

ΠΕΡΙ ΜΗΝΙΑΙΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟ ΣΚΟΠΙΟ

ΝΟΕΜΒΡΙΟΣ 2024 • ΤΕΥΧΟΣ 7

ΟΡΕΙΝΗ ΑΡΚΑΔΙΑ

Ταξίδι στην καρδιά
της Πελοποννήσου

Τα αυθεντικά
προϊόντα από
την Καλαμάτα



ΚΑΤΑΣΤΗΜΑ ΤΟΥ ΑΓΡΟΤΙΚΟΥ ΣΥΝΕΤΑΙΡΙΣΜΟΥ
"ΕΝΩΣΗ ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ"

📍 Ιατροπούλου 10, Καλαμάτα, Τ.Κ. 24 133
📱 @mukalamata
✉ mukalamata@messiniaunion.gr
☎ +30 27210 23854





ΣΤΟΥΠΑΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΚΗ STARTPC



Κοραή 9 και Κανάρη 24100 Καθαμάτα • 2721090065 • www.startpc.gr • sales@startpc.gr

Η μεγαλύτερη εταιρεία Πληροφορικής στο νομό Μεσσηνίας
με πελάτες σε όλη την Πελοπόννησο με υποστήριξη σε περισσότερα
από 1500 λογισμικά εμπορικής διαχείρισης – Λογιστικής – Μισθοδοσίας.
Ρωτήστε μας για τις ανάγκες σας.



1η Ιουλίου

Οριστική έναρξη

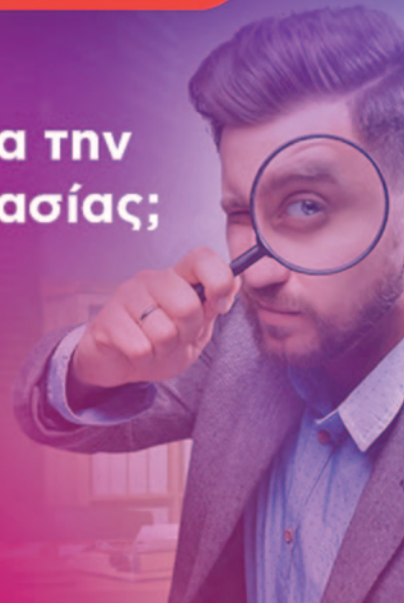
Ψηφιακής Κάρτας Εργασίας
για Βιομηχανίες & Λιανεμπόριο!

- ☑ Ψηφιακή κάρτα με 1 κλικ
- ☑ 100% διασφάλιση εργοδότη
- ☑ Άμεση ενημέρωση & καθοδήγηση εργαζομένων για ορθή χρήση κάρτας
- ☑ Σύστημα προειδοποιήσεων για αποφυγή παράβασης (Alert System)
- ☑ Αυτόματη διόρθωση αλλογαών σε ωράρια (π.χ. 6n/7n ημέρα)
- ☑ Αυτόματη δημιουργία απολογιστικής δήλωσης
- ☑ Δυνατότητα αυτόματου υπολογισμού μισθοδοσίας

Ψάχνεις τη λύση για την
Ψηφιακή Κάρτα Εργασίας;



ERGANI
EPSILON SMART



Τώρα η Ταμειακή Μηχανή
είναι πάντα μαζί σας!

Ψηφιακή Ταμειακή σε Κινητό & POS
για άμεση έκδοση παραστατικών,
οποιαδήποτε στιγμή!

ΚΑΙ Αποστολή Παραστατικών
μέσω SMS & Viber!



Έχεις Εστιατόριο;
Είσαι Smart!

EPSILON SMART RESTAURANT

Η νέα Εφαρμογή Ηλεκτρονικής Τιμολόγησης
για εστιατόρια που περιλαμβάνει:

- Δελτία παραγγελίας και όλα τα υπόλοιπα παραστατικά, με πιστοποίηση μέσω παρόχου
- Διασύνδεση με POS



Πανεπιστήμιο Διόγκηση στα
WITSA Global Innovation
and Tech Excellence



Το ακριβό ρεύμα γέννησε τις ενεργειακές κοινότητες φαρμακοποιών

16

Περιεχόμενα

- 8. Να αλλάξει η συνταγή φτώχειας της Πελοποννήσου
- 13. Γ. Γκούμας: “Γεωργία και Τουρισμός πάνε πακέτο”
- 20. Μαθήματα υφαντικής στο Γεράκι
- 23. Μαρία Γαζούλη: Εμβόλια για κάθε ασθένεια που φαντάζεστε
- 44. Βασιλική Μιχοπούλου: «Η δημοσιογραφία της Επιστήμης δεν ξέρεις ποτέ πού θα σε βγάλει»

18ΣΕΛΙΔΟ ΑΦΙΕΡΩΜΑ ΣΤΗΝ ΟΡΕΙΝΗ ΑΡΚΑΔΙΑ

- 28. Στεμνίτσα – Το χωριό των μεταλλοτεχνιτών
- 29. Δημητσάνα: Ο ιστορικός οικισμός που πήρε ζωή από τα νερά του Λούσιου ποταμού
- 30. Καρύταινα: Ορεινό διατηρητέο χωριό με μεγάλη ιστορία
- 31. Βυτίνα: Στις πλαγιές του Μαινάλου, αγκαλιασμένη από έλατα και μοναδικά μονοπάτια
- 32. Αρχαία Γόρτυνα: Εντυπωσιακός αρχαιολογικός χώρος στις εκβολές του Λούσιου
- 33. Αρχαία Μαντινεία: Το αντίπαλο δέος της Σπάρτης
- 34. Ζυγοβίσι: Το χωριό των “Αθανάτων” του Κολοκοτρώνη
- 42. Επισκεφθείτε το Λαογραφικό Μουσείο της Βυτίνας



9



Απόδαυον

SWEET LAB

Κεντρικό κατάστημα: Κρήτης και Μαιζώνος 103 , Καλαμάτα 24100 ☎ 2721089785

Υποκατάστημα: Μουλαβασίλη 60, Μεσσήνη 24200 ☎ 2722023620

✉ info@apolausizaxaroplasteia.gr 🌐 www.apolausizaxaroplasteia.gr



Ιδιοκτησία
ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΕΚΔΟΤΙΚΗ ΑΕ

Εκδότης - Διευθυντής
Δημήτρης Πλεμμένος

Σύμβουλος Εκδοσης
Ντίνος Δ. Πλεμμένος

Συντακτική Ομάδα
Γιώργος Παναγόπουλος

Νίκος Τσουμπράκος

Γιάννης Σινάπης

Θανάσης Λαγός

Τάσος Ανδρικόπουλος

Μαρία Τομαρά

Αννα Αγγελίδου

Κώστας Μπούρας

Κωνσταντίνα Δρακουλάκου

Ατελιέ
Γιάννης Σακκάς

Εμπορική Διεύθυνση
Λεωνιδία Πλεμμένου

Υποδοχή Διαφήμισης
Κατερίνα Γιατράκου

Υπεύθυνος Κυκλοφορίας
Στάθης Βρεττός

Γεωργούλη 26 - Καλαμάτα 24100
email: elefklm@gmail.com
ISSN: 2945-2902

Το «Περισκόπιο» κυκλοφορεί ως ένθετο στις εφημερίδες «Ελευθερία» της Μεσσηνίας, «Πρώτη» της Ηλείας, αναρτάται στις ηλεκτρονικές εφημερίδες eleftheriaonline.gr, protinews.gr, spartanews.gr και διανέμεται σε πολλά σημεία - κεντρικά και περιφερειακά - των νομών Μεσσηνίας, Ηλείας, Αρκαδίας και Λακωνίας.

Editorial

Ιστορική και τουριστική Γορτυνία

Η ιστορική Γορτυνία της Αρκαδίας, πατρίδα πολλών κατοίκων της Μεσσηνίας, της Λακωνίας και της Ηλείας, είναι το αφιέρωμα του «Π» σε αυτό το τεύχος. Ένα αφιέρωμα που χωρίς υπερβολές ωθεί τον αναγνώστη να επισκεφθεί ή να ξαναεπισκεφθεί την ιστορική επαρχία που τα τελευταία χρόνια είναι προορισμός για πολλούς Έλληνες και ξένους ταξιδιώτες και έχει αναπτύξει σημαντική τοπική οικονομία.

Ένα σημαντικό θέμα αυτού του τεύχους είναι η δημιουργία της ενεργειακής κοινότητας των φαρμακοποιών της Πελοποννήσου, μια συνέργεια που δείχνει τον δρόμο που μπορούν να βαδίσουν - αν υπάρχουν ανοιχτά μυαλά - οι διάφοροι κλάδοι για πρόοδο και κυρίως οικονομικά οφέλη.

Το Σχολείο Τουρισμού που επιστρέφει για να συμβάλει στη βελτίωση των υπηρεσιών στις επιχειρήσεις εστίασης και ψυχαγωγίας έχει σαν θέμα ιδιαίτερο ενδιαφέρον. Και δείχνει πως το μεράκι κάποιων ανθρώπων - εν προκειμένω του Κώστα Ανδριανόπουλου και του Ανδρέα Ζαγάκου - είναι αναγκαίος μοχλός βελτίωσης ενός κλάδου.

Η παρέμβαση του γνωστού εξαγωγέα Γιώργου Γκούμα, για τις συνέπειες της κλιματικής αλλαγής σε συνδυασμό με όσα κακώς κείμενα διέπουν την αγροτική οικονομία της Μεσσηνίας και της σχέσης της με τον τουρισμό είναι καμπανάκι κινδύνου για το μέλλον του νομού.

Η καθηγήτρια Καθηγήτρια Βιολογίας - Γενετικής - Νανοϊατρικής της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών Μαρία Γαζούλη σε εμπειριστατωμένη συνέντευξή της μιλάει για τα εμβόλια που προλαβαίνουν διάφορες παθήσεις. «Εμβόλια για κάθε ασθένεια που φαντάζεσθε», τονίζει με έμφαση.

Αυτά και άλλα αξιολογικά θέματα στο νέο τεύχος στηρίζουν τον σχεδιασμό του «Π» όπως σας τον έχουμε κατά καιρούς περιγράψει.

Στο μεταξύ ετοιμαστείτε για τις γιορτές είτε μείνετε στο σπίτι, είτε ταξιδέψετε σε κάποιο εγχώριο ή ξένο προορισμό.

Ντίνος Δ. Πλεμμένος



PELOPONNESE



ΠΟΤΑΜΟΣ ΛΟΥΣΙΟΣ

PELOPONNESE.
GREECE BEYOND THE OBVIOUS



#PELOPONNESE #GREECEBEYONDTHEOBVIOUS

www.visitpeloponnese.com

Να αλλάξει η συνταγή φτώχειας της Πελοποννήσου

Σύμφωνα με τη Eurostat, οι κάτοικοι στις Περιφέρειες Πελοποννήσου και Δυτικής Ελλάδας, σε ποσοστό ίσο ή μεγαλύτερο από το 35%, αντιμετωπίζουν τον κίνδυνο της φτώχειας και του κοινωνικού αποκλεισμού. Η γεωγραφική Πελοπόννησος βρίσκεται δηλαδή, στη χειρότερη κλίμακα της Ε.Ε., με τους πλέον φτωχούς κατοίκους. Την ίδια ώρα, τα δημογραφικά χαρακτηριστικά της Πελοποννήσου δείχνουν ότι η ύπαιθρος αδειάζει και οι παραδοσιακές ασχολίες εγκαταλείπονται. Ακόμα και δείκτες, όπως η αυξημένη απασχόληση, που φαίνονται θετικοί, οφείλονται στη δημογραφική κατάρρευση και όχι σε οικονομική ευρωστία.

Τα στοιχεία αυτά, απ' όποια πλευρά και να τα εξετάσει κανείς, οδηγούν στο ίδιο καταθλιπτικό συμπέρασμα: η Πελοπόννησος στο σύνολό της συρρικνώνεται οικονομικά και κοινωνικά. Η περιοχή δεν έφτασε σε αυτή την τραγική κατάσταση από τη μια μέρα στην άλλη. Πληρώνει την κουτοπονηριά πολιτών και πολιτικών που, σε ένα διαρκές «νταραβέρι» συναλλαγής, θυσιάσαν το κοινό καλό στο βωμό της προσωπικής εξυπηρέτησης. Δεν είναι τυχαίο ότι η Πελοπόννησος ανέδειξε ισχυρά πολιτικά πρόσωπα που το μόνο που έχουν να επιδείξουν είναι προσωπικές εξυπηρετήσεις μέσα από τη λαφυραγώγηση του κράτους. Ελάχιστοι έχουν συνδέσει το όνομά τους με μεγάλα έργα και σχεδόν κανένας με μια μεγάλη επένδυση ή μια επιλογή που προσέθετε και δεν αφαιρούσε αξία από την περιοχή.

Το πρόβλημα είναι ότι οι πολίτες της Πελοποννήσου δύσκολα μπορούν να αλλάξουν συνήθειες.

Παραμένουν προσκολλημένοι στην πολιτική και στους πολιτικούς του χθες. Η μικροεξυπηρέτηση και η λογική του «εγώ τι κερδίζω βραχυπρόθεσμα και άμεσα από τη μια ή την άλλη επιλογή» είναι αυτά που συνεχίζουν να κυριαρχούν, βαθαίνοντας την κρίση και την παρακμή της περιοχής. Τα πράγματα θα πηγαίνουν όλο και χειρότερα και σε κάθε εκλογή θα διαπιστώνουμε ότι ο πάτος του βαρελιού είναι ακόμα χαμηλότερα.

Το πρόβλημα είναι ότι οι πολίτες της Πελοποννήσου δύσκολα μπορούν να αλλάξουν συνήθειες. Παραμένουν προσκολλημένοι στην πολιτική και στους πολιτικούς του χθες.

Η σταθεροποίηση, αρχικά, και η σταδιακή ανάκαμψη της περιοχής στο μέλλον απαιτούν εντελώς διαφορετικές προσεγγίσεις. Ο «πελοποννησιακός» τρόπος πολιτικής δράσης, με την ατομική εξυπηρέτηση και την κοινωνική συναναστροφή, είναι το πρώτο που χρειάζεται να μεταβληθεί. Για να αλλάξουν τα πράγματα, χρειάζεται να σπάσει ο σημερινός πολιτικός φαύλος κύκλος. Οι «πατερούληδες» και τα τζάκια

της Πελοποννήσου, που διαφεύκουν έμμεσα ή άμεσα σε κάθε περιοχή τα πράγματα, θα πρέπει να αποδυναμωθούν, ώστε να μην ολοκληρώσουν το έργο της απόλυτης καταστροφής της Πελοποννήσου. Αυτό δεν μπορεί να γίνει αν δεν αλλάξει το θεσμικό πλαίσιο που εξασφαλίζει την αναπαραγωγή τους.

Η ενοποίηση της Πελοποννήσου είναι σημαντικό βήμα για να διαταραχθούν οι ισορροπίες και να αμφισβητηθούν τα «βίλαετια του Μοριά», που έχουν δημιουργηθεί από την ίδρυση του ελληνικού κράτους. Η ενιαία Πελοπόννησος θα έχει βέβαια νόημα αν ενταχθεί σε μια συνολικότερη αναδιάρθρωση του ελληνικού κράτους. Με περιφέρειες και δήμους οικονομικά ανεξάρτητους και πολιτικά αυτόνομους. Με τοπικές ηγεσίες που θα αναλύουν το γιατί η περιοχή έχει τα υψηλότερα ποσοστά φτώχειας στην Ε.Ε. και θα καταλήγουν στο τι θα κάνουν για να μεταβάλουν την κατάσταση, και όχι απλώς να φιλοσοφούν χωρίς κανένα μετρήσιμο αποτέλεσμα.

Το Νόμπελ Οικονομίας δόθηκε πρόσφατα σε τρεις οικονομολόγους που απέδειξαν ότι η ανάπτυξη μιας οικονομίας περνά μέσα από την ύπαρξη ισχυρών ανεξάρτητων θεσμών. Η Πελοπόννησος δεν πρόκειται να ανακάμψει αν δεν ανεξαρτητοποιηθεί από τα κέντρα εξουσίας που την κρατούν καθηλωμένη σε παρακμή. Χρειάζεται να αποκτήσει ισχυρούς αυτόνομους θεσμούς για να επιτύχει ενοποίηση πολιτική, οικονομική και κοινωνική. Είναι καιρός να κατανοήσουμε όλοι ότι οι παλιές συνταγές δεν πρόκειται να δώσουν διαφορετικό αποτέλεσμα, όσο διαφορετικά και αν «μαγειρευτούν».



2-4 ΔΕΚΕΜΒΡΙΟΥ ΣΤΗΝ ΚΑΛΑΜΑΤΑ

Επιστρέφει ανανεωμένο το Σχολείο Τουρισμού

Ανανεωμένο επιστρέφει στις αρχές Δεκεμβρίου το Σχολείο Τουρισμού Καλαμάτας. Η “καρδιά” του ελληνικού τουρισμού και της εστίασης θα χτυπήσει δυνατά στη μεσσηνιακή πρωτεύουσα, με κεντρικό σύνθημα “Early Bird”. Πρόκειται για μια από τις πιο σημαντικές εκδηλώσεις σε τοπικό αλλά και πανελλαδικό επίπεδο για την επιμόρφωση και την εκπαίδευση των εργαζομένων στον τουρισμό, η οποία τα τελευταία χρόνια μπήκε στον “πάγο” λόγω της πανδημίας. Το αρχικό πλάνο εστίαζε στην επιστροφή του 10ου Σχολείου Τουρισμού το 2023, ωστόσο οι διοργανωτές το μετέφεραν κατά έναν χρόνο, ώστε να το συνδυάσουν με την επανεκκίνηση των Σχολείων Τουρισμού OnTour.



Ρεπορτάζ: **Τάσος Ανδρικόπουλος**

Το Σχολείο Τουρισμού θα πραγματοποιηθεί το τριήμερο 2-4 Δεκεμβρίου στο ξενοδοχείο “Elite”, με το πρόγραμμα να εστιάζει από άποψη γαστρονομίας στο ελαιόλαδο, περιλαμβάνοντας παράλληλα θεματική για τον Μεσσηνιακό και Πελοποννησιακό αμπελώνα. Εκατοντάδες συμμετέχοντες έτσι από κάθε γωνιά της Ελλάδας αναμένεται να ζήσουν το κλίμα και τον ενθουσιασμό της δράσης αυτής, δίνοντας παλμό σε μια περίοδο που θεωρείται πρακτικά «νεκρή» για την πόλη.

«ΝΑ ΦΩΤΙΣΟΥΜΕ ΤΙΣ ΠΡΟΟΠΤΙΚΕΣ ΕΞΕΛΙΞΗΣ ΤΟΥ ΚΛΑΔΟΥ»

«Σχεδόν 10 ολόκληρα χρόνια πριν, στην πόλη της Καλαμάτας, μια πρότυπη πρωτοβουλία, πήρε σάρκα κι οστά. Μια καινοτόμα δράση, που στόχο είχε να καλύψει σημαντικότητα κενά στον κλάδο της τουριστικής εκπαίδευσης και κατάρτισης. Με κύριο πυρήνα την ιδέα του εθελοντισμού και της άδολης προσφοράς, το Σχολείο Τουρισμού Καλαμάτας τάρραξε τα “λιμνάζοντα νερά” και γνώρισε -σε πα-

νελλήνιο επίπεδο- την γενική αποδοχή κι αναγνώριση. Το διάστημα της απουσίας, υπήρξε από κάθε γωνιά της Ελλάδος το αίτημα για επανέναρξη των διοργανώσεων, όμως, θέλαμε να διασφαλίσουμε το κύρος του θεσμού, να επανασχεδιάσουμε την επόμενη ημέρα και να αποφύγουμε την επανάληψη και λογικές “πανηγυριού”» είπε στο “Π” ο εμπνευστής - συνδιοργανωτής του Σχολείου Τουρισμού και στέλεχος ξενοδοχείων **Κώστας Ανδριανόπουλος**.

«Ο κλάδος του τουρισμού τα τελευταία χρόνια δέχεται πολλαπλές επιθέσεις και έχει στοχοποιηθεί από διάφορες πλευρές. Οι δραματικές κοινωνικές αλλαγές που βιώνουμε στην μετά Covid εποχή κι οι αλλαγές προτεραιοτήτων από τους εκπροσώπους της νεότερης κυρίως γενιάς, έχουν στερήσει σημαντική δυναμική. Θέλουμε -με την βοήθεια των εξαιρετικών εισηγητών μας- να εμπνεύσουμε τους συμμετέχοντες και να «φωτίσουμε» τις σημαντικές προοπτικές απασχόλησης κι εξέλιξης που έχει ο κλάδος» πρόσθεσε ο Κώστας Ανδριανόπουλος, πληροφορώντας πως μερικοί μόνο από τους εισηγητές του 10ου Σ.Τ.Κ. θα είναι: ο Dr Γιάννης Καλογεράκης (Culture Architect), η Έλενα Γκίκα (Δ/τρια Διευθύντρια Ανθρώπινου Δυναμικού Costa Na-



varino), ο Πέτρος Ρούσος (Soft skills Trainer), η Dr Ηλιάννα Κατσαρίδου (Expert in Service Excellence), ο Θόδωρος Λέλεκας (Master Storyteller), η Καλλιόπη Καβαλάρη (Learning & Development Director), η Αγγελική Σαββίδου (Σύμβουλος Επιχειρηματικής & Οικονομικής Ανάπτυξης), η Σερ της Γαλλικής Πρεσβείας στην Αθήνα Jean-Marie Hoffmann, κ.α..

