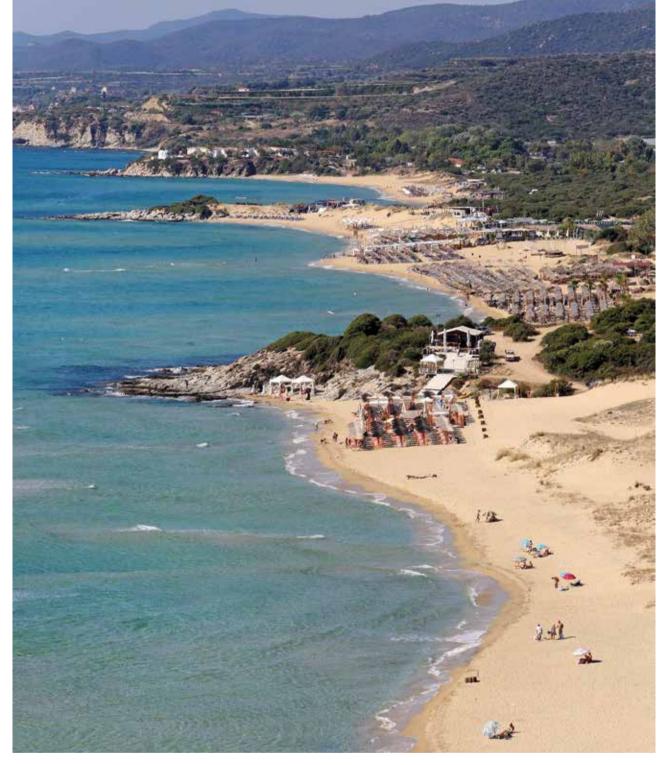
Ο δρόμος για να φτάσετε στο κάστρο ξεκινάει από τα τελευταία σπίτια του Παλαιοχωρίου. Ανάμεσα στο περίφημο δάσος με τις καστανιές, τις βελανιδιές και την άπλετη θέα στον κάμπο των Φιλίππων, το μονοπάτι συνεχίζει καλοδιατηρημένο μέχρι την πόρτα του κάστρου. Δροσερή περιήγηση που δεν κουράζει καθόλου το σώμα μιας που το μονοπάτι δεν έχει ιδιαίτερη υψομετρική διαφορά καθ όλο το μήκος του. Η όλη διαδρομή διαρκεί μέχρι την είσοδο του κάστρου 30-40 λεπτά. Για όλους εσάς που αγαπάτε την πεζοπορία είναι σίγουρο πως το μονοπάτι θα το αγαπήσετε όπως και το Βρανόκαστρο που θα ξεπροβάλλει με όλη του την ιστορία μπροστά σας.

Vranokastro

Next to Paleochori at the foot of Mount Pangaion, a castle emerges among the trees. We wonder, what could it guard? But of course, the gold that existed in the mountain and its mines that fueled the campaigns of Alexander the Great. When the gold-bearing layers ran out, the castle was abandoned and left in desolation for hundreds of years with some flares in Roman and Byzantine times. Its current name is taken from the Byzantine general Alexander Vranas who saw the key role he had in the defense of the region against the Slavic and Bulgarian raids, fortified it and for two whole centuries had a decisive role in the proper functioning of trade.

The road to reach the castle starts from the last houses of Paleochori. Between the famous forest with chestnut trees, oak trees and the breathtaking view of the plain of Philippi, the path continues well preserved until the door of the castle. A cool tour that does not tire the body at all since the path does not have a particular elevation difference throughout its length. The whole journey lasts about 30-40 minutes up to the entrance of the castle. For all of you who love hiking, it is certain that you will love the path as well as Vranokastro that emerges in front of you with all its history.





Ammolofoi beach / Παραλία Αμμόλοφοι



Αν οι Αμμόλοφοι βρισκόταν σε ένα νησί θα ήταν σίγουρα στις λίστες μεγάλων ταξιδιωτικών γραφείων ανάμεσα στις καλύτερες παραλίες σε όλο τον κόσμο. Ακόμα όμως και τώρα που δεν βρίσκεται σε νησί αλλά μόλις 25 λεπτά από το κέντρο της Καβάλας παραμένει μία από τις πιο όμορφες παραλίες σε όλο τον κόσμο!

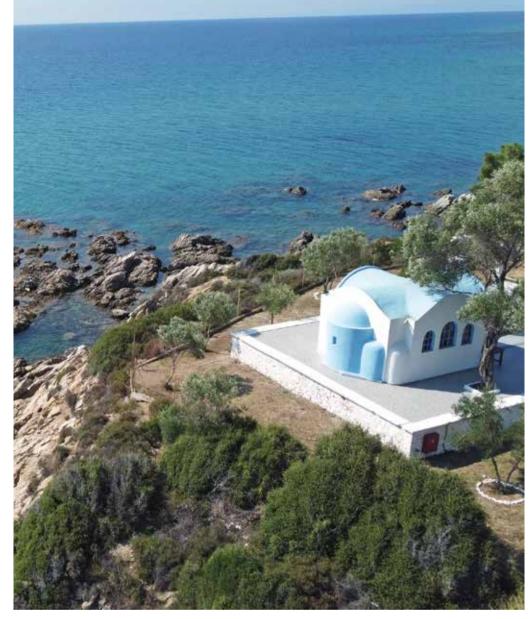
If Ammolofoi (meaning "sand dunes") were located on an island they would surely be on the lists of major travel agencies among the best beaches around the world. But even now that it is not on an island but just 25 minutes from the center of Kavala, it remains one of the most beautiful beaches in the whole world!



Tips:

Η παραλία είναι τόσο μεγάλη που μπορεί να έχει πολλά beach bar αλλά υπάρχει άπλετος χώρος για όσους δεν θέλουν να απλώσουν την δική τους ομπρέλα. Πάντως την πιο πολύ ησυχία την έχουν οι πρώτοι αμμόλοφοι μα και τους πιο εντυπωσιακούς σχηματισμούς από αμμοθίνες. The beach is so big that it can have many beach bars but there is also plenty of space for those who don't want to set their own umbrella. However, the first sand dunes have the most peace and quiet and also the most impressive formations.

Πολλά beach bar κάνουν πάρτι τα καλοκαιρινά βράδια! Προσπαθήστε να βρεθείτε σε ένα από αυτά! Τυχεροί όσοι μπορέσουν να βρεθούν σε πάρτι που γίνονται με ολόγιομο φεγγάρι. Many beach bars throw parties on summer nights! Try to find yourself in one of them! Lucky are those who can find themselves at parties held with a full moon.



Φτάνοντας στην παραλία το πρώτο πράγμα που σου κάνει εντύπωση είναι το μεγάλο μήκος της καθώς για εκατοντάδες μέτρα τα beach bars ακολουθούν το ένα το άλλο. Βέβαια καταλαβαίνεις από τα μεγάλα και προσεγμένα πάρκινγκ πως όπου και να αποφασίσεις να σταματήσεις θα έχεις άπλετο χώρο και επειδή η θάλασσα δεν φαίνεται ακόμα, έχεις μία απορία του τι θα αντικρίσεις.

Ότι και να πούμε όμως καθώς περνάς από τους υπέροχους αμμόλοφους που δίνουν το μοναδικό αποτύπωμα τους και κάνουν όλη την περιοχή μοναδική και συναντά η ματιά σου το γαλαζοπράσινα νερά η περιγραφή με όσες λέξεις και να την κάνουμε δεν φτάνει την ομορφιά που ζεις.

Οι αμμόλοφοι χωρίζονται με δύο συστάδες απαλά και λεία βράχια στους πρώτους δεύτερους και τρίτους και έχουν ρηχά νερά κατάλληλα για όλες τις ηλικίες που σε συνδυασμό με τις παροχές που έχουν τα beach bar δίνουν την ιδανική εικόνα των διακοπών!

Arriving at the beach, the first thing that strikes you is its long length, as the beach bars follow one another for hundreds of meters. Of course, you understand from the large and neat parking lots that wherever you decide to stop you will have plenty of space and since the sea is not yet visible, you have a question about what you will face.

Whatever we say though, as you pass by the wonderful sand dunes that give their unique imprint and make the whole area unique and your gaze meets the blue-green waters, our description does not reach the beauty that you experience, no matter how many words we use.

The Ammolofoi beaches are divided by two clusters of soft and smooth rocks into the first - second and third ones and have shallow waters suitable for all ages which, combined with the facilities of the beach bars, give the ideal image of vacation!









Tips:

Περπατήστε (με παπούτσια πάντα) ανάμεσα στους πρώτους και δεύτερους και μεταξύ δεύτερους και τρίτους αμμολόφους, ανάμεσα στα λεία βράχια. Εντυπωσιακοί για πανέμορφες φωτογραφίες αλλά και εξερεύνηση. Walk (always with shoes) between the first and second and between the second and third sand dunes, between the smooth rocks. Impressive for beautiful photos but also for exploring.





Tortuga Coast at Oceanview Beach Hotel

Οδηγώντας στον δρόμο που σχεδόν αγκαλιάζει το ατέλειωτο πέλαγο που το καλοκαίρι έχει όλες τις υπέροχες αποχρώσεις του μπλε και του πράσινου συναντάμε το Ocean View. Ένα ειδυλλιακό ξενοδοχείο που η αγάπη και το μεράκι των ιδιοκτητών του το έχει μετατρέψει σε έναν επίγειο παράδεισο!

Μέσα από πολύχρωμα λουλούδια στην αρχή και εν συνεχεία μέσα από ελιές και δροσερό γρασίδι το κατηφορικό μονοπάτι μάς οδηγεί στο να ατενίσουμε το γαλάζιο της θάλασσας και την χρυσαφένια άμμο της ακτής Tortuga Coast.

Είμαστε τυχεροί που προλάβαμε να βρούμε ομπρέλα καθώς μόλις γεμίσει η παραλία, με γνώμονα την άνεσή μας και την ησυχία μας, κλείνει τις πύλες της μέχρι να ελευθερωθεί χώρος για επόμενες παρέες! Την ώρα που καθόμαστε δεν αργούμε να συνειδητοποιήσουμε την καθαριότητα που υπάρχει στην παραλία μα και τον αέρα απόστασης που υπάρχει από την διπλανή παρέα! Είναι σημαντικό να βρίσκεσαι σε μία τόσο ειδυλλιακή τοποθεσία και να νιώθεις πως σε προσέχουν πριν καν παραγγείλεις τον καφέ, το ποτό ή ακόμα και το φαγητό σου!

Και εκεί που αυτές οι σκέψεις έχουν γίνει συζήτηση στην παρέα, έρχεται και το service και μετά από λίγα μόλις λεπτά έρχεται και ο καφές που λόγω και της σχετικά πρωινής ώρας είναι αυτό που χρειαζόμαστε.

Απολαμβάνοντάς τον βλέπουμε καλύτερα το τοπίο! Η θάλασσα με τα χιλιάδες χρώματά της φτάνει μέχρι τον ορίζοντα, εκεί στο βάθος αχνοφαίνονται η Θάσος και το επιβλητικό Άθως. Στα αριστερά της παραλίας μερικά βράχια έχουν φτάσει μέχρι το νερό δημιουργώντας ένα μοναδικό σημείο για εξερεύνηση,





ενώ δεξιά η χρυσαφένια αμμουδιά φτάνει εκατοντάδες μέτρα μακριά! Συνήθως πίσω σε μία παραλία δεν βλέπουμε συχνά κάτι όμορφο, μα εδώ το πράγμα διαφέρει μιας που το ξύλινο μπαρ του Tortuga ταιριάζει απόλυτα με τον χώρο και πίσω του μέσα από τις ελιές το μονοπάτι ανηφορίζει προς το ξενοδοχείο.

Ήρθε η ώρα της βουτιάς! Τα νερά κρυστάλλινα και διαυγή μας προσκαλούν στο να μπούμε γρήγορα μέσα. Σχετικά βαθιά μιας και εκεί που έχουμε την επιθυμία να πιάσουμε την άμμο με τα χέρια μας ήδη δεν πατάμε. Δεν έχουμε να πούμε πολλά γιατί όλα τα συναισθήματα που έχουμε τα καλύπτει μία μόνο λέξη! Απόλαυση!

Ο χρόνος στην Tortuga Coast είναι σχετικός! Το μέρος είναι τόσο όμορφο που χάνεις την αίσθησή του, μα ταυτόχρονα έχεις τις πιο ποιοτικές υπηρεσίες που θα μπορούσες να έχεις φανταστεί!

Μετά από άπειρες βουτιές, καφέ, ποτό και φαγητό ήρθε η ώρα να ανηφορίσουμε προς το αυτοκίνητο. Ο ήλιος έχει ήδη αρχίσει να βάφει τον ουρανό με πορτοκαλόχρυσες ανταύγειες.

Μόλις όμως φτάσουμε στο τέλος των σκαλοπατιών η βεράντα που σερβίρει κοκτέιλ και έχει αγνάντι όλο το πέλαγο είναι τόσο θελκτική που δεν γίνεται να μην την επισκεφτούμε.

Όταν πλέον το φεγγάρι μεσουρανεί και η θάλασσα έχει πάρει την ασημί απόχρωσή του, ξεκινάμε ξανά γεμάτοι από υπέροχες εμπειρίες γεμάτες καλοκαίρι!

Αυτή είναι η Tortuga Coast που σας προτείνουμε ανεπιφύλακτα να επισκεφθείτε κι εσείς! Είναι σίγουρο πως θα νιώσετε κι εσείς πως είναι να ζεις το καλοκαίρι στα καλύτερά του.



Driving along the road that almost embraces the endless sea that in summer has all the wonderful shades of blue and green, we meet "Ocean View". An idyllic hotel that the love and care of its owners has turned it into an earthly paradise!

Through colourful flowers at the beginning and then through olive trees and cool grass, the downhill path leads us to gaze at the blue sea and the golden sands of the Tortuga Coast.

We were lucky to find an umbrella in time as once the beach is full, the beach closes its gates for our comfort and quietness until space is freed up for the next groups! While we are sitting there, it is not long before we realize the cleanliness of the beach and the air of distance from the next person! It's important to be in such an idyllic location and feel like you're being noticed before you even order your coffee, drink or even your food!

And just when these thoughts have been discussed in the group, the service arrives and a few minutes later the coffee arrives and because of the relatively early hour of the morning it is just what we need.

Enjoying it, we see the landscape better! The sea with its thousands of colours reaches up to the horizon, with Thasos and the imposing Athos in the background. On the left of the beach, some rocks have reached the water creating a unique spot for exploration while on the right one, the golden sandy beach reaches hundreds of meters away! Usually we don't often see something beautiful behind a beach but here it is different as the wooden bar Tortuga fits perfectly with the area and behind it through the olive trees the path goes up to the hotel.

It's time to take the plunge! The crystal clear waters invite us to enter quickly. Relatively deep since we already have the desire to grab the sand with our





hands as we can't reach the ground. We don't have much to say because all the feelings we have are covered by a single word! Delight!

Time on the Tortuga Coast is relative! The place is so beautiful that you lose the feeling of it, but at the same time you have the highest quality of services you could have imagined!

After endless dives, coffee, drinks and food, it;s time we headed up to the car. The sun has already begun to paint the sky with orange-gold hues.

But once we get to the end of the steps, we find the terrace that serves cocktails and has a view of the entire sea and it's so attractive that we can't help but visit it.

When the moon has culminated and the sea has taken on its silvery hue, we set off again, full of wonderful summer experiences!

This is the Tortuga Coast that we heartily recommend you to visit! You will surely feel what it is like to live summer at its best.



Sarakina beach / Παραλία Σαρακίνα

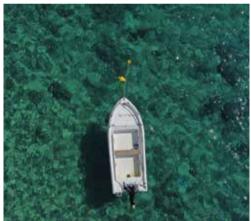


Η Σαρακίνα με τα βαθιά γαλάζια νερά της και την μεγάλη αμμουδιά είναι μια παραλία που επιβάλλεται να την επισκεφθείς. Βρίσκεται ακριβώς κάτω από την παλιά εθνική οδό Καβάλας - Θεσσαλονίκης και είτε έρθεις από την πλευρά της Καβάλας, είτε από την αντίθετη το πρώτο πράγμα που σε κερδίζει είναι η διαδρομή καθώς το Αιγαίο σε συντροφεύει σε κάθε στροφή και ευθεία. Μετά από έναν κατηφορικό δρόμο μόλις 150 μέτρων μετά την πινακίδα έχουμε φτάσει ήδη στην παραλία.

Αυτό που μας κερδίζει αμέσως είναι η μεγάλη έκτασή της που σε μερικά σημεία είναι οργανωμένη μα ταυτόχρονα είναι και τόσο μεγάλη που μπορείς να τοποθετήσεις την ομπρέλα σου σχεδόν παντού.

Εξοχικές κατοικίες μα και ενοικιαζόμενες εγκαταστάσεις υπάρχουν πίσω στον λόφο μα και ταβέρνες που κάνουν την παραμονή σου ακόμα πιο όμορφη μετά τις δροσερές βουτιές και το παιχνίδι στην άμμο και την θάλασσα.





Sarakina with its deep blue waters and long sandy beach is a must-visit beach. It is located just below the old highway of Kavala - Thessaloniki and either you come from the side of Kavala or from the opposite, the first thing that charms you is the route, as the Aegean accompanies you at every turn.

After a downhill road of just 150 meters and after the sign, we have already reached the beach.

What immediately captivates us is its large area, which in some places is organized but at the same time it is so large that you can place your umbrella almost everywhere.

Beach houses and rental facilities are back on the hill, as well as taverns that make your stay even more beautiful after the cool dives and playing in the sand and the sea.





Nea Peramos / Νέα Πέραμος





Κτισμένη πάνω στην θάλασσα με το κάστρο της να την «φυλάει» η Νέα Πέραμος αποτελεί ένα ραγδαία αναπτυσσόμενο τόπο. Οι άπειρες γευστικές επιλογές αλλά και οι πολλές καφετέριες για χαλάρωση όλες τις ώρες της ημέρας και με φόντο το μικρό νησάκι σε συνδιασμό με το κάστρο, αποτελλεί μία από τις πιο ρομαντικές βόλτες στον νομό. Το ντόπιο κρασί και τσίπουρο συμπληρώνει άριστα την κάθε γεύση ενώ η ξακουστή παραλία των Αμμολόφων σε κοντινή απόσταση είναι ακόμα μία αιτία που ολοκληρώνει τα όνειρα ακόμα και του πιο δύσπιστου επισκέπτη.

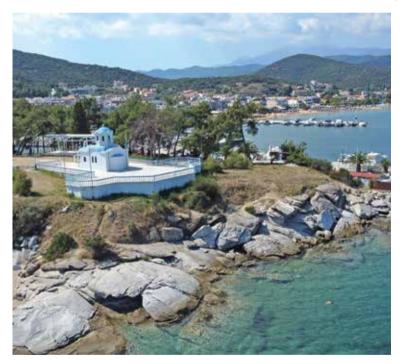


Built by the sea, with its castle as its "Watcher", Nea Peramos is a rapidly developing place. The countless options for delicacies and its many cafes for relaxation all day long, the small island in the background in combination with the castle make this place ideal for a romantic stroll. The local wine and the tsipouro complement with excellence any flavor, while the famous beach of Ammolofoi, only a short distance away, is another reason that fulfills the demands of even the most incredulous visitor.





Nea Iraklitsa / Νέα Ηρακλείτσα





Ένα από τα μεγαλύτερα τουριστικά θέρετρα του νομού δεν θα μπορούσε να μην έχει επιλογές για όλους τους επισκέπτες της. Έτσι στην γύρω περιοχή θα συναντήσουμε την Αλάνα η οποία βρίσκεται στην ανατολική μεριά του οικισμού και έχει μεγάλη και άνετη αμμουδιά, αλλά και πολλά beach bars να την συντροφεύουν και να γεμίζουν από κόσμο τους θερινούς μήνες.

Για όσους θέλουν περισσότερη ηρεμία η Ρέμβη βρίσκεται στο νότιο τμήμα του οικισμού, ακόμα μία αμμουδιά με καθάρια νερά που χαρίζουν υπέροχες στιγμές δροσιάς.



One of the largest tourist resorts in the prefecture could only have so many options for visitors. Thus, there is the Alana (an open space), on the eastern part of the settlement and has a large and comfortable sandy beach and many beach bars that are full of people during summer.

For those who prefer a more quiet place there is Remvi, at the southern part of the settlement, another sandy beach with clear waters that offer incredible refreshing moments.





Palio Tsifliki / Παληό Τσιφλίκι





Στην περιοχή του Παληού, η θάλασσα σε ένα ιδιαίτερο πάντρεμα με τη Γη δημιουργεί συνέχεια μικρές αλλά και μεγαλύτερες σε έκταση παραλίες με κυρίαρχο και εδώ στοιχείο την άμμο. Άλλες είναι οργανωμένες και άλλες παρθένες αλλά το δεδομένο είναι ότι όπου και να αφήσεις το αυτοκίνητο ή την μηχανή σίγουρα σε πολύ κοντινή απόσταση θα υπάρχει και ένας κόλπος με γαλαζοπράσινα νερά να σε υποδεχθεί.



In the region of Palio, the sea, in a special mix with Earth, continuously creates small and larger sand beaches. There are both organized and unspoiled beaches, but it is definitely certain, that, no matter where you might leave your car or motorcycle, there is always a bay with green-blue waters to welcome you.





The port of Keramoti and sand tongue beach Λιμάνι Κεραμωτής και αμμόγλωσσα



Προορισμός για πανέμορφες και ξέγνοιαστες διακοπές που συνδυάζουν την υψηλή ποιότητα με το χαμηλό κόστος.

Ένα μικρό ψαροχώρι, μια εξωτική χερσόνησος στη Β. Ελλάδα με καταγάλανα και κρυστάλλινα νερά, ενώ στη χαρακτηριστική της ομορφιά μπορούμε να προσθέσουμε και τα 11 χλμ. περίπου αμμώδους παραλίας, η οποία φτάνει μέχρι το Δέλτα του Νέστου.



A destination for ravishing and carefree vacation, combining high quality and low prices.

A small fish village, an exotic peninsula in Northern Hellas with azure and crystal clear waters, while we could add to the unique beauty the 11km of sandy beach, which reaches up to Nestos Delta.









Η Κεραμωτή από τη φύση της παράλληλα αποτελεί ένα όμορφο λιμάνι της Καβάλας που εξυπηρετεί τη μεγαλύτερη κίνηση από και προς το νησί της Θάσου. Έχει μεγάλες φυσικές ομορφιές και είναι χτισμένη πάνω σε μια αμμόγλωσσα, η οποία σχηματίζεται από το φυσικό της λιμάνι.

Στη γνωστή αμμόγλωσσα ο επισκέπτης θα μαγευτεί από τις απέραντες και οργανωμένες παραλίες στο μεγαλύτερο τμήμα της, με δυνατότητες διασκέδασης και δροσιάς μέσω των beach bars που διαθέτει από κοινού με την πεντακάθαρη θάλασσα για κολύμπι, καθώς και για ψάρεμα. Άξιο αναφοράς το γαλάζιο της θάλασσας, το οποίο συνδυάζεται κατάλληλα με τις πράσινες πινελιές από τα δύο δάση με πεύκα, το ένα στην άκρη της χερσονήσου (αμμόγλωσσα) και το άλλο προς το ποταμό του Νέστου.



Keramoti is a natural port of Kavala that accepts most of the transportation from and to the island of Thassos. It has many sites with natural beauty and is built on a sand tongue, formed by its natural port.

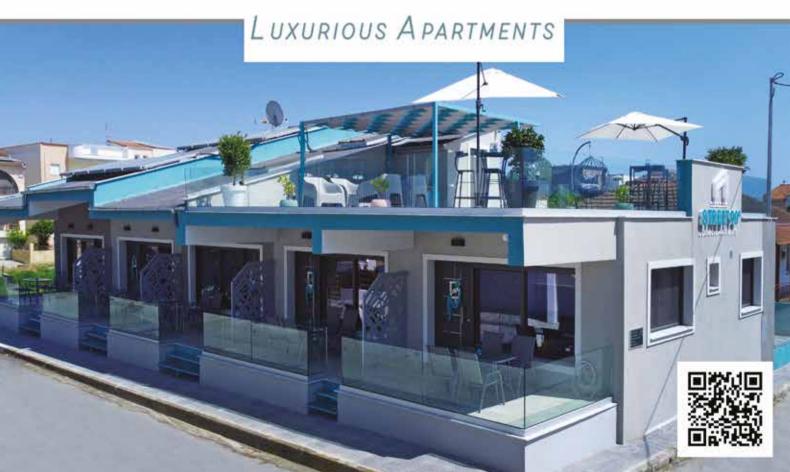
In this renowned sand tongue the visitor shall feel enchanted by the vast and organized beaches on the largest part of it, which offer entertainment, freshness with its beach bars and the crystal clear sea, suitable for swimming and for fishing. The blue of the sea is remarkable, combined with green outlines from the two pinetree forests, one on its edge of the peninsula (sand tongue) and the other towards Nestos River.



KERAMOTI

T. 698 5028008

STREET 90°



οινοποιία / winery

Το κτήμα Αποστολίδη

Η ιστορία μας ξεκινά το 1958 όταν ο Ευθύμιος Αποστολίδης φύτεψε τον πρώτο αμπελώνα στο Διαλεκτό Καβάλας, στις υπώρειες του Μακεδονικού όρους Λεκάνη στα σύνορα με τον ποταμό Νέστο και τη Θράκη. Λόγω των δυσκολιών της εποχής εκείνης η παραγωγή του οίνου γινόταν ερασιτεχνικά. Ώσπου το 1981 ο γιος του, Ιωάννης Αποστολίδης, αναλαμβάνει δυναμικά τον αμπελώνα.

Έτσι το 2003 η παραγωγή έφτασε τα 3 εκτάρια. Μια νέα σελίδα ανοίγει, όταν το 2007 ιδρύεται ένα υπερσύγχρονο επισκέψιμο οινοποιείο με έκταση 10 εκταρίων. Σύντομα η τρίτη γενιά του οινοποιείου, Βασιλική και Ευθύμιος Αποστολίδης αναλαμβάνει τα ηνία της επιχείρησης. Το οινοποιείο ξεκίνησε με νέους, αυστηρούς και ποιοτικούς στόχους, με καινοτόμες μεθόδους στον αμπελώνα και στο κελάρι. Σήμερα τα 13 εκτάρια των αμπελώνων της οικογένειας καλλιεργούνται με βιοδυναμικό τρόπο.

ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΑ & ΑΝΑΠΤΥΞΗ

Για εμάς, το κρασί είναι ένα άθροισμα διαφορετικών συστατικών που πρέπει να ερευνηθούν, να ανακαλυφθούν και να συνδεθούν μεταξύ τους.

Συνδεδεμένοι με τη φύση, μας προκαλεί να προσαρμοστούμε σε αυτήν, να αναλαμβάνουμε κινδύνους για να βελτιώνουμε πάντα την ποιότητα.

Χρειάζεται η βούληση να προσπαθήσουμε με επιμονή να ανακαλύψουμε τη φύση και τους εαυτούς μας.

Έτσι εάν θέλουμε να αναδείξουμε τη ζωντάνια, τη φρεσκάδα και την ακρίβεια στα κρασιά μας, στο μέλλον, πρέπει να κατανοήσουμε τις φυσικές συνθήκες και να παίξουμε με διαφορετικά συστατικά με σεβασμό στο περιβάλλον.

ΟΙ ΑΜΠΕΛΩΝΕΣ ΜΑΣ

Εδώ και δεκαετίες, το κτήμα Αποστολίδη οινοποιεί κρασιά όπου διαμορφώνονται πάντα από τους διαφορετικούς χαρακτήρες αυτής της οικογένειας, καθώς και από τη δύναμη και την ομορφιά ακόμα μιας ξεχωριστής έκτασης γης, ακολουθώντας πάντα μια ακριβή γραμμή.





Domaine APOSTOLIDI

Dialekto Kavala, Greece Tel: +30 2591052117 Info@domaineapostolidi.gr domaineapostolidi.gr



Our story begins in 1958 when Efthymios Apostolides planted the first vine at Dialecto in Kavala. at the foot of the Macedonian mountain Lecani, at the borders of river Nestos and Thrace. Because of the limitations of that era, the wine production followed amateur methods. This happened until 1981 when his son, loannis Apostolides took charge of the vinevard and revolutionized production methods. In 2003 the production reached 3 hectares. The story changes again in 2007 when a modern and fully equipped vineyard of 10 hectares opens. The vineyard is now owned by Basiliki and Efthymios Apostolodes, members of the third generation of this family. The vineyard follows new and strict quality targets, uses novel techniques both in the cultivation of the vines and in the production of the wines. Currently the 13 hectares of vines are being cultivated in a biodynamic manner.

Novelty and Development

Our philosophy is that the wine is a combination of different ingredients which need to be explored, discovered and combined. Being connected with nature, she invites us to adapt and to take risks so that the quality of the wines is constantly improving.

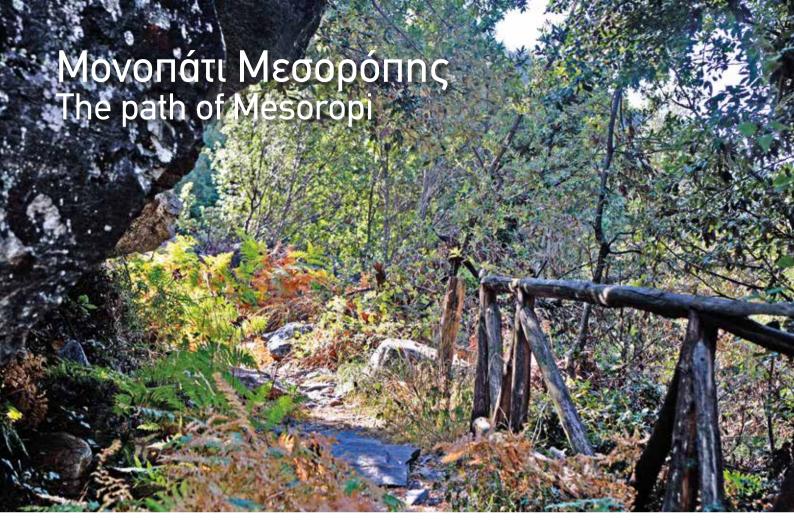
This requires the will to persist discovering nature as well as ourselves.

If we wish to showcase the liveliness, freshness and accuracy of our wines we need to understand the natural habitat and experiment with different ingredients whilst respecting the environment.

Our vines

For decades, the Apostolides estate produces wines designed by different characters of the same family, combined with the power and beauty of this excellent parcel of land guaranteeing wines of high quality.





Tips

Για τους πιο μυημένους το μονοπάτι μετά την τρίτη ξύλινη γέφυρα χωρίζει και πηναίνει προς την κορυφή Αυγό και στα καταφύγια Αλέξανδρος Τσιλογιώργης και Χατζηγεωργίου του ΕΟΣ Καβάλας 1933. For the more experienced wanderers, after the third wooden bridge the path makes a split and winds up to the Avgo Summit and the refuges of Alexandros Tsilogiorgis and Chatzigeorgiou of the Kavala Greek Mountaineering Club 1933.





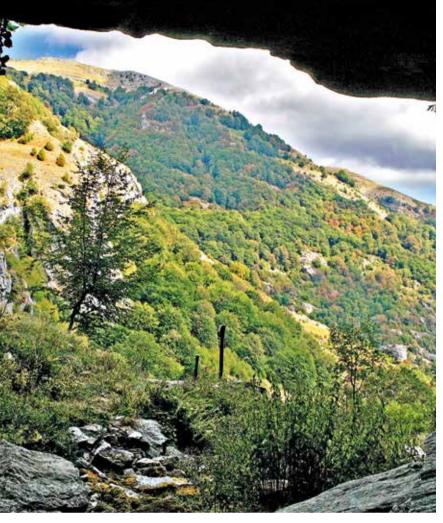
Πρόσφατα διαμορφωμένη διαδρομή μήκους 5.140 μ. με αφετηρία το χωριό Μεσορόπη και κατάληξη μετά από πορεία περίπου 4 ωρών στο σπήλαιο της Βοσκόβρυσης. Το μονοπάτι είναι σχεδιασμένο έτσι ώστε να βρίσκεται κοντά στο ρέμα (όπου υπάρχει ροή νερού όλο το χρόνο), ενώ η φύση χαρίζει απλόχερα την ομορφιά της αφού συναντάει ο οδοιπόρος πολλούς καταρράχτες με τον μεγαλύτερο να είναι 7μέτρα, ξύλινα γεφύρια, αλλά και πολλά είδη δέντρων όπως οι βελανιδιές, τα πλατάνια, οι οξιές, οι σχοίνοι και οι φτέρες. Η πανίδα περιλαμβάνει λαγούς, αλεπούδες, τσακάλια, αγριογούρουνα, λύκους, γεράκια αλλά και καραβίδες στις γκιόλες που σχηματίζονται. Η θέα προς την Πιέρια κοιλάδα αλλά και προς τις κορυφές του Παγγαίου σε συνδυασμό με τον ήχο του

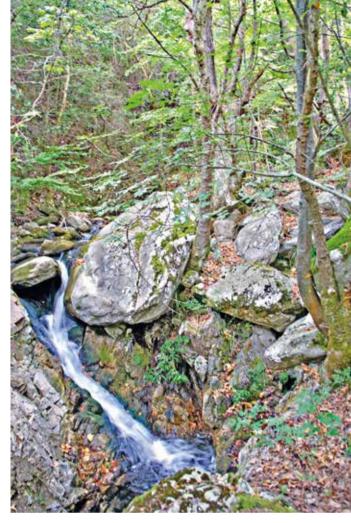


This is a recently formed route of 5,140m., which begins at the village of Mesoropi and ends up in the cave of Voskovrisi, after a 4-hour walk. The path is designed to follow the stream, (with its continuous water flow throughout the year), while nature shares its beauty with the wanderer. Many waterfalls -the biggest one is 7 meters high, wooden bridges and many different kinds of trees, like oak trees, plane trees, bulrushes and ferns. The fauna includes hares, foxes, jackals, wild boars, wolves, hawks and even crayfish in small lakes. The view to the valley of Piereon and



+30 2510 231 231 call center





Tips Για όσους έχουν σκοπό να εισέλθουν έστω και λίγο στην σπηλιά είναι απαραίτητο να έχουν τον κατάλληλο εξοπλισμό. For anyone who intends to enter the cave even for a short time, appropriate equipment is essential.





νερού ικανοποιεί όλες τις αισθήσεις ενώ για ξεκούραση υπάρχουν αρκετά σημεία κατάλληλα διαμορφωμένα σε όλο το μήκος του μονοπατιού. Η κατάληξη της διαδρομής, η σπήλια Βοσκόβρυση, η οποία στα έγκατα του Παγγαίου όρους γίνεται λιμναία εντυπωσιάζει τον επισκέπτη όπως και το σημείο όπου βρίσκεται, αγκαλιασμένη από βράχους που έχουν ύψος αρκετών δεκάδων μέτρων.

Ο οδοιπόρος χρειάζεται καλή παρέα, την απαραίτητη ένδυση και είναι σίγουρο ότι η φύση που θα συναντήσει θα τον ενθουσιάσει και θα τον μαγνητίσει.

towards Mount Paggaio peaks, combined with the sound of water satisfies all the senses while there are many spots for relaxation that are properly tailored along the path. At the end of the journey, the visitor reaches the entrance of the cave of Voskovrisi, a place of stunning beauty: embraced by several meters high cliffs, it transforms into an underground lake in the bowels of Mount Paggaio.

Wanderers need only good company and the appropriate clothing, for it is certain that nature shall excite and charm them.







Pathway of Palia Kavala / Μονοπάτι Παλιάς Καβάλας







Αφήνοντας τον κεντρικό δρόμο (λίγα μόλις μέτρα μετά την διασταύρωση για το χωριό Παλιά Καβάλα) μπαίνουμε σε έναν στρωτό χωματόδρομο και αφού περάσουμε μία στάνη φτάνουμε μετά από 500-600μ στα εγκαταλελειμμένα λατομεία μαρμάρου. Από εκείνο το σημείο ξεκινάει το μονοπάτι.

Μέσα από το κομμένο μάρμαρο που απλώνεται μπροστά μας, τους χειμερινούς μήνες δημιουργείται μία λίμνη ενώ προχωρώντας ακούγεται ο ήχος του ποταμού που περνάει από κάτω μας και έχουμε ήδη καταλάβει ότι θα μας συντροφεύει για όλη την διάρκεια της πεζοπορίας, όπως και η φύση που από πουρνάρια και θάμνους στα πρώτα μέτρα έχουν δώσει τη θέση τους σε μεγάλα πλατάνια. Σε κάθε μας βήμα νιώθουμε ότι ο αχός του ποταμού ολοένα και γίνεται μεγαλύτερος και πράγματι μετά από μία δεξιά στροφή ο αχός γίνεται εικόνα εντυπωσιακή, αφού μπροστά μας απλώνεται και επιβάλλεται στον χώρο ένας υπέροχος καταρράχτης 14-16 μέτρων. Στην πισίνα που σχηματίζεται σίγουρα το καλοκαίρι υπάρχει κόσμος που απολαμβάνει ένα κρύο μπάνιο και σε αυτό συνηγορούν τα σχοινιά που έχουν δεθεί από τα πλατάνια και που οδηγούν στην μέση της. Αποχαιρετώντας το νερό που με δύναμη γλύφει τα βράχια, το τοπίο αλλάζει και εκεί που το ποτάμι ήταν ανάμεσα σε βράχους τώρα σαν κρυμμένο μυστικό απλώνεται μία μικρή κοιλάδα που θαρρείς πως κόβεται στην μέση από το νερό. Αιωνόβια πλατάνια με κορμούς γιγάντιους γεμίζουν την κοιλάδα αυτή. Το μονοπάτι συνεχίζουμε στον φιδίσιο δρόμο του μέσα από ανηφοριές και κατηφοριές περνώντας συχνά χαρακτηριστικά ξύλινα γεφυράκια. Άλλοτε είμαστε σχεδόν πάνω από την κοίτη του ποταμού και άλλοτε το αφήνουμε για να ανέβουμε λίγο πιο ψηλά. Ένα ακόμα αποτύπωμα αυτή τη φορά ανθρώπινης παρέμβασης πάνω στην διαδρομή είναι οι ερειπωμένοι νερόμυλοι που κάποτε ήταν το κέντρο παραγωγής αλεύρου της περιοχής. Με αυτές τις εικόνες το μονοπάτι σιγά- σιγά αφήνει το ποτάμι και ανηφορίζει για τα σπίτια του χωριού της Παλιάς Καβάλας.











Just a few meters after the crossroads to the village of Palia Kavala we abandon the central road and enter a straight dirt road and after we pass by a fold, we reach after 500-600 meters the abandoned marble quarries. This is the starting point of the path.

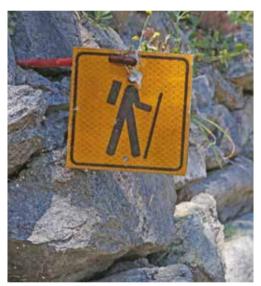
Through the cut marble that lies in front of us, a lake is created during winter time, while the sound of the river that runs below, as well as nature, shall accompany us to the end of our journey. Holm-oaks and bushes are replaced by large plane trees as we move further. In every step we feel more intensely the river hum and indeed, after a right turn this hum becomes a spectacular picture: a sublime waterfall of about 14-16 meters stretching and imposing itself on the area. Certainly, during summertime, there are people who enjoy a cold swim at the pool that is formed; the ropes that have been tied on the plane trees contrib-



ute to this thought. After taking our leave of the water that furiously falls on the rocks, the landscape changes and the river, that before flowed among the rocks, now passes through a small valley, which stretches like a hidden secret, and one may think that it is cut in the middle by the water. This valley is filled with perennial plane trees with gigantic trunks. The path continues twisting with uphill and downhill routes, often passing by the characteristic wooden bridges. Sometimes we find ourselves right above the river bed and sometimes we wander away to go a little higher. Another print -this time of human interference- along the route are the ruined watermills that once used to be the flour production center of the region. With those images in mind, the path gradually leads away from the river and continues uphill towards the village houses.







The Waterway Trail / Ο δρόμος του Νερού



Η Παλιά Καβάλα ήταν πάντοτε γνωστή για τα πολλά νερά της. Ένας τόπος ευλογημένος, πλούσιος σε πηγές με γάργαρα και δροσερά νερά. Πέντε περίπου χιλιόμετρα νότια του χωριού, βρίσκεται η περιοχή «Σούμπασι» ή «Μάνα του νερού», μια τοποθεσία που έχει άφθονες από αυτές. Όταν ο Ιμπραήμ πασάς ανέλαβε την υδροδότηση της Καβάλας (1523-1536), η περιοχή αυτή της Παλιάς Καβάλας φάνταζε ιδανική, καθώς είχε όλες της προϋποθέσεις. Ήταν άλλωστε μια δοκιμασμένη λύση από τους Βυζαντινούς χρόνους, απείχε λίγα μόλις χιλιόμετρα από την Καβάλα, ήταν πλούσια σε πηγές και το βασικότερο, είχε μεγαλύτερο υψόμετρο από την πόλη.

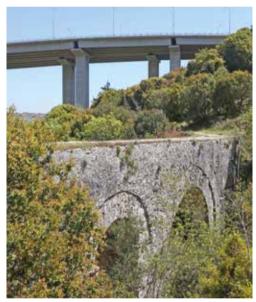
Αρχικά κατασκευάστηκε μια υπόγεια δεξαμενή,

όπου εκεί συγκεντρώνονταν τα νερά από τις γύρω πηγές, στη συνέχεια μέσω λιθόκτιστων αυλακιών και περίτεχνων γεφυριών, το νερό έφτανε στο υδραγωγείο της Καβάλας, τις γνωστές Καμάρες, για να υδροδοτηθεί η πόλη.

Πρόκειται για μια διαδρομή 10 χιλιομέτρων περίπου, που ξεκινά από την Παλιά Καβάλα και καταλήγει στη περιοχή Άγιος Κωνσταντίνος της Καβάλας, είναι δε γνωστή και ως «δρόμος του νερού».

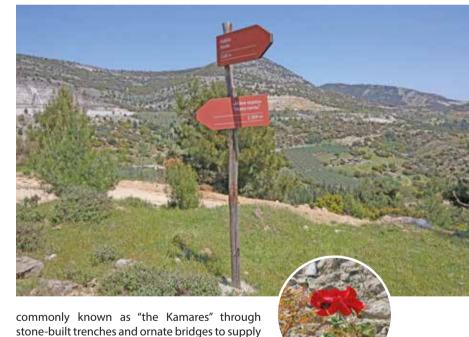
Ουσιαστικά η εν λόγω τοποθεσία αποτελεί το σημαντικότερο μονοπάτι της Καβάλας, όχι μόνο λόγω της αισθητικής του αξίας, αλλά κυρίως για τα ιδιαίτερα ιστορικά και πολιτισμικά στοιχεία που διαθέτει.





Palia Kavala was always well-known for its many waters. It is a place blessed, rich in springs with clear and fresh waters. About five kilometers south of the village lies "Subasi", or "Mother of the Water", a site with lots of springs. When Imbrahim Pasha undertook Kavala's water supply (1532-1536), this site of Palia Kavala seemed ideal, since it meets all requirements. Besides, it was an already tried and tested solution since the Byzantine era, it was only a few kilometers away from Kavala, was rich in springs and, the most important thing, its altitude was higher than the one of the city.

At first an underground water tank was built, to concentrate the water from the nearby springs, then the water was reaching Kavala's aqueduct,



the city with water. It is a 10 kilometer walk, more or less, starting from Palia Kavala and finally reaching the district of Agios Konstantinos in Kavala, also known as

the "water road".

In essence, this site is the most important path of Kavala, not only for its aesthetic value, but mainly for its special historical and cultural

elements.

The path is divided into two parts. The first half, about 5 kilometers long, extends from Kavala up to the "Mother of the Water", at the site of "Tria Karagatsia". The second half, 5.5 kilometers long, extends up to the village of Palia Kavala.









Η διαδρομή χωρίζεται σε δύο τμήματα. Το πρώτο μισό, με μήκος 5 χιλιόμετρα, φτάνει από την Καβάλα μέχρι τη «Μάνα του Νερού» στην τοποθεσία «Τρία Καραγάτσια». Το δεύτερο μισό, με μήκος 5,5 χιλιόμετρα, φτάνει μέχρι το χωριό της Παλιάς Καβάλας.

Το πρώτο τμήμα ακολουθεί το δρόμο που ακολουθούσε και το νερό, για να υδροδοτήσει την πόλη στα χρόνια της τουρκοκρατίας. Το μονοπάτι περνάει από 5 πέτρινα γεφύρια και ελίσσεται πάνω στο παλιό σκεπασμένο αυλάκι, όπου το νερό κυλούσε για να καταλήξει στο εντυπωσιακό υδραγωγείο, «τις Καμάρες», στην Καβάλα.

The first part follows the same road with the water, in order to supply with water the city during the period of the Turkish domination. The path passes through 5 stone bridges and maneuvering itself along the old roofed trench, in which the water flowed, to end up in the impressive aqueduct, "the Kamares" in Kavala.

PALIA KAVALA NATURE TRAIL



WoodWaterWild is a music, sports and outdoor activities Festival that is held every year at the beginning of the summer season.

▼ SCAN ME

0



Wood Water Wild



Visit Kavala



The venue of the festival is within the beautiful natural environment of the Palia Kavala Nature Trail, located 17 kilometers from the city of Kavala. Entrance to the festival is free and receives thousands of visitors of all ages during its duration.

Concerts

Workshops

Sports

Hiking

Outdoor activities

Exhibitions

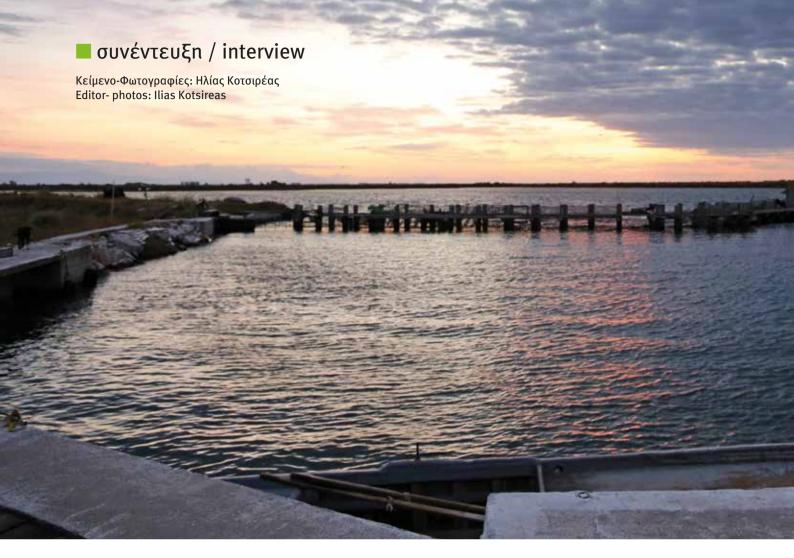
ORGANIZED BY -











Ανδρέας Καραγιώργης Andreas Karagiorgis

Ο τομέας της αλιείας και της αλιευτικής πολιτικής είναι πολύ σημαντικός για την περιοχή μας. Μέσα σε μερικές δεκάδες χιλιόμετρα τρεις μεγάλοι ποταμοί (Νέστος, Στρυμόνας, Έβρος) και αρκετοί μικρότεροι φτάνουν στα γαλάζια νερά του Αιγαίου Πελάγους που στην περιοχή μας το ονομάζουμε και Θρακικό. Επίσης μερικές από τις μεγαλύτερες λιμνοθάλασσες της χώρας μας βρίσκονται εδώ. Ο πλούτος των θρεπτικών συστατικών που φέρνουν μαζί τους τα ποτάμια κάνουν τα νερά μας πλούσια σε ψάρια. Συναντήσαμε τον Αντιπεριφερειάρχη Αλιευτικής Πολιτικής ΠΑΜΘ, κ. Ανδρέα Καραγιώργη για να μάθουμε περισσότερα για την αλιεία, καθώς όλο το χρόνο γευόμαστε τις νοστιμιές της θάλασσας πόσο μάλλον το καλοκαίρι!

The sector of fishing and fisheries policy is very important for our region. Within a few tens of kilometers, three large rivers (Nestos, Strymonas, Evros) and several smaller ones reach the blue waters of the Aegean Sea, which in our area we also call Thracian. Also, some of the largest lagoons of our country are located here. The wealth of nutrients that the rivers bring with them make our waters rich in fish. We met the Deputy Governor of Fisheries Policy Region of Eastern Macedonia and Thrace, Mr. Andreas Karagiorgis, to learn more about fishing, as we enjoy the delicacies of the sea all year round, let alone in the summer!



Αγαπητέ κ. Καραγιώργη, η περιοχή μας είναι η μόνη που έχει ουσιαστικά θέση αντιπεριφερειάρχη αλιείας σε όλη την Ελλάδα. Τι την κάνει τόσο ξεχωριστή ώστε να υπάρχει αυτή η ανάγκη και ποιες είναι οι αρμοδιότητες σας;

Το 2019 όταν ανέλαβε η νέα διοίκηση της περιφέρειας ΑΜΘ αποδέχτηκε ένα σημαντικό δεδομένο το οποίο επικαλέστηκα στην εισήγηση μου για την δημιουργία της αντιπεριφέρειας αλιευτικής πολιτικής. Αυτό ήταν το γεγονός ότι η περιφέρεια μας παράγει το 29% από τα αλιευτικά προϊόντα στο σύνολο της ελληνικής παραγωγής. Άρα ήταν πολύ σημαντικό να μην παραμείνει η οργάνωση στρατηγικής και η στήριξη των αλιέων της περιοχής μας σε ένα γενικότερο πλαίσιο του Υπουργείου Αγροτικής Παραγωγής και να δημιουργηθεί αντιπεριφέρειας αλιευτικής πολιτικής μοναδική στην Ελλάδα.

Έτσι οι παράκτιες περιοχές που εκτείνονται από τον Στρυμώνα μέχρι τον Έβρο δημιουργούν ένα ευρύ φάσμα δυνατοτήτων. Στα πλαίσια αυτών εντάσσονται ακριβώς οι δικές μου αρμοδιότητες.

Χιλιάδες κόσμος επισκέπτεται της θά-



Dear Mr. Karagiorgis, our region is the only one that actually has the position of deputy regional governor of fisheries in all of Greece. What makes it so special that this need exists and what are your responsibilities?

In 2019, when the new administration of the EMT region took over, it accepted an important fact which I invoked in my proposal for the creation of the regional fisheries policy. This was the fact that our region produces 29% of the fishery products in the total Greek production. So, it was very important that the strategic organization and support of the fishermen of our region does not remain in a more general framework of the Ministry of Agricultural Production and to create a unique regional fisheries policy in Greece.

Ο Αντιπεριφερειάρχης Αλιευτικής Πολιτικής ΠΑΜΘ, κ. Ανδρέας Καραγιώργης.

Mr. Andreas Karagiorgis, Deputy Governor of Fisheries Policy Region of Eastern Macedonia and Thrace.





Πριν την στρατηγική της ανάπτυξης ήταν απολύτως αναγκαίο να διευθετήσουμε βασικά θέματα κτηρίων, μισθώσεων. Before the development strategy, it was absolutely necessary to settle basic issues of buildings, rentals.

λασσες μας και γεύεται τις νοστιμιές της. Επιτρέπεται το ψάρεμα στην περιοχή μας; Ποιες είναι οι απαγορεύσεις που υπάρχουν;

Με αυτή την ερώτηση μου δίνετε την ευκαιρία να αναφερθώ στον τουρισμό και συγκεκριμένα σε όλα όσα σχετίζονται με τον θαλάσσιο τουρισμό.

Όλοι παραδεχόμαστε ότι ο τουρισμός είναι η "βαριά" μας βιομηχανία. Πόσο μάλλον όταν σχετίζεται με την θάλασσα και τα προϊόντα της.

Δεδομένης της ύπαρξης σπάνιων οστρακοειδών και αλιευμάτων αρίστης ποιότητας, και είδη όπως το μπλε καβούρι, σίγουρα στο κομμάτι της γεύσης και της καθόλα υγιεινής διατροφής, οπωσδήποτε έχουμε να προσφέρουμε στους επισκέπτες μας, εξαιρετικές εμπειρίες απόλαυσης.

Thus the coastal areas that stretch from the Strymonas to the Evros create a wide range of possibilities. Within these frameworks, my own responsibilities are included.

Thousands of people visit our seas and taste its delicacies. Is fishing allowed in our area? What are the prohibitions?

With this question you give me the opportunity to refer to tourism and specifically to everything related to marine tourism.

We all admit that tourism is our «heavy» industry. Especially when it is related to the sea and its products.

Given the existence of rare shellfish and top quality catches, and species such as the blue crab, certainly in terms of taste and overall healthy eating, we are sure to offer our guests exceptional experiences of enjoyment.

But there is also a part of tourism that is marine and underwater with all the known measures of protection and respect for the environment that allow amateur fishing activities that really excite the lovers of the sea.

Marine parks, diving and reefs make up a puzzle of options.

In our lagoons there are large fishing units; there is also a large fleet of fishing boats as well as areas where mussel farming is developed. What do you think are the growth prospects?

In the area covered by my own responsibilities, I found primitive situations. Heroically fighting fishermen -as I would say- and





ΟΡΓΑΝΙΣΜΟΣ ΚΕΝΤΡΙΚΩΝ ΑΓΟΡΩΝ & ΑΛΙΕΙΑΣ Α.Ε.

Kavala's fish wharve

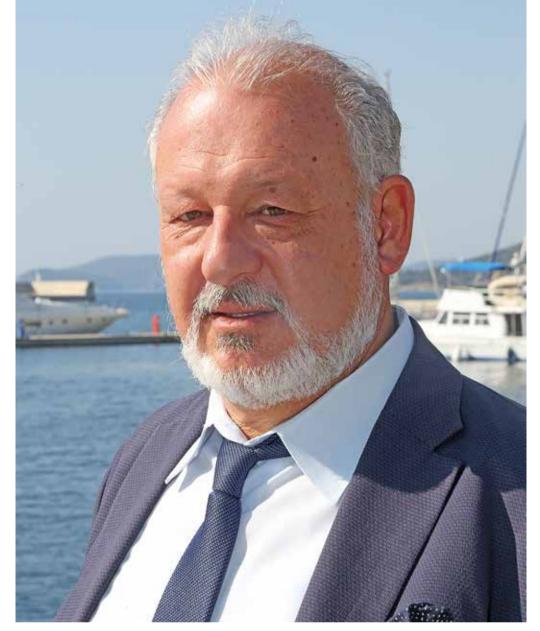








Οι δυνατότητες ανάπτυξης είναι πολύ μεγάλες! Αυτό γιατί μέσω των αξόνων του προγράμματος 2021-2027 υπάρχει ένα τεράστιο ποσό της τάξεως των 600.000.000 ευρώ από τα ευρωπαϊκά προγράμματα που αφορούν την θάλασσα και την αλιεία. The growth potential is huge! This is because through the axes of the 2021-2027 program there is a huge amount of 600,000,000 euros from the European programs concerning the sea and fishing.



Όμως υπάρχει κι ένα κομμάτι τουρισμού που είναι ο θαλάσσιος και υποθαλάσσιος με όλα τα γνωστά μέτρα προστασίας και σεβασμού στο περιβάλλον που επιτρέπουν ερασιτεχνικές δράσεις ψαρέματος που πραγματικά συγκινούν τους λάτρεις της θάλασσας.

Θαλάσσια πάρκα, καταδύσεις και ύφαλοι συνθέτουν ένα παζλ επιλογών.

Στις λιμνοθάλασσές μας υπάρχουν μεγάλες αλιευτικές μονάδες, επίσης υπάρχει μεγάλος στόλος από αλιευτικά σκάφη καθώς και περιοχές που αναπτύσσεται η μυδοτροφεία. Ποιες θεωρείτε πως είναι οι προοπτικές ανάπτυξης;

Στην περιοχή που καλύπτεται από τις δικές μου αρμοδιότητες βρήκα πρωτόγονες καταστάσεις. Ηρωικά μαχόμενους θα έλεγα αλιείς και αλιευτικούς συνεταιρισμούς που αγωνίζονται να αντιμετωπίσουν τα πάντα μόνοι τους. Πριν λοιπόν την στρατηγική της ανάπτυξης ήταν απολύτως αναγκαίο να διευ-

fishing cooperatives who struggle to face everything alone. Therefore, before the development strategy, it was absolutely necessary to settle basic issues of buildings, rentals, in order for our fishermen to have the possibility to join various programs.

The growth potential is huge! This is because through the axes of the 2021-2027 program there is a huge amount of 600,000,000 euros from the European programs concerning the sea and fishing.

Natura and the Ramsar Convention throughout the coastal zone certify the quality of our fishery products. Given all this, attracting investors becomes an attractive process due to products, space and conditions.

Mr. Karagiorgis, what were the problems you identified upon the adoption of your duties? What concerned you the most?

First of all, let's mention the range, which is very large in terms of mileage. Then let's



1st Filikis etairias str., Kavala T. +30 2510240878

restaurant - fish shop







Δεδομένης της ύπαρξης σπάνιων οστρακοειδών και αλιευμάτων αρίστης ποιότητας, και είδη όπως το μπλε καβούρι, σίγουρα στο κομμάτι της γεύσης και της καθόλα υγιεινής διατροφής, οπωσδήποτε έχουμε να προσφέρουμε στους επισκέπτες μας, εξαιρετικές εμπειρίες απόλαυσης.

Given the existence of rare shellfish and top quality catches, and species such as the blue crab, certainly in terms of taste and overall healthy eating, we are sure to offer our guests exceptional experiences of enjoyment.

θετήσουμε βασικά θέματα κτηρίων, μισθώσεων, προκειμένου να έχουν την δυνατότητα οι αλιείς μας να εντάσσονται σε διάφορα προγράμματα.

Οι δυνατότητες ανάπτυξης είναι πολύ μεγάλες! Αυτό γιατί μέσω των αξόνων του προγράμματος 2021-2027 υπάρχει ένα τεράστιο ποσό της τάξεως των 600.000.000 ευρώ από τα ευρωπαϊκά προγράμματα που αφορούν την θάλασσα και την αλιεία.