ΣΤΟ «ΠΡΟΣΚΗΝΙΟ» ΟΙ ΝΕΕΣ ΤΑΣΕΙΣ ΚΑΙ ΕΞΕΛΙΞΕΙΣ

Σε ερώτηση του “Π” για το αν το Σχολείο Τουρισμού καλύπτει την επιμόρφωση που δεν μπορούν να λάβουν επαγγελματίες και μη από άλλους φορείς ή σχολές, ο ίδιος ανέφερε τα εξής: «Η πρωτοβουλία που πήραμε μαζί με τον Ανδρέα Ζαγάκο, φιλοδοξία είχε να καλύψει κενά των τυπικών δομών της τουριστικής εκπαίδευσης, που δεν διαθέτει την απαιτούμενη ευελιξία στις συνεχείς αλλαγές που βιώνουμε. Έτσι, οι άνθρωποι που απασχολούνται στους κλάδους της φιλοξενίας και της εστίασης, είναι πλέον σε θέση να παρακολουθούν τις νέες τάσεις κι εξελίξεις. Σήμερα, τα παρακάτω στοιχεία που προκύπτουν από τις προηγούμενες διοργανώσεις είναι εντυπωσιακά κι αποδεικνύουν την τεράστια επιτυχία του εγχειρήματος: 9 κεντρικές διοργανώσεις (2014-2019), 5 περιφερειακές διοργανώσεις (Ναύπλιο, Σπάρτη, Πόρος), 11.400+ συμμετέχοντες, 375+ εισηγητές, 495+ εκπαιδευτικές ώρες. Αναφορικά με το πρόγραμμα, ο Κώστας Ανδριανόπουλος υπογράμμισε πως θα γίνουν περισσότερα από 7 βιωματικά εργαστήρια στους

Με κύριο πυρήνα την ιδέα του εθελοντισμού και της άδολης προσφοράς, το Σχολείο Τουρισμού Καλαμάτας τάραξε τα “λιμνάζοντα νερά” και γνώρισε -σε πανελλήνιο επίπεδο- την γενική αποδοχή κι αναγνώριση.

μεγάλους πρεσβευτές της τοπικής γαστρονομίας: στην ελιά και το εξαιρετικό παρθένο ελαιόλαδο, με γευσιγνωσίες και γευστικά ταιριάσματα. «Φυσικά ο Μεσσηνιακός κι ο ευρύτερος Πελοποννησιακός αμπελώνας, δεν θα μπορούσε να απουσιάζει με ακόμη 4 εργαστήρια γευσιγνωσίας. Θεωρούμε ότι τα τοπικά προϊόντα κι η τοπική γαστρονομία, μπορούν και πρέπει να είναι στην πρώτη γραμμή των δράσεων ανάδειξης και καθιέρωσής τους στα μενού των επιχειρήσεων μας» σχολίασε.

10 ΧΡΟΝΙΑ ΣΧΟΛΕΙΟ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ

Πρόκειται για μια ιδιωτική πρωτοβουλία κι ιδέα -εθελοντικού και μη κερδοσκοπικού χαρακτήρα- που κλείνει φέτος δέκα χρόνια και προέκυψε όταν άνθρωποι που δραστηριοποιούνται οι ίδιοι στο χώρο του τουρισμού και της εκπαίδευσης, αντιλαμβανόμενοι τις ανάγκες των ανθρώπων του τουρισμού, αποφάσισαν να αναλάβουν πρωτοβουλίες. Ιδρυτές του είναι οι Κωνσταντίνος Ανδριανόπουλος και Ανδρέας Ζαγάκος, δύο άνθρωποι με σημαντική πορεία στο χώρο της φιλοξενίας και της εστίασης. Σχετικά με το «Σχολείο Τουρισμού OnTour», είναι “πνευματικό τέκνο” του Σχολείου Τουρισμού Καλαμάτας, μιας και δημιουργήθηκε μέσα από τη σύμπραξη του Ινστιτούτου του Συνδέσμου Ελληνικών Τουριστικών Επιχειρήσεων (ΙΝΣΕΤΕ) -του #1 κοινωνικού εταίρου- και του εκπαιδευτικού του πυλώνα (SETE Training). Αποτελεί αναγνώριση της πρότυπης πρωτοβουλίας που ξεκίνησε στην Καλαμάτα και προβάλλει την πόλη και τους ανθρώπους της σε κάθε γωνιά της Ελλάδας. Περισσότερα από 20 Σχολεία Τουρισμού OnTour, έχουν ήδη υλοποιηθεί με επιτυχία, σε διάφορες περιοχές της Ελλάδας (Χίο, Κω, Ρόδο, Κατερίνη, Χαλκιδική, Αθήνα, Κόρινθος, Ναύπλιο, Λουτράκι, Πόρος, Σκιάθο κ.α), με τελευταίο την άνοιξη του 2024 στην Κεφαλονιά, ενώ ήδη έχουν προγραμματιστεί για το 2025 ακόμη τρία σε περιοχές της ηπειρωτικής Ελλάδας. Να σημειωθεί, πως η συμμετοχή στις εκδηλώσεις του Σχολείου Τουρισμού είναι δωρεάν κι ανοιχτή σε όλους.



Επισκευή & Συντήρηση Αυτοκινήτων

- Ηλεκτρονική Διάγνωση
- Γενικό Service
- Αλλαγή Ιμάντα Χρονισμού
- Προγραμματισμός Εγκεφάλων
- Αλλαγή Αναρτήσεων
- Επισκευές Μίζας
- Επισκευές Παντός Τύπου και πολλή ακόμα υπηρεσίες
- Καθαρισμός Μπεκ
- Πλήρωση Φρέον
- Επισκευή Φρένων
- Ευθυγράμμιση

✓ Για την επισκευή του αυτοκινήτου σας ελάτε στους καλύτερους

✓ Με σεβασμό στον πελάτη και πάθος για την εργασία μας!

✓ Έλεγχος - Επισκευή από επαγγελματίες

✓ Με εμπειρία δεκαετιών και συνεχή ενημέρωση, σας εγγυόμαστε το αποτέλεσμα των εργασιών μας.

Ασπρόχωμα, Καλαμάτα Κόμβος Ζαφείρη

Κινητό: 6945-478611, Σταθερό: 27210 93530
e:kapsalasp@hotmail.com

ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ
ΜΠΕΚ



• ΜΠΕΚ ΒΕΝΖΙΝΗΣ ΕΜΜΕΣΟΥ ΨΕΚΑΣΜΟΥ



• ΕΥΘΥΓΡΑΜΜΙΣΗ



• ΕΛΕΓΧΟΣ • ΣΥΝΤΗΡΗΣΗ • ΚΛΙΜΑΤΙΣΜΟΣ • ΦΡΕΟΝ

ΚΛΕΙΣΤΕ ΤΩΡΑ
ΡΑΝΤΕΒΟΥ
ΚΑΙ ONLINE



• ΜΠΕΚ ΒΕΝΖΙΝΗΣ ΑΜΕΣΟΥ ΨΕΚΑΣΜΟΥ
• ΜΠΕΚ ΠΕΤΡΕΛΑΙΟΥ COMMON RAIL

“Γεωργία και Τουρισμός πάνε πακέτο”



Ρεπορτάζ: Γιάννης Σινάπης

“Φοβάμαι πολύ ότι αν συνεχίσει η Μεσσηνία να κρατά αυτή την παθητική στάση, τα αποτελέσματα, ενδεχομένως μετά από μια 10ετία, να είναι τελείως δραματικά για την οικονομία και για το βιοτικό επίπεδο των κατοίκων της περιοχής”.

Αυτό τονίζει στο “Περισκόπιο” ο Μεσσήνιος τυποποιητής κι εξαγωγέας αγροτικών προϊόντων Γιώργος Γκούμας, ιδιοκτήτης της εταιρείας Agrexpro, αναφερόμενος στην κρίσιμη κατάσταση της αγροτικής παραγωγής και των αγροτών στο νομό.

Και σημειώνει πως “δεν μπορεί σε καμία περίπτωση να λέμε ότι αναπτύσσουμε τον τουρισμό, ξεχνώντας ή εγκαταλείποντας τη γεωργία στο νομό. Αυτό θα είναι ολέθριο σφάλμα”.

Αρχικά, ο Γ. Γκούμας αναφέρει πως “υπάρχει μία απογοήτευση στον χώρο των ανθρώπων της παραγωγής” και κάνει λόγο για μια σειρά από άσχημα αποτελέσματα που έχουν να κάνουν με την προώθηση των προϊόντων, τις τιμές, τις καιρικές συνθήκες και την κλιματική αλλαγή.

Επισημαίνει “την ανυπαρξία της επίσημης Πολιτείας” σε ότι αφορά

“τη στήριξη, τον σχεδιασμό και την κάλυψη των ζημιών όταν οι παραγωγοί βρίσκονται αντιμέτωποι με αυτό που σήμερα λέμε κλιματική αλλαγή” κι εκτιμά πως “απουσιάζει η κατάλληλη ενημέρωση, για να το διαχειριστούμε”.

Για τη φετινή παραγωγή ελαιολάδου, που “όλοι ήταν αισιόδοξοι για πολύ μεγάλη αύξηση παραγωγής, για μια πολύ καλή χρονιά”, δηλώνει πως “διαπιστώνουμε ότι αυτά δεν ανταποκρίνονται στην πραγματικότητα”. Κι εξηγεί ότι οι καιρικές συνθήκες όλο το καλοκαίρι και οι προηγούμενοι δύο άνυδροι χειμώνες -

ιδιαίτερα ο τελευταίος - έχουν επηρεάσει τα δέντρα.

Ο Γ. Γκούμας επικρίνει κάποιους που βρίσκονται χρόνια στον χώρο, που με ατυχείς δηλώσεις τους περί μεγάλης πτώσης της τιμής του προϊόντος, περί μεγάλης παραγωγής της Ισπανίας, έφεραν μεγάλη απογοήτευση και αναταραχή στον κόσμο που εμπλέκεται και στο παραγωγικό και στο εμπορικό κομμάτι. Και αυτό χωρίς να λαμβάνουν υπόψη τους το κόστος της παραγωγής και της συγκομιδής και των ζημιών από τις καιρικές συνθήκες.

ΕΡΓΑΤΕΣ ΓΗΣ - ΥΠΟΔΟΜΕΣ ΚΑΙ ΠΙΣΤΟΠΟΙΗΣΗ

Για το σοβαρό πρόβλημα με τους εργάτες γης, παρατηρεί ότι “ακούμε, διαβάζουμε, συνεχώς γίνονται εξαγγελίες γύρω από την επίλυση του θέματος, αλλά το πρόβλημα της έλλειψης εργατικών χεριών γίνεται μεγαλύτερο”. Αναφέρει ότι “στην ελαιοσυγκομιδή, στα κηπευτικά και στα ξερά σύκα, σε όλα τα προϊόντα παρατηρείται μεγάλη έλλειψη εργατών”. Δηλώνει πως δεν βλέπει “παρέμβαση ούτε ενδιαφέρον από την τοπική αυτοδιοίκηση, α’ και β’ βαθμού και από την κυβέρνηση, η αντιμετώπιση του προβλήματος βρίσκεται σε επικοινωνιακό στάδιο, όχι σε ουσιαστικό”.

Αναφέρει χαρακτηριστικά ότι “εγώ ως επιχείρηση δεν έχω δεχθεί κάποια πρόταση ή κάποια συζήτηση στο πώς θα αντιμετωπίσω την έλλειψη εργατών στην επιχείρησή μου ή στην παραγωγή κάποιων προϊόντων. Ούτε καμία στήριξη στο κομμάτι αυτό. Πόσο μάλλον και οι παραγωγοί που είναι μεμονωμένοι κι έχουν δυσκολία στο να έχουν την επικοινωνία και την επαφή που μπορεί να έχει ένας επιχειρηματίας”.

Όσον αφορά την έλλειψη υποδομών, εκτιμά ότι “σε λίγα χρόνια το νερό θα είναι ένα σπάνιο αγαθό” και σημειώνει πως “παρότι τα χωράφια της Δυτικής Παραλίας της Καλαμάτας στο 90% είναι σχεδόν ακαλλιέργητα, το νερό και πάλι δεν είναι αρκετό”.

Επισημαίνει ότι δεν γίνεται σωστή διαχείριση του νερού, δεν γίνονται υποδομές για την άρδευση σε κηπευτικά και στα δέντρα που πλέον είναι απαραίτητη λόγω της κλιματικής αλλαγής.

Κάνει λόγο για παράπλευρες ελλείψεις, όπως είναι οι αγροτικοί δρόμοι και η εκπαίδευση που αφορά την πιστοποίηση. Τονίζει ότι “η Μεσσηνία μπορεί να είναι και στους τελευταίους νομούς, με εξαίρεση το λαμπρό παράδειγμα της Τριφυλίας στην οποία υπάρχει μια σοβαρή εξέ-

λιξη στο κομμάτι της πιστοποίησης των αγροτικών προϊόντων. Οι υπόλοιποι Μεσσήνιοι είμαστε σε πολύ χαμηλό επίπεδο στην πιστοποίηση των παραγόμενων προϊόντων. Αυτά είναι πολύ αρνητικά σημεία και πρέπει να τα επιλύσουμε”.

Ο Γ. Γκούμας υπογραμμίζει ότι η όλη αυτή κατάσταση αφορά “και τους τυποποιητές, γιατί είναι αναπόσπαστο κομμάτι της παραγωγής. Διότι χωρίς παραγωγή δεν μπορούν να υφίστανται οι επιχειρήσεις και αν δεν υπάρχουν οι επιχειρήσεις, οι παραγωγοί δεν μπορούν να προωθήσουν τα προϊόντα τους. Τα προβλήματα είναι αλληλένδετα, είναι ίδια για όλους και πρέπει να τα αναδείξουμε, με σκοπό όχι την κριτική, αλλά να δούμε πώς θα τα αντιμετωπίσουμε”.

Με απογοήτευση διαπιστώνει ότι δεν βλέπει να υπάρχει μια σοβαρή στάση απέναντι στα θέματα αυτά κι εκφράζει τον φόβο του πως “σε λίγα χρόνια ο αγροτικός πληθυσμός της Μεσσηνίας - αυτός που ζει από το αγροτικό προϊόν - που σήμερα είναι στο 25%, θα μειωθεί δραματικά, αν συνεχίσουμε έτσι”.

“Ο ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ ΧΡΕΙΑΖΕΤΑΙ ΤΗ ΓΕΩΡΓΙΑ”

Δεν διαφωνεί με την ανάπτυξη



του τουρισμού, αλλά επισημαίνει ότι “μια οικονομία αναπτύσσεται σε μια περιοχή ισόρροπα, όχι μονομερώς. Και αυτή τη στιγμή ο τουρισμός χρειάζεται τη γεωργία, γιατί μέσα από την ανάπτυξή του θα πρέπει να δούμε και το κομμάτι της αγροτοδιατροφής. Δεν μπορεί σε καμία περίπτωση να λέμε ότι αναπτύσσουμε τον τουρισμό, ξεχνώντας ή εγκαταλείποντας τη γεωργία στο νομό. Αυτό θα είναι ολέθριο σφάλμα”.

Για τα ξερά σύκα που η παραγωγή τους μειώνεται δραματικά, σημειώνει ότι “είναι σημαντικό να σώσουμε την παραγωγή του προϊόντος αυτού, καθώς προβάλλει και την περιοχή μας και βοηθάει και στην τοπική οικονομία, γιατί είναι κατά βάση εξαγωγικό προϊόν”.

Με ανησυχία αναφέρει ότι και σε άλλα παραδοσιακά προϊόντα, όπως οι ελιές Καλαμών και τα κηπευτικά, συρρικνώνεται η παραγωγή δραματικά.

Καταλήγοντας, ο κ. Γκούμας ξεκαθαρίζει ότι “όσο και να υποστηρίζουμε ότι η τοπική οικονομία στη-



ρίζεται σε διάφορους τομείς εκτός της γεωργίας, μόνο η παραγωγή του ελαιολάδου, ενός από την πληθώρα των προϊόντων που παράγει ο νομός, είναι καθοριστική για τη διατήρηση μιας θετικής οικονομίας στην περιοχή μας” και τονίζει: “Φανταστείτε να μπορούσαμε να αναπτύξουμε και

τις υπόλοιπες καλλιέργειες, πόσο πιο πλούσιος θα γινόταν ο νομός μας, πόσο καλύτερες συνθήκες θα δημιουργούνταν για τους νέους ανθρώπους που θέλουν να μείνουν στην περιοχή τους και πόσες θέσεις εργασίας στον τομέα της απασχόλησης θα είχαν δημιουργηθεί”.



greektomato.gr

Ποιοτικές ελληνικές ντομάτες,
ντομάτες σε τσαμπί, ντοματίνια snack & snack mix
με άρωμα και γεύση... όπως παλιά!

Σχετικά με την AGAN

Στην AGAN Ο.Ε. δραστηριοποιούμαστε στην υδροπονική καλλιέργεια ντομάτας βελανίδι και ντομάτας σε τσαμπί. Οι υπερσύγχρονες και σε μεγάλο βαθμό αυτοματοποιημένες εγκαταστάσεις μας (θερμοκήπια 43 στρεμμάτων σε συνολική έκταση 100 στρεμμάτων) βρίσκονται στην Μεσσήνη Μεσσηνίας. Εκμεταλλευόμενοι την ηλιοφάνεια, τη βιομάζα και τα πλεονεκτήματα της περιοχής, αναπαράγουμε τις συνθήκες της ελληνικής άνοιξης 365 μέρες το χρόνο, παράγοντας σε ένα ελεγχόμενο και πιστοποιημένο περιβάλλον από έγκυρους φορείς, με πολλή αγάπη και μεράκι, «ντομάτες με άρωμα και γεύση όπως παλιά». Είμαστε πιστοποιημένοι από έγκυρους φορείς για τις ορθές γεωργικές πρακτικές που ακολουθούμε, συμμετέχουμε στην πρωτοβουλία ΕΛΛΑ-ΔΙΚΑ ΜΑΣ και έχουμε Platinum διάκριση στην πιστοποίηση ETHOS.

Προϊόντα

Παράγουμε με τη μέθοδο της υδροπονίας: ντομάτα σε τσαμπί (ποικιλία merlice) και ντοματίνια (ποικιλιών sweetelle, kumato & bambelo), προϊόντα υψηλής ποιότητας και θρεπτικής αξίας, μέσω φιλικών μεθόδων προς το περιβάλλον, με τη χρήση της τεχνολογίας, για τον έλεγχο των συνθηκών της παραγωγής, προς όφελος των καταναλωτών.

Πρόκειται για προϊόντα υψηλής διατροφικής αξίας, με υψηλά brix και μεγάλη μετασυλλεπτική διάρκεια ζωής.

Τα προϊόντα μας δεν υφίστανται καμία άλλη επεξεργασία πέραν της σχολαστικής χειροδιαλογής και δεν περιέχουν αλλεργιογόνα. Τα ντοματίνια μας συσκευάζονται σε ποτήρια με καπάκι χωρητικότητας 250 γραμμαρίων.



Θέση: Καμίνια 96 - Μεσσήνη Μεσσηνίας
Επισκεφθείτε την ιστοσελίδα μας <https://greektomato.gr>

Το ακριβό ρεύμα γέννησε τις ενεργειακές κοινότητες φαρμακοποιών

Ρεπορτάζ: **Θανάσης Λαγός**

Οι Ενεργειακές Κοινότητες Φαρμακοποιών Δυτικής Ελλάδας και Πελοποννήσου, στις οποίες συμμετέχουν 200 μέλη και 15 συνεταιρισμοί, έχουν δημιουργήσει πάρκα παραγωγής ηλεκτρικού ρεύματος συνολικής ισχύος 2,5 MW και μέσω εικονικού ενεργειακού συμψηφισμού (virtual net metering) μειώνουν το λογαριασμό ρεύματος των μελών τους

Οι δυο ενεργειακές κοινότητες εκτός από τα φαρμακεία και τις κατοικίες των φαρμακοποιών καλύ-

πτουν ενεργειακά τους εξής 15 συνεταιρισμούς φαρμακοποιών: Καλαμάτας, Αμαλιάδας, Σπάρτης, Τρίπολης, Αθήνας - Πειραιά, Κορινθίας, Αργολίδος, Σάμου, Αργινίου, Άρτας, Λαμίας, Κέρκυρας, Αιγίου και Κεφαλλονιάς. Επίσης καλύπτονται το I.S.Co.PHARμ και η Logiscoop-PAN-SYFA της Ομοσπονδία Συνεταιρισμών Φαρμακοποιών Ελλάδος (ΟΣΦΕ). Οι Ενεργειακές Κοινότητες Φαρμακοποιών καλύπτουν επίσης αφιλοκερδώς την Ένωση Ασθενών Ελλάδος. Οι Ενεργειακές Κοινότητες Φαρμακοποιών καλύπτουν τις ανάγκες συ-



νεταιρισμών και φαρμακοποιών που λειτουργούν και εκτός της διοικητικής Περιφέρειας που έχει έδρα η Ενεργειακή Κοινότητα αλλά μόνο κατοικίες ιδιωτών εντός της Περιφέρειας.

Ο φαρμακοποιός **Αργύρης Σπυρίδης** είναι πρόεδρος στις δυο Ενεργειακές Κοινότητες Φαρμακοποιών που ιδρύθηκαν και λειτουργούν στις

• Μονόπετρα • Βέρες • Σταυροί • Ρολόγια • Κοσμήματα

ΑΡΡΑΒΩΝΑΣ • ΓΑΜΟΣ • ΒΑΠΤΙΣΗ

SWAROVSKI

ΚΟΣΜΗΜΑ

Σφραγίστε τις ομορφότερες στιγμές της ζωής σας με ένα κόσμημα

ΚΟΝΤΟΠΟΥΛΟΣ

📍 Γερμανού 6 Καλαμάτα
📍 Αριστομένους 45 Καλαμάτα
☎ 2721097908
www.kosmimakontopoulos.gr

Χαρίστε λάμψη και χαρά στους ανθρώπους που αγαπάτε.



Περιφέρειες Δυτικής Ελλάδας και Πελοποννήσου. Είναι επίσης μέλος του Συνεταιρισμού Φαρμακοποιών Πελοποννήσου, με έδρα την Καλαμάτα, ο οποίος ξεκίνησε την προσπάθεια υπό τη αιγίδα της ΟΣΦΕ.