Η natura και η συνθήκη Ραμσάρ σε όλο το εύρος της παράκτιας ζώνης πιστοποιούν την ποιότητα των αλιευτικών προϊόντων μας. Με δεδομένα όλα αυτά η προσέλκυση επενδυτών καθίσταται μία ελκυστική διαδικασία λόγω προϊόντων, χώρου και συνθηκών.

Κύριε Καραγιώργη ποια ήταν τα προβλήματα που εντοπίσατε με την ανάληψη των καθηκόντων σας; Τι είναι αυτό που σας προβλημάτισε περισσότερο;

Πρώτα απ' όλα ν΄ αναφέρουμε το εύρος που είναι πολύ μεγάλο χιλιομετρικά. Κατόπιν να πούμε ότι εντοπίσαμε μία συστάδα 17 λιμνοθαλασσών μέσα σε natura περιοχές. Το τραγικό ήταν ότι οι αλιείς δεν γνώριζαν το τεράστιο ποσό χρηματοδότησης που υπάρχει από την Ε.Ε. στο υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης.

Και όσοι ήξεραν κάποια προγράμματα δεν είχαν τις βασικές προϋποθέσεις ένταξης. Συγκεκριμένα κτιριακές εγκαταστάσεις παραχωρημένες άτυπα, λιμνοθάλασσες χωρίς μίσθωση. Από την άλλη δεν υπήρχαν έργα υποδομής. Από την τσέπη τους οι αλιείς επιμελούνταν τις φραγές στομίων, τις εκβαθύνσεις που όπως καταλαβαίνετε ούτε οι αλιείς είχαν τα χρήματα για καλύτερη υποδομή, ούτε η υποδομή μπορούσε να έρθει χωρίς χρήματα. Επίσης δεν υπήρχε πιστοποίηση στ' αλιεύματα προκειμένου να επιτευχθεί η πολυπόθητη εξωστρέφεια όπως και η προσέλκυση επενδυτών και άρα η αύξηση του πλούτου όπως και θέσεων εργασίας.

Αυτό που με προβλημάτισε ήταν ότι και οι λιμνοθάλασσες για παράδειγμα ήταν ένα κασελάκι με πολλά χρήματα για αξιοποίηση, που δεν είχαμε βρει τον τρόπο να το ανοίξουμε.

Πείτε μας μερικά λόγια για τις λιμνοθάλασσες μας, για την ποιότητα των ψαριών αλλά και τους τρόπους που πρέπει να αναπτυχθούν τόσο αλιευτικά όσο και τουριστικά αυτές οι περιοχές που σχεδόν ολοκληρωτικά ανήκουν στο δίκτυο Natura.

Νομίζω ότι έχει απαντηθεί σχεδόν αυτό

το ερώτημα. Εκείνο όμως που είναι σημαντικό να τονίσουμε εδώ είναι ότι η αλιεία και η θάλασσα έχουν μεγάλες προοπτικές ανάπτυξης. Είναι χαρακτηριστικό ότι η Ε.Ε. εγκρίνει πολύ μεγάλα προγράμματα που αφορούν όλα αυτά σε συνάρτηση με τον θαλάσσιο τουρισμό.

Η natura που αφορά το σύνολο των παράκτιων περιοχών της περιφέρειάς μας, τα δύο μεγάλα λιμάνια, τα δύο μεγάλα αεροδρόμια, η σιδηροδρομική γραμμή που έρχεται, συστήνουν τον τρόπο εκμετάλλευσης κι αξιοποίησης όσων έχουν να μας προσφέρουν οι λιμνοθάλασσες μας. Οι εκβαθύνσεις, τα στόμια, οι ιχθυοφραγμοί, οι ιχθυοσυλλέκτες, τα χειμάδια όπου λιμνάζουν τα ψάρια είναι έργα υποδομής και ανάπτυξης. Αυτά διεκδικούμε να επιδοτήσουμε με το μεγάλο πρόγραμμα που ανέρχεται στο ποσό των 20.000.000 περίπου ευρώ για την αλιεία στην περιφέρεια μας. Ένα πρόγραμμα για το οποίο έχουμε κοπιάσει όλοι οι εμπλεκόμενοι φορείς πάρα πολύ!

Σίγουρα έχετε γυρίσει όλη την περιφέρεια μας λόγω της ιδιότητάς σας. Πείτε μας μερικά σημεία που οπωσδήποτε πρέπει να δει ο αναγνώστης μας.

Δεν θα αναφερθώ εδώ σε θαλάσσιους προορισμούς αλλά σε αρχαιολογικούς, θρησκευτικούς... Έχουμε το αρχαίο θέατρο των Φιλίππων, το βήμα του Απόστολου Παύλου, την Λύδια, τ΄ Άβδηρα, το Ιερό σκήνωμα του Αγίου Γρηγορίου στην Καρβάλη, το μοναστήρι των Νικητών στο δήμο Νέστου, όπως και την αρχαία Πίτυρο και πολλά ακόμα. Όλα αυτά μπορούν να προσελκύσουν τουρίστες σε συνδυασμό με την θάλασσα η οποία παρέχει την δυνατότητα πολλών επιλογών άθλησης, διασκέδασης αλλά και γευσιγνωσίας.

Πιστεύετε πως υπάρχουν δυνατότητες συμπράξεων μεταξύ του πρωτογενή τομέα και της τουριστικής βιομηχανίας και αν ναι ποιες μπορεί να είναι αυτές;

Εύλογα λοιπόν μετά από την προηγούμενη ερώτησή σας προκύπτει από όσα αναφέρθηκαν ότι οπωσδήποτε υπάρχουν δυνατότητες σύμπραξης του πρωτογενή τομέα και της τουριστικής βιομηχανίας. Η εξωστρέφεια, η προσέλκυση επενδύσεων που σχετίζονται με την θάλασσα αλλά και με τον τουρισμού, η λεγόμενη γαλάζια οικονομία και ο θαλάσσιος τουρισμός ενδεικνύουν την ανάγκη συμπράξεων προκειμένου να υπάρχει μια πιο καλά οργανωμένη αξιοποίηση



τον θαλάσσιο τουρισμό.
Fishing and the sea have great growth prospects. It is characteristic that the E.U. approves very large programs concerning all these in relation to maritime tourism.

Η αλιεία και η θάλασσα έχουν μεγάλες προοπτικές ανάπτυξης. Είναι χαρακτηριστικό ότι η Ε.Ε. εγκρίνει πολύ μεγάλα προγράμματα που αφορούν όλα αυτά σε συνάρτηση με

say we identified a cluster of 17 lagoons within natura areas. The tragic thing was that the fishermen were not aware of the huge amount of funding available from the EU. in the Ministry of Rural Development.

And those who knew some programs did not have the basic conditions for inclusion. More specifially, there are building facilities granted informally or lagoons without lease. On the other hand, there were no infrastructure projects. The fishermen themselves took care of the estuary barriers, the dredgings which as you understand neither the fishermen had the money for better infrastructure nor the infrastructure could come without money. There was also no certification of the catches in order to achieve the desired extroversion as well as the attraction of investors and therefore the increase of wealth as well as jobs.

What troubled me was that the lagoons, for example, were a pocket with a lot of mon-

ey to exploit, which we had not found the way to open.

Tell us a few words about our lagoons, about the quality of the fish, but also about the ways in which these areas, which almost entirely belong to the Natura network, should be developed both in terms of fishing and tourism.

I think that question is pretty much answered. But what is important to emphasize here is that fishing and the sea have great growth prospects. It is characteristic that the E.U. approves very large programs concerning all these in relation to maritime tourism.

The Natura that concerns all the coastal areas of our region, the two large ports, the two large airports, the railway line that is coming, recommend the way of exploitation and utilization of what our lagoons have to offer us. The dredgings, the mouths, the fish barriers, the fish collectors, the sluices where



Τρέχουμε το μεγάλο πρόγραμμα που φτάνει τα 20.000.000 ευρώ! Πρόγραμμα που βρίσκεται στην τελική φάση έγκρισης. We are running the big program that reaches 20,000,000 euros! A program which is in the final approval phase.

- απορρόφηση προγραμμάτων επιδότησης και δυνατοτήτων πολύπλευρων παροχών υπηρεσιών εντός και εκτός των ορίων της περιφέρειας μας!

Πείτε μας μερικά λόγια για όσα έχετε πετύχει αλλά και για εκείνα που προσπαθείτε να πετύχετε στο μέλλον.

Στα 4 χρόνια της σημερινής διοίκησης της περιφέρειας και με δεδομένο ότι για πρώτη φορά υπήρξε στην Ελλάδα αντιπεριφέρεια αλιευτικής πολιτικής της οποίας είχα την τιμή ν' αναλάβω, εκείνο που προσπαθήσαμε ήταν να δημιουργήσουμε την κατάλληλη υποδομή έτσι ώστε στο μέλλον να είναι πιο στέρεη η στρατηγική ανάπτυξης της περιφέρειας μας.

Η έλλειψη ενημέρωσης των αλιέων σχετικά με τα χρηματοδοτικά εργαλεία ήταν ένα χαρακτηριστικό κενό το οποίο προσπαθήσαμε και πετύχαμε να καλύψουμε.

Οργανώσαμε την εκμετάλλευση των κτηριακών εγκαταστάσεων σε ένα καθεστώς μισθώσεως έτσι ώστε να γίνουν νόμιμα, με χαμηλές τιμές έγιναν μισθωτήρια στις λιμνοθάλασσες για να δημιουργηθούν οι δυνατότητες ανάπτυξης.

Με το μέτρο 5.1 κάναμε όλες τις απαραίτητες ενέργειες έτσι ώστε να οργανώσουμε την εξωτερίκευση της παραγωγής όπως θέλαμε και να εξασφαλίσουμε την πιστοποίηση.

Τρέχουμε το μεγάλο πρόγραμμα που φτάνει τα 20.000.000 ευρώ! Πρόγραμμα που βρίσκεται στην τελική φάση έγκρισης.

Εξασφαλίσαμε πρόσφατα την πληρωμή αποζημίωσης 2.745.000 ευρώ για τους οστρακοκαλλιεργητές για πρώτη φορά στην ιστορία της Ελλάδας.

Ζητήσαμε την δημιουργία ενός φορέα αποζημίωσης για τους αλιείς.

Εκθέσεις στο εξωτερικό, προώθηση και στρατηγικές προσέλκυσης επενδυτών για μεταποίηση, συσκευασία και όλα τα θετικά που αυτό συνεπάγεται.

Κάναμε παρεμβάσεις στο κέντρο των ευρωπαϊκών αποφάσεων στις Βρυξέλλες για θέματα αλιευτικής πολιτικής, γαλάζιας οικονομίας και βιώσιμης ανάπτυξης.

Με βάση όλα αυτά που πετύχαμε τα 4 αυτά χρόνια έχουμε την δυνατότητα ν' αναπτύξουμε, να φέρουμε επενδύσεις, να δημιουργήσουμε θέσεις εργασίας και να παράξουμε εισόδημα για τους ανθρώπους του κλάδου οι οποίοι μπορούν να δουν στο μέλλον την περιφέρειά μας ως τον βασικό πόλο έλξης για το αλιευτικό προϊόν.

Μέσω της στρατηγικής αυτής σαφώς ανοίγονται πελώριες δυνατότητες επαγγελματικής ενασχόλησης για τους νέους της περιοχής οι οποίοι θα έχουν την δυνατότητα να παραμείνουν στον τόπο τους δημιουργώντας μ' ευμάρεια το μέλλον τους.

Σας ευχαριστούμε πολύ.

Εγώ σας ευχαριστώ πάρα πολύ για την δυνατότητα που μου δώσατε να μιλήσω εφ' όλης της ύλης για το έργο της ανιπεριφέρειας αλιευτικής πολιτικής.

the fish are pooled, are infrastructure and development projects. We claim to subsidize these with the large program amounting to approximately 20,000,000 euros for fishing in our region. A program for which all the parties involved have worked very hard!

You have certainly toured our entire district because of your status. Tell us some must-see spots for our reader.

I will not refer here to maritime destinations but to archaeological, religious ones... We have the ancient theater of Philippi, the podium of the Apostle Paul, Lydia, Avdira, the Holy relic of St. Grigorios in Karvali, the monastery of the Victors in the municipality of Nestos, as well as the ancient Pitiro and many more. All this can attract tourists in combination with the sea which provides the possibility of many options for sports, entertainment and tasting.

Do you think there are possibilities for partnerships between the primary sector and the tourism industry and if so what might they be?

So, reasonably, after your previous question, it follows from what was mentioned that there are certainly possibilities for a partnership between the primary sector and the tourism industry. The extroversion, the attraction of investments related to the sea but also to tourism, the so-called blue economy and maritime tourism indicate the need for partnerships to have a more well-organized exploitation - absorption of subsidy programs and possibilities of multifaceted service provision inside and outside the boundaries of our region!

Tell us a few words about what you have achieved and what you are trying to achieve in the future.

In the 4 years of the current administration of the region and given that for the first time in Greece there was a fisheries policy region that I had the honor of taking over, what we tried was to create the appropriate infrastructure so that in the future the development strategy of our region will be more stable.

Fishermen's lack of information about financial tools was a characteristic gap that we managed to fill and succeeded.

We organized the exploitation of the building facilities in a lease regime so that they become legal; at low prices, they be-



Με βάση όλα αυτά που πετύχαμε τα 4 αυτά χρόνια έχουμε την δυνατότητα ν' αναπτύξουμε, να φέρουμε επενδύσεις, να δημιουργήσουμε θέσεις εργασίας και να παράξουμε εισόδημα για τους ανθρώπους του κλάδου.

Based on all that we have achieved in these 4 years we have the ability to develop, bring investments, create jobs and generate income for the people in the industry. came leaseholds in the lagoons to create the possibilities of development.

With the 5.1 measure, we took all the necessary actions in order to organize the outsourcing of the production as we wanted and to ensure the certification.

We are running the big program that reaches 20,000,000 euros! A program which is in the final approval phase.

We recently secured the payment of compensation of 2,745,000 euros to shell-fish farmers for the first time in the history of Greece.

We requested the creation of a compensation body for fishermen.

Exhibitions abroad, promotion and strategies for attracting investors for processing, packaging and all the benefits that this entails.

We made interventions at the center of European decisions in Brussels on issues of fisheries policy, blue economy and sustainable development.

Based on all that we have achieved in these 4 years we have the ability to develop, bring investments, create jobs and generate income for the people in the industry who can see our region in the future as the main attraction for the fishery product.

Through this strategy, huge possibilities of professional employment are clearly opened up for the young people of the region, who will have the possibility to stay in their place, creating a prosperous future for themselves.

Thank you very much.

I thank you too for the opportunity you gave me to speak in full about the work of the regional fisheries policy.

■ θρησκευτικές περιηγήσεις / religious tours

Ιερός Ναός Αγίου Γρηγορίου

Church of St. Gregory of Nazianzus





Στην εκκλησία του Αγίου Γρηγορίου της Νέας Καρβάλης, φυλάσσεται το σκήνωμα του Αγίου Γρηγορίου, που μεταφέρθηκε από την Καππαδοκία το 1924. Αποτελεί έναν από τους πιο σημαντικούς προσκυνηματικούς τόπους της Μακεδονίας, όπου χιλιάδες πιστοί προσέρχονται για να τον τιμήσουν. Την ημέρα της εορτής του στις 25 Ιανουαρίου πραγματοποιείται και η λιτανεία τους σκηνώματός του στους κεντρικούς δρόμους της πόλης. Ο ιερός ναός διαθέτει ξενώνες προς φιλοξενία των προσκυνητών.



The relic of St. Gregory of Nazianzus, which was transferred from Cappadocia in 1924, is kept in the church of St Gregory of Nazianzus, in Nea Karvali. It is one of the most important pilgrimage places of Macedoniawith thousands of believersthat come to pay their respects. On his commemoration day, January 25th, the litany of his relic takes place on the central streets of the town. The church has also hospices to host pilgrims.

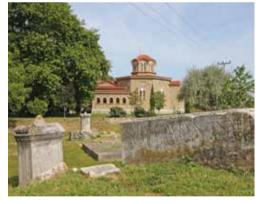
Η Αγία Λυδία η Φιλιππησία

ST. LYDIA of Thyatira



Στην περιοχή των Φιλίππων έχει ανεγερθεί στην κοίτη του ποταμού Ζυγάκτη ναός-βαπτιστήριο προς τιμήν της Αγίας. σύγχρονο χριστιανικό μνημείο με πολλά στοιχεία πρωτοχριστιανικά. Διαιρείται σε προαύλιο και εσωτερικό χώρο. Στον εξωτερικό χώρο, σύμφωνα με την παράδοση, τελούνται οι προκαταρκτικές λειτουργίες του Βαπτίσματος, η κατήχηση και η ομολογία της πίστεως ενώ στο εσωτερικό ή φωτιστήριο, βρίσκεται μαρμάρινη κολυμβήθρα σταυροειδούς σχήματος με βαθμίδες, στην οποία τελείται το μυστήριο της Βαπτίσεως.

Η εκκλησία-βαπτιστήριο της Αγίας Λυδίας είναι πλησιέστερη προς τη Βασιλική του Μουσείου των Φιλίππων, εντείνοντας σε αυτό και ο διάκοσμος με βιτρό στα παράθυρα.



In the region of Philippi a temple-baptism site in honor of St. Lydia has been constructed at the bank of River Zygatis, a modern Christian monument with many pre-Christian elements. It is divided into a yard and an interior part. At the outside part, according to tradition, the initiating of Baptism was taking place, catechism and confession of faith, while inside, at the so-called "place of illumination" lies the marble-made, cross-shaped font, with stairs, in which the sacrament of Baptism takes place.

The church-baptism site of St. Lydia resembles the Basilica of Philippi Museum, and to that contributes the window vitro ornament.

Η πρώτη Χριστιανή της Ευρώπης. The first Christian convert in Europe.







Περισσότερες πληροφορίες στις ιστοσελίδες: www.orthodoxia. gr, www.imdramas. gr/news/?id=471 Τηλ Επικοινωνίας: 25920-61566 For more information, visit the following links: www.orthodoxia. gr, www.imdramas. ar/news/?id=471 Contact Info: 25920 61566

* The monastery is named in honor of Virgin Mary and has taken the name "Acheiropoiitos", from the icon of Virgin Mary that lies inside, literary meaning "not made by human hand".



Κτισμένη στις βόρειες υπώρειες του Παγγαίου όρους, η μονή της Υπεραγίας Θεοτόκου της Αχειροποιήτου γνωστή ως Εικοσιφοινίσσης αποτελεί ένα λίκνο του μοναχισμού και του Χριστιανισμού. Η ίδρυση της χάνεται στα βάθη των αιώνων, μέσα σε πλήθος παραδόσεων και ιστοριών, μιας που δεν αναφέρεται σε επίσημες ιστορικές πηγές αλλά ταυτίζεται με τις απαρχές του μοναχισμού τον 5αι μ.Χ. Σύμφωνα λοιπόν με την παράδοση ο επίσκοπος Φίλιππων Σώζων μέλος της Δ΄ Οικουμενικής Συνόδου, ίδρυσε μικρό ναό στην θέση Βίγλα μόλις 50μ ανατολικά από το σημείο της μονής. Οι πρώτες ιστορικές μαρτυρίες αναφέρονται στον 14ο αι μ.Χ σε χειρόγραφο της μονής Κιλανδαρίου αλλά και σε πατριαρχικό σιγίλιο της μονής Βατοπεδίου.

Κτίτωρ της μονής θεωρείται ο όσιος Γερμανός, ο οποίος ήλθε στην περιοχή του Παγγαίου πιθανότατα μεταξύ του 850-900μ.Χ και με τη βοήθεια δύο βυζαντινών αρχόντων του Νεοφύτου και του Νικολάου, ολοκλήρωσε την μονή. Από το σημείο εκείνο και στα χρόνια που πέρασαν μέχρι σήμερα η μονή πέρασε περιόδους ακμής, αλλά και καταστροφών όπως του 1507 από τους Οθωμανούς και το 1917 και 1943 από τους Βούλγαρους. Λόγω των καταστροφών αυτών από τη μονή χάνονται μοναδικά κειμήλια, πολύτιμα σκεύη και χειρόγραφα.

Το 1967 μετατρέπεται σε γυναικεία μονή από τον μητροπολίτη Δράμας, ενώ σήμερα έχει 23 μοναχές. Γιορτάζει στις 15 Αυγούστου και 21 Νοεμβρίου ημέρες τιμής στην Υπεραγία Θεοτόκο.

Στο κέντρο της μονής βρίσκεται ο ναός των Εισοδίων της Θεοτόκου όπου και εκτίθεται σε προσκύνημα η θαυματουργή εικόνα της Υπεραγίας Θεοτόκου της Αχειροποιήτου, όπου η παράδοση αναφέρει ότι είναι μία από τις εικόνες του Αποστόλου Λουκά, αλλά η αποτύπωση της επάνω σε ξύλο έγινε από την ίδια την Παναγία. Πλήθος πιστών συρρέουν για να ικετεύσουν σε αυτή να λύσει τα προβλήματα τους και η Παναγία προστρέχει για την επίλυση τους. Στον ναό είναι άξιο θαυμασμού και το περίτεχνο ξυλόγλυπτο τέμπλο το οποίο φιλοτεχνήθηκε από Χιώτες τεχνίτες την περίοδο 1771-1802.





Built on the northern side of the foot of Mount Paggaio, the monastery of Yperagia Theotokos Acheiropoiitos*, also known as Eikosifoinissa, is a cradle of monasticism and Cristianity. Its founding goes back centuries, among many traditions and stories, since it is not mentioned by historical sources but identifies with the very beginning of monasticism in the 5th century A.D. According to tradition, the Bishop of Philippi, Sozon, a member of the 4th Ecumenical Council, founded a small church at the site of Vigla, only 50m east of the monastery's location. The first historical testimonies are mentioned in a 14th-century manuscript of the monastery of Chilandarion and in a patriarchal sigil in the monastery of Vatopedion.

Founder of the monastery is considered to be Venerable Germanos, who came to Paggaio around 850-900 A.D. and completed the construction of the monastery with the help of two Byzantine noblemen, Neophytos and Nikolaos. Since then and until today the monastery experienced times of thriving, but also suffered catastrophes, like in 1507 by the Ottomans, and in 1917 and in 1943 by the Bulgarians. Unique artifacts, valuable plates and cups, as well as manuscripts were lost because of these catastrophes.

In 1967 it becomes a monastery for women by the metropolitan bishop of Drama and today it counts 23 nuns. Its commemoration dates are on August 15th and on November 21st, at which dates Virgin Mary is honored.

At the center of the monastery lies the temple of "Eisodia tis Theotokou" (the Presentation of the Virgin Mary), in which the miracle-performing icon of Yperagia Theotokos Acheiropoiitos is displayed for pilgrims. According to tradition, this is one of the icons of Lucas the Apostle, but its imprint on wood was made by the Virgin Mary herself. Crowds of believers congregate to pray to it for solutions to their problems and the Virgin Mary hastens to help them. Inside the temple, the woodcut icon screen, made by craftsmen from the isle of Chios between 1771 and 1802, is really admirable.

■ συνέντευξη / interview

Κείμενο/editor: Ηλίας Κοτσιρέας/Ilias Kotsireas Φωτογραφίες/photos: Σοφία Ουργαντζίδου/Sofia Ourgantzidou

Σοφία Ουργαντζίδου Sofia Ourgantzidou

Η Σοφία Ουργαντζίδου καταπιάνεται με την μαγειρική τέχνη εδώ και αρκετά χρόνια. Με παιδικές θύμισες από μπαχαρικά και άνοιγμα φύλλου δεν γινόταν να μην καταλήξει και εκείνη μέσα στην κουζίνα ως σεφ! Είναι καθηγήτρια σε ιδιωτικό ΙΕΚ της Θεσσαλονίκης και έχει μεγάλη εξειδίκευση στην Ελληνική και την Ποντιακή κουζίνα. Στο γαστρονομικό ταξίδι έχει κερδίσει πολλές διακρίσεις ενώ έχει εκδόσει και το βιβλίο "Ρίζα μ' " που περιέχει παραδοσιακές ποντιακές συνταγές μα και συνταγές από τον Πόντο όπως εκείνη τις βλέπει με την μοναδική γευστική ματιά της. Ας γνωρίσουμε καλύτερα μία από τις νεότερες μα και άκρως επιτυχημένες Ελληνίδες σεφ.

Sofia Ourgantzidou has been involved in the culinary arts for several years. With child-hood memories of spices and opening phyllo (pastry sheet), she couldn't help but end up in the kitchen as a chef! She is a teacher in a private IEK (vocational institution) in Thessaloniki and has a great expertise in Greek and Pontic cuisine. In her culinary journey, she has won many distinctions and has published the book "Riza m" (meaning, "My Root") which contains traditional Pontic recipes and recipes from Pontus as she sees them with her unique culinary eye. Let's get to know one of the youngest but highly successful Greek chefs.

Για αρχή θα θέλαμε να μάθουμε το τι σε κέρδισε στην μαγειρική και άρχισες να ταξιδεύεις στις γεύσεις; Μην ξεχνάμε πως είναι ένας ανδροκρατούμενος χώρος.

Όλα αυτά ξεκίνησαν υποσυνείδητα καθώς μεγάλωσα μέσα σε μία κουζίνα. Φαντάσου πως δεν είχαμε σαλόνι αλλά στην κουζίνα μας υπήρχε ο καναπές. Η μαγειρική υπήρχε στο μυαλό και αρκετά χρόνια αργότερα έγινε η επαγγελματική στροφή. Ήταν κάτι που μου βγήκε η ανάγκη να το εξελίξω, να μάθω νέες τεχνικές και από τότε δεν σταμάτησα... πήρα φόρα!

Πιστεύεις πως μπορεί να μαγειρέψει ο καθένας μας ή είναι έμφυτο;

Πιστεύω πως είναι έμφυτο ταλέντο αλλά ξεκάθαρα μπορούμε όλοι μας να μαγειρέψουμε και αυτό γιατί η μαγειρική και το φαγητό είναι αγάπη. Και από την στιγμή που όλοι μας έχουμε μέσα μας αγάπη, όλοι μας μπορούμε να μαγειρέψουμε.

Τι ξεχωρίζει όμως ένα φαγητό από το να είναι γκουρμέ;

Έχουμε μπερδέψει λίγο τις έννοιες με το τι είναι γκουρμέ. Γκουρμέ είναι κάτι καλομαγειρεμένο. Αυτό δεν σημαίνει ότι πρέπει να είναι από ένα εστιατόριο fine dining, μπορεί να είναι και μια καλομαγειρεμένη φασολάδα με ένα φρυγανισμένο ψωμί από προζύμι δίπλα. Όλα τα κάνει η γεύση.

For starters, we'd like to know what got you into cooking and led you in a journey of flavours? Let's not forget that it's a male-dominated field

It all started subconsciously as I grew up in a kitchen. Imagine that we didn't have a living room but in our kitchen there was a sofa. Cooking was on the mind and several years later the professional turn was made. It was something that I felt the need to develop, to learn new techniques and since then I haven't stopped... I've been on a roll!

Do you think everyone can cook or is it a natural gift?

I think it's an innate talent but clearly we can all cook and that's because cooking and food is love. And since we all have love in us, we can all cook.

But what separates a food from being gourmet?

We've slightly confused the concepts of what is gourmet. Gourmet is something well-cooked. That doesn't mean it has to be from a fine dining restaurant; it can be a well-cooked bean soup with a toasted sourdough bread on the side. It's all in the taste.

You have penetrated the Pontic cuisine. Did





Θα πήγαινα οπουδήποτε θεωρούσα πως έχει καλή γεύση. 70% γεύση και 30% του να είναι όμορφα στημένο το πιάτο. I would go anywhere that I thought tasted good. 70% taste and 30% of the dish being beautifully presented.

Έχεις διεισδύσει στην Ποντιακή κουζίνα. Σε αυτό έπαιξε ρόλο η καταγωγή σου ή ήρθε στην πορεία;

Ξεκάθαρα λόγω καταγωγής. Ήταν συνδυασμός βιωμάτων, εικόνων, γεύσεων και αρωμάτων. Είχα μνήμες από την γιαγιά και τον παππού μου και οι μνήμες με έκαναν να ερευνήσω την πρώτη ύλη με την βοήθεια του καθηγητή βιολογίας και χημείας στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης κ. Σαββίδη ώστε να μπορέσω να την εντάξω στην καθημερινότητα του σήμερα.

Πόσο πλούσια είναι η Ποντιακή Κουζίνα;

Είναι πλούσια σε προψημένα φύλλα, σε ζυμαρικά, σε όξινα γαλακτοκομικά και πολύ πλούσια σε ψάρι καθώς στον Εύξεινο Πόντο καταλήγουν πολλά ποτάμια που φέρνουν μαζί με το νερό και πολλά θρεπτικά συστατικά. Αντίθετα σε κρέας ήταν αρκετά φτωχή και η περιοχή και κατά συνέπεια η κουζίνα.