Ο κ. Σπυρίδης είπε στην «Π» για την έναρξη της προσπάθειας: «Όλα ξεκίνησαν την άνοιξη του 2022 όταν

οι τιμές της ενέργειας είχαν εκτιναχθεί σε δυσθεώρητα ύψη. Το ενεργειακό κόστος ήταν τεράστιο και προσπαθήσαμε να βρούμε ένα τρόπο, να το μειώσουμε. Στην αρχή είχαμε σκεφτεί να βάλουμε κάποια φωτοβολταϊκά πάνελ πάνω στους συνεταιρισμούς. Μετά είδαμε ότι η καλύτερη ιδέα ήταν να κάνουμε

ενεργειακές κοινότητες και να μπορέσουμε να καλύψουμε τους συνεταιρισμούς τα φαρμακεία και τα σπίτια των φαρμακοποιών, καθώς και των εργαζομένων των συνεταιρισμών και πρώτου βαθμού συγγενειας των φαρμακοποιών. Μάλιστα στη Περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας αυτή τη στιγμή μπορεί να μπει και

ΛΙΑΚΑΚΗΣ
αγρόκουλτούρα

ΓΕΩΡΓΙΚΑ ΜΗΧΑΝΗΜΑΤΑ / ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΑ / ΛΙΠΑΝΤΙΚΑ / ΑΝΑΛΩΣΙΜΑ

F: Liakakis-Agrocultura M: liakakis1928agrocultura@gmail.com Δ: Αθηνών 47 Καθαμάτα Τηλ: 27210 22663

οποιοσδήποτε άλλος πολίτης, άσχετα αν είναι φαρμακοποιός ή όχι. Καλώ κιόλας τον κόσμο να αδράξει αυτή την ευκαιρία και να γραφτεί μέλος, άσχετα με το αν είναι φαρμακοποιός ή όχι, αλλά με τη δυνατότητα να συμψηφίσει μόνο στα σπίτια. Οποιοσδήποτε είναι από τους νομούς Ηλείας, Αχαΐας ή Αιτωλοακαρνανίας μπορεί να γραφτεί και να συμψηφίσει την παροχή της οικίας του».

Για τα προβλήματα που αντιμετωπίστηκαν ο κ. Σπυρίδης είπε: «Τα μεγαλύτερα προβλήματα δεν ήταν τα κατασκευαστικά, ούτε τα οικονομικά. Το μεγαλύτερο πρόβλημα ήταν πρωτίστως η γραφειοκρατία. Δεν γνώριζαν οι υπάλληλοι στις υπηρεσίες τις διαδικασίες. Πολλές φορές έπρεπε να ψάξουμε να βρούμε εμείς και να τους υποδείξουμε τη σωστή λύση. Αξίζει να σημειωθεί ότι η ενεργειακή κοινότητα είναι ένας αστικός συνεταιρισμός. Γίνεται συμψηφισμός, δηλαδή, δεν μπαίνουν χρήματα στους λογαριασμούς μας.»

ΤΑ ΠΑΡΚΑ

Για τα πάρκα που δημιούργησαν οι Ενεργειακές Κοινότητες Φαρμακοποιών ο κ. Σπυρίδης είπε «Η ενεργειακή κοινότητα «ΑΠΟΜΩΝ» της Δυτικής Ελλάδας έχει ήδη ηλεκτρισμένο ένα πάρκο εγκαταστημένης ισχύος 500 KW στη Ηλεία (3ο χιλ. Αμαλιάδας-Κουρούτας) το οποίο έχει τη δυνατότητα να συμψηφίζει επαγγελματικές και ιδιωτικές παροχές αλλά έχει χρησιμοποιηθεί μόνο για επαγγελματικές παροχές. Εντός του Νοεμβρίου αναμένεται να λειτουργήσει το δεύτερο πάρκο ισχύος 1 MW και αφορά οικιακές παροχές σε Ηλεία, Αχαΐα και Αιτωλοακαρνανία. Η ενεργειακή κοινότητα έχει έδρα την Αμαλιάδα και στο συγκεκριμένο έργο μπορούν να συμμετέχουν όσοι έχουν έδρα και ρολόι συμψηφισμού στην περιφέρεια Δυτικής Ελλάδας (Ηλεία - Αχαΐα - Αιτωλοακαρνανία).

Η κοινότητας ΗΩΣ της Περιφέρειας Πελοποννήσου έχει ολοκληρωμένο ένα πάρκο ισχύος 1 MW στην Καλαμάτα (στις εγκαταστάσεις του Συνεταιρισμού Φαρμακοποιών Νότιας



Αργύρης Σπυρίδης

Πελοποννήσου, στη συμβολή των οδών Μπουλούκου και Μιχάλου) με δυνατότητα συμψηφισμού σε επαγγελματικές παροχές και σπίτια αλλά χρησιμοποιείται μόνο για επαγγελματικές παροχές. Η ενεργειακή κοινότητα έχει έδρα την Καλαμάτα και στο συγκεκριμένο έργο μπορούν να συμμετέχουν όσοι έχουν έδρα και ρολόι συμψηφισμού Περιφέρεια Πελοποννήσου (Μεσσηνία - Λακωνίας - Αρκαδία - Αργολίδας -Κορινθία).

Αξίζει να σημειωθεί ότι οι ενεργειακές κοινότητες φαρμακοποιών είναι οι πρώτες κλαδικές στην Ελλάδα ενώ τώρα υπάρχει ενδιαφέρον από τον ξενοδοχειακό και τον κλάδο των αρτοποιιών.

Οι ενεργειακές κοινότητες φαρμακοποιών έχουν σύμβαση με τη ΔΕΗ και τον ΔΕΔΔΗΕ για εικονικό ενεργειακό συμψηφισμό (virtual net metering). Ουσιαστικά φτιάχνεται ένα πάρκο απομονωμένα κάπου αλλού, δεν χρειάζεται να είναι κοντά σε κάποιο σπίτι και από εκεί ο κάθε ένας συνεισφέρει το ποσοστό του σύμφωνα με τις ανάγκες του.

Γίνεται ένας επιμερισμός του κόστους. Η ενέργεια που παράγεται και διατίθεται στο ενεργειακό δίκτυο και συμψηφίζεται με την ενέργεια που καταναλώνεται στις άλλες εγκαταστάσεις (φαρμακεία, συνεταιρισμούς, κατοικίες).

Ο κ. Σπυρίδης είναι επίσης ιδρυ-

τικό μέλος και αντιπρόεδρος της Δέσμης Ενεργειακών Κοινοτήτων. Η Δέσμη Ενεργειακών Κοινοτήτων είναι ουσιαστικά το πρώτο δευτεροβάθμιο όργανο των ενεργειακών κοινοτήτων της Ελλάδας. Η Δέσμη Ενεργειακών Κοινοτήτων είναι το πανελλαδικό δίκτυο ενεργειακών κοινοτήτων ευρείας βάσης, στις οποίες συμμετέχει σημαντικός αριθμός πολιτών που οραματίζονται ένα πιο καθαρό, δημοκρατικό, κλιματικά και κοινωνικά δίκαιο ενεργειακό σύστημα. Έχει 26 μέλη και παράγει μέχρι τώρα ενέργεια ισχύος 7,6 MW”.

ΕΙΚΟΝΙΚΟΣ ΕΝΕΡΓΕΙΑΚΟΣ ΣΥΜΨΗΦΙΣΜΟΣ

Ο εικονικός ενεργειακός συμψηφισμός αφορά αποκλειστικά μόνο:

- Οργανισμούς Τοπικής Αυτοδιοίκησης (Ο.Τ.Α.) α’ και β’ βαθμού για κάλυψη ενεργειακών αναγκών κοινωφελών επιχειρήσεων και δημοτικών επιχειρήσεων ύδρευσης αποχέτευσης, δημοτικών παιδικών, βρεφικών και βρεφονηπιακών σταθμών, σχολικών μονάδων πρωτοβάθμιας και δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης, κέντρων υγείας και νοσοκομείων, δημοτικών και δημοσίων αθλητικών κέντρων, εγκαταστάσεων και δικτύων οδοφωτισμού, εγκαταστάσεων ύδρευσης και αποχέτευσης, καθώς και κάθε άλλου κτιρίου, υποδομής ή εγκατάστασης που, είτε ανήκει, είτε εξυπηρετεί ανάγκες του Ο.Τ.Α.

- Ο.Τ.Α. α’ και β’ βαθμού για την υποστήριξη ευάλωτων καταναλωτών και την αντιμετώπιση της ενεργειακής ένδειας πολιτών του οικείου δήμου ή της οικείας περιφέρειας που ζουν κάτω από το όριο της φτώχεια

- εγγεγραμμένους στο Μητρώο Αγροτών και Αγροτικών Εκμεταλλεύσεων του Ν.3874/2010 (Α’ 151) για εγκαταστάσεις αγροτικών εκμεταλλεύσεων όπως ορίζονται στο Ν.3874/2010 ή και αγροτικών χρήσεων με όριο τα 100 KW.

- Κοινότητες Ανανεώσιμης Ενέργειας, Ενεργειακές Κοινότητες Πολιτών ή Ενεργειακές Κοινότητες του ν. 4513/2018.

Η ηλεκτρονική διεύθυνση της Ενεργειακής Κοινότητας Φαρμακοποιών είναι energy4us.gr
Η ηλεκτρονική διεύθυνση της Δέσμης Ενεργειακών Κοινοτήτων είναι desmi.info



SCAN
OUR
WEB
SITE



EXTRA VIRGIN OLIVE OIL
FROM MESSINIAN OLIVE GROVES

25 YEARS OF CULTIVATION & BOTTLING

P.D.O. KALAMATA | Π.Ο.Π. Προστατευόμενη Ονομασία Προέλευσης

www.oliveoil-kanakis.gr | F: Kanakis Family | In: kanakis_family_olive_oil



Το Δ.Σ. του Συλλόγου: Από αριστερά οι Νίκος Αντωνάκης, Ανθή Σαράντη, Ευαγγελία Κοντογεώργου, Ρένα Σκουλαρίνα και Χρυσούλα Σταματοπούλου.

Μαθήματα υφαντικής στο Γεράκι

Ρεπορτάζ:
Τάσος Ανδρικόπουλος

Χτισμένο αμφιθεατρικά στις παρυφές του Πάρνωνα, το Γεράκι με τα πλακόστρωτα δρομάκια και τα πέτρινα αρχοντόσπιτα έχει εξελιχθεί σε έναν εναλλακτικό προορισμό για ένα πολύ ξεχωριστό και ιδιαίτερο λόγο. Πρόκειται για την Υφαντική Τέχνη στον ορθό αργαλειό, ένα πολύ σημαντικό στοιχείο της πολιτιστικής κληρονομιάς του χωριού, συνυφασμένο με την καθημερινή ζωή των κατοίκων αλλά και την ταυτότητά του. Μια τέχνη που διατηρείται ζωντανή εδώ και αιώνες, όπως μαρτυρούν τα ευρήματα από την αρχαία αλλά και τη βυζαντινή εποχή, συνεχίζοντας να αποτελεί καλλιτεχνική και δημιουργική δραστηριότητα, κυρίως για τον γυναικείο πληθυσμό του χωριού.

Οι υφάντρες συνέχιζαν να παράγουν έργα για τις προίκες των κοριτσιών τους, ή κατασκεύαζαν χαλιά και τα πωλούσαν μέχρι το τέλος του 20ού αιώνα, μέχρι που έμειναν ελάχιστες, με τον φόβο η τέχνη να σβήσει, ώσπου το 2019, η Υφαντική Τέχνη του Γερακίου, αναγνωρίστηκε από το υπουργείο Πολιτισμού ως άξια διαφύλαξης και εντάχθηκε στον Εθνικό Κατάλογο της Αϋλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς της Ελλάδας. Φορείς αυτής της κληρονομιάς και διαφύλαξης είναι ο Δήμος Ευρώτα και ο Πολιτιστικός Σύλλογος Γερονθρών, η πρόεδρος του οποίου, **Ανθή Σαράντη**, μίλησε μίλησε στο "Π" για το βασικό όραμα της περιοχής ώστε να

δημιουργηθεί μια μόνιμη Σχολή Υφαντικής. Η κ. Ανθή Σαράντη στάθηκε σε δύο σημαντικές εξελίξεις που έχουν προηγηθεί, ώστε το όραμα αυτό να πάρει σάρκα και οστά, μέσω της εξέλιξης.

Η πρώτη έχει να κάνει με την υπογραφή της προγραμματικής σύμβασης για την υλοποίηση της πράξης «Λειτουργία Πειραματικής Δομής Διδασκαλίας Υφαντικής Τέχνης» τον περασμένο Σεπτέμβριο από τον περιφερειάρχη Πελοποννήσου, Δημήτρη Πτωχό. Η σύμβαση αυτή σηματοδοτεί την έναρξη ενός έργου που στοχεύει στη διάσωση και διάδοση της παραδοσιακής υφαντικής τέχνης του Γερακίου. Το έργο προβλέπει τη λειτουργία της δομής για δύο έτη, κατά τα οποία θα πραγματοποιηθούν τρεις κύκλοι μαθημάτων συνολικής διάρκειας 120 ωρών έκαστος. Κατά τη διάρκεια του προγράμματος, θα χρησιμοποιηθεί ο παραδοσιακός εξοπλισμός υφαντικής που βρίσκεται στον δημοτικό ξενώνα του Γερακίου, ενώ οι συμμετέχοντες θα έχουν τη δυνατότητα να μάθουν την τέχνη του αργαλειού. Η δράση προβλέπει επίσης δράσεις προβολής και προώθησης, για την ευρύτερη διάδοση του έργου και την προσέλκυση ενδιαφερομένων, όντας η μοναδική που "τρέχει" με αυτό τον τρόπο στη χώρα.

Η δεύτερη αφορά την υλοποίηση εκπαιδευτικών προγραμμάτων από το ΚΕ-ΔΙΒΙΜ του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής με θεωρητικά μαθήματα εξ' αποστάσεως και εργαστήρια στον αργαλειό. Πρόκειται για ένα πιλοτικό πρόγραμμα για την



ανάπτυξη δεξιοτήτων που σχετίζονται με τη χειροτεχνία, περιλαμβάνοντας θέματα για τη λαογραφία, την ιστορία του υφάσματος κ.α. «Δεν υπάρχουν σταθερές σχολές χειροτεχνίας στην Ελλάδα, απλά για πρώτη φορά δημιουργήθηκε ένας



αριθμός σχολών ανά την Ελλάδα, με το Γεράκι να εκπροσωπεί την Πελοπόννησο» ανέφερε η κα Σαράντη, τονίζοντας πως τα πρακτικά μαθήματα θα γίνονται στο Γεράκι. «Προσδοκούμε εφόσον υπάρχει απήχηση την επόμενη διετία, να δημι-

ουργηθεί ένα ΙΕΚ στο Γεράκι» πρόσθεσε, παρατηρώντας πως το πλάνο των μαθημάτων από το ξεκίνημα του έχει μια ανοδική πορεία.

«Δεν αποκλείεται να μπορεί ένα άτομο να παρακολουθήσει και τα δύο σκέλη, ωστόσο απαιτείται αρκετός χρόνος» συνέχισε, ενημερώνοντας πως στο Γεράκι τα μαθήματα τα κάνει η **Χρυσούλα Σταματοπούλου**. Όπως είπε, τα μαθήματα όπως και τα υλικά είναι δωρεάν, ενώ μετά το πέρας τους οι συμμετέχοντες παίρνουν βεβαιώσεις παρακολούθησης. «Μπορούν να δηλώσουν συμμετοχή μέχρι 15 άτομα γιατί τόσο είναι οι αργαλειοί, με την πειραματική δομή να έχει το περιθώριο να δεχτεί λίγες συμμετοχές ακόμα εφόσον προκύψουν» συμπλήρωσε, πληροφορώντας πως πολλά άτομα που έχουν παρακολουθήσει μαθήματα στο παρελθόν θέλουν να τα ξανακάνουν. «Από την πλευρά μας δίνουμε προτεραιότητα σε καινούργιες συμμετοχές.

Όσο για τους ανθρώπους που θέλουν να τα παρακολουθήσουν πάλι, φανερώνουν το ότι η μάθηση αυτή δεν έχει τέλος» πρόσθεσε, υπενθυμίζοντας πως μέσα από τα μαθήματα παράγονται υφαντά, πολλά εκ των οποίων έχουν πάρει τη θέση τους στο εκθετήριο του χωριού.

Η ίδια στάθηκε στην εξέλιξη των γυναικών πάνω στο σκέλος αυτό, δοκιμάζοντας νέα σχέδια και υλικά, από τα οποία προκύπτουν καινούργια προϊόντα. Όσο για το ερέθισμα ώστε να ακολουθήσουν νέες δημιουργίες, αυτό ήταν όπως είπε το Υφαντό Ημερολόγιο το οποίο κυκλοφόρησε το 2020 από τον Πολιτιστικό Σύλλογο Γερονθρών. Ως προς τις ηλικίες που μπαίνουν στη διαδικασία να μάθουν την τέχνη, διευκρίνισε πως έχουν εκδηλώσει ενδιαφέρον και μικρά παιδιά κατά το παρελθόν, ωστόσο επειδή απαιτείται χρόνος συνήθως συμμετέχουν κοπέλες από 18 ετών μέχρι 70 και άνω.

Στάθηκε επίσης στη διατήρηση της τέχνης μέσω των μαθημάτων η οποία πέρασε από γενιά σε γενιά για αιώνες και κινδύνευε να χαθεί, με το ενδιαφέρον να προέρχεται ευρύτερα από τη Λακωνία, αλλά και από άλλα μέρη της Ελλάδας, όπως η Μεσσηνία, η Ηλεία και η Αττική, καθώς και από το εξωτερικό. «Όλο και περισσότεροι έρχονται στο Γεράκι για να μάθουν ή να γνωρίσουν την υφαντική, τα είδη που παράγονται και τους αργαλειούς» πρόσθεσε, εστιάζοντας στην πολύτιμη βοήθεια της Περιφέρειας στο όλο εγχείρημα.

«ΥΦΑΙΝΟΝΤΑΣ ΟΝΕΙΡΑ»

Σε άλλο σημείο της συζήτησής μας,

η Ανθή Σαράντη ενημέρωσε πως τα τελευταία δύο χρόνια έγινε καταγραφή των υφαντών και της ιστορίας τους στο Γεράκι με φωτογράφιση από το Πανεπιστήμιο του Λος Άντζελες. «Στη συνέχεια εκδόθηκε ένα λεύκωμα 286 σελίδων με τίτλο “Υφαίνοντας όνειρα - Η υφαντική τέχνη στο Γεράκι” σε συνεργασία με το UCLA και το Μουσείο Μπενάκη» πληροφοφόρησε, λέγοντας πως είναι διαθέσιμο και στα Αγγλικά.

Ως προς την ένταξη της Υφαντικής Τέχνης του Γερακιού στον Εθνικό Κατάλογο της Αύλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς η πρόεδρος του Πολιτιστικού Συλλόγου Γερονθρών υποστήριξε πως αναγνωρίστηκε ο “θησαυρός” του χωριού, συνειδητοποιώντας άπαντες πως το προϊόν της περιοχής αξίζει να διαφυλαχτεί. «Μας έκανε να νιώσουμε την υποχρέωση να το διαφυλάξουμε, ενώ και οι φορείς ανταποκρίθηκαν με διαφορετικό τρόπο, μέσω της βαρύτητας αυτής» κατέληξε.

ΤΑ ΕΙΔΗ ΠΡΟΣ ΠΩΛΗΣΗ

Με τα προϊόντα να εξελίσσονται και να προσαρμόζονται στις σύγχρονες ανάγκες, ένα ακόμα ερώτημα είναι τί μπορεί να αγοράσει ένας επισκέπτης ερχόμενος στο Γεράκι. «Στη Δομή Υφαντικής Τέχνης στον παλιό δημοτικό ξενώνα όπου γίνονται και τα μαθήματα, έγινε ένα εκθετήριο, καθώς όλες οι υφάντρες έχουν εκεί τις δημιουργίες τους. Πρόκειται για χαλιά όλων των μεγεθών, πατάκια, μαξιλάρια, σουπλά και σουβέρ, διακοσμητικά, τσάντες, ζώνες, κοσμήματα κ.α..

Για να είναι βιώσιμη η τέχνη αυτή, γίνονται παραγγελίες με μέτρα, υλικά, χρώματα και σχέδια, μέσα από ένα ερέθισμα ώστε να εξασφαλιστεί και ένα εισόδημα για τις γυναίκες-δημιουργούς. Έτσι και τώρα λοιπόν, αρκετές κοπέλες ασχολούνται με την πώληση. Άλλες πηγαίνουν σε εκθέσεις και άλλες τα διαθέτουν μέσω e-shop» δήλωσε η Ανθή Σαράντη, λέγοντας πως ο Σύλλογος είχε πάει το 2023 στον χώρο «Medley» στην Ακρόπολη όπου πωλήθηκαν αρκετά γερρακίτικα υφαντά, ενώ έχει γίνει και μια συνεργασία με το e-shop της Τζένης Μπαλατσινού, στο οποίο είναι διαθέσιμα διάφορα είδη χειροτεχνίας.

Η ίδια ανέφερε πως το Γεράκι δεν έχει προχωρήσει σε κάποια οργανωμένη διαδικτυακή πλατφόρμα πωλήσεων, με το πλάνο του Συλλόγου να εστιάζει σε ένα e-shop με υλικό απ' όλες τις υφάντρες της περιοχής. Για το αν μέσα από τη θεματική αυτή διαδικασία υπάρχει αύξηση της επισκεψιμότητας στην περιοχή, η Ανθή Σαράντη απάντησε θετικά, τονίζοντας πως πέρα από τα υφαντά το Γε-

ράκι προσελκύει κόσμο και λόγω των μνημείων του, δίνοντας το παρών συχνά μεταξύ άλλων σχολεία αλλά και γκρουπ επισκεπτών.