Ήταν το επιστέγασμα αυτής της έρευνας το βιβλίο που έχεις κυκλοφορήσει, το "Ρίζα μ'" που μας φέρνεις την παραδοσιακή συνταγή αλλά και μια μοντέρνα εκδοχή της;

Στην ουσία αυτό που ήθελα να κάνω στις περισσότερες συνταγές ήταν να κρατήσω αυτούσια την γεύση και αλλάζοντας τις τεχνικές να την παρουσιάσω και διαφορετικά. Επίσης θέλω να σου πω πως σε κάποιες συνταγές κράτησα την βάση και αλλάζοντας εντελώς τα υλικά παρουσίασα ένα εντελώς διαφορετικό πιάτο. Στόχος της έκδοσης ήταν να διεισδύσει το παραδοσιακό ποντιακό φαγητό μέσα στο καθημερινό μας μενού και αυτό γιατί η Ποντιακή Κουζίνα είναι επιστημονικά αποδεδειγμένο πως συμβάλει στην μακροζωία.

Είμαι επισκέπτης της Βόρειας Ελλάδας. Υπάρ-



your background play a role in that or did it come along the way?

Clearly because of origin. It was a combination of experiences, images, tastes and aromas. I had memories of my grandmother and grandfather and the memories made me research the raw material with the help of the professor of biology and chemistry at the Aristotle University of Thessaloniki, Mr. Savvidis so that I could integrate it into the daily life of today.

How rich is the Pontic Cuisine?

It is rich in pre-cooked pastry sheet, pasta, acidic dairy products and very rich in fish as many rivers flow into the Black Sea, bringing with them many nutrients. On the contrary, the area, and consequently the cuisine, was quite poor in meat.

Was the book that you have published, "Riza m", which brings us the traditional recipe and a modern version of it, the culmination of this research?

Basically, what I wanted to do in most of the recipes was to keep the flavour and, by changing the techniques, to present it differently. I also want to tell you that, in some recipes, I kept the base and by completely changing the ingredients, I presented a completely different dish. The aim of the publication was to infiltrate the traditional Pontic food into our daily menu and this is because the Pontic Cuisine is scientifically proven to contribute to longevity.

I am a visitor to Northern Greece. Are there places where I can taste this cuisine or do I have to cook it at home?

Slowly and timidly, we see some restaurants starting up. It's no more than the fingers of one



Η Ποντιακή Κουζίνα είναι πλούσια σε προψημένα φύλλα, σε ζυμαρικά, σε όξινα γαλακτοκομικά και πολύ πλούσια σε ψάρι καθώς στον Εύξεινο Πόντο καταλήγουν πολλά ποτάμια που φέρνουν μαζί με το νερό και πολλά θρεπτικά συστατικά. Αντίθετα σε κρέας ήταν αρκετά φτωχή και η περιοχή και κατά συνέπεια η κουζίνα. Pontic Cuisine is rich in pre-cooked pastry sheet, pasta, acidic dairy products and very rich in fish as many rivers flow into the Black Sea, bringing with them many nutrients. On the contrary, the area, and consequently the cuisine, was quite poor in meat.

χουν χώροι που μπορώ να γευθώ αυτή την κουζίνα ή πρέπει να την μαγειρέψω σπίτι μου;

Δειλά - δειλά βλέπουμε κάποια εστιατόρια να ξεκινούν. Δεν είναι περισσότερα αυτή την στιγμή από τα δάκτυλα του ενός χεριού. Βλέπουμε επίσης μαγαζιά που πουλάνε παραδοσιακά προϊόντα για να δημιουργήσουμε σπίτι μας τα φαγητά και επίσης μαγαζιά που πουλάνε πισία σε διάφορες εκδοχές της μα και μερικά ακόμα εδέσματα ποντιακά. Ακόμα όμως θέλουμε δουλειά για την ανάδειξή της.

Είναι δύσκολο να ανοίγεις φύλλο;

Όχι δεν είναι. Στην αρχή μπορεί να έχεις μία μικρή δυσκολία αλλά όσο δημιουργείς τόσο πιο εύκολο γίνεται. Με πήγες χρόνια πίσω, όταν έβλεπα το πως άνοιγε φύλλο η γιαγιά μου και έλεγα πως δεν γίνεται αυτό μιας που μου θύμιζε καλοκουρδισμένη μηχανή (γέλια). Με τρεις κινήσεις το άνοιγε. Είναι θέμα εξάσκησης.

Τι θα πρότεινες να δοκιμάσει οπωσδήποτε ερχόμενος στην Ελλάδα;

Τεράστιος ο πλούτος της Ελληνικής Κουζίνας με πολλές διαφορετικές εκφράσεις της ανάλογα με τον τόπο που επισκεπτόμαστε. Άλλες γεύσεις στα νησιά, άλλες στην Θράκη, άλλες στην Μακεδονία, άλλες στην Πελλοπόνησο! Αστείρευτος πλούτος ο οποίος μεταπλάσετε ανάλογα και με την εποχή που θα έρθει ο επισκέπτης μας. Αν έρθει καλοκαίρι ας δοκιμάσει γεμιστά με φέτα και μελιτζάνες με μοσχαράκι. Αν έρθει χειμώνα ας δοκιμάσει φασολάδα με στίπα (τουρσί).

Βρίσκουμε στην Ελλάδα αγνή πρώτη ύλη;

Εννοείται! Και μπορώ να σου πω πως έχει ξεκινήσει μία ενδιαφέρουσα συνεργασία επαγγελματιών εστίασης με παραγωγούς και ειδικότερα με τους μικρούς παραγωγούς που φέρνουν στην αγορά ποιοτικά προϊόντα βιολογικής προέλευσης. Είναι ευλογία που στην Ελλάδα βρίσκουμε ακόμα σε αφθονία αγνές πρώτες ύλες.

Επισκέπτεσαι ένα εστιατόριο. Ποια κατηγορία προτιμάς;

Μου αρέσουν όλα τα είδη. Δεν θα απέκλεια κάποιο. Θα πήγαινα σε fine dining, θα πήγαινα σε μία απλή ταβέρνα που εξιδικεύεται σε ένα πιάτο, π.χ. στο παϊδάκι. Θα πήγαινα οπουδήποτε θεωρούσα πως έχει καλή γεύση. 70% γεύση και 30% του να είναι όμορφα στημένο το πιάτο.

Με τα γλυκά πως τα πηγαίνεις;

(Γέλια) νομίζω πως είμαι καλός μάγειρας. Είναι δύσκολο να είσαι καλός μάγειρας και ταυτόχρονα καλός ζαχαροπλάστης. Δεν κάνω πολλά γλυκά, μα να σου πω πως τα λατρεύω τα γλυκά. Ότι και να μου δώσεις θα το γευτώ αλλά έχω και μια ιδιαίτερη αγάπη προς τα σιροπιαστά.

Πες μας για τα σιροπιαστά...

Όλα τα αγαπώ, μου θυμίζουν ανατολή, όπως

επίσης λατρεύω και τα τρίγωνα πανοράματος. Είναι τόσο λατρευτά που αν μου βάλεις από την μία σοκολάτα και από την άλλη αυτά που σου ανέφερα θα τα διάλεγα χωρίς δισταγμό.

Σε όλο και πιο πολύ κόσμο αρέσει όμως το παραδοσιακό και το σιροπιαστό γλυκό.

Ναι, και χαίρομαι που υπάρχει μία μεταστροφή στην παράδοση ειδικά από τους νεότερους. Είναι σημαντικό να υπάρχει εξέλιξη όπως ας πούμε την τουλούμπα που μερικοί την γεμίζουν με creme patiserie. Εκεί λες, Παναγία μου, δεν γίνεται να μην το δοκιμάσω.

Πες μου τι σε ενοχλεί στο εστιατόριό σου από έναν επισκέπτη του.

Έχουν δει πολλά τα μάτια μας. Με ενοχλεί το να μην υπάρχει ευγένεια. Ο αγενής άνθρωπος μπορεί να με τρελάνει. Σε συνδυασμό με την ειρωνεία και με την έλλειψη παιδείας είναι ένας απίστευτα ενοχλητικός συνδυασμός.

Πες μου και τι σε ευχαριστεί σε έναν επισκέπτη του εστιατορίου σου.

Με ευχαριστεί η καλοπροαίρετη κριτική! Να μου πουν μέσα από την καρδιά τους αν δεν τους άρεσε κάτι ώστε να γίνομαι καλύτερη. Είναι κάτι που και εγώ το ζητώ από τους πελάτες μου.

Στο εστιατόριό σου τι γεύσεις θα βρούμε;

Ελληνική κουζίνα. Κάθε μέρα έχουμε τουλάχιστον 20 μαγειρευτά φαγητά. Είμαστε ένα εστιατόριο που στηριζόμαστε σε ποιοτικές πρώτες ύλες για να δημιουργήσουμε νόστιμες και απλές Ελληνικές γεύσεις. Από το 2012 που ξεκινήσαμε στην Νέα Καλλικράτεια Χαλκιδικής μέχρι και σήμερα η νοστιμιά και οι ποιοτικές πρώτες ύλες είναι οι πυλώνες που βασιζόμαστε. Αυτό για εμάς είναι το "Σπιτικό Μαγειρείο".

Το καλοκαίρι προλαβαίνεις να κάνεις τίποτα για εσένα;

Όχι! Ξεκάθαρα όχι (γέλια). Φαντάσου πως πολλές φορές έχω μαζί μου ένα μαγιό και κάνω μία βουτιά μόλις τελειώσω από το εστιατόριο και πριν πάω σπίτι. Δεν σου λέω να λείπω ολόκληρη μέρα καθώς με 1100-1200 μερίδες που δίνουμε την ημέρα είναι ακατόρθωτο το να μην είμαι εκεί. Το καλοκαίρι οι λιγότερες ώρες που βρίσκομαι στο εστιατόριο είναι το δωδεκάωρο.

Τι σου δίνει δύναμη να συνεχίσεις;

Η αγάπη του κόσμου. Πάντα έλεγα πως δεν γίνεται να πετύχεις και να έχεις ευχαριστημένο το 100% των πελατών. Μα όταν αγγίζουμε το 80% το θεωρούμε επιτυχία! Όταν έρχονται συνεχώς πελάτες που έχουν ξανά έρθει μας δίνει δύναμη και κουράγιο ειδικά το καλοκαίρι που εγώ είναι σαν να ζω την μέρα της μαρμότας σε καθημερινή βάση.

Είναι όντως η Ελληνική Κουζίνα μέσα στις



Είναι ευλογία που στην Ελλάδα βρίσκουμε ακόμα σε αφθονία αγνές πρώτες ύλες. It is a blessing that in Greece we still find pure raw materials in abundance.

hand right now. We also see shops selling traditional products to make our own food at home and also shops selling various versions of "pisia" (pita bread) and some other Pontic dishes. But we still need work to bring it forward.

Is it hard to open a phyllo?

No, it's not. In the beginning you may have a little difficulty but the more you create the easier it becomes. You took me to years ago, when I was watching my grandmother's phyllo opening and I said that it couldn't be done since it reminded me of a well-tuned machine (laughs). She opened it in three moves. It's a matter of practice.

What would you recommend to try when coming to Greece?

The wealth of Greek cuisine is enormous, with many different expressions depending on the place we visit. Other flavours on the islands,

other flavours in Thrace, other flavours in Macedonia, other flavours in Peloponnese! An endless wealth that changes depending on the season that our visitor will come. If they come in summer, try stuffed feta cheese and eggplant with veal. If they come in winter, try bean soup with pickles.

Is there pure raw material in Greece?

Of course! And I can tell you that an interesting cooperation between catering professionals and producers has started, especially with small producers who bring quality products of organic origin to the market. It is a blessing that in Greece we still find pure raw materials in abundance.

You are visiting a restaurant. Which category do you prefer?

I like all kinds. I wouldn't rule out any. I'd go to fine dining, I'd go to a simple tavern that excels at one dish, e.g. ribs. I would go anywhere that I



thought tasted good. 70% taste and 30% of the dish being beautifully presented.

How are you doing with the sweets?

(Laughs) I think I'm a good cook. It's hard to be a good cook and a good baker at the same time. I don't do a lot of sweets, but let me tell you, I love sweets. Whatever you give me, I will taste it, but I also have a special love for syrupy sweets.

Tell us about the syrupy ones...

I love them all, they remind me of sunrise, as I also love the "Panorama trigona" (Greek creamfilled phyllo cones). They are so adorable that if you put chocolate on one side and the ones I mentioned on the other, I would choose them without hesitation.

But more and more people like traditional and syrupy sweets.

Yes, and I'm glad there's a shift in tradition especially from the younger people. It's important to have a progression like, say, the tulumba that some people fill with creme patisserie. There you say, God, I can't help but not try it.

Tell me what annoys you in your restaurant from a guest.

Our eyes have seen a lot. It bothers me that there is no kindness. The rude man can drive me crazy. Combined with the irony and the lack of education, it's an incredibly disturbing combination.

Tell me what you enjoy about a guest in your restaurant.

I appreciate the well-meaning criticism! When they tell me sincerely if they didn't like something, so that I can be better. It's something that I also ask my clients to do.

In your restaurant, what kind of flavours will we find?

Greek cuisine. Every day we have at least 20 cooked meals. We are a restaurant that relies on quality raw materials to create delicious and simple Greek dishes. Since 2012, when we started in Nea Kallikrateia Chalkidiki, until today, deliciousness and quality raw materials are the pillars we rely on. For us that is the "Homemade Kitchen".

Do you have time in the summer to do anything for yourself?

No! Clearly not (laughs). Imagine that many times I have a swimsuit with me and I take a dip just after I'm done at the restaurant and before I go home. In no way can I be absent a whole day, as with 1100-1200 servings a day, it's impossible not to be there. In the summer, the fewest hours I spend in the restaurant are twelve hours.

What gives you the strength to go on?

The love of the world. I've always said that you





fishmonger's **POULIS-MARKOPOULOS**





9 Filikis Etαιrias str.: +30 2510 230148
21 Ionos Dragoumi str.: +30 2510 230147

Είχα μνήμες από την γιαγιά και τον παππού μου και οι μνήμες με έκαναν να ερευνήσω την πρώτη ύλη με την βοήθεια του καθηγητή βιολογίας και χημείας στο Αριστοτέλειο Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης κ. Σαββίδη ώστε να μπορέσω να την εντάξω στην καθημερινότητα του σήμερα.

I had memories of my grandmother and grandfather and the memories made me research the raw material with the help of the professor of biology and chemistry at the Aristotle University of Thessaloniki, Mr. Savvidis so that I could integrate it into the daily life of today.

καλύτερες του κόσμου; Ποια είναι τα συναισθήματα ενός επισκέπτη της χώρας μας όταν δοκιμάζει την κουζίνα μας;

Ναι και το αξίζει να είναι στις καλύτερες του κόσμου. Το 2022 θα τολμήσω να σου πω ότι είχαμε πάρα πολλούς επισκέπτες από άλλες χώρες. Πολλές φορές παρατηρούσα τον έντονο ενθουσιασμό τους που μεταφραζόταν στο να είναι στο μαγαζί μου μεσημέρι και βράδυ. Για τους μη ντόπιους η Ελληνική κουζίνα είναι κάτι το μοναδικό.

Είναι δύσκολο το να δημιουργείς απλές γεύσεις;

Θα σου πω. Πριν δέκα χρόνια υπήρξε μία παρεμβολή των επιχειρηματιών εστίασης οι οποίοι είχαν μπει σε ένα τριπάκι ξενομανίας. Ήθελαν να παρουσιάζουν ξένα μενού και αυτό με την λογική του όταν ερχόταν ένας τουρίστας να βρει να φάει κάτι οικείο σε εκείνον. Ήταν μια τάση που δεν μπορούσα να κατανοήσω γιατί εγώ όταν πάω στο εξωτερικό θέλω να δοκιμάζω τις αντίστοιχες γεύσεις. Ευτυχώς αυτό πέρασε γρήγορα. Για μένα δεν είναι δύσκολο να του παρουσιάσω μία νόστιμη, παραδοσιακή, ελληνική γεύση ακόμα και με τέσσερα υλικά.

Πες μου πιο είναι το όνειρο σου προσωπικά αλλά και ως χώρα για την τέχνη που υπηρετείς.

Μεγάλο μου όνειρο που τρέχω με τον Ηλία Μαμαλάκη αλλά και πολλούς ακόμα γνωστούς σεφ είναι να μπει η γαστρονομία στο πανεπιστήμιο. Χαρακτηριστικό του πόσο μεγάλο είναι αυτό το όνειρό μου είναι πως ο Ηλίας μού ανέφερε κάποια στιγμή πως τσάμπα τρέχω και η απάντησή μου ήταν πως μέχρι και την τελευταία μου ανάσα θα προσπαθώ να βάλω την γαστρονομία στην τριτοβάθμια εκπαίδευση. Εξάλλου η Ελλάδα αυτό έχει να πουλήσει, όπως την θάλασσα, όπως τον ήλιο, όπως την παράδοση. Είναι κάτι που πρέπει να γίνει στο άμεσο μέλλον. Και να σου πω και κάτι ακόμα, αν ήθελα να ζήσω παραπάνω χρόνια θα ήθελα για να συνεχίσω να μαθαίνω νέες τεχνικές, θα ήθελα για να εξελίσσομαι.

Τώρα ως προσωπικότητα θα ήθελα να υπάρχει υγεία για όλους μας και εξέλιξη για όλους μας, ο καθένας μας όπου αγαπάει και σε ότι αγαπάει. Επίσης προσωπικά θα ήθελα να μπορέσω να παρουσιάσω την Ποντιακή Κουζίνα σε μία μορφή street food. Είναι κάτι που έχω σχεδιάσει! Δεν ξέρω που θα με βγάλει ο δρόμος αλλά είμαι σίγουρη πως πάντα θα έχει σχέση με το φαγητό.

Τελικά η Ιθάκη είναι όμορφο να είναι γνωστή και ίσως και κοντινή αλλά είναι επίσης υπέροχο να έχεις μεγάλο ταξίδι για αυτήν όπως είπε και ο Καβάφης.

Έτσι, έτσι ακριβώς είναι!

Σε ευχαριστούμε πάρα πολύ για την χαρά του να βρίσκεσαι μαζί μας!

Εγώ σας ευχαριστώ πάρα πολύ.

can't succeed and have 100% of the customers happy. But when we reach 80%, we consider it a success! When clients keep coming back, it gives us strength and encouragement especially in the summer when I feel like living Groundhog Day on a daily basis.

Is Greek cuisine really among the best in the world? What are the feelings of a visitor to our country when he tastes our cuisine?

Yes, and it deserves to be among the best in the world. In 2022, I dare to tell you that we had a lot of visitors from other countries. Many times I noticed their intense enthusiasm which translated into being in my place at noons and at nights. For non-locals, Greek cuisine is something unique.

Is it difficult to create simple flavours?

I'll tell you. Ten years ago, there was an intervention by restaurateurs who were caught up in a triangle of xenomania. They wanted to present foreign menus and that was in the sense that when a tourist comes, they should find something familiar to them to eat. It was a trend that I couldn't understand because when I go abroad I want to taste the corresponding flavours. Fortunately, this passed quickly. For me, it is not difficult to present a delicious, traditional, Greek taste even with four ingredients.

Tell me, what is your dream personally and as a country for the art you serve?

My big dream that I am running with Ilias Mamalakis and many other well-known chefs is to get gastronomy into the university. Characteristic of how big this dream of mine is, is that Ilias mentioned to me at some point that I was trying for nothing and my response was that until my last breath I would try to get gastronomy into higher education. After all, this is what Greece has to sell; like the sea, the sun, the tradition. It is something that needs to be done in the near future. So, in other words, if I wanted to live longer, I would want to do it to keep learning new techniques, I would want to evolve.

Now as a personality, I would like everyone to have good health and evolution, each of us where we love and in what we love. I would also personally like to be able to present Pontic Cuisine in a form of street food. It's something I have planned! I don't know where I'll end up, but I'm sure it will always be about food.

Finally, Ithaca is beautiful to be known and perhaps even nearby, but it is also wonderful to have a long voyage to reach it, as Cavafy said.

So, that's exactly how it is!

Thank you very much for the pleasure of being with us!

My pleasure.

Πισία με κρέμα τυριού και σολομδ

Pisia (traditional Pontic pies) with cream cheese and salmon

Γεύση και ποιότητα για ένα πιάτο που μπορεί να σταθεί ακόμη και σε επίσημα γεύματα.

Taste and quality for a dish that can even stand up to formal meals.



Υλικά

🕶 Για τη ζύμη

- 750 γρ. αλεύρι
- 1 φακελάκι μαγιά
- 1½ ποτήρι χλιαρό νερό
- 1 κ.τ.γ. αλάτι
- 2 κ.τ.σ. ελαιόλαδο
- πιπέρι (προαιρετικά)

→ Για τη γέμιση

- 150 γρ. καπνιστός σολομός
- 250 γρ. κρέμα τυριού
- 2 κ.σ. μουστάρδα
- 30 γρ. παρμεζάνα
- σκόρδο σε σκόνη
- άνηθος
- πιπέρι φρεσκοτριμμένο

➡ Εκτέλεση

- 1. Διαλύουμε τη μαγιά με τη ζάχαρη σε χλιαρό νερό και περιμένουμε να ενεργοποιηθεί (να βγάλει φουσκάλες).
- 2. Στη συνέχεια, προσθέτουμε τα υπόλοιπα υλικά μέχρι να γίνει μια ζύμη μαλακή, χωρίς να κολλάει στα χέρια.
- 3. Αφήνουμε τη ζύμη σκεπασμένη με μία πετσέτα να φουσκώσει για περίπου 1 ώρα.
- 4. Παίρνουμε ένα μπαλάκι σε μέγεθος καρυδιού και το ανοίγουμε σε στρόγγυλο λεπτό φύλλο.
- 5. Ετοιμάζουμε την κρέμα τυριού βάζοντας όλα τα μυρωδικά μας (όλα ψιλοκομμένα).
- 6. Αφού ανοίξουμε τα πιτάκια μας, τα τηγανίζουμε σε μέτρια προς δυνατή φωτιά.
- 7. Αφαιρούμε τα πιτάκια από το τηγάνι σε αντικολλητικό χαρτί.
- 8. Τέλος, στήνουμε πάνω στα πιτάκια με την κρέμα τυριού, το σολομό και τον άνηθο.



Ingredients

→ For the dough

- 750 g flour
- 1 sachet of yeast
- 1½ glass of lukewarm water
- 1 teaspoon of salt
- 2 tbsp olive oil
- pepper (optional)

→ For the filling

- 150 g smoked salmon
- 250 g cream cheese
- 2 tablespoons of mustard
- 30 g parmesan cheese
- garlic powder
- dill
- freshly ground pepper

Execution

- 1. Dissolve the yeast with the sugar in lukewarm water and wait for it to activate (to blisters).
- 2. Then add the rest of the ingredients until a soft dough is formed, without it sticking to the hands.
- 3. Leave the dough covered with a towel to prove for about 1 hour.
- 4. Take a ball the size of a walnut and roll it into a thin round pastry sheet.
- Prepare the cream cheese by putting all of our herbs (all finely chopped).
- 6. After opening the pies, fry them on medium-high heat.
- 7. Remove the pies from the pan and place them on a non-stick baking paper.
- 8. Finally, put the cream cheese, salmon and dill on the pies.



Η βορειοανατολική Ελλάδα έχει σχολεία υπόδειγμα. Northeastern Greece has model schools.

Οι χώρες που θαυμάζουμε για την πρόοδό τους διαθέτουν εκπαίδευση με άλλο πνεύμα, λειτουργούν σχολεία με βλέμμα στο μέλλον, γνώση από το παρόν και τον παρελθόν αλλά το βλέμμα στο μέλλον.

Η Ελλάδα και περισσότερο η περιοχή μας δείχνει πλέον πλούτο στον εκπαιδευτικό της τομέα και ελπιδοφόρες δυνατότητες για τα παιδιά της.

Την αξία των σχολείων την αναγνωρίζουμε όλοι, τι θέλουμε όμως από τα σχολεία μας σήμερα;

Πώς είναι ένα σχολείο σύγχρονο με στόχους δημιουργικούς;

Το σχολείο θεμελιακά είναι η φιλοσοφία του, είναι οι στόχοι του, είναι η ιστορία του, είναι και οι πηγές του, οι διασυνδέσεις και οι συνεργασίες του, είναι οι υποδομές του, είναι και η φαντασία των μαθητών του. Μα πάνω απ΄όλα ένα σχολείο είναι κυρίως οι άνθρωποι του που υπηρετούν τους πυλώνες Αγωγή, Λογική, Γνώση, Δημιουργικότητα, και Πίστη.

Εγγύηση για την αποτελεσματικότητα τους είναι οι τιμητές του, οι διακρίσεις του και οι επιτυχίες των αποφοίτων του.

Το σχολείο δεν είναι και δεν χρειάζεται να έχει ιδρυματικό χαρακτήρα. Είναι φάρος γνώσης πηγή τόλμης και παράδειγμα δημιουργικότητας.

Αυτά πρεσβεύουμε και υπηρετούμε στο ΑΞΙΟΝ 15 χρόνια τώρα και πιστεύουμε πλέον στο αύριο του τόπου γιατί πετύχαμε για τους μαθητές μας:

- 692 Διακρίσεις τους σε διαγωνισμούς, εξετάσεις, τεχνολογίες, ξένες γλώσσες.
 - 169 Επιτυχίες σε πανεπιστήμια, μεταξύ των



9ο χλμ ε.ο. Ξάνθης - Αβδήρων 9th km National Road of Xanthi -Avdira

2541 081520 2541 081130

www.axion.edu.gr e-mail: info@axion.edu.gr



Σχολεία ΑΞΙΟΝ- AXION schools

The countries we admire for their progress have education of a different spirit; schools operate with a view to the future; knowledge from the present and the past but an eye to the future.

Greece and especially our region is now showing wealth in its educational sector and promising possibilities for its children.

We all recognise the value of schools, but what do we want from our schools today?

How is a modern school with creative goals?

The school is fundamentally its philosophy, is its goals, its history, its sources, its connections and collaborations, its facilities; it is the imagination of its students. But above all, a school is mainly its people who serve the pillars of Education, Logic, Knowledge, Creativity, and Faith.

Guarantee for their effectiveness are its honorees, distinctions and the successes of its graduates.

School is not and does not have to be institutional. It is a beacon of knowledge, a source of courage and an example of creativity.

This is what we stand for and serve at AXION for 15 years and we now believe in the future of the country because we have achieved for our students:

- 692 Distinctions in competitions, examinations, technologies, foreign languages.
- 169 University successes, including admission to the world's best universities
- HARVARD-CAMBRIDGE-MIT-PRINCETON-IMPE-RIAL MANCHESTER and in Medical - Law - Economic
 Polytechnic - Environmental Sciences - innovative sciences etc. of Greek Universities.

οποίων εισαγωγή στα καλύτερα πανεπιστήμια του κόσμου

HARVARD-CAMBRIDGE-MIT- PRINCETON-IMPERIAL MANCHESTER και σε Ιατρικές - Νομικές - Οικονομικές - Πολυτεχνικές - Επιστήμες Περιβάλλοντος - καινοτόμες επιστήμες κλπ των Ελληνικών ΑΕΙ.

Τα φημισμένα και καλύτερα πανεπιστήμια του κόσμου κατέκτησαν μαθητές του ΑΞΙΟΝ.

Στόχος, κόπος, πάθος, επιμονή και υπομονή είχαν αποτέλεσμα θαυμαστό. Τους θαυμάζουμε, τους χαιρόμαστε και τους ευχόμαστε κάθε επιτυχία στη σταδιοδρομία τους:

- Χαλόφτη Αλκμήνη Un. HARVARD: τομέας Υγείας (και Ιατρική παν. Ιωαννίνων).
- → Τσαγγαλίδου Ζωή Un. CAMBRIDGE & OXFORD: Τομέας Μαθηματικών (και 1η Ηλ/γων Μηχ & Η/Υ ΔΠΘ).
- → Κάλφα Σιμπέλ Un, OXFORD: τομέας Οικονομίας & Διοίκησης.
- Λεβεντοπούλου Ξένια Un. of MANCHESTER: τομέας Νομικής.
- Μαρκοπούλου Μυρσίνη Un. LEEDS: τομέας Νομικής.
- → Κομλίκη Χριστίνα Un. ΚΕΝΤ: τομέας Ηλ/γων Μηχ/κων Η/Υ
- → Καλλαντζής Αντώνης Un. SURREY: τομέας Οικονομίας.
- → Λυκίδης Αναστάσης Un. MONTPELLIER: τομέας Νομικής (και Νομική ΑΠΘ).
- → Κρασνίδου Γεωργία τομέας Ηλ/γων Μηχ/κων Η/Υ (και 1η Ηλ/γων Μηχ & Η/Υ ΔΠΘ).
- ▼ Τερλεμές Σπύρος PRINCETON: τομέας Φυσικής (και Φυσικό παν. Κρήτης).
- Κορυφαίοι μεταξύ των 169 αποφοίτων, όλων εισαχθέντων στα πανεπιστήμια, διεθνή και Ελληνικά...

Το σωστό σχολείο ανοίγει ορίζοντες σε όλους τους μαθητές του κάτι που ξεκινά από την εμπιστοσύνη μεταξύ όλων.