ΔΗΜΙΟΥΡΓΙΕΣ – ΠΙΝΑΚΕΣ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ

Παράλληλα, από την ίδρυσή του, το 2009, ο Σύλλογος ανέλαβε το έργο της ανασυγκρότησης και «επανίδρυσης» της παλιάς Κοινοτικής Βιβλιοθήκης Γερακίου. Η Βιβλιοθήκη στεγάζεται στο διατηρημένο κτίριο του Ρελλείου Παρθεναγωγείου, στην είσοδο του κέντρου του χωριού και αποτελείται από χιλιάδες τίτλους βιβλίων. Επιπλέον, ο Πολιτιστικός Σύλλογος συνεχίζει τις δραστηριότητές του, με τη συνδρομή των μελών του και των φορέων που τον στηρίζουν, όντας θα έλεγε κανείς ο κινητήριος μοχλός της όλης προσπάθειας, συνδέοντας τον τόπο με τους φορείς. Το Γεράκι, με την μακραίωνη παράδοσή του στην υφαντική τέχνη, συνεχίζει να αναδεικνύει τις μοναδικές δημιουργίες του που ξεχωρίζουν για τον ιδιαίτερο διάκοσμό τους. «Τα περίτεχνα - όμορφα σχέδια όπως τα λουλούδια, τα πρόσωπα και τα μοτίβα καθώς και τα έντονα χρώματα καθιστούν τις δημιου-



ργίες πίνακες ζωγραφικής, με τη μεγάλη ποικιλία να αναδεικνύει τη συνέχεια της τέχνης, καθώς κάθε προϊόν έχει ένα ιστορικό φορτίο που φανερώνεται.

Γενικότερα, αποπνέουν την ιστορικότητα και τους συμβολισμούς της πελοχούς και αυτό φαίνεται έστω και υπο-

συνείδητα» συμπλήρωσε η Ανθή Σαράντη, κάνοντας μια αναδρομή στις σημαντικές βραβεύσεις των γερακίτικων υφαντών: Διεθνής Εκθεση της Βιέννης (1873), Γενική Εθνική Εκθεση Αθηνών, Ζάππειο (1888) και Διεθνής Εκθεση της Θεσσαλονίκης (1938).

Παλιακόν

ΕΣΤΙΑΤΟΡΙΟ • ΜΕΖΕΔΟΤΕΧΝΕΙΟ



Ενα μοναδικό μεζεδοτεχνείο-εστιατόριο με εκλεπτυσμένες νοστιμιές ελληνικής κουζίνας που ικανοποιούν και τον πιο απαιτητικό ουρανίσκο. Η οικογενειακή επιχείρηση που με μεγάλη επιτυχία διατηρεί όλα αυτά τα χρόνια, ο κύριος Γιώργος Μπούνας, σας προσκαλεί να δοκιμάσετε εκλεκτούς μεζέδες για μερακλήδες και μη, και νόστιμα πιάτα με αναφορές από όλη την Ελλάδα.

Στο Παλιακόν θα σας ενθουσιάσει η φιλική εξυπηρέτηση, η παρείσπιση ατμόσφαιρα και φυσικά η ποιότητα των υλικών και των πιάτων που φτάνουν στο τραπέζι σας. Απολαύστε την βόλτα σας στην Καλαμάτα και συνδυάστε την με καλό φαγητό που θα γευτείτε μόνο εδώ, στο πιο αυθεντικό και ιδιαίτερο μαγαζί της πόλης.

Αξίζει δε να σημειωθεί ότι το εστιατόριο βραβεύτηκε με το χρυσό βραβείο Αυθεντικής Ελληνικής Κουζίνας 2024 και το χρυσό μετάλλιο αξίας 2024 από τον οργανισμό Greek Taste Beyond Borders.



ΔΙΟΣ ΙΘΩΜΑΤΑ ΚΑΙ ΑΓ. ΙΩΑΝΝΗ, ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΚΕΝΤΡΟ ΚΑΛΑΜΑΤΑΣ | © 27210 24214, 6973387512 F: ΠΑΛΙΑΚΟΝ

ΜΑΡΙΑ ΓΑΖΟΥΛΗ

Εμβόλια για κάθε ασθένεια που φαντάζεστε

Η ΚΑΘΗΓΗΤΡΙΑ ΒΙΟΛΟΓΙΑΣ
- ΓΕΝΕΤΙΚΗΣ – ΝΑΝΟΪΑΤΡΙΚΗΣ
ΤΟΥ ΕΚΠΑ ΜΙΛΑΕΙ ΣΤΟ «Π»



Μπροστά στην πρόκληση της εξασφάλισης εξατομικευμένης θεραπείας σοβαρών νόσων, συμπεριλαμβανομένων διάφορων μορφών καρκίνου, βρίσκεται μέσω των εμβολίων mRNA η Ανθρωπότητα με τη Γενετική και τη Νανοϊατρική να αποτελούν τους επιστημονικούς κλάδους που βρίσκονται στην πρώτη γραμμή αυτής της υπερπροσπάθειας. Ενώ τα εμβόλια mRNA για τον COVID-19 και άλλες μολυσματικές ασθένειες προλαμβάνουν τις ασθένειες, η τεχνολογία mRNA μπορεί επίσης να βοηθήσει στη θεραπεία υπάρχουσών ασθενειών όπως ο καρκίνος” τονίζει η Καθηγήτρια Βιολογίας – Γενετικής – Νανοϊατρικής της Ιατρικής Σχολής του Εθνικού και Καποδιστριακού Πανεπιστημίου Αθηνών, Μαρία Γαζούλη. Η καταξιωμένη Μεσσήνια επιστήμονας μιλάει στο “Π” για την εξέλιξη των mRNA εμβολίων και τις προσδοκίες που πρέπει να έχει ο άνθρωπος τόσο από αυτά, όσο και από την ανάπτυξη της νανοτεχνολογίας. Αναφέρεται στις εξελίξεις γύρω από τα τεστ αυτοδιάγνωσης του καρκίνου του παχέος εντέρου, στο επίπεδο της προληπτικής Ιατρικής, αλλά και της έρευνας στην Ελλάδα.

Συνέντευξη στον
Δημήτρη Πλεμμένο

■ Κατά την διάρκεια της πανδημίας του κορονοϊού άρχισε το ευρύ κοινό να μαθαίνει για τα mRNA εμβόλια, τα οποία από ορισμένους... δαιμονοποιήθηκαν. Φαίνεται ότι έρχονται ως μία επαναστατική εξέλιξη για την αντιμετώπιση του καρκίνου. Τι πραγματικά πρέπει να περιμένουμε από την ανάπτυξη τους;

Πολλά εμβόλια χρησιμοποιούν μια εξασθενημένη ή νεκρή εκδοχή του πραγματικού ιού για να διεγείρουν μια ανοσολογική απόκριση κατά της νόσου. Η ανάπτυξη αυτών των εμβολίων μπορεί να είναι χρονοβόρα και δαπανηρή. Η γρήγορη τροποποίηση τους εάν χρειάζεται είναι δύσκολη. Αντίθετα, τα εμβόλια mRNA χρησιμοποιούν έναν γενετικό κώδικα για να λένε στα κύτταρα του σώματος να παράγουν πρωτεΐνες που εκπαιδεύουν το ανοσοποιητικό σύστημα. Το αποτέλεσμα: εμβόλια "plug-and-play" με γρήγορους χρόνους ανάπτυξης και χαμηλότερο κόστος. Τι ακολούθει; Το μέλλον των εμβολίων mRNA για «Κάθε Ασθένεια που φαντάζεστε». Ενώ τα εμβόλια mRNA για τον COVID-19 και άλλες μολυσματικές ασθένειες προλαμβάνουν τις ασθένειες, η τεχνολογία mRNA μπορεί επίσης να βοηθήσει στη θεραπεία υπαρχουσών ασθενειών όπως ο καρκίνος.

Η ευελιξία της πλατφόρμας επιτρέπει στους ερευνητές να δημιουργήσουν εμβόλια καρκίνου mRNA που ενεργοποιούν το ανοσοποιητικό σύστημα για να επιτεθεί στα καρκινικά κύτταρα. Ήδη το πρώτο τέτοιο εμβόλιο είναι σε κλινική δοκιμή φάσης 3 και αφορά το μεταστατικό μελάνωμα. Τα αποτελέσματα είναι πολύ ενθαρρυντικά. Η μελέτη θα έχει ολοκληρωθεί το 2029 και ευελπιστούμε ότι θα εισαχθεί στην κλινική πράξη.

Τον Αύγουστο του 2024 ξεκίνησε και η κλινική δοκιμή φάσης 3 και για τον καρκίνο του πνεύμονα και θα ακολουθήσουν σύντομα και για άλλους καρκίνους όπως για τον ορθοκολικό κλπ. Ένα από τα κλειδιά για την αποτελεσματικότητα των εξατομικευμένων εμβολίων mRNA έγκειται στην προσαρμογή τους στη μοναδική γενετική σύνθεση και το προφίλ όγκου κάθε ασθενούς και σε αυτό στοχεύουμε για το μέλλον. Με τον προσδιορισμό της αλληλουχίας του DNA του όγκου ενός ασθενούς, οι ερευνητές μπορούν να αναγνωρίσουν τις συγκεκριμένες μεταλλάξεις και τα αντιγόνα που υπάρχουν στα καρκινικά τους κύτταρα. Αυτές οι πληροφορίες χρησιμοποιούνται στη συνέχεια για να σχεδιαστεί ένα εξατομικευμένο εμβόλιο mRNA

προσαρμοσμένο ώστε να στοχεύει τα συγκεκριμένα αντιγόνα όγκου του ασθενούς.

■ Ποιες μορφές καρκίνου είναι αυτές που ευελπιστούμε να "χτυπηθούν" από τα mRNA εμβόλια;

Η ελπίδα είναι ότι η στρατηγική θα λειτουργήσει σε πολλά διαφορετικά είδη καρκίνου. Καρκίνο του παγκρέατος, καρκίνο του παχέος εντέρου, στο μελάνωμα και στους μεταστατικούς γενικά καρκίνους. Ο σκοπός ενός αντικαρκινικού εμβολίου είναι να εκπαιδεύσει το ανοσοποιητικό σύστημα ώστε να αναγνωρίζει καλύτερα τα κακοήθη κύτταρα, ώστε να μπορεί να τα καταστρέψει. Το ανοσοποιητικό σύστημα έχει την ικανότητα να καθαρίζει τα καρκινικά κύτταρα εάν μπορεί να τα βρει.

Αλλά οι όγκοι είναι ολισθηροί. Μπορούν να κρυφτούν σε κοινή θέα και να χρησιμοποιήσουν κάθε είδους κόλπα για να αποφύγουν την ανοσολογική μας άμυνα. Και τα καρκινικά κύτταρα συχνά μοιάζουν με τα κύτταρα του ίδιου του σώματος επειδή, λοιπόν, είναι τα κύτταρα του ίδιου του σώματος.

Ωστόσο, υπάρχουν διαφορές μεταξύ των καρκινικών κυττάρων και των υγιών κυττάρων. Τα καρκινικά κύτταρα αποκτούν μεταλλάξεις που τα βοηθούν να αναπτυχθούν και να επιβιώσουν, και μερικές από αυτές τις μεταλλάξεις δημιουργούν πρωτεΐνες που συγκρατούν την επιφάνεια του κυττάρου - τα λεγόμενα νεοαντιγόνα. Και αυτά τα νεοαντιγόνα είναι ο στόχος των mRNA θεραπευτικών εμβολίων.

■ Ως καθηγήτρια Βιολογίας - Γενετικής - Νανοϊατρικής μπορείτε να μας εξηγήσετε πώς η νανοτεχνολογία μπορεί να δώσει σημαντικές λύσεις στην αντιμετώπιση σοβαρών ασθενειών στον άνθρωπο;

Η νανοτεχνολογία χρησιμοποιείται για τη διεξαγωγή ευαίσθητων ιατρικών διαδικασιών. Η νανοτεχνολογία παρουσιάζει επιτυχημένες και ευεργετικές χρήσεις στους τομείς της διάγνωσης, της θεραπείας ασθενειών, της αναγεννητικής ιατρικής, της γονιδιακής θεραπείας, της οδοντιατρικής, της ογκολογίας, της βιομηχανίας αισθητικής, της διανομής φαρμάκων και της θεραπείας.

Προσφέρει ταχύτερη και ακριβέστερη διάγνωση και θεραπεία ασθενειών, υψηλή τεχνολογία απεικόνισης, δυνατότητα χορήγησης φαρμάκων απευθείας σε έναν καρκινικό όγκο ή φόρτωση σωματιδίων πολύ μικρότερων από το πλάτος



μιας τρίχας με φάρμακα για τη θεραπεία της νόσου του Πάρκινσον και άλλων νοσημάτων. Ας μην ξεχνάμε ότι η νανοτεχνολογία έπαιξε σημαντικό ρόλο στην επιτυχία των mRNA εμβολίων.

Τα νανοσωματίδια βοηθούν στη βελτίωση της σταθερότητας προστατεύοντας το ενθυλακωμένο mRNA από τις ριβονουκλεάσες και διευκολύνουν την παράδοση ανέπαφου mRNA στη θέση στόχο. Η συντριπτική επιτυχία των εμβολίων και θεραπευτικών που βασίζονται στο mRNA με ~95% αποτελεσματικότητα σε κλινικές δοκιμές φάσης 3 μπορεί να αποδοθεί στον μοναδικό τους ναοφορέα, τα "νανοσωματίδια λιπιδίων".

■ Το τελευταίο διάστημα έκαναν την εμφάνισή τους τα τεστ αυτοδιάγνωσης (self tests) για τον καρκίνο του παχέος εντέρου σε μία προσπάθεια να ανιχνευθούν ασυμπτωματικοί ασθενείς για την έγκαιρη αντιμετώπιση ενός από τους πλέον θανατηφόρους καρκίνους. Πιστεύετε ότι αυτή η διαδικασία μπορεί να σώσει πραγματικά ζωές;

Η χρήση αυτοδιαγνωστικών τεστ δεν είναι κάτι καινούργιο. Ήδη πριν τα τεστ αυτοδιάγνωσης για τον COVID χρησιμοποιούνταν τα τεστ εγκυμοσύνης. Επίσης κυκλοφορούν ανάλογα τεστ για τη γρίπη, το στρεπτόκοκκο κλπ. Και τώρα έχουμε διαθέσιμα και στην Ελλάδα τα τεστ που ανιχνεύουν μικροαιμοραγία στα κόπρανα και αποτελούν τα τεστ αυτοδιάγνωσης για τον καρκίνο του παχέος εντέρου. Ο σκοπός τέτοιων εξετάσεων προσυμπτωματικού ελέγχου του καρκίνου, είναι η ανίχνευση προκαρκινικού ή πρώιμου σταδίου καρκίνου σε ασυμπτωματικά άτομα, ώστε να μπορεί



να προσφερθεί έγκαιρη διάγνωση και έγκαιρη θεραπεία. Να τονίσουμε ότι ένα θετικό τεστ δεν σημαίνει απαραίτητα καρκίνο, μπορεί να υποδεικνύει μια φλεγμονή, αιμορροΐδες αλλά θα χτυπήσει καμπανάκι στον πολίτη να το διερευνήσει με περαιτέρω εξετάσεις και να αντιμετωπίσει έγκαιρα μια κατάσταση. Το όφελος του προσυμπτωματικού ελέγχου είναι η ανίχνευση του καρκίνου σε πρώιμο ή προκαρκινικό στάδιο και η μείωση της επίπτωσης ή της θνησιμότητας και της νοσηρότητας που σχετίζονται με τον καρκίνο.

Άλλα οφέλη μπορεί να είναι η χρήση λιγότερο επιθετικών παρεμβάσεων επειδή η θεραπεία μπορεί να λάβει χώρα σε προγενέστερο στάδιο και να οδηγήσει σε βελτιωμένη ποιότητα ζωής.

Τα αυτοδιαγνωστικά αυτά τεστ ήδη χρησιμοποιούνται από πολλές χώρες και προτείνονται και από την Ευρωπαϊκή Ένωση για τον περιορισμό της επίπτωσης του καρκίνου του παχέος εντέρου. Θέλουμε λοιπόν έναν εύκολο τρόπο για να υπάρχει μεγαλύτερη συμμερφωση των πολιτών και για αυτό και διαλέξαμε το self test. Η καλύτερη πρόληψη είναι αυτή που γίνεται με οποιοδήποτε τρόπο, και να πιστεύω ότι θα σώσει ζωές.

■ **“Το προνοείν και προλαμβάνειν κρείττον εστί του θεραπεύειν”** έλεγε ο **“πατέρας”** της Ιατρικής, ο Ιπποκράτης. Πόσο τελικά είναι αναπτυγμένη στην Ελλάδα η προληπτική Ιατρική και ποια είναι τα περιθώρια ανάπτυξής της;

Η χώρα αντιμετωπίζει σοβαρές προκλήσεις, όπως η αύξηση των νοσημάτων που σχετίζονται με τον τρόπο ζωής, ο

υψηλός επιπολασμός του καπνίσματος, καθώς και η ανησυχητική αύξηση του σωματικού βάρους και της παχυσαρκίας. Αυτοί οι παράγοντες έχουν συνέπειες για την υγεία του πληθυσμού και ασκούν πιέσεις στο σύστημα υγειονομικής περίθαλψης. Επιπλέον, παρατηρείται αυξημένη θνησιμότητα από μη μεταδοτικές ασθένειες, όπως οι καρδιοπάθειες, ο καρκίνος και η χρόνια αποφρακτική πνευμονοπάθεια, καθώς και η αύξηση των μεταδοτικών νοσημάτων.

Η πολυνοσηρότητα μεταξύ των ηλικιωμένων και η επιδείνωση της ψυχικής υγείας του πληθυσμού είναι επίσης ανησυχητικά φαινόμενα, κυρίως της έλλειψης συστηματικών προγραμμάτων πρόληψης και αγωγής. Η κατάρτιση και διατήρηση ενός ικανοποιητικού επιπέδου υγείας αποτελεί κύρια προτεραιότητα των σύγχρονων κοινωνιών.

Είναι ενθαρρυντικό ότι η κυβέρνηση έχει κατατάξει την Υγεία και, ειδικότερα, την πρόληψη ως κορυφαία προτεραιότητα στην ατζέντα της με δράσεις που θα εφαρμοστούν στον πληθυσμό, με σκοπό την πρόληψη διαφόρων ασθενειών με το πρόγραμμα «ΠΡΟΛΑΜΒΑΝΩ». Ωστόσο, η μεγαλύτερη πρόκληση της πρόληψης σήμερα είναι να πείσει και να εκπαιδεύσει το άτομο, την οικογένεια και το σύνολο της κοινωνίας, στην υιοθέτηση ενός υγιούς προτύπου διαβίωσης. Έχει τεράστια σημασία να αποκτήσουμε παιδεία και κουλτούρα πρόληψης.

■ **Έχετε αφιερώσει σημαντικό μέρος της επιστημονικής σας πορείας στην έρευνα. Θα θέλαμε πραγματικά την δική σας εικόνα για το επίπεδο της έρευνας στην Ελλάδα, αλλά και για όλα όσα πρέπει να γίνουν για να δημιουργηθεί ένα πιο πρόσφορο περιβάλλον για την ανάπτυξης της έρευνας και την ενθάρρυνση νέων ερευνητών.**

Στην Ελλάδα έχουμε πολύ υψηλό επίπεδο ερευνητών, όμως έχουμε πρόβλημα υποδομών και σταθερής χρηματοδότησης για την ενθάρρυνση και παραμονή των νέων ερευνητών στη χώρα. Η βιοϊατρική έρευνα στην Ελλάδα είναι αναπτυγμένη, αλλά δεν ευθυγραμμίζεται με τις προτεραιότητες της δημόσιας υγείας.

Η σύνδεσή της με διεθνή ερευνητικά δίκτυα και οι συνεργασίες της με τη φαρμακευτική βιομηχανία, καθώς και με την βιομηχανία ιατρικής τεχνολογίας, σε τοπικό και διεθνές επίπεδο, δεν υποστηρίζονται επαρκώς. Η καινοτομία

στη χώρα μας μπορεί να επιτευχθεί, αλλά υπό συνθήκες πίεσης, καθώς η «παραδοσιακή» έρευνα είναι περιορισμένη και η γραφειοκρατία εξακολουθεί να αποτελεί σημαντικό εμπόδιο στην υποστήριξη των βιοϊατρικών ερευνών.

Χρειάζεται ο σχεδιασμός ενός αδιάλειπτου και διαδραστικού οικοσυστήματος που θα συνδέει την έρευνα με την καινοτομία και την επιχειρηματικότητα για να μπορέσουμε να κρατήσουμε στη χώρα τους νέους ερευνητές.

■ **Ποιες είναι οι προκλήσεις που δημιουργούνται στην Ιατρική επιστήμη από την αύξηση του προσδόκιμου ζωής και πώς τελικά πιστεύετε ότι επηρεάζονται από όλη αυτή την εξέλιξη τα οικονομικά της Υγείας;**

Σύμφωνα με τα δεδομένα του ΟΗΕ, ο αριθμός των ηλικιωμένων παγκοσμίως αναμένεται να υπερδιπλασιαστεί στις επόμενες δεκαετίες, φτάνοντας το 1,5 δισεκατομμύριο το 2050. Η γήρανση του πληθυσμού αποτελεί μια παγκόσμια τάση, με έντονη παρουσία στην Ευρώπη, όπου πολλές χώρες έχουν ήδη μεγάλο ποσοστό ηλικιωμένων, το οποίο θα αυξηθεί περαιτέρω στο μέλλον. Μεταξύ αυτών των χωρών είναι και η Ελλάδα και αυτό είναι μια πρόκληση.

Το σημαντικότερο πρόβλημα στην Ελλάδα είναι ότι η γήρανση αυτή έρχεται ως αποτέλεσμα της υπογεννητικότητας, σε συνδυασμό με το υψηλό προσδόκιμο ζωής. Λόγω της αυξανόμενης μακροβιότητας, οι πολίτες συχνά αντιμετωπίζουν χρόνια προβλήματα υγείας που απαιτούν συχνή φροντίδα.

Είναι απαραίτητο να αναπτυχθούν μέτρα που θα υποστηρίζουν τους ηλικιωμένους, με έμφαση στον τομέα της Πρωτοβάθμιας Φροντίδας Υγείας καθώς πολλές σοβαρές ασθένειες έχουν αυξηθεί με την ηλικία, όπως ο καρκίνος, οι καρδιακές παθήσεις, το εγκεφαλικό επεισόδιο, η αναπνευστική νόσος, η νεφρική νόσος, η άνοια, η αρθρίτιδα και η οστεοπόρωση. Είναι γεγονός ότι το μεγαλύτερο προσδόκιμο ζωής συνδέεται με την αύξηση της οικονομικής επιβάρυνσης στα συνταξιοδοτικά συστήματα, την υγειονομική περίθαλψη και τις κοινωνικές υπηρεσίες. Δεδομένου ότι η ζήτηση για υγειονομική περίθαλψη αυξάνεται με την ηλικία, οι χώρες με ταχέως γερασμένο πληθυσμό, μεταξύ των οποίων είναι και η Ελλάδα πρέπει να διαθέσουν περισσότερα χρήματα και πόρους στα συστήματα υγειονομικής περίθαλψης.

ΟΡΕΙΝΗ ΑΡΚΑΔΙΑ

Ταξίδι στην καρδιά της Πελοποννήσου

Η ορεινή Αρκαδία, με τις πανύψηλες βουνοκορφές και τα παραδοσιακά χωριά της, αποτελεί έναν κρυμμένο θησαυρό της Πελοποννήσου που συναρπάζει τους επισκέπτες με τη γαλήνη και την αυθεντικότητα του τοπίου. Μια περιήγηση στις καταπράσινες πλαγιές και τα γραφικά μονοπάτια αποκαλύπτει ιστορίες αιώνων, μέσα από πετρόκτιστα αρχοντικά, πέτρινες γέφυρες και βυζαντινά ξωκλήσια που στέκουν αγέρωχα στο πέρασμα του χρόνου. Η Αρκαδία αναδύει έναν αέρα παράδοσης, φιλοξενίας και ζεστασιάς, αγκαλιάζοντας τον επισκέπτη με το μεγαλείο της φύσης και τον απλό, αργό ρυθμό της ζωής. Στο αφιέρωμά μας, θα ανακαλύψουμε την αυθεντική γοητεία των χωριών της Αρκαδίας και τις εμπειρίες που κάνουν τον τόπο αυτό έναν αληθινό προορισμό για όσους αναζητούν τη σύνδεση με την παράδοση και την ανέγγιχτη φυσική ομορφιά.



ΣΤΕΜΝΙΤΣΑ

Το χωριό των μεταλλοτεχνιτών

Η Στεμνίτσα, ένα από τα πιο όμορφα και ιστορικά χωριά της Αρκαδίας, στον δρόμο ανάμεσα στη Δημητσάνα και την Καρύταινα στις πλαγιές του Μαινάλου, τυλιγμένη με κερασιές, καρυδιές και πλατάνια, είναι χτισμένη κοντά στον Λούσιο ποταμό και στην αρχαία Γόρτυνα αλλά και κοντά σε εντυπωσιακά μοναστήρια.



Παλαιότερα λεγόταν Υφούς και **ιδρύθηκε πιθανότατα τον 12ο αιώνα**, ενώ στα χρόνια του Βυζαντίου ήταν γνωστή **ως τόπος όπου έφτιαχναν καμπάνες**. Μάλιστα την περίοδο της οθωμανικής κυριαρχίας εξελίχθηκε σε **σημαντικό κέντρο μεταλλοτεχνίας** και οι πλανόδιοι κυρίως τεχνίτες της (αργυροχρυσοχόοι, σιδεράδες, καμπανάδες, χαλκωματάδες, κουδουνάδες κ.ά) δημιούργησαν έργα εξαιρετικής τέχνης που έγιναν δημοφιλή και πέρα από τα σύνορα της Αρκαδίας. Σήμερα, συνεχίζοντας τη μακρά αυτή παράδοση, λειτουργεί εδώ και η **Μέση Τεχνική Σχολή Αργυροχρυσοχοΐας**.

Στη γύρω περιοχή της **Στεμνίτσας** βρίσκονται τουλάχιστον **20 εξαιρετικής τέχνης μεταβυζαντινές εκκλησίες**. Ενδεικτικά σημειώνουμε τη Ζωοδόχο Πηγή (15ος αι.), τους Τρεις Ιεράρχες (17ος αι.), τον Άγιο Γεώργιο (1810) και την Παναγιά Μπαφέρω (17ος αι.).

Σε μικρή απόσταση με όχημα ή και μετά από πολύ όμορφες περιπατητικές εκδρομές βρίσκονται οι φημισμένες **Μονή Φιλοσόφου, Μονή Τιμίου Προδρόμου, Μονή Αιμυαλών και Μονή Καλαμίου Ατσιόλου**, όλες σπουδαία κέντρα ασκητισμού και πλούσιας ορθόδοξης παράδοσης.

Αν κατευθυνθείς **νότια από τη Στεμνίτσα**, λίγο μετά το χωριό Ελληνικό, σε μαγευτική τοποθεσία θα βρεις την **αρχαία Γόρτυνα**. Ο αρχαιολογικός χώρος είναι προσβάσιμος και στο τέλος πεζοπορικών διαδρομών έχει ευρήματα

από την αρχαιότητα έως και τους βυζαντινούς χρόνους: ιερά του Ασκληπιού, ναοί, λουτρικές εγκαταστάσεις, δημόσια οικοδομήματα, οχυρωματικοί περίβολοι, οικίες καθώς και πέτρινα γεφύρια και βυζαντινές εκκλησίες, όλα αφηγούνται τη μακρά ιστορία αυτής της πόλης που ιδρύθηκε από τον δισέγγονο του μυθικού γενάρχη Αρκά.

Ο περίπατος στον οικισμό αξίζει για να θαυμάσεις α **επιβλητικά πέτρινα πυργόσπιτα**, όπως το τριώροφο της οικογένειας Ροΐλου και Γιαννάκου Κολοπανά, καθώς και τις οικίες Μπουρνάζου και Χατζή, όπου στεγάζεται και το **Λαογραφικό Μουσείο**. Στο Μουσείο αναπαρίστανται τα εργαστήρια παραδοσιακών επαγγελμάτων, όπως του αργυροχόου, του καμπανά, του γανωματή, του κηροπλάστη κ.ά. και στεγάζεται μία ενδιαφέρουσα συλλογή με μεταβυζαντινές εικόνες, έργα κεραμικής, κεντητικής, ξυλογλυπτικής, υφαντά, ενδυμασίες κ.λπ.

Οι πολλές πέτρινες θολωτές κρήνες, η εντυπωσιακή θέα από το ύψωμα Κάστρο, τα υπέροχα ντόπια γλυκίσματα (δίπλες, μπουρέκια κ.ά), η εξαιρετη τουριστική υποδομή σε καταλύματα και χώρους εδεσμάτων, τα πέτρινα πυργόσπιτα, τα άφθονα νερά, όλα σε τοποθεσία μοναδικού φυσικού κάλλους ανάμεσα στο ελατόδασος και τις ομορφιές από το φαράγγι του Λούσιου, καθιστούν τη **Στεμνίτσα ιδανικό τόπο παραθερισμού αλλά και χειμερινών διακοπών**.

ΔΗΜΗΤΣΑΝΑ

Ο ιστορικός οικισμός που πήρε ζωή από τα νερά του Λούσιου ποταμού



Η Δημητσάνα βρίσκεται σχεδόν 1 χλμ. πάνω από τον Λούσιο ποταμό και γι' αυτό έχει πλούσια χλωρίδα και πανίδα αλλά και παλιές βιοτεχνικές εγκαταστάσεις που εκμεταλλεύονταν τη δύναμη των νερών. Επιπλέον στο φαράγγι υπάρχουν μονές, ασκηταριά και ερημητήρια που αναπτύχθηκαν κυρίως στα μεταβυζαντινά χρόνια. Όλες αυτές οι ομορφιές είναι προσβάσιμες με μονοπάτια παλιά αλλά και καινούργια, που διευκολύνουν τους πεζοπόρους. Ο παραδοσιακός, πέτρινος οικισμός της Δημητσάνας γοητεύει με την **άρτια υποδομή του**, αφού περιλαμβάνει άνετα καταλύματα, εστιατόρια και ταβέρνες, καταστήματα με παραδοσιακά προϊόντα (γλυκά, κρέας, μέλι, ζυμαρικά), ιστορικά κτίρια αλλά και μουσεία και τις δυνατότητες περιπατητικών εκδρομών στον περιβάλλοντα χώρο.

Κάνοντας μία περιήγηση στη Δημητσάνα μπορείς να θαυμάσεις από κοντά τις **κομψές εκκλησίες** (Αγίας Κυριακής, Αγίου Γεωργίου, Αγίου Χαραλάμπους, Μεταμόρφωση του Σωτήρος, κ.ά.) και το **Εκκλησιαστικό Μουσείο**, που στεγάζεται στο αναπαλαιωμένο σπίτι του Πατριάρχη Γρηγορίου Ε'.

Τα παλιά αρχοντικά, μεταξύ των οποίων το μοναδικό πεντάροφο σπίτι του Ξένιου με τοιχογραφίες, που σήμερα είναι διαμορφωμένο σε ξενώνα, ο ολομάρμαρος πύργος καμπαναριού, τα πέτρινα γεφύρια, οι κρήνες, οι θαυμάσιες εκδρομούλες στα «κατάφυτα» μοναστήρια (Παλιά και Νέα Μονή Φιλοσόφου, Μονή Τιμίου Προδρόμου, Μονή Αιμυαλών), το φαράγγι του Λουσίου και τα κοτινά όμορφα χωριά Παλαιοχώρι, Μάρκο και Ζάτουνα, το καθένα με μοναδικότητες και άξιες θέασης γωνιές, όλα ολοκληρώνουν μια μοναδική αρκαδική εμπειρία.

Η Δημητσάνα, **χτισμένη στη θέση της αρχαίας πόλης Τεύθιδος** (κοντά στον ναό των Ταξιαρχών και ανάμεσα στα σπίτια σώζονται λείψανα του αρχαίου τείχους της πόλης), γνώρισε βαθμιαία από τον 12ο αιώνα μεγάλη ακμή,

κυρίως όμως από τον 17ο και ως τις αρχές του 20ού αιώνα.

Οι έμποροι της δραστηριοποιούνταν ως την Οδησσό, την Κωνσταντινούπολη και τη Σμύρνη. **Οι κάτοικοι ασχολήθηκαν με το εμπόριο και τη μεταλλοτεχνία** (χρυσικοί, ασμητζίδες, χαλκωματάδες) και η οικονομική άνθηση έφερε και την πνευματική ακμή της πόλης με την περίφημη **Ελληνική Σχολή**, που ιδρύθηκε το 1764 από τους Δημητσανίτες **Γεώργιο Γούνα** και **Αγάπιο Λεονάρδο**, αναπτύχθηκε κυρίως μετά το 1816, και εκεί μαθήτευσαν πολλά σημαντικά της νεότερης ιστορίας μας πρόσωπα (Πατριάρχης Γρηγόριος Ε', Παλαιών Πατρών Γερμανός, Παπαφλέσσας, κ.ά.).

Η πλουσιότατη βιβλιοθήκη της Σχολής, εμπλουτισμένη σήμερα, στεγάζεται στο παλιό κτίριο του Δημοτικού Σχολείου και περιλαμβάνει χειρόγραφους κώδικες, παλιές εκδόσεις, ιστορικό αρχείο, λαογραφική συλλογή και αρχαιολογικά ευρήματα.

Η Δημητσάνα έγινε διάσημη για τις **εγκαταστάσεις υδροκίνησης που λειτουργούσαν αλευρόμυλους, νεροτριβές, βυρσοδεφεία**, αλλά κυρίως **μπαρουτόμυλους**, από όπου πήρε το προσωνύμιο το «οπλοστάσιο του Αγώνα» του 1821. Σήμερα, λίγο πιο έξω από τον οικισμό, στη θέση Αϊ-Γιάννης, λειτουργεί από το 1997, **από το Πολιτιστικό Ίδρυμα Τράπεζας Πειραιώς**, το πρότυπο **υπαίθριο Μουσείο Υδροκίνησης**, όπου αποκαταστάθηκαν οι παλιές εγκαταστάσεις και το εκπληκτικό αποτέλεσμα επιτρέπει τη διατήρηση της γνώσης που αφορά την παραδοσιακή τεχνολογία της υδροκίνησης στην περιοχή, η οποία ξεκίνησε από τον 16ο αιώνα.

Σήμερα η **Δημητσάνα**, με το πλούσιο παρελθόν, τα μνημεία και τα αρχαιολογικά και προβιομηχανικά αξιοθέατα, τις φυσικές ομορφιές, τις όμορφες εκκλησίες, τα εντυπωσιακά φημισμένα μοναστήρια και τα ονομαστά χωριά τριγύρω, **αποτελεί από τις πιο ενδιαφέρουσες περιοχές της Αρκαδίας.**



ΚΑΡΥΤΑΙΝΑ

Ορεινό διατηρητέο χωριό με μεγάλη ιστορία

Η γραφική και ιστορική Καρύταινα, λίγα χιλιόμετρα νότια της Στεμνίτσας, είναι από τους πιο εντυπωσιακούς διατηρητέους οικισμούς της Αρκαδίας και πλαισιώνεται από ένα επιβλητικό φράγκικο κάστρο που υπενθυμίζει τον σημαντικό ρόλο που έπαιξε στην περίοδο της Φραγκοκρατίας· αναδείχτηκε επίσης την περίοδο της οθωμανικής κυριαρχίας ως κέντρο καπνού, μεταξωτών και κρασιού, χωρίς να παραβλέπουμε και την ενεργή συμμετοχής της στην Ελληνική Επανάσταση.



Στέρεα **διώροφα πέτρινα σπίτια**, πολλές **αξιόλογες βυζαντινές εκκλησίες** (π.χ. η Ζωοδόχος Πηγή, ο Άγιος Νικόλαος), τις οποίες συναντάς περπατώντας στα καλντερίμια ή και φτάνοντας μέχρι το Κάστρο –όπου η εκπληκτική πανοραμική θέα στον κάμπο–, αλλά και στην κορυφή του, όπου βρίσκεται η **Παναγιά ή εκκλησία του Κολοκοτρώνη**, θολωτές πέτρινες κρήνες, λείψανα από υδρόμυλους που λειτουργούσαν στην περιοχή, όλα συνθέτουν μια ιδιαίτερη αλλά και γνώριμη αρκαδική ομορφιά.

Η περιοχή περιτριγυρίζεται από **παρθένα φύση** και από τους ποταμούς **Αλφειό** και **Λούσιο**, ενώ δεν είναι μακριά από το πιο σημαντικό **αρχαίο αρκαδικό ιερό, τη Λυκόσουρα**. Εκεί, στην ιερή κορυφή των Αρκάδων, όπου η ιστορία συναντά τον μύθο, στο Λύκαιο όρος, στέκουν τα ερείπια της πιο ιερής πόλης των αρχαίων Αρκάδων και τα λείψανα του ιερού της Δέσποινας, κόρης του Ποσειδώνα και της Δήμητρας. Τα κολοσσιαία αγάλματα του ιερού, έργα του γλύπτη Δαμοφώντα (2ος π.Χ. αι.), φυλάσσονται στο Αρχαιολογικό Μουσείο της Αθήνας.

Μια ερειπωμένη διώροφη πυργόσχημη κατοικία που χρονολογείται στον 15ο αιώνα, ένα πεντάτοξο πέτρινο γεφύρι της ίδιας εποχής και τα ερείπια στο κάστρο, που προσεγγίζονται από μονοπάτι που ξεκινά από την πλατεία του οικισμού, είναι οι μάρτυρες του λαμπρού παρελθόντος όταν η Καρύταινα δέσποζε στην αρκαδική ενδοχώρα.

Σήμερα τα πέτρινα διώροφα σπίτια, οι πολλές μεταβυζαντινές εκκλησίες, οι αλλοτινοί δραστήριοι υδρόμυλοι, οι κρήνες, τα καταπληκτικά πέτρινα γεφύρια αλλά και τα ερείπια του κάστρου δημιουργούν ένα μοναδικό αρκαδικό σκηνικό. Γύρω από την Καρύταινα στέκουν πολλά μικρά ορεινά χωριά:

- **Καλυβάκια**, γνωστά για την «γιορτή της προβατίνας» κάθε Αύγουστο,
- **Καρβουνιάρης**
- **Κατσίμπαλης**
- **Μαυριά**
- **Κυπαρισσία**
- **Κουρουνιός**
- **Άνω και Κάτω Κωτίλιο** στο ομώνυμο βουνό
- **Ατσίχολος**, με το φημισμένο πέτρινο γεφύρι και τις δραστηριότητες εναλλακτικού τουρισμού
- **Βλαχοράπτης**, με την ιδιαίτερη γορτυνιακή αρχιτεκτονική και τις μεταβυζαντινές εκκλησίες
- **Σαρακίни**, ιδρυμένο από Κωνσταντινουπολίτες τον 17ο αιώνα
- **Παλιόκαστρο**, με μυκηναϊκά ευρήματα και ερείπια ισχυρού φράγκικου κάστρου, το καθένα με τις μοναδικές του ομορφιές.



ΒΥΤΙΝΑ

Στις πλαγιές του Μαινάλου, αγκαλιασμένη από έλατα και μοναδικά μονοπάτια

Η Βυτίνα είναι χτισμένη σε υψόμετρο 1.033 μ. και βρίσκεται σε μία κοιλάδα στους πρόποδες του Μαινάλου. Η ιδιαίτερη αυτή τοποθεσία της την κάνει ιδανικό χειμερινό προορισμό αλλά ταυτόχρονα εξασφαλίζει έναν αέρα τόσο καθαρό και υγιεινό που ενδείκνυται για την αποθεραπεία ασθενειών πνευμόνων και θώρακος, γι' αυτό άλλωστε μέχρι το 1940 λειτουργούσαν και 2 σανατόρια στην περιοχή.



Η **Βυτίνα** βρίσκεται κοντά στο **Χιονοδρομικό Κέντρο Μαινάλου**, που λειτουργεί στην ψηλότερη κορφή Οστρακίνα, σε υψόμετρο 1.980 μ., με οκτώ πίστες, και είναι από τα πιο εξοπλισμένα και σύγχρονα χιονοδρομικά κέντρα στην Ελλάδα, με άψογη υποδομή για αρχάριους, προχωρημένους αλλά και επισκέπτες.

Παλαιότερα, **μέχρι το 1940, η Βυτίνα ήταν δημοφιλής προορισμός για ασθένειες πνευμόνων και θώρακος**, είχε δύο σανατόρια και ήταν γνωστή και για τη **Δασονομική της Σχολή**. Μετά τον Β' Παγκόσμιο πόλεμο ο πληθυσμός της ξενιτεύτηκε, αλλά σήμερα, με την εξαιρετική τουριστική υποδομή που διαθέτει και με τα υπέροχα τοπικά προϊόντα (γαλακτοκομικά, ζυμαρικά, μέλι, ξυλόγλυπτα), αποτελεί ιδανικό τόπο για παραμονή και εξορμήσεις στις υπέροχες ομορφιές της ορεινής Αρκαδίας.

Προχωρώντας θα συναντήσεις μια πολύ όμορφη πλατεία, με την εντυπωσιακή εκκλησία του **Αγίου Τρύφωνα** από μαύρο μάρμαρο και ένα πλήρες Λαογραφικό Μουσείο. Στην πλατεία θα δεις επίσης προτομές του ιστορικού **Κωνσταντίνου Παπαρηγόπουλου**, που κατάνοταν από εδώ, και ενός σημαντικού νομικού, του **Βασιλείου Οικονομίδη**. Το πολύ ενδιαφέρον **Λαογραφικό Μουσείο** στεγάζεται σε ένα πέτρινο κτίριο και περιλαμβάνει εργαλεία, εκκλησιαστικά είδη, οικιακά σκεύη, πήλινα, ενδυμασίες, έπιπλα, αργαλειό, παλιές φωτογραφίες κ.ά.

Η **Βυτίνα** είναι ιδανική για διακοπές στο βουνό. Με θαυμάσια υποδομή καταλυμάτων, εξαιρετικά και περιζήτητα τοπικά προϊόντα (ζυμαρικά, βότανα,

ελατίσιο μέλι, γαλακτοκομικά, διακοσμητικά και χρηστικά ξυλόγλυπτα αντικείμενα), αλλά και με τα εδέσματα που προσφέρονται σε όμορφους χώρους, θα γίνει αγαπημένος προορισμός.

Από τα γύρω χωριά αξίζει να επισκεφθείς τα:

- **Μεθύδριο**, κοντά στην αρχαία ομώνυμη πόλη με τα ερείπια
- **Πυργάκι**, με τα εγκαταλελειμμένα σπίτια, το υπέροχο ελατόδασος τριγύρω και την Μονή Αγίων Θεοδώρων κοντά στο χωριό, που χτίστηκε τον 17ο αιώνα
- **Ελάτη**, το πετρόχτιστο χωριό με το εργαστήρι ξυλογλυπτικής
- **Αλωνίσταινα**, παραδοσιακός διατηρητέος οικισμός, συνδεδεμένος με τον Θεόδωρο Κολοκοτρώνη και την Επανάσταση
- **Ορχομενός**, ο αρχαίος οικισμός σε εξαιρετική θέση, με το θέατρο να αγναντεύει τον κάμπο.