Στο AΞΙΟΝ, 47 εκπαιδευτικοί και λειτουργικό προσωπικό είναι καθημερινά δίπλα στους μαθητές, ως δάσκαλοι, μέντορες, σύμβουλοι, φροντιστές, οδηγοί στη ζωή και στο όραμα, έτσι τα αποτελέσματα είναι πραγματικότητα:

63 Προσωπικότητες και επιστημονικά κέντρα τίμησαν το AΞΙΟΝ.

60 Επισκέψεις σε ερευνητικούς, πολιτιστικούς και σε ιστορικούς χώρους, άνοιξαν νέους ορίζοντες στους μαθητές μας.

28 Συμμετοχές σε μαθητικά συνέδρια και σε 4 ευρωπαϊκά προγράμματα.

14 Συμμετοχές-παρουσιάσεις σε διεθνή συνέδρια.

7 Συνεργασίες με διεθνή πανεπιστήμια.

Δομήσαμε 5.300 τμ. σε 70 στρέμματα, με 54 αίθουσες, εργαστήρια, γραφεία, εστιατόριο, κυλικείο, ιατρείο, χώρους πολλαπλών χρήσεων, 8 γήπεδα, 3 βιβλιοθήκες- με 13.346 τόμους βιβλίων, 8 μεταφορικά μέσα και 1 μουσείο με 3 σχολικές συλλογές.

Και πάνω απ΄όλα καταφέραμε τα παιδιά μας να αγαπούν το σχολείο.





Σταύρος Λίτσας, Μαθηματικός -Πρόεδρος Εκπαιδευτικού Συμβουλίου Ιδιωτικών Σχολείων AXION Stavros Litsas, Mathematical -Chairman of the AX-ION Private Schools Educational Board

The famous and best universities in the world acquired students of AXION.

Aim, effort, passion, perseverance and patience had a miraculous result. We admire them, rejoice in them and wish them every success in their careers:

- Chalofti Alkmini Un. of HARVARD: Health Department (and Medical Univ. Ioannina).
- → Tsangalidou Zoi Un. of CAMBRIDGE & OXFORD: Department of Mathematics (and 1st in Computer & Computer Studies of the Democritus University of Thrace).
- → Kalfa Simbel Un, OXFORD: Economics & Management
- Leventopoulou Xenia Un. of MANCHESTER: Law Department.
- Markopoulou Myrsini Un. of LEEDS: Law Department.
- Komliki Christina Un. of KENT: Computer Engineering.
- Kalantzis Antonis Un. of SURREY: Economics Department.
- → Lykidis Anastasis Un. of MONTPELLIER: Law Department (also, Law Dpt. in Aristotle Un. of Thessaloniki)
- Krasnidou Georgia Department of Computer Engineering (and 1st in Computer Engineering Democritus University of Thrace).
- → Terlemes Spyros PRINCETON: Department of Physics (and Physics Univ. of Crete).
- Top among the 169 graduates, all admitted to universities, international and Greek ones.

The right school opens horizons to all its students, something that starts from trust between everyone.

At AXION, 47 teachers and staff are next to the students every day, as teachers, mentors, counselors, caregivers, guides in life and vision, so the results are a reality:

63 Personalities and scientific centers honored AXION.

60 Visits to research, cultural and historical sites opened new horizons to our students.

28 Participations in student conferences and 4 European projects.

14 Participations-presentations in international conferences.

7 Collaborations with international universities.

We built 5.300 sq.m. on 70 acres, with 54 halls, laboratories, offices, restaurant, canteen, doctor's office, multipurpose spaces, 8 courts, 3 libraries - with 13,346 volumes of books, 8 means of transport and 1 museum with 3 school collections.

And above all, we managed to make our children love school.



Old town of Xanthi / Παλιά πόλη της Ξάνθης



Η παλιά πόλη της Ξάνθης είναι μια εμπειρία που πρέπει να ζήσεις σαν επισκέπτης. Εμείς επισκεφτήκαμε τα καλντερίμια της και μοιραζόμαστε την εμπειρία μας μαζί σας. ➡

The old town of Xanthi is an experience that you should live as a visitor. We visited its cobbled streets and we share our experience with you.

→



meatcompany.gr

Αλλαντικά καθαρής ετικέτας Clean label products



Τα αλλαντικά με καθαρή ετικέτα (clean label) είναι προϊόντα στα οποία δεν έχουν προστεθεί συντηρητικά και τεχνητά συστατικά, έχουν παραχθεί με ήπια ή πολύ μικρή επεξεργασία και η συνταγή τους βασίζεται σε απλές και αναγνωρίσιμες πρώτες ύλες φυσικής προέλευσης.

Clean label cured meats are products without additives and preservatives. They have been produced following mild treatments and their recipes are based on simple and easily recognizable natural ingredients.



Καβουρμάς θρακιώτικος

Επιλεγμένα κομμάτια 100% ελληνικού βόειου κρέατος καβουρντισμένα και σιγομαγειρεμένα στο λίπος τους, σε τεχνητό μη βρώσιμο περίβλημα. Παραδοσιακή συνταγή της Θράκης. Διαθέσιμος σε συσκευασία των 130 g* (φέτα) και σε μπαστούνι των 3 kg* για επαγγελματική χρήση.

Thracian kavourma

100% Greek beef cubes browed and braised in their fat, in artificial inedible casing. Traditional recipe of Thrace. Available in bulk (stick 3 kg*) and package of 120 g* (slice).

Πάρκο Παραγωγής

Λαμπρινό Ξάνθης 67100 T. +30 2541 600500

Κοεοπωλείο

Δημοτική Αγορά Ξάνθης Ξάνθη 67133 T. +30 25410 22080



Πέταλο λουκάνικο Ξάνθης

Επιλεγμένο 100% ελληνικό βόειο κρέας με μπαχαρικά σε φυσικό βρώσιμο περίβλημα, δένεται με το χέρι στο χαρα-κτηριστικό σχήμα από όπου παίρνει και το όνομά του και ωριμάζει φυσικά. Πατροπαράδοτη τοπική συνταγή, πρεσβευτής της γαστρονομικής ταυτότητας της Ξάνθης.

Διαθέσιμο σε συσκευασία των 280 q* (1 κομμάτι) και χύμα για επαγγελματική χρήση.

Petalo sausage of Xanthi

100% Greek beef in natural edible casing. Product of natural maturation. An ambassador of local traditional gastronomy. Available in bulk and package of 200 g* (1 piece).





Πρόβειο λουκάνικο

Επιλεγμένα κομμάτια 100% ελληνικού πρόβειο κρέατος σε φυσικό βρώσιμο βοδινό περίβλημα, φυσικά ωριμασμένο. Διαθέσιμο σε συσκευασία των 300 g* (2 κομμάτια)

Sheep sausage

100% Greek sheep meat in edible natural beef casing. Available in package of 300 g* (2 pieces).



Γλώσσα βοδινή καπνιστή

Γλώσσα επιλεγμένων βοοειδών καπνισμένη σε ξύλο οξιάς. Διαθέσιμη σε συσκευασία των 200 q* (φέτες) Πρόταση σερβιρίσματος: καταναλώνεται δροσερή στους 6-10°C με αλάτι, μαύρο πιπέρι, χυμό λεμονιού και extra παρθένο ελαιόλαδο.

Beef tongue smoked

Tongue of selected cattle, smoked in beech wood. Available in package of 200 a* Serving suggestion: chilled *6-10° C with salt, black pepper, lemon juice and extra virgin olive oil

> *κατά προσέγγιση. Ζυγιζόμενο προϊόν Approx. weighed product

Production Park

Lamprino Xanthi Greece 67100 T. +30 2541 600500

Butcher Store

Municipal Market of Xanthi Xanthi Greece 67133 T. +30 25410 22080









Η βόλτα μας ξεκινάει από την γέφυρα του Κόσυνθου (1) όπου έχουμε μία όμορφη οπτική του ποταμού με τα βαθιά μπλε νερά του και της τοξωτής πεζογέφυρας που στέκεται σαν φύλακας της παλιάς πόλης. Συνεχίσαμε τον κεντρικό δρόμο φτάνοντας στα καφέ που βρίσκονται το ένα σιμά στο άλλο και σφύζουν από ζωή όλες τις ημέρες. Στο σημείο αυτό ένας ανηφορικός για λίγα μέτρα δρόμος είναι και η είσοδος μας στην παλιά πόλη... Τα σπίτια άλλα αρχοντικά και άλλα πιο ταπεινά μα όλα ιδιαίτερης αξίας αρχίζουν να βρίσκονται γύρω μας καθώς προχωράμε για την πρώτη μας στάση στην Πλατεία Μητροπόλεως (2). Καθώς φτάνουμε βλέπουμε την πανέμορφη εκκλησιά του Τιμίου Προδρόμου από την μια πλευρά, από την άλλη την το ιδιαίτερα καλαίσθητο κτίριο της Μητρόπολης που συνδυαστικά με τα άλλα κτίρια δίνουν την αίσθηση του πως ζούσε ο κόσμος πριν 100 και παραπάνω χρόνια.

Το όμορφο συναίσθημα του ταξιδιού όχι μόνο σε έναν τόπο αλλά και στον χρόνο αρχίζει να κυριαρχεί μέσα μας καθώς ανηφορίζουμε προς την μοναδική εκκλησιά της χώρας που έχει το όνομα του Ακαθίστου Ύμνου (3)... Πολύχρωμα σπίτια, στενά δρομάκια να φεύγουν στα δεξιά και αριστερά μας, υπέροχα παραθυρόφυλλα σε κάθε βήμα που κάνουμε έρχονται να μας εκπλήξουν μέχρι που φτάνουμε στα σκαλιά της εκκλησίας.

Λόγω του ότι είναι πιο ψηλά από το σημείο που βρισκόμασταν πριν έχουμε και μια πιο σφαιρική εικόνα για την παλιά πόλη που στο βάθος ενώνεται με την σύγχρονη.

Στην επιστροφή μας έχουμε σαν σημείο το να δούμε το υπέροχο στην όψη Λαογραφικό μουσείο (4), από τα πιο εντυπωσιακά σε όλη την χώρα με μοναδικές συλλογές που παντρεύονται αρμονικά με το πλούσιο πράγματι εσωτερικό του κτιρίου όσον αφορά την καλαισθησία αλλά και την αρχιτεκτονική του. Χάσαμε την αίσθηση του χρόνου καθώς πέρασε μια και βάλε ώρα μέσα στις αίθουσες του και καθώς βγήκαμε έξω μετά από λίγα μέτρα φτάσαμε στην πιο φωτογραφημένη γωνιά.

Μπορούμε να πούμε από τις πιο πολυφωτογραφημένες γωνιές της Ελλάδας, καθώς τρία παλιά αρχοντικά δημιουργούν ένα παιχνίδι χρωμάτων, ομορφιάς και ιδιαιτερότητας (5). Δίπλα αν είστε τυχεροί θα βρείτε να κάτσετε στα καφέ για να ρουφήξετε όπως και εμείς το κάθε λεπτό χαλάρωσης.

Μόλις ένα λεπτό μακρύτερα βρίσκεται ένας χώρος που σε βάζει στον κόσμο των σκιών (6)! Ένα ιδιαίτερο "μουσείο" που τα εκθέματά του έχουν σχέση με την σκιά και τα παιχνίδια που εκείνη κάνει σε σχέση πάντα με το φως. Κάθε κομμάτι που εκτίθεται θα σας μαγέψει όπως και εμάς.

Μετά τα παιχνίδια του νου με τις σκιές και





Our walk starts from the bridge of Kosynthos (1) where we have a beautiful view of the river with its deep blue waters and the arched pedestrian bridge that stands like a guardian of the old town. We continued on the main road reaching the cafes that are located next to each other and are full of life all day long. At this point, an uphill -for a few meters- road is our entrance to the old town... The houses -some mansions and others more humble but all of special value- begin to surround us as we proceed to our first stop at Mitropoleos Square (2). As we arrive, we see the beautiful church of Timios Prodromos on the one side; on the other hand the particularly elegant building of the Metropolis that in combination with the other buildings give the feeling of how the world lived more than 100 years ago.

The beautiful feeling of traveling not only to a place but also to time begins to dominate within us, as we ascend to the only church in the country that has the name of the Akathist Hymn (3)... Colorful houses, narrow streets leaving on our right and left, wonderful shutters at every step we take come to surprise us until we reach the steps of the church. Due to the fact that it is higher than the point where we were before, we also have a more global picture of the old city that in the background joins the modern one.

Tips

Η Παλιά Ξάνθη σφύζει από ζωή, όμορφα καφέ, εστιατόρια, bar βρίσκονται άλλα μαζεμένα και άλλα διάσπαρτα. Το βράδυ όμως που ανάβουν τα φώτα η μαγεία γίνεται ακόμα πιο μεγάλη, έτσι ακόμα και αν έχετε πάει μέρα θα πρέπει σίγουρα να την ξαναεπισκεφθείτε. Old Xanthi is full of life, beautiful cafes, restaurants, bars, some all together and others scattered. But in the evening when the lights come on, the magic becomes even greater, so even if you have gone for a day, you should definitely revisit it.







πάντα περπατώντας σε ένα ειδυλλιακό περιβάλλον σε κοντινή απόσταση παρατηρούμε το Παλαιό Δημαρχείο της πόλης. Αρχοντικό μεγάλου καπνέμπορου της περιοχής που πρόσφατα ανακαινίστηκε και χρησιμοποιείται ως πολιτιστικός χώρος που στο εσωτερικό του γίνονται εκθέσεις, παρουσιάσεις και δρώμενα που αξίζουν την επίσκεψή σας...

Τελευταία μας στάση είναι το σπίτι που γεννήθηκε ο μεγάλος Έλληνας συνθέτης, τραγουδοποιός, πιανίστας, ποιητής Μάνος Χατζιδάκις (7). Εντυπωσιακό σε όγκο με στοιχεία νεοκλασικά αλλά και μπαρόκ και ιδιαίτερης αρχιτεκτονικής είναι ένα μέρος που το θαυμάσαμε! Ανεβήκαμε τις παλιές ξύλινες σκάλες, παρατηρήσαμε τα πολλά παραθύρια που βλέπουν σε όλα τα σημεία του ορίζοντα και αφουγκραστήκαμε τους ήχους του μεγάλου συνθέτη που στην συλλογή των αμέτρη-

On our return we intend to see the wonderful in appearance Folklore Museum (4), one of the most impressive museums in the whole country with unique collections that blend harmoniously with the rich interior of the building in terms of its elegance and architecture. We lost our sense of time as more than an hour passed in its halls and when we stepped outside, we reached the most photographed corner after a few meters.

We can describe it as one of the most photographed corners of Greece, since three old mansions create a game of colors, beauty and peculiarity (5). Next to it, if you are lucky, you will find a seat in the cafes to soak every minute of relaxation like us.

Just a minute away is a space that puts you in the world of shadows (6)! A remarkable «museum» whose exhibits are related to

APÓSTOLOS PAPADÓPOULOS

meatcompany.gr



Σπετσοφάι με πέταλο λουκάνικο Ξάνθης

Υλικά για 2 μερίδες

- •1 συσκευασία πέταλο λουκάνικο Ξάνθης (280 α περίπου)
- •2 κόκκινες πιπεριές, Φλωρίνης, μικρές, χοντροκομμένες
- 2 πράσινες πιπεριές, κέρατο, μικρές, χοντροκομμένες
- 2 ντομάτες μέτριες, ψιλοκομμένες
- -1 φλιτζάνι του τσαγιού χυμό ντομάτας
- 1 κουταλιά της σούπας εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο
- 1 κουταλιά του γλυκού ζάχαρη
- Αλάτι, πιπέρι

Εκτέλεση

Σε ένα τηγάνι σοτάρετε το ελαιόλαδο με τις πιπεριές και το λουκάνικο μέχρι να ροδίσουν.

Ρίχνετε στο τηγάνι την ψιλοκομμένη ντομάτα, το αλάτι, τη ζάχαρη και το πιπέρι.

Χαμηλώνετε τη φωτιά και αφήνετε να σιγομαγειρευτούν όλα τα υλικά μαζί μέχρι να φύγουν όλα τα υγρά, εκτός από το ελαιόλαδο.

Σερβίρετε το φαγητό ζεστό και συνοδεύεται με φρέσκο ψωμί.

Spetsofai with petalo sausage of Xanthi

Ingredients for 2 servings

- · 1 package of Petalo sausage of Xanthi (280 g aprrox.)
- · 2 sliced Florina sweet red peppers
- · 2 sliced green peppers
- ·2 chopped medium tomatoes
- ·1 cup of tomato juice
- · 1 tablespoon extra virgin olive oil
- ·1 teaspoon sugar
- · Salt, black pepper

Procedure

In a pan saute the olive oil, the sausage and the peppers until golden brown.

Ådd the chopped tomatoes, salt, sugar and black pepper. Cook in low heat until all liquids are dry, except the olive oil. Serve the food hot and pair it with fresh bread.

Το σπετσοφάι αποτελεί έναν διάσημο και πολύ αγαπητό Πηλιορείτικο μεζέ. Παραδοσιακά παρασκευάζεται με χωριάτικα λουκάνικα ανάμικτου κρέατος (βοδινό, χοιρινό, πρόβειο). Στην δική μας συνταγή προτείνεται με βοδινό Λουκάνικο Πέταλο Ξάνθης και εναλλακτικά μπορεί να χρησιμοποιηθεί το Πρόβειο Λουκάνικο ή το Χωριάτικο Χοιρινό Λουκάνικο Πλεξούδα της εταιρείας.

Spetsofai is a famous and delicious Pelioretian meze. It is traditionally prepared with artisanal sausages of mixed meat (beef, pork, sheep). In our recipe it is recommended with bovine Petalo Sausage of Xanthi and alternatively can be used Apostolos Papadopoulos Meat Company Sheep Sausage or Artisanal Pork Sausage Braid.

Πάρκο Παραγωγής

Λαμπρινό Ξάνθης 67100 Τ. +30 2541 600500 Κρεοπωλείο

Κρεοπωλειο Δημοτική Αγορά Ξάνθης

67133 Ξάνθη T. +30 25410 22080 Production Park Lamprino Xanthi 67100 T. +30 2541 600500 Butcher Store

Municipal Market of Xanthi 67133 Xanthi Greece T. +30 25410 22080

Σημεία Πώλησης:





Tips

Η διαδρομή που σας δείχνουμε περιλαμβάνει τα πιο χαρακτηριστικά για εμάς σημεία, όμως τα στενά είναι πολλά και οι ομορφιές σε κάθε γωνιά διαφορετικές. Επιλέξτε αν θέλετε την δική σας αστική βόλτα στα δικά σας καλντερίμια! Οι επιλογές είναι πάρα μα πάρα πολλές. Σας προτείνουμε να έχετε χρόνο μπροστά σας γιατί θα περάσει και δεν θα το καταλάβετε.

The route we show you includes the most characteristic points for us, but the narrow streets are many and the beauties in each corner different. Choose if you want your own urban walk on your own cobbled streets! The options are too many. We suggest you have time ahead of you because you won't realize how fast it passes.





των διακρίσεων του υπάρχει και το όσκαρ καλύτερου πρωτότυπου τραγουδιού για την ταινία "Τα παιδιά του Πειραιά".

Ψιλοτραγουδώντας τους στίχους φτάσαμε στην κεντρική πλατεία της πόλης (8) με το επιβλητικό ρολόι και τα καφέ που μας περιτριγυρίζουν. Καθόμαστε σε ένα από τα πολλά ουζερί και απολαμβάνουμε τις γεύσεις συζητώντας για όλες τις εμπειρίες που είχαμε σε μία από τις πιο όμορφες παλιές πόλεις της Ελλάδας. «Αυτό είναι διακοπές» είπε ένας φίλος και συμφωνήσαμε απόλυτα μαζί του.











the shadow and the games it makes in relation to the light. Every piece on display will enchant you just like it did to us.

After the mind games with the shadows and always walking in an idyllic environment nearby, we observe the Old Town Hall of the city. A mansion of a great tobacco merchant of the area that was recently renovated and is used as a cultural space where there are exhibitions, presentations and events that are worth your visit...

Our last stop is the house where the great Greek composer, songwriter, pianist, poet Manos Chatzidakis was born (7). Impressive in volume with neoclassical but also baroque elements and special architecture, it is a place we admired! We climbed the old wooden stairs, noticed the numerous windows that overlook all parts of the horizon and listened to the sounds of the great composer who has, in his collection of countless distinctions, the Oscar for best original song for the film «The children of Piraeus»

Humming the lyrics, we arrived at the central square of the city (8) with the imposing clock and the cafes that surround us. We sit in one of the many ouzeries and enjoy the flavors, discussing all the experiences we had in one of the most beautiful old cities in Greece. "This is holidays", said a friend and we totally agreed with him.





Ancient Abdera / Αρχαία Άβδηρα



Ακολουθώντας πορεία προς τη δύση συναντάμε τα αρχαία Άβδηρα, τόπο γέννηση του Δημόκριτου. Στον χώρο που κατοικούνταν συνεχώς από τον 7ο αιώνα π.Χ έως και την έλευση των Οθωμανών, υπήρχαν πολλές περίοδοι ακμής και παρακμής της πόλης. Σήμερα με το που φτάνεις στην είσοδο του αρχαιολογικού χώρου θα πληρώσετε ένα μικρό αντίτιμο για να εισέλθετε μέσα (με το ίδιο εισιτήριο θα μπορέσετε να επισκεφθείτε και το αρχαιολογικό μουσείο που βρίσκεται λίγα χιλιόμετρα μακριά, στα σύγχρονα Άβδηρα).

Ο τόπος είναι πανέμορφος, ενώ αν και η αρχαιολογική σκαπάνη έχει γίνει σε ένα μικρό μόνο μέρος της πόλης, μπορεί ο κάθε επισκέπτης να καταλάβει το συνολικό χώρο που καταλάμβανε μέσα από τις πινακίδες πληροφοριών που υπάρχουν αλλά και από το ίδιο το φυσικό τοπίο, μιας που δεν υπάρχουν δέντρα παρά μόνο γρασίδι σε μία πολύ μεγάλη έκταση.

Τα σημαντικότερα μνημεία και αρχιτεκτονικά σύνολα είναι η περιοχή της δυτικής

πύλης (τείχος του 4ου αιώνα π.Χ. με πύργους και πύλη, κατοικίες), η οικία Ρωμαϊκών Χρόνων, το εργαστήριο κοροπλαστικής (συγκρότημα τεσσάρων κατοικιών, που χρησιμοποιούνταν και για βιοτεχνικές δραστηριότητες), το συγκρότημα ρωμαϊκών κατοικιών στο λόφο του Αγίου Παντελεήμονα, ο αρχαϊκός χώρος (τείχη δύο επάλληλων φάσεων, νεώσοικοι, ιερό και κατοικίες) και η «Οικία των δελφινιών» (250-200 π.Χ.), ενώ από από την βυζαντινή εποχή έχουν ανασκαφεί επισκοπικός τρίκλιτος ναός (9ος-14ος αιώνας) με νάρθηκα, περιμετρική στοά και οκταγωνικό βαπτιστήριο, μονόχωρος θολοσκέπαστος ναός (12ος-13ος αιώνας), εκτεταμένο νεκροταφείο με περίβολο και λουτρώνας.

Τόπος που πρέπει να επισκεφθείτε, αλλά και να εξερευνήσετε καθώς γύρω του και σε μικρή απόσταση βρίσκονται τα δύο λιμάνια των Αβδήρων που σήμερα είναι υπέροχες παραλίες, αλλά και το κάστρο στον λόφο ακριβώς απέναντι από τον οριοθετημένο αρχαιολογικό χώρο.

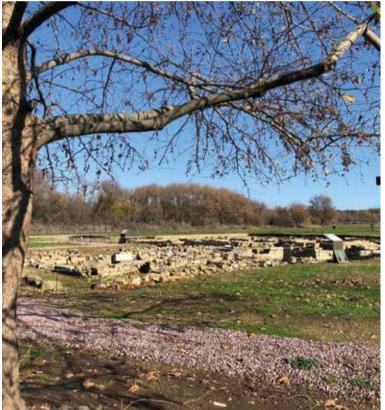




Following a course to the west we find ancient Abdera, birthplace of Democritus. In the area that was inhabited continuously from the 7th century BC until the advent of the Ottomans, there were many periods of prosperity and decline of the city. Today, as soon as you arrive at the entrance of the archaeological site, you will pay a small fee to enter (with the same ticket you will be able to visit the archaeological museum located a few kilometers away, in modern Abdera).

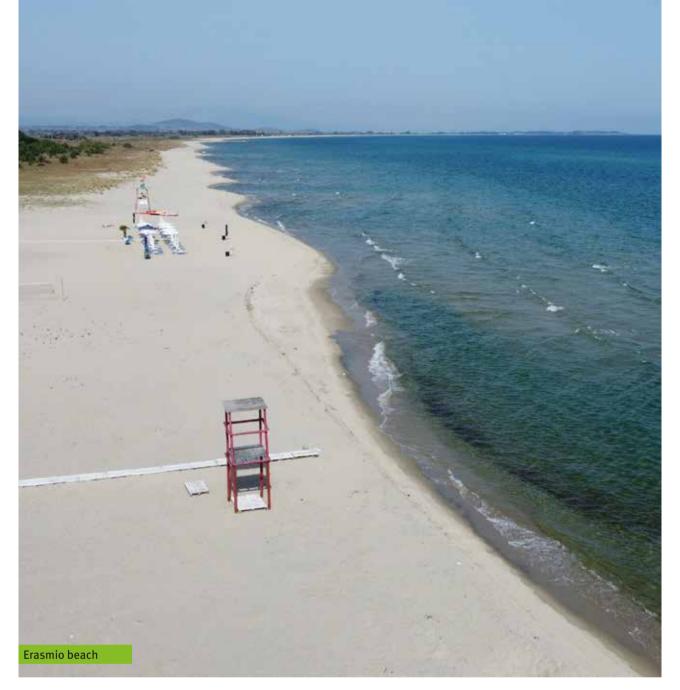
The place is beautiful and although the archaeological excavations have been done in only a small part of the city, each visitor can understand the total space occupied through the information signs that exist but also from the natural landscape itself, since there are no trees but only grass in a very large area.

The most important monuments and architectural sets are the area of the western gate (wall of the 4th century BC with towers and a gate, residences), the house of roman times, the coroplasty workshop (complex of four houses, which were also used for craft activities), the complex of Roman residences on the hill of



Saint Panteleimonas, the archaic space (walls of two successive phases, boathouses, sanctuary and residences) and the «House of dolphins» (250-200 BC), while since the Byzantine era there have been an excavation of an episcopal threeaisled church (9th-14th century) with narthex, perimeter stoa and octagonal baptistery, single-aisled vaulted church (12th-13th century), extensive cemetery with enclosure and baths.

A place to visit, but also to explore as around it and in a short distance are the two ports of Abdera which today are wonderful beaches, but also the castle on the hill just opposite the demarcated archaeological site.



Beaches of Xanthi / Παραλίες Ξάνθης



Ερασμίου

Ο δρόμος μας για την παραλία του Ερασμίου περνά από πεδινά χωριά και γη όπου κυριαρχούν τα χρώματα της όπως το καφέ και το πράσινο που το συμπληρώνουν οι κυματιστοί λόφοι.

Όσο πλησιάζουμε στην θάλασσα βλέπουμε στα δεξιά μας το δάσος που αγκαλιάζει τον Νέστο ποταμό να έρχεται όλο και πιο κοντά μας. Τελικά 5 χλμ πριν το συναντήσουμε μία πινακίδα μας δείχνει να στρίψουμε αριστερά και ακολουθώντας πλέον το μεγάλο κανάλι ύδρευσης φτάνουμε μετά από 5-7 λεπτά στην παραλία.

Η πρώτη εικόνα είναι στα αριστερά μας η πέτρινη εκκλησία του Αγίου Φανουρίου με

φόντο την κυματιστή θάλασσα. Οργανωμένη μα ήσυχη συνάμα μα και με αρμυρίκια και πεύκα μέχρι εκεί που φτάνει το μάτι όπως και η αμμουδιά.

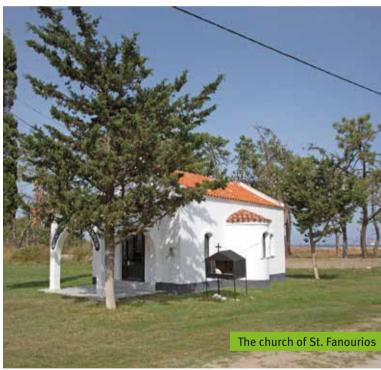
Ρηχή και σε μερικά σημεία πολύ ρηχή με καθαρά νερά είναι μία όμορφη εναλλακτική πρόταση για όσους θέλουν κάτι διαφορετικό.

Μυρωδάτο

Η πιο οργανωμένη παραλία του νομού και από τις πιο οργανωμένες σε όλη την περιφέρεια είναι η παραλία του Μυρωδάτου. Καφετέριες, ταβέρνες, αναψυκτήρια και beach bar απλώνονται στην μεγάλη αμμουδιά. Με το που φτάσαμε αφεθήκαμε στο ατέλειωτο καστανό χρώμα της ψιλής άμμου με το απέ-







Erasmio

Our road to the beach of Erasmio passes through lowland villages and land dominated by its colours such as brown and green, complemented by the rolling hills.