ΑΡΧΑΙΑ ΓΟΡΤΥΝΑ

Έντυπωσιακός αρχαιολογικός χώρος στις εκβολές του Λούσιου

Η αρχαία Γόρτυνα συγκαταλέγεται στις **σημαντικότερες αρκαδικές πόλεις του αρχαίου κόσμου**. Οι ακριβείς χρονολογίες ίδρυσης, ακμής και παρακμής της δεν είναι γνωστές, καθώς τα αρχαιολογικά στοιχεία που έχουν έρθει στο φως δεν είναι επαρκή για να τις προσδιορίσουν. Πάντως είναι γενικότερα αποδεκτό ότι η πόλη **διένυε την ακμή της ήδη τον 4ο αιώνα π.Χ.** και πρέπει να καταστράφηκε περί τον 12ο αιώνα.

Ο αρχαιολογικός χώρος βρίσκεται έξω από το χωριό **Ατσιόλος** της Ορεινής Αρκαδίας. Υπολείμματα που έχουν έλθει στο φως περιλαμβάνουν τμήματα της παλαιάς οχύρωσης, ερείπια κατοικιών και δημοσίων κτιρίων, **ιερό του Ασκληπιού και λουτρά**, προφανώς σχετιζόμενα με το Ασκληπιείο, με ιαματικές ιδιότητες. Τα λουτρά είναι από τα σημαντικότερα του αρχαίου κόσμου που έχουν ανακαλυφθεί: περιλάμβαναν ένα ιδιαίτερο σύστημα θέρμανσης, που θεωρήθηκε από τους ερευνητές αρκαδική ευρεσιτεχνία.



Κρασιά με ψυχή, με μία δόση ρομαντισμού που θα την γευθείτε σε κάθε γουλιιά!

Κτήμα Παναγόπουλου σημαίνει από το Α μέχρι το Ω ή αλλιώς από το χωράφι στο ράφι! Ένα boutique οиноποιείο κάθετης παραγωγής στην καρδιά της Μαντινείας, που παράγει κρασιά εξαιρετικής ποιότητας από το 2017, εμφανίζοντας την "Τριλογία της Μαντινείας": **ΑΝΤΙΝΟΗ - ΑΣΤΕΡΟΠΗ - ΚΗΦΕΑΣ**.

Το κτήμα βρίσκεται λίγο πιο έξω από τα τείχη της αρχαίας πόλης της Μαντινείας ηλιασισμένο από τους ιδιόκτητους αμπελώνες. Το υψόμετρο των 650m και τα αργιλοπηλώδη εδάφη καθιστούν το σημείο ιδανικό, ώστε να αναδειχθεί ο πλούσιος αρωματικός χαρακτήρας του βασιλιά της Μαντινείας Μοσοφιίτηρου, παράγοντας οίνους Προστατευόμενης Ονομασίας Προέλευσης ΠΟΠ Μαντινεία.

Το οινόποιείο είναι επισκέψιμο, έχει το Σήμα Οινoturισμού του ΕΟΤ και το κτήμα βρίσκεται στην κατάλληλη τοποθεσία ώστε ο επισκέπτης να ξεναγηθεί στους αμπελώνες αηλά και στις εγκαταστάσεις του οινόποιου, ανακαλύπτοντας τον υπέροχο κόσμο του κρασιού και να χαλαρώσει δοκιμάζοντας τις διάφορες ετικέτες συνοδεία τοπικών εδεσμάτων. Εις υγιάν!

ΑΝΤΙΠΡΟΣΩΠΟΣ ΜΕΣΣΗΝΙΑΣ: ΚΑΒΑ ΜΑΝΙΑΤΗΣ

Κτήμα Παναγόπουλου • Γκορτσούλι Μαντινείας, Αρκαδία, 22100 • Τηλ. 6981552997
• mail: contact@ktimapanagopoulos.gr • Web: www.ktimapanagopoulos.gr

ΑΡΧΑΙΑ ΜΑΝΤΙΝΕΙΑ

Το αντίπαλο δέος της Σπάρτης

Η Μαντίνεια ήταν από τις μεγαλύτερες και σημαντικότερες πόλεις της αρχαιότητας και αναδείχθηκε σε σπουδαίο κέντρο ιστορικών εξελίξεων όχι μόνο της περιοχής της Αρκαδίας, όπου ανήκε, αλλά και ολόκληρης της Ελλάδας. Θα συναντήσεις τα ερείπια της αρχαίας πόλης περίπου 14 χλμ. από την Τρίπολη, στη θέση Παλαιόπολη.

Οι πρώτες ανασκαφές στην περιοχή ξεκίνησαν στα τέλη του 19ου αιώνα, ενώ γύρω στο 1960 ήρθαν στο φως και άλλα τμήματά της.



Κατά τον Πausανία, ο μυθικός οικιστής της πόλης ήταν ο Μαντινέας, εγγονός του Πελασγού, γενάρχη των Αρκάδων. Αναφέρεται ήδη από τον Όμηρο, ο οποίος τη χαρακτηρίζει Μαντινέη ερατινέη, δηλαδή χώρα αγαπημένη. Όπως μαρτυρεί και η αρχαιότητα αυτή αναφορά, η Μαντίνεια ήταν μία πόλη ήδη ακμάζουσα κατά την αρχαϊκή περίοδο και έπαιξε σημαντικό ρόλο στα δρώμενα όχι μόνο της Αρκαδίας, αλλά και ολόκληρου του αρχαίου κόσμου.

Οι πρώτες ανασκαφές στην περιοχή ξεκίνησαν ανάμεσα το 1887 - 1889 από τη Γαλλική Αρχαιολογική Σχολή, με επικεφαλής τον Gustave Fougères, και έφεραν στο φως την Αρχαία Αγορά. Επόμενες ανασκαφές που ξεκίνησαν το 1960 από την Αρχαιολογική Υπηρεσία αποκάλυψαν ακόμα περισσότερα λείψανα της ένδοξης αυτής πόλης. Οι αναφορά του περιηγητή Πausανία, ο οποίος επισκέφτηκε την πόλη περί το 170 μ.Χ., βοήθησε στην ταύτιση των ανακαλύψεων αυτών με τα βασικότερα ιερά και δημόσια οικοδομήματα της πόλης.

Η Μαντίνεια περιλάμβανε εντυπωσιακό οχυρωματικό περίβολο, την Αγορά, θέατρο των πρώιμων ελληνιστικών χρόνων, ένα συγκρότημα λουτρών που ανάγεται στη ρωμαϊκή περίοδο, το βουλευτήριο, έναν ναό της Αρτέμιδος Μεσοπολίτιδος, καθώς και δύο ναούς που κατά πάσα πιθανότητα σχετίζονταν με τη λατρεία του Δία και της Ήρας. Έχουν επίσης εντοπιστεί κατοικίες και τάφοι, που όμως είναι ακόμα καλά προστατευμένοι κάτω από το έδα-

φος. Πλησίον του αρχαιολογικού χώρου υπάρχει και ο χριστιανικός ναός της Αγίας Φωτεινής, που αποτελεί έναν συνδυασμό βυζαντινής και ελληνικής αρχιτεκτονικής. Βόρεια της αρχαίας πόλης, σε απόσταση περίπου 1 χλμ., βρίσκεται ο λόφος Γκορτσούλι, ο οποίος έχει ταυτιστεί με το διοικητικό κέντρο της αρχαίας πόλης, αυτό που αποκαλείται στα αρχαία γραπτά Πτόλις. Στο λόφο αυτό, από τον οποίο ξεκινάει και ο αρχαιολογικός χώρος, ανακαλύφθηκε ένα ναϊκό οικοδόμημα. Η Μαντίνεια είχε έντονη παρουσία κατά την αρχαιότητα, κάτι που μαρτυρά και την ισχύ της, λόγω και της στρατηγικής της θέσης. Μόνιμος ανταγωνιστής της ήταν η Σπάρτη, με την οποία διεκδικούσαν τον έλεγχο της ευρύτερης περιοχής. Η αντιπαράθεση αυτή είχε ως αποτέλεσμα και την πρώτη καταστροφή της πόλης το 385 π.Χ., από το βασιλιά της Σπάρτης Αγησίπολι. Τότε οι κάτοικοι εγκατέλειψαν την κατεστραμμένη πατρίδα τους και διασκορπίστηκαν στις γύρω περιοχές μέχρι το 370 π.Χ., που η πόλη επανασυστάθηκε από το Θηβαίο στρατηγό Επαμεινώνδα. Το 223 π.Χ. επήλθε νέα καταστροφή, από το Μακεδόνα βασιλιά Αντίγονο Γ', ο οποίος με τους Αχαιοούς συμμάχους του κατέλαβε την πόλη, τη λεηλάτησε και έστειρε το θάνατο. Η πόλη επανασυστάθηκε το 221 π.Χ. με άλλο όμως όνομα: ονομάστηκε Αντιγόνεια, παίρνοντας το όνομα του Μακεδόνα βασιλιά, το οποίο και διατήρησε για μερικούς αιώνες, πριν της ξαναδώσει το αρχικό της όνομα ο αυτοκράτορας Ανδριανός.

ΖΥΓΟΒΙΣΤΙ

Το χωριό των “Αθανάτων” του Κολοκοτρώνη

Από εκεί και μόνο επέλεγε τους σωματοφύλακές του, τους “Αθανάτους”, ο Θεόδωρος Κολοκοτρώνης. Το ηρωικό Ζυγοβίσιτι μπορεί να μην είναι από τα πιο γνωστά και προβεβλημένα χωριά της Γορτυνίας, αποτελεί σίγουρα όμως έναν τόπο που κάποιος αξίζει να επισκεφθεί τόσο για το ιστορικό του υπόβαθρο, όσο και για το όμορφο τοπίο στις πλαγιές του Μαινάλου.

Επιμέλεια:

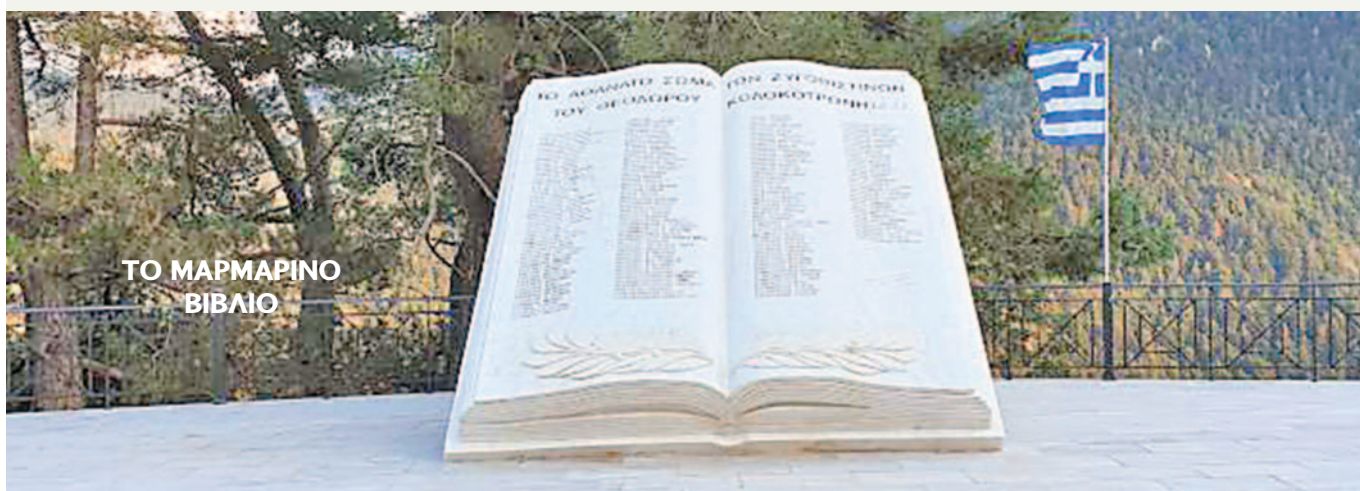
Δημήτρης Πλεμμένος

Βρίσκεται σε υψόμετρο 1.160 μέτρων, μόλις 5 χλμ. από τη φημισμένη Δημητσάνα, έχοντας ανακηρυχθεί παραδοσιακός οικισμός.

Στην είσοδο του μάλιστα τους επισκέπτες υποδέχεται υπερήφανα το μεγάλο μαρμάρινο βιβλίο, στο οποίο αναγράφονται όλα τα ονόματα των Ζυγοβιστινών, που αποτελούσαν το “Αθάνατο Σώμα” του Κολοκοτρώνη, τη φρουρά του “Γέρου του Μοριά”,

των οποίων “τα νώτα ουδέποτε εχθρός είδε” σύμφωνα με τον ιστορικό Φώτιο Χρυσανθόπουλο (Φωτάκο).

Τιμητικά μάλιστα η πλατεία του χωριού ονομάζεται “Πλατεία Αθανάτων”.



ΤΟ ΜΑΡΜΑΡΙΝΟ ΒΙΒΛΙΟ

Το Μαρμάρινο Βιβλίο με τα ονόματα των 197 Ζυγοβιστινών, που αποτέλεσαν το “Σώμα Αθανάτων” του Κολοκοτρώνη, αποτελεί από το 2001 σήμα κατατεθέν του χωριού και δημιουργήθηκε με πρωτοβουλία της Αδελφότητα των Ζυγοβιστινών «Η Μεταμόρφωσις», η οποία από το 1909 με πολλές δράσεις φροντίζει να διατηρούνται οι δεσμοί των καταγόμενων από το χωριό με τον τόπο των προγόνων τους.

Το μνημείο φιλοτέχνησε ο Νικόλαος Αρμακόλλας

και είναι κατασκευασμένο από λευκό μάρμαρο Θάσου. Λόγω του μεγέθους του (4μ. ύψος, 3,60 μ. πλάτος, 0,70 μ. πάχος και βάρος 25 τόνοι) το μνημείο μπήκε στο βιβλίο με τα «Ρεκόρ Γκίνες» ως το μεγαλύτερο μαρμάρινο βιβλίο του κόσμου. Το μνημείο-βιβλίο περιλαμβάνει 24 σελίδες –όσα και τα γράμματα της ελληνικής αλφαβήτου– και στο κεντρικό του άνοιγμα είναι χαραγμένα τα ονόματα 197 Ζυγοβιστινών Αγωνιστών της φρουράς του Θεόδωρου Κολοκοτρώνη.



κλησία του Μοναστηριού χτίστηκε το 1630 ενώ, ο Μητροπολιτικός Ναός του χωριού της Μεταμόρφωσης του Σωτήρος με το περίτεχνο ξυλόγλυπτο τέμπλο, χτίστηκε το 1810 και, μάλιστα, εντός 40 ημερών! Διατηρητέο είναι και το κτίσμα του Καποδιστριακού σχολείου που οικοδομήθηκε το 1830.

Η ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΣΗ ΤΟΥ ΣΩΤΗΡΟΣ ΚΑΙ ΤΟ ΚΑΠΟΔΙΣΤΡΙΑΚΟ ΔΙΔΑΚΤΗΡΙΟ

Ο ναός της Μεταμόρφωσης του Σωτήρος είναι κτισμένος το 1630 και εκεί διασώζεται ο πολυέλαιος του Χουρσίτ Πασά, τον οποίο μετά την Άλωση της Τριπολιτσάς το 1823 δώρισε στο χωριό ο Κολοκοτρώνης.

Ο αξιοπρόσεκτος πολυέλαιος είναι από σμάλτο, έργο ρωμαϊκής τέχνης και ήταν λάφυρο των Τούρκων από την Αγία Σοφία, όταν η Πόλη έπεσε στα χέρια τους. Το τέμπλο της εκκλησίας φιλοτεχνήθηκε το 1814 και παραμένει άθικτο και αξιοθαύμαστο έργο τέχνης. Στην οροφή του ναού μάλιστα κατά τη διάρκεια της Τουρκοκρατίας είχαν βρει καταφύγιο 300 άτομα!

Ακόμα, στο χωριό διασώζεται το 5ο Καποδιστριακό Διδασκτήριο που οικοδομήθηκε το 1828 και λειτούργησε από μεταξύ 1828-1957. Το 2002 ολοκληρώθηκε η αναπαλαίωση του χώρου και πλέον εκεί λειτουργεί το Πολιτιστικό-Πνευματικό Κέντρο Ζυγοβιστίου, κτίσμα που έχει επισήμως χαρακτηριστεί διατηρητέο.

Το χωριό φέρεται να έχει ιδρυθεί γύρω στα 1700 από την οικογένεια Κοντογιάννη από τη Μεσσηνία και από τους 625 απογεγραμμένους κατοίκους το 1896, σήμερα μόνιμα στο χωριό κατοικούν λιγότεροι από 30 άνθρωποι.

Τους θερινούς μήνες όμως και κατά τη διάρκεια των εορτών το Ζυγοβίσι γεμίζει από άτομα όλων των ηλικιών, που λόγω της οικογενειακής καταγωγής διατηρούν έντονους τους δεσμούς με τον τόπο.

Οικογένειες που αναπτύχθηκαν

στο Ζυγοβίσι μέσα στον χρόνο και για διάφορους ιστορικούς, οικονομικούς και κοινωνικούς λόγους μετοίκησαν σε Μεσσηνία, Ηλεία, Λακωνία, αλλά και άλλα μέρη της χώρας, όπως η Κρήτη.

Ο Πausanias, στα «Αρκαδικά» του, το Ζυγοβίσι το τοποθετεί στο Ιερό της Καλλίστης Αρτέμιδος και στον τάφο της Καλλιστώ.

Πρωτοκατοικήθηκε από την οικογένεια των Κοντογιανναίων, οι οποίοι, το 1608, ίδρυσαν, κοντά στο Ζυγοβίσι, τη Μονή Αιμυαλών. Η κεντρική εκ-



Το Καποδιστριακό Διδασκτήριο



αρκαδιανή
ΓΕΥΣΗ • ΓΝΩΣΗ • ΠΑΡΑΔΟΣΗ

Αναβιώνοντας την Παράδοση στην Καρδιά της Αρκαδίας

Η Ευτυχία Μπούκα, Project Coordinator στην Αρκαδιανή, ζει και εργάζεται από το 2020 στην Αρκαδία. Τα τρία τελευταία χρόνια αποτελεί ενεργό μέλος μιας σπουδαίας ομάδας που εργάζεται για τη διατήρηση της παράδοσης και της άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς της περιοχής, μέσα από το πολυλειτουργικό αγρόκτημα Αρκαδιανή στο χωριό Ψάρι Τρικολώνων Γορτυνίας. Με έμπνευση το όραμα του δημιουργού της, Μάκη Παπούλια, η Αρκαδιανή δεν είναι απλώς ένα αγρόκτημα, αλλά ένας ζωντανός πυρήνας γαστρονομίας, πολιτισμού και τοπικής ανάπτυξης, προσφέροντας στους επισκέπτες μια αυθεντική εμπειρία που συνδέει τη γη, τη γεύση και την παράδοση της Αρκαδίας. Στη συνέντευξη που ακολουθεί, η Ευτυχία μοιράζεται μαζί μας την ιστορία και τις αξίες αυτού του μοναδικού εγχειρήματος, που έχει στόχο όχι μόνο την αναβίωση των εθίμων, αλλά και την ενίσχυση της τοπικής κοινωνίας και της οικολογικής συνείδησης.



■ Ποιο ήταν το όραμά σας για την Αρκαδιανή όταν ξεκινήσατε; Πώς εξελίχθηκε με τον καιρό;

Από την πρώτη στιγμή που βρέθηκα στην Αρκαδιανή, πριν από τρία χρόνια, αντιλήφθηκα το βάθος αυτής της προσπάθειας. Η Αρκαδιανή δημιουργήθηκε με το όραμα να αναζωογονήσει το χωριό Ψάρι Τρικολώνων Γορτυνίας, αποφεύγοντας τον κίνδυνο της ερημοποίησης, που απειλεί πολλά ορεινά χωριά. Ο εμπνευστής της, ο Μάκης Παπούλιας, είχε μια πρωτοποριακή προσέγγιση, βασισμένη σε επαγγελματισμό, καλό σχεδιασμό και σεβασμό στην τοπική κουλτούρα. Ο στόχος δεν ήταν απλώς η ανάπτυξη ενός γαστρονομικού προορισμού αλλά η στήριξη των μικρών παραγωγών και η δημιουργία μιας θετικής διέξοδου για την τοπική κοινωνία.

■ Η Αρκαδιανή έχει έναν πολυλειτουργικό χαρακτήρα. Πώς λειτουργούν οι διαφορετικές δραστηριότητες, και πώς συνεργάζονται για να διατηρείται η αυθεντικότητα της εμπειρίας;

Η Αρκαδιανή είναι πολλά περισσότερα από έναν αγροτουριστικό προορισμό –

είναι μια σύνθεση δραστηριοτήτων που συνδυάζουν τη γαστρονομία, την εκπαίδευση, και την τέχνη. Σε μια έκταση 5,5 στρεμμάτων, έχουμε δημιουργήσει ένα "Κέντρο Γεύσεων και Σπιτικής Μαγειρικής," το οποίο περιλαμβάνει βιοτεχνίες ζυμαρικών και γλυκών, δυο εστιατόρια με παραδοσιακές συνταγές, περιβόλια λαχανικών, ξυλόφουρνους, και βιβλιοθήκη με πάνω από 650 βιβλία γαστρονομικού περιεχομένου. Τα εστιατόρια μας, όπως «Οι Νοστιμιές των Γιαγιάδων», λειτουργούν

farm-to-table, αξιοποιώντας προϊόντα από το χωριό και τους τοπικούς παραγωγούς, διατηρώντας ζωντανή την παράδοση και ενισχύοντας την τοπική οικονομία.

■ Ποιες είναι οι κύριες βιωματικές δραστηριότητες που προσφέρει η Αρκαδιανή στους επισκέπτες; Υπάρχει κάποια δραστηριότητα που ξεχωρίζει στη δημοτικότητα;

Προσφέρουμε πολλές βιωματικές δρα-



στηριότητες, και μια από τις αγαπημένες των επισκεπτών – και ιδιαίτερα των παιδιών – είναι η συμμετοχή στη διαδικασία ζυμώματος και ψησίματος ψωμιού στους παραδοσιακούς ξυλόφουρνους. Επίσης, οι επισκέπτες μπορούν να περιηγηθούν στις εγκαταστάσεις, να δουν τη βιοτεχνία γλυκών και ζυμαρικών, αλλά και να απολαύσουν το θέατρο 300 θέσεων και τη συλλογή με προπολεμικές διαφημιστικές αφίσες. Οι εκδηλώσεις, όπως εκθέσεις ζωγραφικής και θεατρικές παραστάσεις, είναι πολύ δημοφιλείς και συμβάλλουν στην πολιτιστική προαγωγή της περιοχής.

■ Πώς συμβάλλει η Αρκαδιανή στη διαφύλαξη της άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς της Αρκαδίας;

Η Αρκαδιανή έχει αναλάβει να διατηρήσει και να αναδείξει την άυλη πολιτιστική κληρονομιά της Αρκαδίας μέσω της διατροφής και των παραδοσιακών τεχνικών. Για παράδειγμα, στον χώρο του εστιατορίου εφαρμόζονται αυθεντικές τοπικές συνταγές, και κάθε πιάτο που προσφέρουμε έχει δημιουργηθεί με σεβασμό στη γαστρονομική παράδοση της περιοχής. Επιπλέον, οργανώνουμε επισκέψεις για σχολεία και μικρούς μαθητές, όπου μαθαίνουν για την αξία των πρώτων υλών, τη διατροφή, και την τέχνη της μαγειρικής.

■ Ποιες είναι οι μελλοντικές σας βλέψεις για την ανάπτυξη της Αρκαδιανής ως πρότυπο αγροτουριστικού μοντέλου;

Θέλουμε η Αρκαδιανή να συνεχίσει να αναπτύσσεται και να αποτελεί πρότυπο αγροτουρισμού, στηρίζοντας τους τοπικούς παραγωγούς και προσελκύοντας τουρισμό που εκτιμά την αυθεντικότητα και τη βιωσιμότητα. Το πιο πρόσφατο επίτευγμα μας είναι η απόκτηση του Σήματος των Πολυλειτουργικών Αγροκτημάτων από το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης, κάτι που είναι πολύ δύσκολο να αποκτηθεί στην Ελλάδα και πιστοποιεί την πολυλειτουργικότητα και την ποιότητα των υπηρεσιών μας.

■ Τι ρόλο παίζει η τοπική κοινότητα στην καθημερινή λειτουργία και ανάπτυξη του εγχειρήματος;

Η τοπική κοινότητα είναι η ψυχή της Αρκαδιανής. Οι κάτοικοι του Ψαρίου και της ευρύτερης περιοχής εργάζονται και στηρίζουν την προσπάθεια αυτή. Επίσης, συνεργαζόμαστε με μικρούς τοπικούς παραγωγούς και άλλες επιχειρήσεις, προωθώντας τα προϊόντα τους



και βοηθώντας τους να αναδειχθούν μέσα από το δίκτυό μας.

■ Πώς η Αρκαδιανή συμβάλλει στην ενίσχυση της οικολογικής συνείδησης και της βιωσιμότητας;

Η βιωσιμότητα είναι βασικός πυλώνας της Αρκαδιανής. Με πρακτικές όπως το farm-to-table στο εστιατόριο, η υποστή-

ριξη της τοπικής παραγωγής, και η δημιουργία περιβαλλοντικής συνείδησης στους επισκέπτες και τα σχολεία που μας επισκέπτονται, προσπαθούμε να ενισχύσουμε την οικολογική συνείδηση. Αξιοποιούμε τις πρώτες ύλες με σεβασμό στη φύση, και όλες οι δραστηριότητές μας στοχεύουν στο να αφήσουμε θετικό αποτύπωμα.

ΤΙ ΝΑ ΔΟΚΙΜΑΣΕΤΕ

Ανακαλύψτε τις γεύσεις της Αρκαδίας

• Κρασιά Μαντινείας Π.Ο.Π



Η γη της Μαντινείας έβγαζε ξακουστά κρασιά από την αρχαιότητα. Δοκίμασε εκλεκτές ποικιλίες από οινοποιούς που με πάθος διατηρούν την παράδοση και φτιάχνουν κρασιά που εξάγονται σε ιδιαίτερα απαιτητικές αγορές.

• Μέλι Ελάτης Μαινάλου Π.Ο.Π



Ένα ξεχωριστό μέλι που παράγεται από τα μαύρα έλατα του Μαινάλου θα σε κερδίσει από την πρώτη στιγμή. Ξεχωρίζει για τη μικρή του συγκέντρωση σε σάκχαρα, αλλά και για τη μοναδική του γεύση βανίλιας που δεν συναντάται αλλού στον κόσμο.

• Σκαλτσούνια Αρκαδίας

Αν θες κάτι γλυκό να συνοδέψεις το καφεδάκι σου, μπορείς να δοκιμάσεις τα σκαλτσούνια που έχουν παράδοση στην Αρκαδία. Το λεπτό φύλλο “αγκαλιάζει” τα καρύδια που είναι λουσμένα με μέλι και εσύ βυθίζεσαι στην απόλαυση.

• Πατάτες Αρκαδίας



Οι πατάτες στην Αρκαδία έχουν άλλη νοστιμιά που δεν περιγράφεται, απλά σε κυριεύει. Οι ρίζες τους κρατούν από την Τεγέα και το χρυσαφί τους χρώμα περικλείει θρεπτικά συστατικά μεγάλης αξίας.

• «Κρέοι» Μεζέδες Τριπόλεως

Ανακάλυψε μια μεγάλη ποικιλία από μεζέδες της Τρίπολης όπου πρωταγωνιστεί το τρυφερό κρέας των ντόπιων αιγοπροβάτων, όπως ο καγιανάς με παστό και τομάτα που μπορεί να συνοδεύσει κάθε σου στιγμή.

• Τσίπουρο Αρκαδίας



Ένα πολύ ξεχωριστό τσίπουρο φτιάχνεται στα χωριά της Αρκαδίας. Ο λόγος που ξεχωρίζει είναι γιατί είναι από τα μοναδικά σε όλη την Ελλάδα που έχουν βάση το μοσχοφίλερο.

• Λαγώτο

Μια συνταγή που είναι φτιαγμένη για βραδιές γεμάτες κρασί σου αποκαλύπτεται στην Αρκαδία. Το λαγώτο περιέχει κομμάτια τρυφερού χοιρινού με άφθονο σκόρδο, τριμμένη φρυγανιά και χτυπημένα καρύδια και έχει αχτύπητη γεύση.

• Μήλα Πιλαφά Π.Ο.Π



Η ποικιλία των μήλων του Πιλαφά δικαίως ονομάζεται Delicious. Τα μήλα αυτά έχουν μια βελούδινη γεύση και έχουν αναγνωριστεί για την ανώτερη ποιότητά τους σε όλη την Ευρώπη, την οποία νιώθεις από το πρώτο δάγκωμα.

• Κουραμπιέδες Αμυγδάλου

Οι παραδοσιακοί κουραμπιέδες έχουν ένα μοναδικό μυστικό στην Αρκαδία. Το κρυφό συστατικό τους είναι το αμύγδαλο που δένει μαγικά με την υφή μπισκότου και δημιουργεί μια ξεχωριστή εμπειρία για τον ουρανίσκο σου.

• Σκόρδα Λιθοβουνίου



Τα σκόρδα από το Λιθοβούνι θες να τα φας και σκέτα. Έχουν μια υπέροχη, ντελικάτη γεύση που προσφέρουν όλα τα θρεπτικά συστατικά, κρατώντας την ισορροπία σε κάθε συνταγή σου.

• Γραβιέρα Τριπόλεως

Δοκίμασε μια γραβιέρα που δεν έχει φάει αλλού. Παράγεται από ντόπιους γαλακτοκόμους και έχει μια ελαφριά πικάντικη γεύση με πλούσιο σώμα που χωράει παντού, σε κάθε σνακ, μεζέ και φαγητό.

Ελιά, ελαιοπαρασκευάσματα και σημεία επιτυχίας

ΣΥΝΤΑΓΗ

Οι ελιές χρησιμοποιούνται ως ορεκτικά, συνοδευτικά πιάτα, σε διάφορες παρασκευές και σε πολλά φαγητά, προσφέροντας ιδιαίτερη γεύση και νοστιμιά.

Επιμέλεια:
Κωνσταντίνα Δρακουλάκου



Πάστα ελιάς με ρίγανη

Υλικά

- 1 κιλό ελιές Καλαμών
- 3 κ.σ. ρίγανη ή θυμάρι
- 4-5 σκελίδες σκόρδο (κατά βούληση)
- 6-7 κουταλιές της σούπας ελαιόλαδο

Εκτέλεση:

Χτυπούμε όλα τα υλικά μαζί να γίνουν πολτός. Αδειάζουμε τον πολτό σε ένα δοχείο και τον τοποθετούμε στο ψυγείο. Τον χρησιμοποιούμε μετά από 2-3 ώρες για να αποκτήσει καλύτερο άρωμα και γεύση. Απλώνουμε το μείγμα πάνω σε τραγανό, ξεροψημένο ψωμί, σε ντάκο ή το χρησιμοποιούμε ως συνοδευτικό για διάφορα πιάτα.

Όταν αφαιρούμε ποσότητα, προσθέτουμε λίγο λάδι από πάνω, ώστε να αποτρέψουμε την επαφή με τον αέρα, που μπορεί να αλλοιώσει την πάστα.

για τρόφιμα. Αποφεύγουμε πλαστικά δοχεία που έχουν χρησιμοποιηθεί για άλλα προϊόντα και γυάλινα δοχεία με μεταλλικό καπάκι, λόγω οξειδωσης.

☞ Στο νερό του ξεπικρίσματος των ελιών προσθέτουμε χυμό λεμονιού (1-2 λεμόνια ανά λίτρο νερού) για να διατηρηθεί η τραγανότητα.

☛ Χρησιμοποιούμε χοντρό αλάτι στη σωστή αναλογία και αλατόμετρο για να διασφαλίσουμε ότι η άλμη έχει πυκνότητα περίπου 12 βαθμών.

☞ Στο τελικό στάδιο, οι ελιές πρέπει να είναι πλήρως καλυμμένες από την άλμη, με 1 εκ. ελαιόλαδο στην επιφάνεια. Η αποθήκευση τους γίνεται σε σκοτεινό και δροσερό μέρος.



Διατήρηση και σημεία επιτυχίας

☞ Οι ελιές πρέπει να έχουν ομοιόμορφο μέγεθος, σκούρο μαύρο χρώμα, χωρίς χτυπήματα ή προσβολές από έντομα και ασθένειες.

☛ Για τη διατήρηση των ελιών, χρησιμοποιούμε γυάλινα ή πλαστικά δοχεία με σήμα καταλληλότητας

Μοναδικές εμπειρίες που πρέπει να ζήσετε

Μονοπάτια

• Ο «Δρόμος της Αγάπης» στη Βυτίνα

Αν θες να ζήσεις κάτι ιδιαίτερα ρομαντικό, η Βυτίνα σου προσφέρει μια εμπειρία γεμάτη αγάπη. Ο «Δρόμος της Αγάπης» υπήρξε ο δρόμος που οι νέοι της περιοχής συναντούσαν τους μελλοντικούς τους συζύγους, τα παλιά και αυστηρά χρόνια. Είναι γεμάτος με πλατάνια και αρωματικά σφενδάμια, ενώ τα πουλιά τιτβίζουν ασταμάτητα, δημιουργώντας μια ρομαντική ατμόσφαιρα και ανανεώνοντας το πάθος σου γενικότερα.

• Βλαχέρνα - Βυτίνα

Αν θες να διασχίσεις ένα από τα μεγαλύτερα μονοπάτια του Μαινάλου, τότε η διαδρομή Βλαχέρνα - Βυτίνα σε προκαλεί και σε προσκαλεί. Το κίτρινο μονοπάτι ξεκινά από τη Βλαχέρνα και ανηφορίζει μέχρι τη μεγάλη λάκκα Μισονέρι, στα 1.300 μέτρα. Από εκεί και πέρα, η πορεία συνεχίζει σε ήπιες κλίσεις μέσα από όμορφα δάση, διασχίζοντας το πολύ καλά σημασμένο μονοπάτι μέχρι πάνω από τη Βυτίνα, το οποίο καταλήγει μέσα από το ρέμα της Αγίας Αικατερίνης. Στη συνέχεια, άσε τη Βυτίνα να σε παρασύρει στην εξαιρετική ομορφιά της και στις παραδοσιακές της ταβέρνες.

• Ελάτη - Ξεροβούνι - Ράδου

Αν έχεις όρεξη για μια πορεία που θέλει γερές αντοχές, τότε το Μονοπάτι Ελάτη - Ξεροβούνι - Ράδου σε περιμένει. Η εκκίνηση είναι το χωριό Ελάτη και η διαδρομή κινείται μέσα σε ένα πυκνό δασός από ελατα, μαύρα πεύκα, καστανιές και κέδρους. Η διάρκεια της διαδρομής είναι περίπου 6 ώρες, το συνολικό της μήκος 9.427 μέτρα. Σε κάθε περίπτωση, θέλει εξαιρετική προσοχή, καθώς η σηματοδότηση είναι φοβερά ελλιπής, αν και η διαδρομή σε γεμίζει με μοναδικό τρόπο.

• Λεβίδι - Καταφύγιο Μαινάλου - Ροεινό

Αν είσαι έτοιμος για μια δύσκολη



πορεία που θέλει αποθέματα αδρεναλίνης, τότε η διαδρομή Λεβίδι - Καταφύγιο Μαινάλου - Ροεινό σε ικανοποιεί πλήρως.

Ξεκινά από το χωριό Λεβίδι, εισέρχεται σε δάσος και ανεβαίνει προς μια μεγάλη ρεματιά, με δύσκολες συνθήκες. Λίγο μετά τη ρεματιά, φαίνεται η κορυφή του Προφήτη Ηλία, στα 1.980 μέτρα. Μετά την ανάβαση στην κορυφή, η διαδρομή ακολουθεί την κορυφογραμμή της Μουρτζιάς που προσφέρει εξαιρετική θέα. Μετά το διάσελο Μουρτζιάς - Αϊδίνη, υπάρχει μονοπάτι που βγάζει εύκολα στο Ροεινό μέσω μιας δροσερής πηγής. Η απόσταση της διαδρομής είναι γύρω στα 24 χιλιόμετρα και είναι δύσκολη, αλλά τα σημεία που διασχίζεις σου δίνουν άλλο αέρα.



Ορειβασία

• Μαίναλο

Αν θες να βρεθείς στο ιερό βουνό του Πανός, το βουνό των θρύλων και της ιστορίας, τότε πρέπει να ανέβεις το Μαίναλο. Ένα βουνό που αποτελεί την καρδιά των ορεινών όγκων της Πελοποννήσου και διατηρεί στο απόλυτο το φυσικό τοπίο.

Απλώνεται από τα βόρεια στο μεγαλύτερο μέρος του νομού Αρκαδίας. Στα ανατολικά συνορεύει μέσω ημιορεινών κοιλάδων με τα όρη Ολίγυρτος, Λύρκειο και Αρτεμίσιο, στα βόρεια φτάνει μέχρι τον Χελμό και τον Ερύμανθο, στα δυτικά του κοιτάει προς το Λύκαιο, στα νότια πλησιάζει προς τον Πάρωνα και ενώνεται με τον βόρειο Ταύγετο.

Έχει έκταση 1.500.000 στρεμμάτων και η ορεινή του ζώνη φτάνει τα 800.000 στρέμματα. Στα δυτικά του πηγάζει ο ποταμός Λούσιος, δημιουργώντας μια εντυπωσιακή χαράδρα γεμάτη βλάστηση. Το ανάγλυφο του βουνού είναι έντονο και εναλλάσσεται με απότομες χαράδρες, κωνικές κορυφές, ορεινά οροπέδια, μεγάλες dolines, δεκάδες μικρά ποτάμια και ένα πλούσιο δάσος που δίνει ζωή σε δεκάδες είδη της άγριας φύσης.

Επίσης, διαθέτει ένα εκτεταμένο δίκτυο μονοπατιών και κορυφών, που ικανοποιεί και τους πιο δεινούς ορειβάτες. Εσύ, το μόνο που έχεις να κάνεις είναι να επιλέξεις το βαθμό δυσκολίας της ανάβασής σου και να αφηθείς στο θρυλικό τοπίο.

Λούσιος

Αν θες να ξεκινήσεις το rafting ή το kayak με το μαλακό, τότε ο Λούσιος είναι το ιδανικό ποτάμι για εσένα, αφού ενδείκνυται για όσους έχουν μικρή εμπειρία. Είναι ένας από τους πιο σημαντικούς ποταμούς της χώρας, με συνολικό μήκος 23 χιλιομέτρων, και περιλαμβάνει ένα εντυπωσιακό φαράγγι που ανεβάζει το επίπεδο της εμπειρίας σου. Η υδάτινη διαδρομή, μήκους 8 χιλιομέτρων, γίνεται μέσα στο στενό φαράγγι όπου η βλάστηση είναι μοναδική, δημιουργώντας τούνελ σε πολλά σημεία. Τοξωτά γεφύρια, πηγές μέσα από τους βράχους και περάσματα που αποτελούν πρόκληση συμπληρώνουν το συναρπαστικό τοπίο της διαδρομής, η οποία διαρκεί 2 ώρες.

Σημείο Συνάντησης: Η αφετηρία βρίσκεται στην Καρύταινα

Μη Χάσεις:

- Να επισκεφτείς την Καρύταινα που χαρακτηρίζεται και ως το «Τολέδο» της Ελλάδας

• Φαράγγι Λούσιου

Αν θες να περιπλανηθείς σε ένα φαράγγι που είναι γεμάτο πολιτισμό, τότε αυτό του Λούσιου σε καλύπτει απόλυτα. Είναι από τα σημαντικότερα αξιοθέατα της Αρκαδίας και από τα πιο επιβλητικά φαράγγια της Ελλάδας. Βρίσκεται κοντά στην Καρύταινα και είναι ένας τόπος ιδιαίτερα φορτισμένος ιστορικά και θρησκευτικά, γνωστός και σαν το Άγιο Όρος της Πελοποννήσου.

Από το 1997, το Φαράγγι του Λούσιου έχει χαρακτηριστεί ως περιοχή Ενιαίου Αρχαιολογικού Χώρου και προστατεύεται από το Υπουργείο Πολιτισμού.

Έχει πλούσια χλωρίδα και πανίδα που συνυπάρχουν αρμονικά. Οι διαδρομές μέσα από τα αναπλασμένα



μονοπάτια καταλήγουν στην Αρχαία Γόρτυνα, κοντά στο χωριό Ελληνικό, το οποίο συμπληρώνει τα αξιοθέατα της περιοχής με πολλά μοναστήρια και το Κρυφό Σχολείο που ανεβάζουν το επίπεδο της πεζοπορίας σου, κυριολεκτικά.

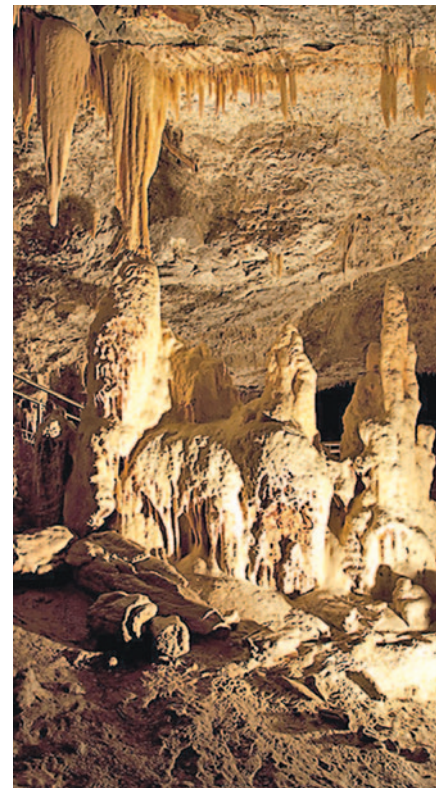
Μη Χάσεις:

- Να επισκεφτείς το μοναδικό Μουσείο Υδροκίνησης στην Ελλάδα

• Σπήλαιο Κάψια

Αν θες να βρεθείς σε ένα από τα 10 πιο αξιολογικά κρυφά σημεία της ελληνικής γης, τότε πρέπει να εξερευνήσεις το Σπήλαιο Κάψια. Βρίσκεται λίγο πιο έξω από το χωριό Κάψια, 15 χιλιόμετρα από την Τρίπολη και είναι γνωστό και ως "Καταβόθρες του Κάψια" γιατί συνδέεται με το περίπλοκο σύστημα από φυσικές καταβόθρες που χαρακτηρίζουν τον υδροφόρο ορίζοντα. Μέχρι σήμερα έχουν εξερευνηθεί περίπου 6.500 τ.μ. του σπηλαίου και στο εσωτερικό του εντοπίστηκαν απολιθώματα νεολιθικής εποχής, ίχνη παλιάς πλημμύρας, ανθρώπινα οστά και κρανία, αλλά και πήλινα λυχνάρια του 4ου και 5ου αιώνα μ.Χ. Ξεχωρίζει για τους σπάνιους χρωματισμούς (λευ-

κό, κίτρινο, κόκκινο, πράσινο και γαλάζιο) και το πλήθος των σταλακτιτών και σταλαγμιτών που κυριαρχούν στην "αίθουσα των θαυμάτων", ένα όνομα που θα δώσεις σε όλο το σπήλαιο όταν το επισκεφτείς.