As we approach the sea, we see on our right the forest that embraces the Nestos River coming closer and closer to us. Finally, 5 km before we meet it, a sign shows us to turn left and, following the big water channel, we reach the beach after 5-7 minutes.

The first picture is on our left; the stone church of St. Fanourios with the wavy sea as a

background. Organized but quiet at the same time, with tamarisk and pine trees as far as the eye can see along the sandy beach.

Shallow, and in some places even shallower, with clear waters, it is a beautiful alternative for those who want something different.

Myrodato

The most organized beach of the prefecture and one of the most organized in the whole region is the beach Myrodato. Cafes, tavernas, refreshments and beach bars are spread out on the long sandy beach. As soon as we arrived, we









ραντο μπλε του ουρανού και της θάλασσας πίνοντας ένα δροσερό κοκτέιλ. Όπως και στο Εράσμιο στα πιο πολλά σημεία της είναι ρηχή και ιδανική για παιδιά.

Πόρτο Μόλο

Εδώ το τοπίο είναι λίγο πιο ανάγλυφο από τις άλλες δυο. Βρισκόμαστε λίγο μετά από τα αρχαία Άβδηρα εκεί που η θάλασσα με την γη έχουν δημιουργήσει μικρά και μεγαλύτερα κολπάκια που χωρίζονται με σειρές βράχων. Το Πόρτο Μόλο με άμμο και βότσαλα σε αρκετά σημεία έχει ένα ενδιαφέρον beach bar που απλώνεται αμφιθεατρικά στην δεξιά πλευρά του. Σε αρκετά σημεία με



ιδιαίτερο βυθό που είναι ιδανικός για όσους αγαπούν την εξερεύνηση και μπορούμε να πούμε με βαθιά νερά σε μεγάλο μέρος του. Σε αντίθεση με τις απλωμένες παραλίες που συναντάμε σε όλη την περιφέρεια αυτή η παραλία μας άφησε μία διαφορετική και πιο φωτογραφική αίσθηση.





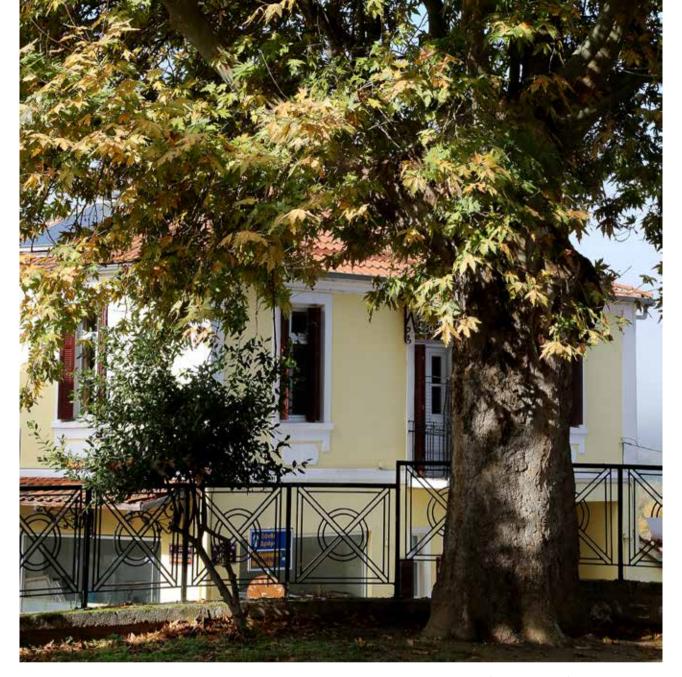
let ourselves go to the endless brown colour of the fine sand with the vast blue of the sky and the sea, drinking a cool cocktail. As in Erasmio, in most parts, it is shallow and ideal for children.

Porto Molo

Here the landscape is a little more rugged than the other two. Not long after ancient Avdira, the sea and the earth have created small and larger coves separated by rows of rocks. Porto Molo, with sand and pebbles in several places, has an interesting beach bar that stretches amphitheatrically on its right side. In several places, it has a special seabed with deep waters in a large part of it that is ideal for those who love exploration. Unlike the spread out beaches that we find all over the region, this beach left us with a different and more photographic feeling.







In the mountains of Xanthi / Στα ορεινά της Ξάνθης



Η Σταυρούπολη είναι ένας προορισμός με εύκολη προσέγγιση από όπου και αν ξεκινάει το ταξίδι σου και που σου ανοίγει ένα παράθυρο για να περάσεις υπέροχες στιγμές, μακριά από την καθημερινότητα της πόλης.

Το χωριό είναι πανέμορφο με υπέροχες γραφικές εικόνες από τους πλακόστρωτους δρόμους και τα παραδοσιακά σπίτια, που πολλά έχουν χτιστεί στις αρχές του 20ού αιώνα και μαρτυρούν ακόμα και σήμερα τον πλούτο που υπήρχε στην ακμή της καλλιέργειας του καπνού. Αξίζει να περπατήσεις πραγματικά σε κάθε στενό σοκάκι.

Στον δρόμο σου σίγουρα θα συναντήσεις ταβερνούλες οι οποίες προσφέρουν υπέροχα φαγητά και σίγουρα θα σταματήσεις για έναν καφέ στην κεντρική πλατεία όπου τα μεγαλόπρεπα πλατάνια θα σου κρατούν συντροφιά.

Επιλογές σαν έρθεις εδώ έχεις πολλές, όπως τα τέμπη του υπέροχου Νέστου αλλά και στο πανόραμα που βλέπεις το ποτάμι σε όλη την μεγαλοπρέπεια του ή το να ανηφορίσεις προς τον καταρράκτη του Λειβαδίτη ή το να επισκεφθείς το κάστρο της Καλύβας ή το να πας στον υπέροχα διατηρημένο Μακεδονικό τάφο των Κομνηνών ή το να πας στο δάσος της Χαϊντούς ή απλά να "αράξεις" εδώ και να μείνεις το βράδυ σε ένα από τα υπέροχα ξενοδοχεία της περιοχής για να ξεφύγεις ακόμα περισσότερο από την καθημερινότητα. Ότι και να αποφασίσετε ένα είναι σίγουρο, πως θα περάσετε υπέροχα! Η δική μας διαδρομή αναπτύσσεται παρακάτω.







Tips

Η Σταυρούπολη είναι πανέμορφη, με υπέροχες γραφικές εικόνες από τους πλακόστρωτους δρόμους και τα παραδοσιακά σπίτια, που πολλά έχουν χτιστεί στις αρχές του 20ού αιώνα. Stavroupoli is beautiful with wonderful picturesque images of the cobbled streets and traditional houses, many of which were built in the early 20th century.

Stavroupoli is a destination with easy access from wherever your journey starts and opens a window for you to spend wonderful moments away from the daily routine of the city.

The village is beautiful with wonderful picturesque images of the cobbled streets and traditional houses, many of which were built in the early 20th century and still bear witness to the wealth that existed in the prime of tobacco cultivation. It's really worth walking through every narrow alley.

On your way, you will surely see tavernas offering delicious food and you will surely stop for a coffee at the main square where the majestic plane trees will keep you companv.

You have a lot of choices when you come here, such as the straits ("Tempi") of the magnificent Nestos river and also the panorama of the river in all its splendour, or climbing up to the waterfall of Livaditis, or visiting the castle of Kalyva, or going to the magnificent preserved Macedonian tomb of the Komnina or going to the forest of Haidou or just "hanging out" here and staying for the night in one of the wonderful hotels of the area to escape even more from everyday life. Whatever you decide, one thing is for sure, you will have a great time! Our journey is shown below.











Καταρράκτης Λειβαδίτη

Ξεκινήσαμε για το χωριό το οποίο είναι κτισμένο σε υψόμετρο 1.300μ. και που μετά από έντονη ανάβαση φτάνεις σε αυτό. Η εποχή είναι όμως πραγματικά ιδιαίτερη και σε κάθε στροφή η φύση λες και έχει βαλθεί να σε μαγέψει ακόμα πιο πολύ με τα χρώματα που σου παρουσιάζει. Αξίζει την ανάβαση στο χωριό που μπορεί να είναι ένα κλασικό ορεινό μικρό χωριό αλλά σε λίγα χιλιόμετρα από αυτό βρίσκεται ένας από τους πιο όμορφους καταρράκτες της χώρας μας. Για τους μυημένους στην πεζοπορία ξεκινάει από το χωριό μονοπάτι για τον καταρράκτη που έχει μήκος 9 χιλιόμετρα γι αυτούς που τους αρέσει το περπάτημα, υπάρχει όμως και μονοπάτι μήκους 2 χιλιομέτρων μέσα από βατό δρόμο και για όσους έχουν κατάλληλο αυτοκίνητο ο δρόμος που γίνεται πιο δύσκολος φτάνει μόλις 300 μέτρα από τον καταρράκτη.

Πήραμε την ενδιάμεση λύση των 2 χιλιομέτρων που είναι πραγματικά υπέροχη γιατί περνάς μέσα από ένα υπέροχο δάσος που την εποχή αυτή συναντάς όλα τα χρώματα της φύσης μέσα στο κάθε ένα κλαδί αλλά και στο κάθε βήμα σου. Κυριολεκτικά σταματήσαμε για να θαυμάσουμε το τοπίο πάρα πολλές φορές ενώ συχνά ερχόταν στο μυαλό μας οι στίχοι "σημασία δεν έχει μόνο ο προορισμός, αλλά το ταξίδι". Εντυπωσιακό είναι το

γεγονός πως ακόμα και μετά από περπάτημα 1.500 μέτρων δεν ακούς το νερό! Πλησιάζεις μεν τον καταρράκτη αργά και σταθερά μα ο αχός από το πέσιμο των νερών ακούγεται στα τελευταία μέτρα. Επίσης αξίζει να αναφερθεί πως το μονοπάτι είναι συνεχώς κατηφορικό και το λέμε αυτό γιατί έχει το νόημά του για την επιστροφή σας.

Η εικόνα που συναντάς καθώς φτάνεις όμως στον προορισμό σου δεν είναι εύκολο να περιγραφεί με λόγια και στην συγκεκριμένη περίπτωση δεν είναι εύκολο να περιγραφεί και με φωτογραφίες. Σαν κρυμμένο στολίδι εκεί ανάμεσα σε θεόρατους βράχους βρίσκεται το σημείο όπου το νερό από ύψος 60 μέτρων δημιουργεί αυτόν τον θεαματικό καταρράκτη. Χρειαστήκαμε μερικά λεπτά να συνέλθουμε από το δέος που μας δημιουργησε αυτό που αντικρίζαμε μπροστά στα μάτια μας. Πραγματικά πρέπει να φτάσετε σε αυτό το σημείο εσείς για να αντιληφθείτε την ομορφιά αλλά και το γιατί το σημείο είναι τόσο ξακουστό και γνωστό ακόμα και σε ξένους που έρχονται να το θαυμάσουν. Μπορεί κι εμείς να έχουμε γυρίσει αρκετές ημέρες πια από το ταξίδι μας στο σημείο αυτό, αλλά η ομορφιά αυτή δεν ξεχνιέται, μένει ανεξίτηλα γραμμένη μέσα στο μυαλό μας, όπως έμειναν και τα δύο υπέροχα αλλά ανηφορικά χιλιόμετρα μέχρι να φτάσουμε ξανά στο αυτοκίνητό μας.



Livaditis waterfall

We set off for the village which is built at an altitude of 1300m and after a steep climb you reach it. But the season is really special and, at every turn, nature seems to have set out to enchant you even more with the colours it presents. It is worth the climb to the village which may be a classic mountain village but a few kilometers away from it, there is one of the most beautiful waterfalls of our country. For those who are initiated in hiking, there is a 9 km long path from the village to the waterfall; for those who like walking, there is a 2 km long path through a passable road; and for those who have a suitable car, the road that gets more difficult reaches just 300 meters from the waterfall.

We decided on the intermediate solution of 2 kilometers which is really wonderful because you pass through a beautiful forest where, at this time of the year, you meet all the colors of nature in every branch and in every step you take. We literally stopped to admire the scenery many, many times while the lyrics "it's not only the destination that matters, but the journey" often came to mind. It is impressive that even after walking 1500 meters, you can't hear the water! You approach the waterfall slowly and steadily but the sound of the falling water can be heard in the last few meters. It is also worth mentioning that the trail is constantly downhill and we say this because it has a meaning for your return.



But the image you encounter as you arrive at your destination is not easy to describe in words and in this case it is not easy to describe neither in pictures. Like a hidden gem there among the spectacular rocks, there is the spot where the water from a height of 60 meters creates this spectacular waterfall. It took us a few minutes to recover from the awe of what we saw before our eyes. You really have to get to this point to realize the beauty and the reason why the spot is so famous and well-known even to foreigners who come to admire it. We may have been back from our trip to this spot several days ago, but this beauty cannot be forgotten; it remains indelibly written in our minds, just like the two wonderful but uphill kilometres until we reach our car again.





Tips

Εφοδιαστείτε με μπουρνούζια, σαγιονάρες και απολαύστε το μπάνιο σας στην φύση! Τι πιο όμορφο. Καλό θα είναι να μείνετε για ένα βράδυ ώστε να επισκεφθείτε και τις πισίνες που έχουν δημιουργηθεί και την νύχτα και να ζήσετε μία μοναδική εμπειρία.

Stock up with bathrobes, flip flops and enjoy swimming in nature! What is more beautiful? It is advisable to stay for one night to visit the pools that have been created and at night to live a unique experience.



Οι **Θέρμες** βρίσκονται δίπλα από τα σύνορα της Ελλάδας με την Βουλγαρία. Δίπλα από το χωριό ξεκινάει και η πιο ορεινή διασυνοριακή σύνδεση των δύο χωρών όπου τον χειμώνα το ψύχος είναι βαρύ και απαγορεύεται η διέλευση βαρέων οχημάτων, εκτός όμως από την σύνδεση αυτή οι Θέρμες αποτελούν ένα ιδιαίτερο και μοναδικό τόπο για όσους θέλουν να ωφεληθούν από τα ζεστά νερά που αναβλύζουν στην περιοχή.

Για να φτάσουμε στις Θέρμες πήραμε τον επαρχιακό δρόμο Ξάνθης - Σταυρούπολης που ακολουθεί την κοίτη του ποταμού Κόσυνθου για περίπου 15-20χλμ όπου και τον αφήσαμε στην διασταύρωση που γράφει προς Εχίνο.

Η διαδρομή περνάει μέσα από μέρη που λες ο χρόνος έχει παγώσει και από χωριά που ονομάζονται Πομακοχώρια με τον πληθυσμό τους να ασχολείται κυρίως με την κτηνοτροφία, με την ξυλεία και με την πρωτογενή παραγωγή. Εδώ σε αυτά τα χωριά κατοικούν σε μεγάλο ποσοστό μουσουλμάνοι στο θρήσκευμα για αυτό και συχνά βλέπουμε μεγάλα αλλά και μικρότερα τζαμιά.

Το κάθε χωριό έχει την δική του παράδοση και αν έχετε χρόνο θα αποτελέσει ιδιαίτερη εμπειρία να περπατήσετε σε μερικά από αυτά. Εμείς στην διαδρομή σταματήσαμε στην Μύκη που βρίσκεται κτισμένη ολόγυρα

από μια ρεματιά και στον Εχίνο που είναι το μεγαλύτερο χωριό της περιοχής.

Γενικά εκτός από τα χωριά έχει ιδιαίτερο ενδιαφέρον η φύση μιας που είμαστε στην καρδιά θα λέγαμε της οροσειράς της Ροδόπης. Μπορεί να μην έχει τις ψηλές κορυφές αλλά τα δάση μα και τα χρώματα που συναντάμε είναι ιδιαίτερα όμορφα.

Στον Εχίνο μετά την βόλτα μας πάμε δυτικά και μετά από λίγα χιλιόμετρα συναντάμε την έξοδο για Θέρμες - Μέδουσα. Ουσιαστικά βρίσκονται μέσα σε μία στενή κοιλάδα που δημιουργεί ο ποταμός Κομψάτος.

Στο σημείο που βρίσκονται οι πηγές έχουν κατασκευαστεί τέσσερις μεγάλες πισίνες που είναι ιδανικές για να κάνει μπάνιο ένα ζευγάρι. Το νερό που αναβλύζει έχει θερμοκρασία από 37 έως και 53 βαθμούς! Ευτυχώς όμως όταν το νερό γίνεται καυτό υπάρχει ένα σωτήριο λάστιχο που ρέει παγωμένο...

Η αίσθηση του να κάνεις λουτρό μέσα στην φύση είναι μαγική! Η θέα στις δασώδεις πλαγιές είναι εντυπωσιακή και αποτελεί μια must to do εμπειρία.

Δίπλα υπάρχουν και λουτρά που είναι εντός δωματίου για όσους από εσάς δεν θέλετε να βρίσκεστε σε κοινή θέα αλλά και απλά δωμάτια που μπορείτε να διαμείνετε όπως και δύο ταβέρνες.





Thermes is located next to the borders of Greece with Bulgaria. Next to the village begins the most mountainous cross-border connection of the two countries where in winter the cold is rough and heavy vehicles are prohibited, but apart from this connection, Thermes is a special and unique place for those who want to benefit from the warm waters that gush in the area.

To reach Thermes we took the provincial road of Xanthi - Stavroupolis that follows the riverbed of Kosinthos for about 15-20km upon which we turned at the intersection that heads for Echinos.

The route passes through places where time has frozen and villages called Pomakochoria with their population mainly dealing with livestock farming, timber and primary production. Here in these villages live in a large proportion of Muslims in religion and that is why we often see large and smaller mosques.

Each village has its own tradition and if you have time, it will be a special experience to walk in some of them. On our way, we stopped



at Myki, which is built around a ravine, and Echinos, which is the largest village in the area.

In general, apart from the villages, nature is of particular interest as we are in the heart of the Rhodope Mountain Range. It may not have the highest peaks but the forests and the colors we meet are particularly beautiful.

In Echinos, after our walk, we go west and after a few kilometers we meet the exit for Thermes - Medusa. Basically, they are located in a narrow valley created by the Kompsatos River.

At the point where the springs are located, four large swimming pools have been built that and ideal for a couple's bath. The gushing water has a temperature of 37 to 53 degrees! But luckily, when the water gets hot, there's a life-saving hose flowing cold...

The feeling of bathing in nature is magical! The view of the wooded slopes is impressive and is a must-do experience.

Next to it there are baths that are inside the room for those of you who do not want to be in plain view, but also simple rooms, where you can stay, as well as two taverns.

Tips

Επισκεφθείτε τα χωριά Μέδουσα αλλά και μετά από χωματόδρομο περίπου 10χλμ το χωριό Κοττάνη και δείτε στην διαδρομή υπέροχα πετρόχτιστα γεφύρια! Δείτε το ανάγλυφο του Μίθρα Ταυροκτόνου στις Κάτω Θέρμες, μίας θρησκείας που είχε μεγάλη απήχηση στην περιοχή τον 2°-3° αιώνα μ.Χ. Visit the villages of Medusa and after a dirt road about 10km the village of Kottani and see along the way wonderful stone bridges! See the relief of Mithras Tavroktonos in Kato Thermes, a religion that had great resonance in the region in the 2-3 century AD.









At the Delta of Nestos / Στο Δέλτα του Νέστου



Ουσιαστικά εκεί που το μεγάλο ποτάμι της περιοχής ενώνεται με την θάλασσα έχουν μείνει τα κατάλοιπα ενός δάσους που κάποτε κάλυπτε μια τεράστια περιοχή (72000 στρέμματα). Σήμερα το Κοτζά Ορμάν (Μεγάλο Δάσος) αγκαλιάζει το ποτάμι σε μία έκταση περίπου 1500 στρεμμάτων.

Το δέλτα αποτελεί έναν από τους σημαντικότερους υγρότοπους της Ελλάδας και της Ευρώπης. Τμήμα του προστατεύεται από τη συνθήκη Ramsar, ως Περιοχή Ειδικής Προστασίας και Ειδικά Προστατευόμενη Μεσογειακή Περιοχή. Επίσης, ανήκει στο Δίκτυο Φύση (NATURA) 2000, ενώ αποτελεί

και τμήμα του Εθνικού Πάρκου Ανατολικής Μακεδονίας και Θράκης.

Η φύση είναι πραγματικά μαγευτική ενώ με το αυτοκίνητο φτάσαμε σε μόλις 30 λεπτά από την Εγνατία Οδό. Περπάτημα προσεκτικό κάναμε μόνο πάνω στους χωμάτινους δρόμους γιατί τα νερά είναι παντού δίπλα μας και είδαμε εντυπωσιακά δέντρα και πουλιά πολλών ειδών. Είναι εντυπωσιακό πως στα βήματα που κάνουμε σήμερα στην αρχαιότητα όπως αναφέρει χαρακτηριστικά ο Αριστοτέλης ζούσαν λιοντάρια.

Στην περιοχή (Κεραμωτή) λειτουργεί το Κέντρο Ενημέρωσης του Δέλτα για όσους από εσάς θέλετε να μάθετε περισσότερα.





Basically, where the large river of the area joins the sea, the remains of a forest that once covered a huge area (72,000 acres) exist. Today the Kotza Orman (Great Forest) embraces the river in an area of about 1,500 acres.

The delta is one of the most important wetlands in Greece and Europe. Part of it is protected by the Ramsar Convention as a Special Protection Area and a Specially Protected Mediterranean Area. It also belongs to the Nature Network (NATURA) 2000 and is part of the National Park of Eastern Macedo-



nia and Thrace.

The nature is truly magnificent and by car we arrived in just 30 minutes via Egnatia Road. We walked carefully only on the dirt roads because the water is everywhere next to us and we saw impressive trees and birds of many species. It is impressive that in the steps we are taking today in antiquity, as Aristotle mentions, lions lived.

In the area (Keramoti) there is a Nestos Information Centre for those of you who want to learn more.



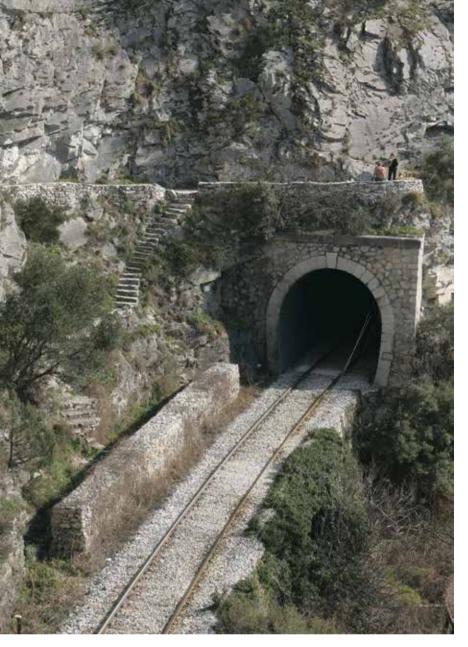




At the Valley of Nestos River / Στα τέμπη του Νέστου



Τα φυσικά όρια της Μακεδονίας με την Θράκη είναι ο ποταμός Νέστος, ο οποίος μάς χαρίζει ένα από τα πιο επιβλητικά τοπία στην χώρα. Το ποτάμι περνάει μέσα από μία κοιλάδα 12χλμ όπου απότομοι βράχοι υψώνονται δεξιά και αριστερά, πολλές φορές μέσα από τα νερά ενώ οι γραμμές του τρένου να προσπαθούν να κάμψουν το σκληροτράχηλο έδαφος. Ο επισκέπτης αφήνει το αυτοκίνητο λίγο μετά το χωριό Τοξότες, όπου έχει πια θέα στο ποτάμι και μία μεγάλη αμμώδη παραλία που σχηματίζεται. Το μονοπάτι που ξεκινάει, άλλοτε σκαμμένο στα βράχια και άλλοτε περνώντας δίπλα από τις γραμμές δεν χάνει στιγμή το τρεχούμενο νερό. Η αίσθηση της ηρεμίας κατακλύζει τον οδοιπόρο, προχωρώντας προς τα ενδότερα των τεμπών. Μερικά ερείπια στρατιωτικών κτηρίων στην διαδρομή μας θυμίζει την στρατηγική σημασία του τόπου, ενώ σε πολλά σημεία βρίσκονται κιόσκια που προσφέρουν ξεκούραση και ταυτόχρονα θέασης τόπου που καθηλώνουν τις αισθήσεις.







Nestos River forms the natural border for Macedonia and Thrace and offers one of the most striking landscapes of the country. The river runs through a 12km valley, with steep cliffs rising from both sides or even emerging from within the river bed, while the railway nearby struggles to tame the unyielding ground. A little past the village of Toxotes, the visitors abandon the car, in order to enjoy the view to the river and a long, sandy beach that unfolds before their sight. The path ahead, sometimes carved into the rocks, sometimes going close to the railway always stays close to the running water. A feeling of calmness overwhelms the wanderer while moving in the heart of the valley. A few remains of military buildings along the way are the reminder of the strategic significance of this place, while in many places we find kiosks that offer relaxation and amazing view of the area.









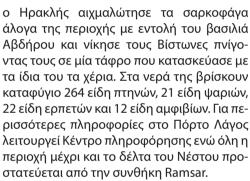
Vistonida lagoon / Η λιμνοθάλασσα Βιστωνίδα



Η Βιστωνίδα είναι δεύτερη σε μέγεθος λιμνοθάλασσα της Ελλάδας και αποτελεί την μεγαλύτερη σε έκταση λίμνη μιας ιδιαίτερης ομορφιάς περιοχής που περιλαμβάνει και πολλές μικρότερες λιμνοθάλασσες όπως η Ισμαρίδα, Λαφρούδα, Καρατζά, Ξηρολίμνη, Πτελέα και Έλους. Αν και μεγάλη σε έκταση (45.000 στρέμματα) είναι αβαθής με το μέγιστο βάθος να μην ξεπερνάει τα 4 μόλις μέτρα, ενώ το όνομά της το έχει πάρει από το αρχαίο Θρακικό φύλο των Βιστώνων όπου

Vistonida is the second largest lagoon in Greece and is the largest lake of a particularly beautiful area that includes many smaller lagoons such as Ismarida, Lafrouda, Karatza, Xirolimni, Ptelea and Elos. Although large in area (45,000 acres), it is shallow with the maximum depth not to exceed 4 meters, while its name is taken by the ancient Thracian tribe of Vistons where Hercules captured the carnivorous horses of the area by order of King Avdiros and defeated the Vistons by





Η μονή του Αγίου Νικολάου

Μεγάλο προσκύνημα σε ένα ειδυλλιακό μέρος αποτελεί αυτό το πανέμορφο μοναστήρι που έχει χτιστεί κυριολεκτικά μέσα στην θάλασσα. Ναι, τα νερά που το βρέχουν είναι θαλασσινά και όχι της Βιστωνίδας η οποία βρίσκεται λίγα μέτρα πιο βόρεια. Τόπος γαλήνιος και μοναδικός σε όλη την Ελλάδα με την είσοδο στους κυρίως χώρους του μοναστηριού να γίνεται μέσω μιας πανέμορφη ξύλινης γέφυρας. Λειτουργεί μουσείο στους χώρους με ευρήματα από τα Άβδηρα που βρίσκονται 15χλμ. πιο δυτικά αλλά και από την ευρύτερη περιοχή της λίμνης. Μια ακόμα έκπληξη υπάρχει στον ιερό χώρο καθώς ακόμα μία ξύλινη γέφυρα ενώνει την μονή με την εκκλησία της Παναγίας της Παντάνασσας η οποία έχει μέσα της ένα ακριβές αντίγραφο της εικόνας η οποία βρίσκεται στην Μονή Βατοπαιδίου στο Άγιο Όρος.





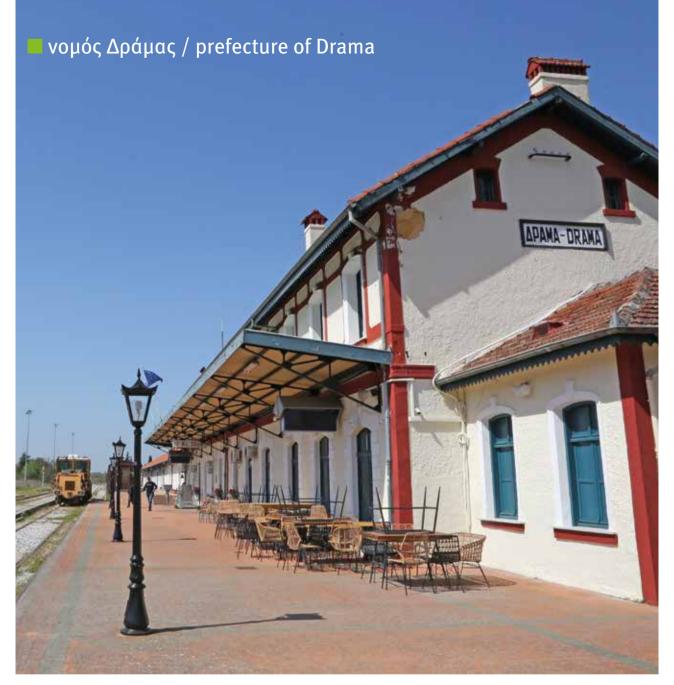


drowning them in a trench that he built with his own hands. In its waters, 264 species of birds, 21 species of fish, 22 species of reptiles and 12 species of amphibians find shelter. For more information, an Information Center operates in Porto Lagos while the whole area up to the Nestos delta is protected by the Ramsar treaty.

The monastery of Saint Nikolaos

A great pilgrimage to an idyllic place is this beautiful monastery that has been built literally in the sea. Yes, the waters that lave it are seafood and not from Vistonida which is located a few meters further north. A peaceful and unique place throughout Greece with the entrance to the main areas of the monastery being through a beautiful wooden bridge. There is a museum in the place with findings from Abdera located 15km further west and from the wider area of the lake. Another surprise exists in the sacred space as another wooden bridge connects the monastery with the church of Panagia Pantanassa which has in it an exact copy of the icon which is located in the Monastery of Vatopedi on Mount Athos.





To city of Drama / Στην πόλη της Δράμας



Ο νομός της Δράμας έχει μακραίωνη ιστορία και η πόλη βρίσκεται μόλις 35 λεπτά οδήγησης από την Καβάλα. Και θα μας πείτε τώρα γιατί να πάμε μέσα στο καλοκαίρι να επισκεφθούμε μια περιοχή που δεν έχει θάλασσα; Η απάντηση είναι απλή... Η Δράμα έχει δύο σημεία, δύο στολίδια που είναι σίγουρο ότι θα σας μαγέψουν.

The prefecture of Drama has a long history and the city is just a 35 minutes drive from Kavala. And you will tell us now "why should we visit in the summer an area that has no sea?"The answer is simple... Drama has two points, two ornaments that are sure to enchant you. →



Ένας νέος χρόνος, μια διαφορετική πρωτιά για το καινοτόμο SUV που ανακηρύχθηκε «Αυτοκίνητο της Χρονιάς 2023». Ανακαλύψτε μια μοναδική εμπειρία άνεσης, προηγμένης τεχνολογίας και κορυφαίων συστημάτων ασφαλείας και οδηγηθείτε σε νέες συναρπαστικές διαδρομές.

DK AUTO STORE E.E. $(\Pi A \Pi A \Delta O \Pi O Y \Lambda O \Sigma)$

Επίσημος Έμπορος & Εξουσιοδοτημένος Επισκευαστής ΚΙΑ ΕΛΛΑΣ Ν. Δράμας - Ν. Καβάλας Τηλέφωνο: 2521043020, e-mail: kiadram@otenet.gr

kia.gr









Kia Hellas



5 XPONIA ΔΩPEAN SERVICE







Το πρώτο βρίσκεται μέσα στην πόλη και είναι ένα από τα όμορφα αστικά σημεία όλης της χώρας. Γάργαρα νερά που αναβλύζουν από 17 πηγές, αιωνόβια δέντρα, περιπατητικές διαδρομές και γραφικά εστιατόρια συνθέτουν αυτό το ιδιαίτερο μέρος που ονομάζεται "Πηγές της Αγίας Βαρβάρας". Ησυχία και παραδεισένιο σκηνικό συνθέτουν τις ιδανικές εικόνες για μία από τις πιο όμορφες απολαύσεις που μπορεί να συναντήσεις. Δεν είναι τυχαίο πως αυτός ο τόπος είναι μέσα στα 60 καλύτερα πάρκα σε όλη την Ευρώπη.











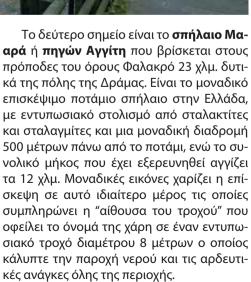
The first is located in the city and is one of the most beautiful urban spots in the whole country. Gargling waters gushing from 17 springs, age-old trees, walking paths and picturesque restaurants compose this special place called "Fountains of St. Barbara". Quiet and heavenly setting compose the ideal images for one of the most beautiful pleasures you can encounter. It is no coincidence that this place is among the 60 best parks in the whole Europe.







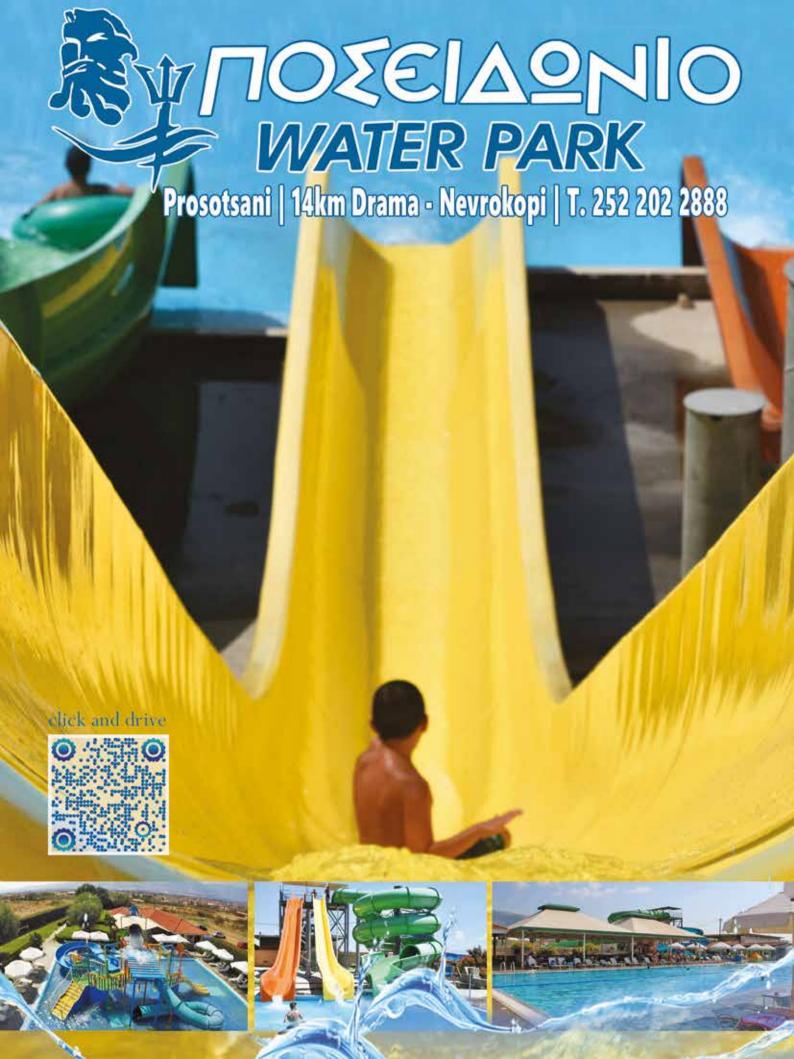








The second point is the cave of Maara or springs of Aggiti which is located at the foot of Mount Falakro, 23 km west of the city of Drama. It is the only visitable river cave in Greece, with impressive decoration of stalactites and stalagmites and a unique route of 500 meters above the river, while the total length that has been explored reaches 12 km. Unique images are given by the visit to this special place which is completed by the «wheel room» that owes its name thanks to an impressive wheel with a diameter of 8 meters which covered the water supply and irrigation needs of the whole area.





Δοξάτο ένα χωριό με εντυπωσιακά κτήρια



Βρισκόμαστε πάνω στον οδικό άξονα που συνδέει την Καβάλα με την Δράμα και περνάμε έξω από την κωμόπολη Δοξάτο. Όμως στο μέρος αυτό που κατοικούν 3000 άνθρωποι έχει υπέροχη αρχιτεκτονική και έτσι μπαίνουμε μέσα στους δρόμους του για να ανακαλύψουμε τα υπέροχα κτίρια.

Πράγματι κάθε δρόμος έχει σπίτια με μοναδική αρχιτεκτονική, που ονομάζεται ως "Λαϊκός Κλασικισμός" και έχουν πάρει αναγεννησιακά στοιχεία μα και από μπαρόκ και γοτθικά. Η κατασκευή τους ξεκίνησε γύρω στο 1920 μετά από την ολική πυρπόληση που είχε γίνει το 1913. Μην παραλείψετε να δείτε την εκκλησία του Αγίου Αθανασίου, το Δημοτικό Σχολείο, τα καπνομάγαζα που αγκαλιάζονται από πανέμορφες κατοικίες.

Πριν φύγουμε καθίσαμε και ήπιαμε και ένα καφέ που αγνάντι είχαμε το μαρμάρινο καμπαναριό και τα χρώματα της ώχρας μα και το μπλε του ουρανού.











Doxato; a village with impressive buildings

We are on the road that connects Kavala with Drama and we pass outside the town of Doxato. But this place of 3,000 people has a wonderful architecture, so we enter its streets to discover the wonderful buildings.

Indeed, each street has houses with unique architecture, called "Folk Classicism" and they have taken Renaissance elements as well as Baroque and Gothic. Their construction began around 1920 after the total burning of the church in 1913. Do not miss the church of St. Athanasios, the Primary School, the tobacco shops embraced by beautiful houses.

Before we left, we sat down and had a cup of coffee, facing the marble bell tower and the colours of the ochre and the blue of the sky.

■ νομός Έβρου / prefecture of Evros



Αλεξανδρούπολη, καλλονή στην άκρη του Αιγαίου



Στην άκρη του Αιγαίου δίπλα από τα νερά του Έβρου, αντίκρυ από την Σαμοθράκη στις απαλές λοφώδεις απολήξεις της οροσειράς της Ροδόπης είναι χτισμένη η Αλεξανδρούπολη. Η πόλη που πριν από 200 χρόνια ήταν ένα μικρό ψαροχώρι σήμερα είναι τόπος συνάντησης ανθρώπων, γεύσεων, πολιτισμών, τόπος που ξεκινάει μπλε του πελάγους και καταλήγουν τα νερά του Έβρου ποταμού. Η βόλτα στην Αλεξανδρούπολη είναι must για τον επισκέπτη της περιοχής και στο Fresh κάναμε αυτή την βόλτα για να μοιραστούμε μαζί σας όλα όσα ανακαλύψαμε.

Η πρώτη εικόνα που αντικρίσαμε ερχόμενοι δυτικά από την Εγνατία οδό ήταν πανέμορφη καθώς η πόλη φαίνεται σε όλο της το μεγαλείο να αγκαλιάζει την θάλασσα. Η έξοδος από τον αυτοκινητόδρομο μας φέρνει κοντά στην παραλία και το πέρασμα μας από τα μεγάλα ξενοδοχεία που υπάρχουν και προσφέρουν πολυτελείς και άνετες στιγμές χαλάρωσης.

Μέχρι να φτάσουμε στο κέντρο της πόλης θα σας μεταφέρουμε μερικά ιστορικά στοιχεία...

Η σημερινή πόλη είναι χτισμένη πάνω

στην αρχαία Σάλη, τόπο που είχαν εποικίσει οι κάτοικοι της Σαμοθράκης, τα όρια της αρχαίας πόλης οριοθετούνται από το λιμάνι μέχρι και το ύψος της μητρόπολης. Η Σάλη συνέχισε να ακμάζει και μαζί με την γειτονική Τραϊανούπολη για πολλά ακόμα χρόνια μέχρι που ήρθε η παρακμή και μετά από επιδρομές που φτάνουν μέχρι και τα χρόνια της τουρκοκρατίας η Σάλη ερήμωσε και τη θέση της πήρε ένα μεγάλο δάσος με βελανιδιές που έφταναν μέχρι την ακροθαλασσιά. Για χρόνια η περιοχή έμεινε έρημη μέχρι που μερικοί ψαράδες άρχισαν να μένουν μόνιμα και ήρεμα και εκεί που βρισκόταν η αρχαία Σάλη τώρα οι λίγοι κάτοικοι την ονόμασαν Δεδέαγατς. Σταθμός στην ανάπτυξή της ήταν το πέρασμα των γραμμών του τρένου το 1871 και σε συνδυασμό με το λιμάνι άρχισε να γίνεται να γίνεται εμπορικός κόμβος για όλη την Θράκη. Μέσα σε λίγα χρόνια το Δεδέαγατς, η νεότερη πόλη της Οθωμανικής αυτοκρατορίας αναπτύσσεται ραγδαία και στους στενούς δρόμους της πολιτισμοί και κουλτούρες ενώνονται και δημιουργούν δεσμούς... Μέσα στα επόμενα χρόνια η πόλη θα περάσει από τους Οθωμανούς στους Ρώ-





Tips
Η στάση στον φάρο είναι πραγματικά σημείο αναφοράς και τόπος που βγαίνουν χιλιάδες φωτογραφίες κάθε καινούργια μέρα. The stop at the lighthouse is really a reference point and a place where thousands of photos are taken every new day.

Alexandroupolis, beauty on the edge of the Aegean

Alexandroupolis is built on the edge of the Aegean Sea next to the waters of Evros, opposite Samothrace on the gentle hilly slopes of the Rhodope mountain range. The town that 200 years ago was a small fishing village, today is a meeting place for people, tastes, cultures, a place that starts with blue of the sea and ends up in the waters of the Evros river. A walk in Alexandroupolis is a must for the visitor of the region and at Fresh we made this walk in order to share with you everything we discovered.

The first image we saw coming west from the Egnatia highway was beautiful as the city seems in all its glory to embrace the sea. The exit from the highway brings us close to the beach and to our passage by the large hotels that exist and offer luxurious and comfortable moments of relaxation.

By the time we get to the city center, we will bring you some historical facts..

Today's city is built on the ancient Sali, a place that was settled by the inhabitants of Samothrace; the boundaries of the ancient city are defined from the port up to the height of the metropolis. Sali continued to prosper along with the neighbouring Traianoupolis for many more years until the decline came and after raids that reached up to the years of the Turkish occupation, Sali was desert-



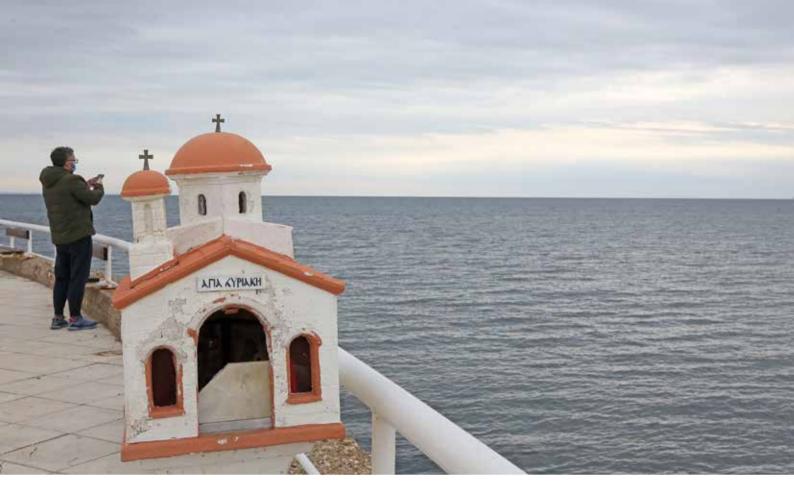




σους, κατόπιν στους Βούλγαρους και το 1919 με το τέλος του Α΄ Παγκοσμίου Πολέμου ολόκληρη η Θράκη γίνεται μέρος της Ελλάδας εκτός από το Δεδέαγατς που μέχρι και τις 14 Μαΐου 1920 τελεί υπό συμμαχική διοίκηση πριν περάσει σε Ελληνική και αλλάξει και το όνομα του σε Νεάπολη όνομα όμως που δεν θα κρατήσει για πολύ καθώς θα μετονομαστεί σε Αλεξανδρούπολη...

Στην Παραλία

Με αυτά που σας αναφέραμε έχουμε φτάσει ήδη στο κέντρο της πόλης, και αφήνοντας το αμάξι ξεκινάμε την βόλτα στην παραλία της, μια βόλτα που σε ταξιδεύει καθώς η θέα από την μία πλευρά είναι γεμάτη γευστικές απολαύσεις και από την άλλη ατενίζει στο γαλάζιο της θάλασσας με την Σαμοθράκη να κυριαρχεί στην ματιά. Με καλή ατμόσφαιρα ξεχωρίζει συχνά η Ίμβρος στα νοτιοανατολικά ακόμα και η κορυφή του Άθω στα δυτικά. Το απαλό αεράκι, τα τραπέζια με τα γευστικά καλούδια, οι παρέες που κάνουν την βόλτα τους, τα ποδήλατα, τα παιδικά χαμόγελα συνθέτουν ένα πολύχρωμο και πανέμορφο παζλ που στο κέντρο του έχει και το σημείο κατατεθέν της πόλης, τον πανέμορφο φάρο που δεσπόζει καλωσορίζοντας τα πλοία και





ed and its place was taken by a large forest of oak trees that reached the seashore. For years, the area remained deserted until a few fishermen began to live permanently and calmly and the place where the ancient Sali was located, the few inhabitants now call it Dedeagats. A milestone in its development was the set up of the train lines in 1871 and in combination with the port it began to become a commercial hub for the whole of Thrace. Within a few years, Dedeagats, the newest city of the Ottoman Empire, is

growing rapidly and in its narrow streets cultures and civilizations are coming together and creating bonds... In the following years, the city will pass from the Ottomans to the Russians, then to the Bulgarians and in 1919 with the end of the First World War, the whole of Thrace becomes part of Greece except for Dedeagats which until May 14th, 1920 is under Allied administration before passing to Greek and changing its name to Neapolis, a name that will not last long as it will be renamed Alexandroupolis...

Tips

Η βόλτα στην παραλία της Αλεξανδρούπολης σε ταξιδεύει καθώς η θέα από την μία πλευρά είναι γεμάτη γευστικές απολαύσεις και από την άλλη ατενίζει στο γαλάζιο της θάλασσας με την Σαμοθράκη να κυριαρχεί στην ματιά. The walk on the beach of Alexandroupolis takes you on a journey, as the view on one side is full of tasty delights and on the other gazes at the blue sea with Samothrace dominating the





χωρίζοντας υπέροχα την γη από την θάλασσα.

Με 18 μέτρα ύψος είναι ένας από τους πιο ψηλούς στην Ελλάδα και για να φτάσεις στην κορυφή του χρειάζεται να ανέβεις 98 σκαλοπάτια. Δυστυχώς δεν είναι επισκέψιμος εσωτερικά αλλά χωρίς υπερβολή είναι υπέροχος στην όψη, ειδικά την ώρα που το σούρουπο έρχεται και μαζί η ώρα που ανάβουν οι φωτεινές του δέσμες, δέσμες που είναι ορατές μέχρι και 24 ναυτικά μίλια από την ακτή. Λειτουργεί συνεχώς από το 1880 χωρίς διακοπή. Η στάση στον φάρο είναι πραγματικά σημείο αναφοράς και τόπος που βγαίνουν χιλιάδες φωτογραφίες κάθε καινούργια μέρα. Η βόλτα συνεχίζει στο λιμάνι και καταλήγει στον σιδηροδρομικό σταθμό που όπως κάθε μεγάλος σταθμός της Ελλάδας έχει την δική του γοητεία και την δική του μεγάλη ιστορία.



Τα στενά γύρω από την παραλία

Πίσω από την καθημερινή παραθαλάσσια περαντζάδα, μικρά στενάκια, περιμένουν να τα ανακαλύψεις και να βρεις εστιατόρια, ταβέρνες, μπαρ, γεύσεις, προϊόντα! Η αγορά της Αλεξανδρούπολης ξεκινάει για δεκαετίες μέσα από αυτά τα στενά αλλά και τους δρόμους που συναντιούνται γύρω από το κέντρο της πόλης. Και είναι σίγουρο πως ότι και αν θέλει η καρδούλα, το στομάχι, το ταίρι, η παρέα σου θα το βρεις εδώ. Απλά όπως κι εμείς αφεθείτε μέσα σε αυτά τα δρομάκια, αφήστε να σας οδηγήσει το ένστικτό σας και μην ανησυχείτε πως θα χαθείτε, είναι τόσο εύκολη η πόλη που δεν υπάρχει περίπτωση να συμβεί κάτι τέτοιο.







On the Beach

With what we have mentioned, we have already arrived in the city center, and leaving the car we start the walk on the beach, a walk that takes you on a journey, as the view on one side is full of tasty delights and on the other gazes at the blue sea with Samothrace dominating the view. With good atmosphere, Imbros in the southeast and even the top of Athos in the west often stand out. The gentle breeze, the tables with the delicious goodies, the groups of people strolling around, the bicycles, the children's smiles make up a colorful and beautiful puzzle that has in its center the city's trademark, the beautiful lighthouse that dominates welcoming the ships and separating the land from the sea.

With a height of 18 meters, it is one of the tallest in Greece and to reach the top you have to climb 98 steps. Unfortunately the interior is not open to visitors but without exaggeration it is magnificent to look at, especially at the time of dusk and the time when its beams of light come on; beams that are visible up to 24 nautical miles from the coast. It has been in continuous operation since 1880 without interruption. The stop at the lighthouse is really a reference point and a place where thousands of photos are taken every new day. The walk to the port continues and ends at the railway station which, like every major station in Greece, has its own charm and its own great history.

The alleys around the beach

Behind the daily seaside promenade, small alleys are waiting for you to discover them and find restaurants, tavernas, bars, flavors, products! The market of Alexandroupolis starts for decades through these alleys and also through the streets that meet around the city center. And it is certain that whatever your heart, your stomach, your mate, your companionship wants, you will find it here. Just like us, let yourself be guided through these streets, let your instincts guide you and don't worry about getting lost, the city is so easy that there is no chance of that happening.







Αρχαιολογικός χώρος Μεσημβρίας - Ζώνης

Βρισκόμαστε 20χλμ από την Αλεξανδρούπολη όπου εδώ βρίσκεται μία ατέλειωτη αμμώδης και με βαθιά νερά παραλία με θέα την υπέροχη Σαμοθράκη, το νησί που πριν χιλιάδες χρόνια έστειλε αποίκους που δημιούργησαν και τον σημερινό αρχαιολογικό χώρο της Μεσημβρίας - Ζώνης όπου η ανασκαφή άρχισε το 1966 και συνεχίζεται μέχρι σήμερα. Μέσα λοιπόν στον οχυρωμένο περίβολο που καταλήγει πάνω στο κύμα της θάλασσας έχουν έρθει στο φως σύνολα κατοικιών, δημόσια κτήρια καθώς και δύο ναοί (της Δήμητρας και του Απόλλωνα).

Μοναδικό αξιοθέατο είναι το κτιριακό συγκρότημα που στο πάτωμα του βρέθηκαν

και εκτίθενται μεγάλος αριθμός αμφορέων που πιστεύεται ότι εξυπηρετούσαν την αποστράγγιση του εδάφους κάτω από το κτήριο. Το συνολικό εύρος των ανασκαφών χαρακτηρίζει την περιοχή σαν έναν από τους μεγαλύτερους αρχαιολογικούς χώρους της Θράκης ενώ το ότι κυριολεκτικά σκάει το κύμα δίπλα του τον κάνει ακόμα πιο ιδιαίτερο και όμορφο, τον κάνει έναν τόπο που αξίζει να επισκεφθείς. Μπροστά από τον αρχαιολογικό χώρο θέλουμε να σας ενημερώσουμε πως δεν επιτρέπεται η κολύμβηση, καθώς οι αρχαιολογικές έρευνες συνεχίζονται και πιστεύεται πως μεγάλο τμήμα της αρχαίας πόλης βρίσκεται σήμερα μέσα στην θάλασσα.





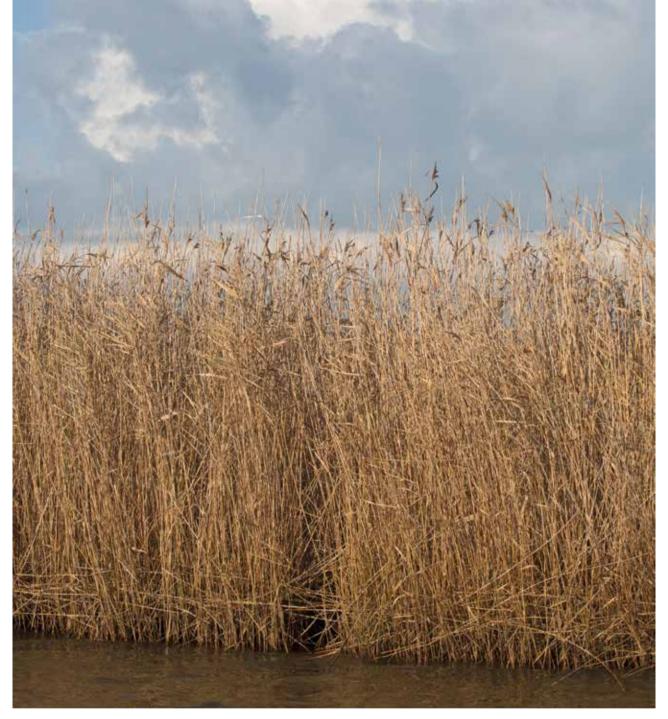


Archaeological site of Mesimvria - Zone

We are located 20km far from Alexandroupoli and here there is an endless sandy and deep water beach overlooking the beautiful Samothrace; the island that thousands of years ago sent settlers who created the current archaeological site of Mesimbria - Zone where the excavation began in 1966 and continues to this day. Inside the fortified enclosure that ends on the sea wave, sets of houses, public buildings and two temples (of Demeter and Apollo) have been brought to light.

A unique sight is the building complex on the floor of which a large number of am-

phorae were found and exhibited; they are believed to have served the ground drainage beneath the building. The overall scope of the excavations characterizes the area as one of the largest archaeological sites in Thrace, while the fact that the wave literally bursting next to it makes it even more special and beautiful; it makes it a place worth visiting. In front of the archaeological site we would like to inform you that swimming is not allowed, as archaeological research is ongoing and it is believed that a large part of the ancient city is now in the sea.



Δέλτα Έβρου / Evros Delta



Ο Έβρος ποταμός είναι το σύγχρονο σύνορο της Ελλάδας με την Τουρκία αλλά ταυτόχρονα είναι και ένας από τους μεγαλύτερους ποταμούς της Βαλκανικής χερσονήσου, για την ακρίβεια ο δεύτερος μεγαλύτερος μετά τον ξακουστό Δούναβη με συνολικό μήκος 530χλμ.

Ένας τόσο μεγάλος ποταμός γνωστός από την αρχαιότητα δεν γινόταν να μην έχει πάρει το όνομα του από μυθολογικό ήρωα τον θρυλικό Έβρο γιο του Αίμου (ολοκληρη Βαλκανική χερσόνησος ονομάζεται χερσόνησος του Αίμου) και της Ροδόπης (η ξακουστή μεγάλη οροσειρά που χωρίζει την

Evros River is the modern border of Greece with Turkey but at the same time it is also one of the longest rivers of the Balkan peninsula; in fact it is the second largest after the famous Danube with a total length of 530 km.

Such a large river known since antiquity could not have not taken its name from a mythological hero: the legendary Evros, son of Aimos, (the entire Balkan peninsula is called the Peninsula of Aimos) and Rhodope (the famous great mountain range that separates Greece with Bulgaria). Through the mythological paths there is often a great





explore the nature







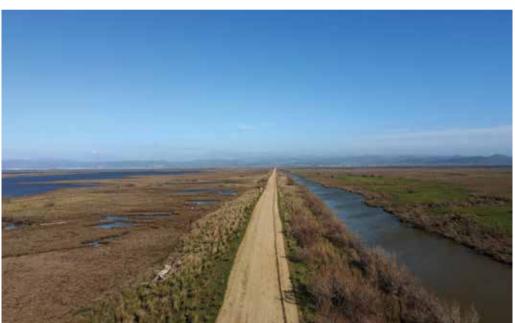
Ελλάδα με την Βουλγαρία). Μέσα από τα μυθολογικά μονοπάτια πολλές φορές υπάρχει μια μεγάλη αλήθεια και στην περίπτωση μας είναι σίγουρο πως ο Έβρος είναι τόσο σημαντικός ποταμός που για χιλιετίες τώρα έχει βάλει την σφραγίδα του στις οικονομικές, αναπτυξιακές, κοινωνικές και πολιτισμικές επιδράσεις όλης της περιοχής.

Το Δέλτα του ποταμού είναι τόσο δαιδαλώδες και ταυτόχρονα σημείο αναφοράς βιοποικιλότητας αλλά και απαράμιλης ομορφιάς ώστε δεν γινόταν να μην σας το παρουσιάσουμε σαν μια ιστορία που πρέπει και εσείς να ζήσετε εφόσον επισκέπτεστε την περιοχή μας. Η περιοχή των εκβολών είναι μία αχανής έκταση 128τ.χλμ. παράδεισος

χιλιάδων πουλιών αλλά και ζώων που βρίσκουν καταφύγιο όλες τις εποχές του χρόνου και που δίκαια συγκαταλέγεται στις πιο προστατευμένες και αλλά και στις πιο σημαντικές περιοχές βιοτόπων όλης της Ευρώπης.

Σε αυτή την περιοχή θέλουμε κι εμείς να βρεθούμε κι έτσι λίγα χιλιόμετρα μετά την Αλεξανδρούπολη συναντάμε την Τραϊανούπολη και στρίβουμε δεξιά. Η άσφαλτος λίγα μόλις εκατοντάδες μέτρα πιο πέρα στο σημείο που συναντήσαμε τις γραμμές του τρένου δίνει την θέση της στον χωμάτινο αλλά πολύ καλής βατότητας δρόμο, δρόμο που ακολουθούμε δίπλα από ένα ποτάμι με αρκετό νερό και με την βλάστηση ακόμη να είναι πυκνή, σύντομα όμως μετά από ένα μι-





Tips Οδήγημα σε έναν δρόμο που είναι εντελώς ευθύς για χιλιόμετρα και που γύρω του υπάρχει τόσο έντονη η φύση χωρίς να περιέχει έχει ούτε ένα δέντρο στην γη. Driving on a road that is completely straight for kilometers and around it there is so intense nature without containing a single tree on earth.

truth and in our case it is certain that Evros is such an important river that, for millennia, it has put its stamp on the economic, developmental, social and cultural influences of the whole region.

The River Delta is so labyrinthine and at the same time a reference point of biodiversity and unparalleled beauty that we could not fail to present it to you as a story that you should also live when you visit our region. The area of the estuary is a vast area of 128sq.km.; a paradise of thousands of birds and animals that find shelter all year round and which is rightly included in the most protected and also in the most important areas of biotopes in Europe.

We also want to find ourselves in this area, so a few kilometers after Alexandroupolis we meet Traianoupolis and turn right. The asphalt, just a few hundred meters away at the point where we met the train tracks, gives way to the road that is made of soil but has very good walkability; a road that we follow next to a river with enough water and with the vegetation still being dense, but soon, after a small zigzag of the road, a large lagoon appears on our left with the whole landscape changing. There are no longer tall trees and the road soon lies between an aquatic environment. We felt like we are in a movie setting in which the things that dominate the scene are the water and



κρό ζικ-ζακ του δρόμου μια μεγάλη λιμνοθάλασσα εμφανίζεται στα αριστερά μας με όλο το τοπίο να αλλάζει. Πλέον ψηλά δέντρα δεν υπάρχουν και ο δρόμος σύντομα βρίσκεται ανάμεσα σε υδάτινο περιβάλλον. Νιώσαμε πως είμαστε σε ένα σκηνικό ταινίας που κυρίαρχο στην σκηνή είναι το νερό και τα φιδίσια μονοπάτια που δημιουργεί και οι λιμνοθάλασσες που απλώνονται μέχρι εκεί που φτάνει το μάτι και ναι βλεπουμε στην άκρη την ένωση που γίνεται και με την θάλασσα. Εντύπωση μας κάνουν οι πολλοί λευκοί από την αλμύρα κορμοί δέντρων που ποιος ξέρει πόσα χρόνια βρίσκονται αφημένοι από το ποτάμι και από που έχουν ξεκινήσει το ταξίδι τους για να βρεθούν εδώ αλλά και το πλήθος διαφορετικών πουλιών που συχνά πετάνε ακριβώς από πάνω μας αφήνοντας ήχους περίεργους για εμάς, ξεχασμένους ίσως από την εποχή που αρχίσαμε να ζούμε στις πόλεις και αφήσαμε την φύση στα όνειρά μας.

Τα όνειρα όμως σε αυτό τον τόπο ζωντανεύουν και δημιουργούν αναμνήσεις όπως το οδήγημα σε έναν δρόμο που είναι εντελώς ευθύς για χιλιόμετρα και που γύρω του υπάρχει τόσο έντονη η φύση χωρίς να περιέχει έχει ούτε ένα δέντρο στην γη. Σε διάφορα σημεία συναντάμε μικρές καλύβες - παρατηρητήρια για τους επισκέπτες που έρχονται να θαυμάσουν την πανίδα της περιοχής αλλά και σε άλλα συναντάμε ψαράδες που φτιάχνουν τις χαρακτηριστικές από το σχήμα βάρκες τους - Πλάβες τις λένε, και διορθώνουν τα δίχτυα τους.

Δεν είναι πλεονασμός να μοιραστούμε μαζί σας το ότι μέσα σε μόλις μία ώρα σταματήσαμε τουλάχιστον 25 φορές για να βγάλουμε φωτογραφίες! Το τοπίο μπορεί να μοιάζει ίδιο αλλά κάθε μέτρο που περνάει γίνεται τόσο διαφορετικό!

Πρέπει να προσέχετε πολύ, να μην δοκιμάσετε να μπείτε στα νερά γιατί μπορεί να φαίνονται και να είναι αρκετά ρηχά αλλά μην ξεχνάτε πως είναι και λασπώδη. Μπορεί να κάνεις μόνο ένα βήμα και να βουλιάξεις από το βάρος σου μέσα στη γη. Για να έχετε όμως μία ολοκληρωμένη και μοναδική εμπειρία θα πρέπει να αφήσετε το αυτοκίνητο και να κάνετε βαρκάδα μέσα στα δαιδαλώδη και πανέμορφα τοπία του Έβρου με εξειδικευμένο και φιλόξενο προσωπικό που μέσα από συζήτηση που είχαμε μαζί τους είδαμε το ολοένα και αυξανόμενο ενδιαφέρον του κόσμου να ζήσουν εμπειρίες σαν και αυτή και να ξανά γνωρίσουν ουσιαστικά την φύση.







the serpentine paths it creates and also the lagoons that spread out to where the eye reaches; and yes, we can see on the edge the union that is made with the sea. We are impressed by the many white from the saltiness tree trunks which no one knows for how many years they have been left by the river and from where they have started their journey to end up here and the multitude of different birds that often fly right above us leaving sounds strange for us, forgotten perhaps since the time we began to live in the cities and left nature in our dreams.

But the dreams in this place come alive and create memories such as driving on a road that is completely straight for kilometers and around it there is so intense nature without containing a single tree on earth. In various places we find small huts - observatories for visitors who come to admire the fauna of the area but also in others, we meet fishermen who make their boats characteristic of shape - they call them Plaves, and set their nets right.

It is not redundancy to share with you the fact that in just one hour we stopped at least 25 times to take pictures! The landscape may look the same but every meter that passes becomes so different!

You have to be very careful, not to try to get into the waters because it may look and be quite shallow but do not forget that it is also muddy. You can only take one step and sink from your weight into the earth. However, in order to have a complete and unique experience, you should leave the car and go boating in the labyrinthine and beautiful landscapes of Evros with specialized and hospitable staff that through a discussion we had with them we saw the ever-increasing interest of the people in living experiences like this and getting back to know nature.

It is no wonder that the sense of time is lost in this part of our country. The colors, the waters, the landscape, the birds, the trunks, even the streets themselves are enchanting. We went back and 5 whole hours passed without realizing it; we went back and gathered pictures for a lifetime! This is the Evros Delta that is really worth experiencing too!

On our way back there is still a nearby destination a little north. It is Feres with the running waters but also a church which is a jewel for the whole Evros and for the whole Greece.





Δεν είναι καθόλου περίεργο πως η αίσθηση του χρόνου χάνεται σε αυτό το σημείο της χώρας μας. Τα χρώματα, τα νερά, το τοπίο, τα πουλιά, οι κορμοί, ακόμα και οι ίδιοι οι δρόμοι είναι μαγευτικά. Γυρίσαμε πίσω και πέρασαν χωρίς να το καταλάβουμε 5 ολόκληρες ώρες, γυρίσαμε πίσω και μαζέψαμε εικόνες για μία ζωή! Αυτό είναι το Δέλτα του Έβρου που πραγματικά αξίζει να το ζήσετε και εσείς!

Στην επιστροφή μας υπάρχει ακόμα ένας κοντινός προορισμός λίγο βόρεια. Είναι οι Φέρες με τα τρεχούμενα νερά αλλά και μία εκκλησία κόσμημα για όλο τον Έβρο και για όλη την Ελλάδα. Η διαδρομή από τον κεντρικό δρόμο εύκολη και γρήγορη καθώς μόλις λίγα χιλιόμετρα μακριά βρίσκονται οι Φέρες με την Παναγία Κοσμοσώτειρα που αποτελεί εκπληκτικό αρχιτεκτονικό ναό της ύστερης Βυζαντινής περιόδου. Χτισμένη από τον Σεβαστοκράτωρ (ανώτερος τίτλος της Βυζαντινής αυτοκρατορίας) Ισαάκιο Κομνηνό στα μέσα του 12ου αιώνα (1152). Αποτέλεσε για πάνω από 200 χρόνια μοναστήρι με ισχυρά τείχη που το προστάτευαν από επιδρομές, η μονή εγκαταλείφθηκε από

τους μοναχούς όταν χωρικοί της περιοχής σε δύσκολες περιόδους έμειναν μόνιμα εντός των τειχών. Στην συνέχεια μετά την κατάλυση της Βυζαντινής αυτοκρατορίας το καθολικό μετατράπηκε σε τζαμί και με το πέρασμα των ετών όλο και περισσότεροι άνθρωποι έπαιρναν την απόφαση να μείνουν στον τόπο δημιουργώντας τον οικισμό των Φερών. Στα μέσα του προηγούμενου αιώνα επανήλθε ο ναός στην λατρεία της Ορθοδοξίας, αφαιρέθηκαν οι σοβάδες και φάνηκαν ξανά οι υπέροχες αγιογραφίες που κοσμούν το εσωτερικό της. Πολλοί την παρομοιάζουν με μικρογραφία της Αγίας Σοφίας τόσο για την ομορφιά όσο και για την αρχιτεκτονική της. Η Παναγία Κοσμοσώτειρα αποτελεί θρησκευτικό σύμβολο όλης της Θράκης είναι η προστάτιδα όλων των Θρακών και παγκόσμιο προσκυνηματικό κέντρο.

Πριν φύγουμε από τις Φέρες μία τελευταία στάση στο πάρκο δίπλα από το ποτάμι με το γρασίδι να δροσίζει την ατμόσφαιρα και το παλιό υδραγωγείο που έφερνε τρεχούμενο νερό στο μοναστήρι να κεντρίζει το ενδιαφέρον.







The route from the main road is easy and fast as just a few kilometers away there are Feres with Panagia Kosmosotira which is an amazing architectural temple of the late Byzantine period. It is built by Sebastokrator ("Respected Emperor"; superior title of the Byzantine Empire) Isaac Komninos in the middle of the 12th century (1152). It was for over 200 years a monastery with strong walls that protected it from raids; the monastery was abandoned by the monks when villagers of the area in difficult periods stayed permanently within the walls. Then after the collapse of the Byzantine Empire the catholic one was converted into a mosque and with the passage of years more and more

people took the decision to stay in the place creating the settlement of Feres. In the middle of the last century, the church returned to the worship of Orthodoxy, the plasters were removed and the wonderful hagiographies that adorn its interior appeared again. Many liken it to a miniature of St. Sophia for both its beauty and its architecture. Panagia Kosmosotira is a religious symbol of all Thrace; it is the protector of all Thracians and a global pilgrimage center.

Before we leave Feres, we made one last stop in the park next to the river with the grass cooling the atmosphere and the old aqueduct that brought running water to the monastery to pique the interest.





Evros beach / Οι παραλίες του Έβρου

Το θαλάσσιο μέτωπο του Έβρου ξεκινάει δυτικά από τα βουνά που φτάνουν μέχρι την θάλασσα καταλήγει στο σημείο εκβολής του ποταμού Έβρου όπου βρίσκονται τα σύνορα με την Τουρκία. Ξεκινήσαμε την πορεία μας από τα δυτικά και φτάσαμε μέχρι και τον Έβρο για να σας μεταφέρουμε όλα όσα συναντήσαμε.

Στα δυτικά λοιπόν ξεκινάμε το ταξίδι μας όπου οι απολήξεις του όρους Ίσμαρος καταλήγουν στην θάλασσα σχηματίζοντας δαντελωτές ακτές πολλές από τις οποίες μέχρι και σήμερα είναι δύσβατες αλλά ταυτόχρονα πανέμορφες.

Παραλία Μεσημβρίας - Ζώνης

Βρισκόμαστε 20χλμ από την Αλεξανδρούπολη όπου εδώ βρίσκεται μία ατέλειωτη αμμώδης και με βαθιά νερά παραλία με θέα την υπέροχη Σαμοθράκη, το νησί που πριν χιλιάδες χρόνια έστειλε αποίκους που δημιούργησαν και τον σημερινό αρχαιολογικό χώρο της Μεσημβρίας - Ζώνης όπου η ανασκαφή άρχισε το 1966 και συνεχίζεται μέχρι σήμερα.

Η Μάκρη και η σπηλιά του Κύκλωπα

Συνεχίζουμε την ανατολική πορεία μας προς την Αλεξανδρούπολη και μέσω ενός φιδίσιου δρόμου φτάνουμε στην Μάκρη που είναι ξακουστή από τα αρχαία χρόνια για τον μεγάλο ελαιώνα της και που σήμερα είναι ένα χωριό γεμάτο ζωή με πολλές ταβέρνες που βρίσκονται αγνάντι από το πέλαγο, και ένα γραφικό μικρό λιμάνι. Το καλοκαίρι η Μάκρη γεμίζει κόσμο που κάνουν βόλτα μέσα στα σοκάκια του χωριού αλλά και πηγαίνουν στην ξακουστή σπηλιά του Κύκλωπα που βρίσκεται εδώ... Μπορεί να μην είναι μεγάλη σε μέγεθος αλλά η θέα στο μπλε του Αιγαίου από την μία και από την άλλη οι μεγάλες ελιές κάνουν την βόλτα στο σπήλαιο ένα ταξίδι στην μυθολογία μέσα από τα ίχνη του ξακουστού Οδυσσέα. Δίπλα από το χωριό υπάρχει και η μεγάλη αμμώδης παραλία της Μάκρης που γεμίζει τουρίστες όλη την θερινή περίοδο παίρνωντας και το βραβείο για την πιο κοσμοπολίτικη παραλία του νομού!

Τραϊανούπολη

Στην ανατολική πορεία μας θα συνεχίσουμε προς την Αλεξανδρούπολη περνώντας δίπλα από πανέμορφα ξενοδοχειακά καταλύματα και αφού διασχίσουμε την πόλη μετά από 20 περίπου λεπτά φτάνουμε στην πόλη του Τραϊανού, του Ρωμαίου αυτοκράτορα που έχτισε την πόλη τον 2ο αιώνα μ.Χ. δίπλα από την αρχαία Εγνατία οδό και πάνω στα ιαματικά λουτρά της περιοχής. Μεγάλο



The sea front of Evros starts west of the mountains that reach the sea and ends at the mouth of the Evros River where the border with Turkey is located. We started our journey from the west and reached Evros to bring you everything we encountered

In the west, we start our journey where the ends of Mount Ismaros end up in the sea, forming lacy coasts, many of which are rugged but beautiful to this day.

Beach of Mesimyria - Zone

We are located 20km far from Alexandroupoli and here there is an endless sandy and deep water beach overlooking the beautiful Samothrace; the island that thousands of years ago sent settlers who created the current archaeological site of Mesimbria - Zone where the excavation began in 1966 and continues to this day.

Makri and the Cyclops Cave

We continue our eastern course towards Alexandroupolis and, through a serpentine road, we reach Makri, which is famous since ancient times for its large olive grove and which today is a village full of life with many taverns located on the sea, and a picturesque small port. In the summer, Makri is full of people who stroll through the alleys of the village and also go to the famous cave of Cyclops that is located here... It may not be



big in size but the view of the blue Aegean Sea on one side and the large olive trees on the other make the walk in the cave a journey to mythology through the traces of the famous Odysseus. Next to the village, there is the long sandy beach of Makri that fills with tourists throughout the summer season, winning the award for the most cosmopolitan beach of the prefecture!

Traianoupolis

On our eastern route we will continue towards Alexandroupolis passing by beautiful hotel accommodation and after crossing the city (after about 20 minutes) we arrive in the city of Trajan, the Roman emperor who built the city in the 2nd century AD next to the ancient Egnatia road and on the thermal baths









μέρος της πόλης ακόμα και σήμερα περιμένει να έρθει στο φως καθώς οι ανασκαφές που έχουν γίνει είναι ενδεικτικές και το μέγεθος της πολύ μεγάλο καθώς είχε μεγάλη ανάπτυξη για πάνω από 1000 χρόνια. Το πιο αξιόλογο οικοδόμημα που βλέπει ο επισκέπτης είναι η Χάνα, ένα κτίριο του 4ου αιώνα μ.Χ., που χρησιμοποιήθηκε ως ξενώνας. Πίσω από την Χάνα βρίσκονται λουτρώνες από την εποχή της Τουρκοκρατίας (16ος αι.) με τις χαρακτηριστικές θολωτές οροφές τους.

Ακόμη σώζονται ερείπια εκκλησίας και στο λόφο του Αγίου Γεωργίου, πιθανή ακρόπολη του ρωμαϊκού οικισμού, αλλά και ερείπια του μουσουλμανικού τεκέ του Ισικλάρ που περιγράφηκε το 1668 από τον Τούρκο περιηγητή Εβλιγιά Τσελεμπή. Μέχρι και σήμερα λειτουργούν μονάδες για λουτροθεραπεία με τα νερά να είναι γνωστά σε αρκετό κόσμο που επιλέγει να βρίσκεται εδώ επειδή



είναι πλούσια σε υδροχλωριούχα και θερμομεταλλικά στοιχεία, τα οποία ενδείκνυνται για τη θεραπεία ρευματισμών, δισκοπάθειας, αλλά και παθήσεων του ήπατος και των νεφρών.

Η συνέχεια του ταξιδιού μας είναι δυτικά στην Αλεξανδρούπολη για να γνωρίσουμε και να δούμε το τι κρύβει μέσα της... Πριν όμως μπούμε στην πόλη θέλουμε να σας παρουσιάσουμε συνοπτικά όλες τις παραλίες που βρίσκονται στην περιοχή.

Οι παραλίες του Έβρου με μια ματιά:

- Παραλία Μεσημβρίας: Καστανή ψιλή άμμος, ελεύθερη στο μεγαλύτερο μέρος της, ενώ διαθέτει και ξαπλώστρες με ομπρέλες.
- Παραλία Δικέλλων: Με επίσης καστανή ψιλή άμμο και ταυτόχρονα οργανωμένη στο μεγαλύτερο μήκος της με μεγάλα beach bar, και αρκετό κόσμο να την επιλέγει ως πρώτη επιλογή για διασκέδαση το καλοκαίρι αλλά και ταυτόχρονα με αρκετά σημεία να παραμένουν ελεύθερα.
- Παραλία Μάκρης: Από τις πιο οργανωμένες και τουριστικά αξιοποιημένες παραλίες όχι μόνο του Έβρου αλλά και ολόκληρης της περιφέρειας. Με μεγάλη έκταση, ψιλή άμμο και ρηχά νερά που την κάνουν ιδανική ακόμα και για μικρά παιδιά συγκεντρώνει μεγάλους αριθμούς παραθεριστών όλο το καλοκαίρι.
- Παραλία Νέας Χιλής: Είναι κατά βάση με καστανή και πολύ ψιλή άμμο ενώ υπάρ-







of the area. Much of the city even today is still waiting to come to light as the excavations that have been done are indicative and the size of the city is very large as it had a large development for over 1000 years. The most remarkable structure that the visitor sees is the Hana, a building of the 4th century AD, which was used as a guesthouse. Behind Hana there are bathhouses from the Turkish occupation (16th century) with their characteristic vaulted ceilings.

There are also ruins of a church on the hill of Saint Georgios, a possible acropolis of the Roman settlement, but also ruins of the Muslim teque of Isiklar, described in 1668 by the Turkish traveller Evlija Tselebi. To this day, there are still operating units for spa therapy and the waters are known to many people who choose to stay here because they are rich in hydrochloride and thermometallic elements, which are indicated for the treatment of rheumatism, discopathy, as well as liver and kidney diseases.

The continuation of our trip is west to Alexandroupolis in order to get to know and see what it hides inside... But before we enter the city, we want to present you briefly all the beaches of the area.

The beaches of Evros at a glance:

- Mesimvria Beach: Brown fine sand, free for the most part, while it also provides sunbeds and umbrellas.
- → Dikella Beach: With also brown fine sand and at the same time organized along its longest length with large beach bars, many people choose it as the first choice for fun in the summer but at the same time it has several spots remaining free.
- Makri Beach: It is one of the most organized and touristically developed beaches not only in Evros but also in the whole region. With a large range, fine sand and shallow waters that make it ideal even for little children, it attracts large numbers of holidaymakers throughout the summer.



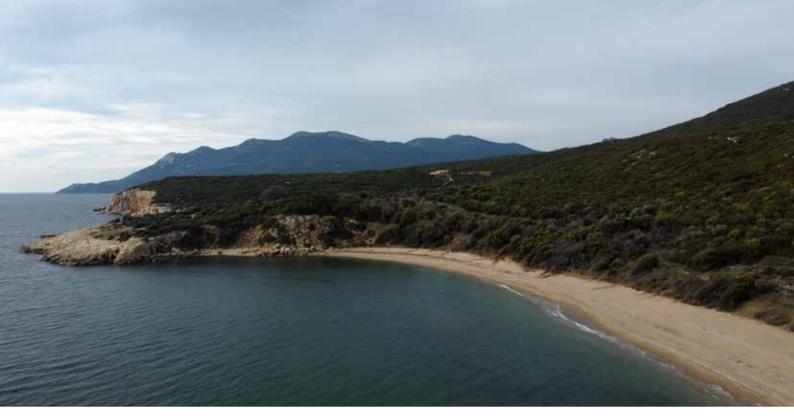






χουν και μερικά σημεία που έχει ψιλό βοτσαλάκι.Με νερά γαλάζια και πεντακάθαρα και με σημεία βαθιά αλλά και ρηχά. Η εγγύτητα της στην Αλεξανδρούπολη την κάνει περιζήτητη ενώ είναι οργανωμένη τόσο ως προς τις ξαπλώστρες και ομπρέλες αλλά και ως προς τις ταβέρνες αλλά και τα καφέ που βρίσκονται δίπλα της.

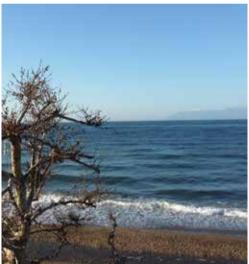
- ➡ Παραλία Κόκκινα Βράχια: Βρίσκεται πολύ κοντά στην Νέα Χιλή και είναι η μοναδική παραλία του νομού που αντί για άμμο θα συναντήσει ο επισκέπτης ψιλό βοτσαλάκι. Ιδανική επίσης για βουτιές και οργανωμένη καθώς υπάρχουν όλες οι ανέσεις για τον επισκέπτη της!
- ➡ Παραλία ΕΟΤ: Με πλούσια χρυσή άμμο και αρκετό χώρο για όλους και καταγάλανα νερά που είναι ιδανικά ακόμα και για μικρά παιδιά. Χαρακτηριστικό είναι πως διαθέτει εγκαταστάσεις που μπορούν να εξυπηρετήσουν κάθε ανάγκη όπως: ντους, μίνι
- μάρκετ, καφετέρια, τουαλέτες και αποδυτήρια, αλλά και εστιατόριο, όπου μπορεί κάποιος να απολαύσει το γεύμα και το δείπνο του. Σε πολύ κοντινή απόσταση από τη θάλασσα υπάρχουν γήπεδα μπάσκετ, βόλεϊ και τένις, ενώ όλες οι εγκαταστάσεις διαθέτουν πρόσβαση για άτομα με ειδικές ανάγκες. Ουσιαστικά αποτελεί την παραλία της ίδιας της Αλεξανδρούπολης αφού βρίσκεται ακριβώς δίπλα από τον οικιστικό ιστό της πόλης.
- ➡ Παραλία Μεταμόρφωσης του Σωτήρα: Η μόνη παραλία που βρίσκεται ανατολικά από την Αλεξανδρούπολη και σχετικά κοντά με το δέλτα του ποταμού Έβρου. Χωρίς να είναι κοσμική, η εύκολη πρόσβασή της από την πόλη, τα καθαρά νερά της και η θέα στο βόρειο Αιγαίο την κατατάσσουν μέσα στις πιο ιδιαίτερες και όμορφες του νομού, μια παραλία με χρυσή αμμουδιά και υπέροχα νερά.







- New Chile Beach: It is basically with brown and very fine sand while there are also some spots with small pebbles. It has blue and crystal clear waters and both deep and shallow spots. Its proximity to Alexandroupolis makes it well-known, while it is organized both in terms of sunbeds and umbrellas and in terms of taverns and cafes located next to it.
- ⇒ Beach Kokkina Vrachia (Red Rocks): It is located very close to New Chile and it is the only beach in the prefecture where, instead of sand, the visitor will find fine pebbles. Ideal also for diving, it is organized as there are all the amenities for the visitor!
- EOT Beach: With rich golden sand, enough space for everyone and deep blue waters that are ideal even for little children. It has facilities that can serve every need such



- as: showers, mini market, café, toilets and changing rooms, as well as a restaurant, where one can enjoy lunch and dinner. Basketball, volleyball and tennis courts are very close to the sea, while all facilities are accessible for disabled people. It is essentially the beach of Alexandroupolis itself since it is located right next to the residential area of the city.
- → Metamorphosis of Sotiras Beach: The only beach located east of Alexandroupolis and relatively close to the delta of the Evros river. Without being cosmopolitan, its easy access from the city, its clear waters and the view of the northern Aegean Sea rank it among the most special and beautiful ones of the prefecture, a beach with golden sand and wonderful waters.



Maroneia / Μαρώνεια



Η Μαρώνεια είναι ένας τεράστιος σε έκταση αρχαιολογικός τόπος που βρίσκεται ανάμεσα σε αιωνόβια ελαιόδεντρα. Η πόλη ιδρύθηκε τον 7ο αιώνα π.Χ. από Χιώτες αποίκους και αποτελεί την πιο σημαντική αρχαία πόλη όλης της Θράκης. Το τεράστιο τείχος της που αγγίζει τα 10 χιλιόμετρα σε μήκος και έχει σωθεί σε διάσπαρτα σημεία δείχνει και το πόσοι άνθρωποι κατοικούσαν εντός της. Χαρακτηριστικό της είναι πως σε όλη την διάρκεια της αρχαιότητας ήταν συνέχεια σε ακμή ενώ με τον πλούτο που υπήρχε έκοψε και χρυσό νόμισμα τον 4ο αιώνα π.Χ. Η ακμή της συνεχίστηκε και κατά τους Ρωμαϊκούς αλλά και κατά τους Βυζαντινούς χρόνους μέχρι και το 1300 μ.Χ. όπου έκανε την εμφάνισή της η πειρατεία και ένας τόσο πλούσιος τόπος αποτέλεσε κατευθείαν στόχο της. Αποτέλεσμα ήταν πολλοί κάτοικοί της στο πέρασμα των αιώνων να πάνε αλλού να κατοικήσουν ενώ όσοι έμειναν μετοίκησαν σε πιο ορεινά σημεία δημιουργώντας σήμερα το ημιορεινό χωριό που είναι πανέμορφο και μέσα στο πράσινο.

Είναι σίγουρο πως έχουν πολλά να ανακαλυφθούν και να αποκαλυφθούν σε αυτή την γη που δίπλα από τον δρόμο που οδηγεί στο μικρό λιμανάκι θα παρατηρήσετε τα αρχαία και τα βυζαντινά τείχη, τα ερείπια του Ρωμαϊκού πρόπυλου και της αγοράς αλλά και τα ερείπια μεγάλης τρίκλιτης Βασιλικής εκκλησίας.

Ένας βατός χωματόδρομος οδηγεί στο αναστηλωμένο εν μέρη υπέροχο θέατρο που

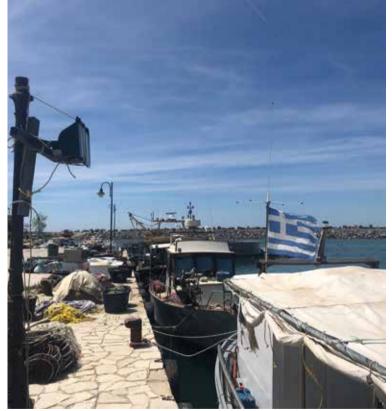




Maroneia is a huge archaeological site located among centuries-old olive trees. The city was founded in the 7th century BC by Chian settlers and is the most important ancient city of all Thrace. Its huge wall, which reaches 10 kilometers in length and has survived in scattered places, shows how many people lived within it. Its characteristic is that, throughout the period of antiquity, it was constantly at its peak, while due to the wealth that existed, it also minted a gold coin in the 4th century BC. Its prosperity continued during both the Roman and Byzantine times until 1300 AD, when piracy made its appearance and such a rich place was its direct target. As a result, many residents over the centuries went elsewhere to live while those who stayed moved to more mountainous places, creating today the







έχει θέα την θάλασσα και που χωρούσε έως και 9.000 άτομα την αρχαιότητα. Η Ρωμαίοι το μετέτρεψαν σε χώρο θηριομαχιών και για αυτό σήμερα γύρω από το κοίλο βλέπουμε τοποθετημένες μεγάλες πέτρες. Πολύ κοντά στο θέατρο (λίγα μέτρα δυτικότερα) σώζονται τα ερείπια του ναού του Διονύσου.



semi-mountainous village that is beautiful and full of green.

It is certain that there are a lot to be discovered and revealed in this land that next to the road, which leads to the small harbor, you will notice the ancient and Byzantine walls, the ruins of the Roman propylon, the market and the ruins of a large three-aisled Basilica church.

A passable dirt road leads to the beautifully restored theater overlooking the sea that could hold up to 9,000 people in antiquity. The Romans turned it into a place of beastfights and that's why today around the hollow we see placed large stones. Very close to the theater (a few meters to the west) are the ruins of the temple of Dionysus.