• Χιονοδρομικό Κέντρο Μαινάλου

Αν θες να κάνεις σκι στην Αρκαδία τότε το χιονοδρομικό κέντρο του Μαινάλου σε προσκαλεί να το απολαύσεις. Είναι το νοτιότερο της Ελλάδας, κατασκευάστηκε στο οροπέδιο της Οστρακίνας και έχει υψόμετρο 1.600 μέτρα. Το χιονοδρομικό έχει 8 πίστες με διαφορετικό βαθμό δυσκολίας και συνολικό μήκος

σχεδόν 6 χιλιόμετρα. Οι πίστες εξυπηρετούνται από 4 συρόμενους αναβατήρες (ο ένας είναι baby lift) και προσφέρονται για τους λάτρεις του παραδοσιακού σκι. Επιπλέον, στο κέντρο λειτουργεί ξεχωριστή πίστα για snow tubes και snowboards, ειδικά διαμορφωμένη για άλματα, και στην είσοδο έχει δημιουργηθεί ένα πάρκο με snowmobiles και ATV's (οι λεγόμενες "γουρούνες").

Ένας από τους σημαντικότερους επισκέψιμους χώρους στη Βυτίνα, το όμορφο κεφαλοχώρι της ορεινής Αρκαδίας, είναι το λαογραφικό μουσείο. Θα το βρείτε εύκολα, καθώς στεγάζεται σε ένα πετρόκτιστο κτήριο στην κεντρική πλατεία του χωριού. Το μουσείο ιδρύθηκε το 1986 από τον δάσκαλο Λεωνίδα Αναγνωστόπουλο και τον βοηθό του, Σωτήρη Κούκα, που ήταν κουρέας. Σήμερα, την ευθύνη της λειτουργίας του έχει ο Πολιτιστικός Σύλλογος Βυτίνας «Κωνσταντίνος Παπαρρηγόπουλος» και λειτουργεί χάρη στην εθελοντική προσφορά του Φώτη Κατσούλια, συνταξιούχου εκπαιδευτικού με καταγωγή από το Βασιλίτσι Μεσσηνίας, ο οποίος ζει μόνιμα στη Βυτίνα.

Το μουσείο φιλοξενεί αντικείμενα, οργανωμένα σε κατηγορίες ανάλογα με τα παραδοσιακά επαγγέλματα και τις χρήσεις τους, προσφέροντας μια πολύτιμη γέφυρα σύνδεσης του παρελθόντος με το παρόν και το μέλλον, και η δημοτικότητά του αυξάνεται συνεχώς, καθώς προσελκύει επισκέπτες όλων των ηλικιών που ενδιαφέρονται για την παράδοση και τον πολιτισμό.

Όπως αναφέρει ο κ. Κατσούλιας, οι συχνότεροι επισκέπτες του μουσείου περιλαμβάνουν μεμονωμένα άτομα και παρέες, πολιτιστικούς συλλόγους που το επισκέπτονται κατόπιν ραντεβού, καθώς και σχολεία. Το εισιτήριο εισόδου είναι συμβολικό, κοστίζοντας μόλις ένα ευρώ.

Επισκεφθείτε το Λαογραφικό Μουσείο της Βυτίνας

Συνέντευξη στην
Κωνσταντίνα Δρακουλάκου

■ Πότε και από ποιους ιδρύθηκε το Λαογραφικό Μουσείο Βυτίνας; Πού στεγάζεται και ποιος έχει την ευθύνη της λειτουργίας του σήμερα;

Το Λαογραφικό Μουσείο Βυτίνας ιδρύθηκε το 1986 από τον Λεωνίδα Αναγνωστόπουλο δάσκαλο και τον βοηθό του Σωτήρη Κούκα κουρέα, στεγαζόταν αρχικά στο ισόγειο της Δημόσιας Βιβλιοθήκης Βυτίνας και από το 2001 μεταφέρθηκε σε δημοτικό κτήριο στην κεντρική πλατεία Βυτίνας. Την ευθύνη λειτουργίας σήμερα την έχει ο Πολιτιστικός Σύλλογος Βυτίνας «Κων. Παπαρρηγόπουλος» που ως πρόεδρος του συλλόγου τότε είχαμε πάρει και την ευθύνη λειτουργίας του μουσείου.

■ Τι είδους αντικείμενα περιλαμβάνει η συλλογή του μουσείου και ποια είναι η σημασία τους για την περιοχή της Βυτίνας;

Τα είδη που περιλαμβάνονται είναι κατηγοριοποιημένα σε επαγγέλματα ανάλογα τη χρήση τους και την αποστολή τους. Σύμφωνα με το βιβλίο περιουσίας του μουσείου περιλαμβάνονται: Αμπελουργικά, Εκκλησιαστικά, Τσαγκαρικά, Ποιμενικά, Υλοτόμου, Οικιακά σκεύη, Φωτογραφίες, Αργαλειός, Ρουχισμός, Αλωνιστικά, Γεωργικά, Φωτιστικά, Σίδερα, Πήλινα, Γκαζιέρες, Διάφορα, Ξυλουργικά,



Είδη γραφείου. Με αυτό το πλήθος των κατηγοριών είναι εμπλουτισμένο το μουσείο μας, με ποιάριθμη γκάμα αντικειμένων για κάθε κατηγορία. Η σημασία τους αναφαίρετα είναι πολύ σημαντική για την σύνδεση των γενεών, αναφορικά με το παρελθόν το παρόν και το μέλλον.

■ Μπορείτε να μας πείτε λίγα λόγια για εσάς; Είστε Μεσσήνιος και ζείτε μόνιμα στη Βυτίνα;

Δεν μου αρέσει να μιλώ για μένα αλλά αφού το θέλει η έρευνά σας θα

υποκύψω. Είμαι Μεσσήνιος όπως γνωρίζετε με καταγωγή από το Βασιλίτσι, το οποίο ανήκει γεωγραφικά στο ακρωτήριο Ακρίτας, είμαι παντρεμένος με την Ευαγγελία Αναγνωστοπούλου από την Βυτίνα και από το 1990 έχουμε μετοικήσει από την Αθήνα και ζούμε μόνιμα στη Βυτίνα. Τα τελευταία 25 χρόνια εργαζόμουν ως εκπαιδευτικός στο Τεχνικό Λύκειο Τρίπολης στον μηχανολογικό τομέα και από το 2013 είμαι συνταξιούχος. Την περίοδο 2019-2023 ήμουν ο κοινοτάρχης της Βυτίνας.



■ Ποια είναι η δική σας σχέση με τη λαογραφία και την ιστορία της περιοχής; Πώς ξεκινήσατε να ασχολείστε με την ξενάγηση;

Είμαι γόνος αγροτικής οικογένειας και ως εκ τούτου βιωματικά καταλαβαίνετε έχω μεγαλώσει όπως όλα τα παιδιά της ηλικίας μου, κάνοντας βοηθητικές δουλειές δίπλα στους γονείς μας. Η όλη αυτή βιωματική γνώση αλλά και η αγάπη για τη λαογραφία με βοήθησε στην πορεία.

■ Ποιο είναι το μυστικό που κάνει τις ξηναγήσεις σας τόσο ελκυστικές για τους επισκέπτες;

Νομίζω έχω απαντήσει από το προηγούμενο ερώτημα αλλά επιπρόσθετα νομίζω με έχει βοηθήσει η διαδραστικότητα που έχει το μουσείο αλλά και η σχεδόν 15χρονη εθελοντική ενασχόλησή μου με αυτό.

■ Ποιοι είναι οι συχνότεροι επισκέπτες του μουσείου; Σχολεία, τουρίστες ή σύλλογοι;

Οι συχνότεροι επισκέπτες του μουσείου είναι: Επισκέπτες μεμονωμένοι αλλά και μεγάλες παρέες. Επίσης Σύλλογοι πολιτιστικοί από πολλά μέρη της χώρας μας κατόπιν ραντεβού και Σχολεία με προεξέχον το 2ο Δημοτικό Παλαιού Φαλήρου που για πέντε συνεχόμενα χρόνια μας επισκέπτεται με την ΣΤ΄ τάξη ως αποχαιρετιστήρια εκδρομή.

■ Κατά τη γνώμη σας, πόσο σημαντικό είναι για τους νεότερους να γνωρίζουν την ιστορία και την καθημερινότητα των προγόνων τους μέσα από εκθέματα όπως αυτά του μουσείου;

Νομίζω η σύνδεση των γενεών με την ιστορία είναι επιβεβλημένη, ώστε οι νέοι μας να γνωρίζουν το παρελθόν για να κατανοούν το παρόν και να

ατενίζουν το μέλλον, ένα από αυτά τα κύτταρα γνώσης είναι και τα λαογραφικά μουσεία που μέσω της εμπειριστατωμένης ξενάγησης που κάνουμε, βοηθάμε και εμείς στην κατεύθυνση αυτή.

■ Ποια είναι τα σημαντικότερα εκθέματα που μπορεί να δει κάποιος στο μουσείο και ποια είναι η ιστορία πίσω από αυτά;

Δεν είναι εύκολο να ξεχωρίσεις τα εκθέματα του μουσείου μας γιατί το καθένα έχει την ιστορία του και την αξία του, αυτό που κάνουμε κατά την ξενάγηση είναι να χωρίζουμε το μουσείο σε δυο τμήματα το μεγαλύτερο να είναι καθαρά λαογραφικό και το μικρότερο ιστορικό.

■ Πώς συμβάλλει ο Πολιτιστικός Σύλλογος «Κωνσταντίνος Παπαρηγόπουλος» στη λειτουργία του μουσείου;

Η μεγάλη συμβολή του συλλόγου μας για το μουσείο είναι η ανάληψη της ευθύνης από τους ιδρυτές του ώστε το μουσείο σήμερα να έχει την νομική κάλυψη και τις δυνατότητες που προκύπτουν από αυτό.

■ Πιστεύετε ότι η τουριστική ανάπτυξη της Βυτίνας έχει επηρεάσει την επισκεψιμότητα και τη σημασία του μουσείου;

Αναμφίβολα η τουριστική ανάπτυξη επηρεάζει το σύνολο των επιχειρηματικών δραστηριοτήτων της Βυτίνας, πόσο δε μάλλον και του μουσείου που αυξάνεται με γεωμετρική πρόοδο η επισκεψιμότητα.

■ Ποιες δραστηριότητες ή εκδηλώσεις διοργανώνει το μουσείο κατά τη διάρκεια του έτους;

Αμιγώς σαν μουσείο δεν κάνουμε εκδηλώσεις αλλά το μουσείο συμμετέχει σε πολλές εκδηλώσεις που γίνονται στη Βυτίνα από τους συλλόγους, αλλά και από τον Δήμο, βοηθώντας έτσι με τα εκθέματά του στην πραγματοποίησή τους.

■ Θα μπορούσατε να μας προτείνετε κάποια άλλα μέρη στη Βυτίνα που αξίζει να επισκεφτούμε;

Απειρα σημεία ενδιαφέροντος, αρκεί κάποιος πριν έρθει στη Βυτίνα να μπει στα σχετικά sites της Βυτίνας και θα ενημερωθεί καταλλήλως.

■ Ποιες είναι οι ώρες που είναι ανοιχτό το Λαογραφικό Μουσείο Βυτίνας και υπάρχει κάποιο κόστος για την είσοδο;

Όπως γνωρίζετε από την εδώ επισκεψή σας το ωράριο λειτουργίας του μουσείου δεν μπορεί να είναι δεσμευτικό αφού η λειτουργία του γίνεται σε εθελοντική βάση και είναι δύσκολο να δεσμευτώ, αλλά προσπαθούμε να είναι ανοιχτό όλα τα Σαββατοκύριακα, τις αργίες τα 3ήμερα και συμβολικά και ανταποδοτικά στα λειτουργικά του έξοδα συντήρησης υπάρχει 1€ κόστος.



ΒΑΣΙΛΙΚΗ ΜΙΧΟΠΟΥΛΟΥ

**«Η δημοσιογραφία
της Επιστήμης
δεν ξέρεις ποτέ
πού θα σε βγάλει»**

Συνέντευξη στη Μαρία Τομαρά

Είναι από τα... φωτεινά μυαλά της δημοσιογραφίας, είναι Μεσσήνια και είναι φίλη μου! Αυτά μονό, θα ήταν αρκετά για να κάνω μια συνέντευξη στην Βασιλική Μιχοπούλου. Ωστόσο, είναι πολλά περισσότερα που συνθέτουν αυτή την τόσο ενδιαφέρουσα προσωπικότητα, που ξεκίνησε με σπουδές Βιολογίας στο ΕΚΠΑ, συνέχισε με Μάστερ στις Πολιτικές Επιστήμες και διδακτορικό στις Διεθνείς Σχέσεις με υποτροφία, μετεκπαιδεύτηκε στην Δημοσιογραφία της Επιστήμης με υποτροφίες σε ευρωπαϊκά schools of science journalism, είναι η μοναδική Ελληνίδα δημοσιογράφος που έχει εκλεγεί μέχρι στιγμής μέλος του ΔΣ της International Science Writers Association (ISWA) και κατέχει αρκετές ακόμη «μοναδικότητες» Το μόνό της είναι: «Η Επιστήμη είναι σαν θρίλερ. Ξέρεις από πού να αρχίσεις, αλλά δεν ξέρεις ποτέ πού θα φτάσεις», λένε συχνά οι επιστήμονες. Εγώ παραφράζω: «Η δημοσιογραφία της επιστήμης δεν ξέρεις ποτέ πού θα σε βγάλει»...κι έχει δίκιο!

■ Ξεκίνησες με σπουδές στη Βιολογία. Ήταν στόχος για σένα η συγκεκριμένη σχολή;

Ανήκω σε μια γενιά που έφαχνε τη γνώση σε εγκυκλοπαίδειες στο σπίτι, που δεν έβλεπε πολλή τηλεόραση, που διάβαζε λογοτεχνία από παιδί και που είχε μια ευρύτερη παιδεία. Έδωσα πανελλαδικές εξετάσεις στοχεύοντας καταρχάς στην Ιατρική, σε μια εποχή που ο ανταγωνισμός ήταν πολύ μεγάλος και οι βάσεις εισαγωγής πολύ υψηλές, αλλά, δυστυχώς (ή ευτυχώς;) απέτυχα. Έχοντας μια πολύ υψηλή βαθμολογία στις εξετάσεις και έναν μεγάλο βαθμό στο απολυτήριο λυκείου (τότε συνυπολογίζονταν στα μόρια ο βαθμός απολυτηρίου) πέρασα τελικά έβδομη στο Βιολογικό Τμήμα του Πανεπιστημίου Πατρών και πήρα υποτροφία. Ήρθα όμως στην Αθήνα στο ΕΚΠΑ με μετεγγραφή, γιατί η μεγαλύτερη αδερφή μου φοιτούσε τότε στο Ιστορικό-Αρχαιολογικό Τμήμα της Φιλοσοφικής Σχολής του ΕΚΠΑ και υπήρχε νόμος που ήθελε τα αδέρφια να φοιτούν στην ίδια πόλη. Το αστείο είναι ότι δεν πέτυχα στο πανεπιστήμιο με την πρώτη γιατί κόπηκα... στην έκθεση!

■ Τι σου έδωσε ως κύριο εφόδιο το πτυχίο;

Καλώς ή κακώς αντιλαμβανόμαστε κάποια πράγματα όταν έχουμε πια ωριμάσει. Όταν είμαστε μαθητές ή φοιτητές δεν συνειδητοποιούμε την αξία ή την ωφελιμότητα αυτού που εκείνη την στιγμή βιώνουμε. Σε κάποιους δεν αρέσει το σχολείο, ούτε και σε μένα άρεσε ιδιαίτερα, αλλά ήμουν πειθαρχημένη και το θεωρούσα ένα καθήκον προς τους γονείς μου, το οποίο έπρεπε να φέρω εις πέρας. Τώρα, γυρίζοντας προς τα πίσω, αντιλαμβάνομαι πόσα σημαντικά πράγματα μάθαμε στο σχολείο, σε κάθε

επίπεδο, και τι βάσεις πήραμε. Το ίδιο και στο πανεπιστήμιο. Σπούδασα σε μια απαιτητική σχολή όπου ξόδευα άπειρες ώρες σε παραδόσεις και σε εργαστήρια, και κουραζόμουν πολύ σωματικά. Ως φοιτητές δεν τα είχαμε όλα πλούσια, πράγμα που δεν μας έκανε τελικά κακό. Θυμάμαι πως άλλαξα τρία λεωφορεία για να ανέβω στην Πανεπιστημιούπολη του Ζωγράφου από την Καλλιθέα όπου έμενα. Σήμερα στα παιδιά προσφέρονται όλα απλόχερα από τους γονείς και εκείνα απαιτούν τα πάντα γρήγορα, εύκολα και χωρίς κόπο. Για να ξαναγυρίσω στην ερώτηση, πέρα από τις επαγγελματικές επιλογές που μου έδωσε το πτυχίο, στο πανεπιστήμιο έμαθα την επιστημονική μεθοδολογία, την παρατήρηση, το πείραμα και την απόδειξη, που είναι αδιαμφισβήτητα. Διδάχτηκα τον επιστημονικό τρόπο σκέψης, που αυξάνει την κριτική ικανότητα και απελευθερώνει από δεισιδαιμονίες και προλήψεις. Πιστεύω πως αν όλα τα παιδιά διδάσκονταν συστηματικά επιστήμη στο σχολείο, όπως Αστρονομία ή θεωρία της Εξέλιξης, που δυστυχώς δεν διδάσκονται, ως αυριανοί πολίτες θα έπαιρναν ορθότερες αποφάσεις για την ζωή και τον κόσμο που τα περιβάλλει, απαλλαγμένοι από αντιλήψεις του Μεσαίωνα.

■ Η δημοσιογραφία πώς προέκυψε και πώς σε κέρδισε;

Ολοκληρώνοντας τις σπουδές μου στην Βιολογία, συνειδητοποίησα ότι ήμουν καλύτερη στο γράψιμο παρά στην αλληλούχηση του DNA. Στην πραγματικότητα, από μικρή, όταν δεν με έβλεπαν οι δικοί μου, έπαιρνα τα περιοδικά και εκφωνούσα τα άρθρα όπως σε δελτίο ειδήσεων! Δεν μου είχε περάσει όμως τότε από το μυαλό να γίνω δημοσιογράφος, γι'

αυτό και τελειώνοντας το πανεπιστήμιο εργάστηκα για λίγο στην εκπαίδευση. Πάντα όμως κάτι με «έτρωγε», γιατί ως άνθρωπος ήμουν, και εξακολουθώ να είμαι, φοβερά ανήσυχη και βαριέμαι εύκολα. Η αδερφή μου συχνά μου λέει πως μάλλον έχω αδιάγνωστη διαταραχή ελλειμματικής προσοχής και υπερκινητικότητας, ΔΕΠΥ (γέλια!). Είμαι σε μια διαρκή κίνηση και σωματικά και νοητικά. Μου αρέσει η ποικιλία στην ζωή και οι καινούργιες εμπειρίες. Και αυτό η δημοσιογραφία μου το πρόσφερε απλόχερα ως επιλογή. Κάποια στιγμή άρχισα να γράφω για οτιδήποτε μου φαινόταν εντυπωσιακό και αξιοσημείωτο, συμπεριλαμβανομένης της επιστήμης και της τεχνολογίας. Πήρα τα χειρόγρατά μου και άρχισα να χτυπάω πόρτες εφημερίδων. Και κάποιες άνοιξαν. Δούλεψα σχεδόν σε όλους τους τύπους ΜΜΕ και φέτος συμπληρώνω 30 χρόνια στον χώρο της ενημέρωσης και νιώθω σαν να ήταν χθες που ξεκινούσα. Έχω ακόμη την ίδια περιέργεια και το ίδιο πάθος να μάθω, να γνωρίσω, να εξερευνησω, και ειδικότερα το πεδίο της επιστήμης, όπου επικεντρώνομαι δημοσιογραφικά. Βλέπετε η επιστήμη δεν με εγκατέλειψε ποτέ, παρότι εγώ της γύρισα την πλάτη. Για λίγο ευτυχώς.

■ Δημοσιογραφία της επιστήμης: Πόσο ασκείται στην Ελλάδα με συνέπεια και από δημοσιογράφους με ανάλογη εξειδίκευση;

Πιστεύω πως η επιστήμη πρέπει να μπει ενεργά στη ζωή μας με έναν απλό εκλαϊκευμένο τρόπο, χωρίς να χάνει τίποτα από την ουσία και το μέγεθός της. Να γίνει δημοφιλής. Δεν είναι όμως εύκολο. Μπορώ όμως να πω με σιγουριά πως παρότι οι δημοσιογράφοι συχνά δεν ενδιαφέρονται για τους επιστήμονες, οι επιστήμονες

ενδιαφέρονται για τους δημοσιογράφους, αλλά μόνο για εκείνους που μπορούν να κατανοήσουν την έρευνά τους και να την αποδώσουν δημόσια με τον σωστό τρόπο, χωρίς να τους «τραγανίζουν» τον πολύτιμο χρόνο τους. Οι επιστήμονες φοβούνται πολύ την αυτοέκθεση, πρώτα στο δικό τους περιβάλλον και κατόπιν στην κοινωνία. Πρέπει λοιπόν να τους πείσεις ότι μπορείς να προβάλεις το έργο τους σωστά, για να κερδίσεις την εμπιστοσύνη τους. Και αυτή η σχέση οικοδομείται σιγά σιγά με το χρόνο, αλλά, αν χτιστεί σωστά, παραμένει στέρεη για χρόνια και εξελίσσεται προς το καλύτερο. Το πρόβλημα είναι ότι στην Ελλάδα δεν υπάρχουν δημοσιογράφοι της Επιστήμης που να είναι επιστήμονες, που να γνωρίζουν ή να έχουν σπουδάσει επιστήμη, και όσοι υπάρχουν μετριοούνται στα δάκτυλα, αλλά το κυριότερο είναι ότι δεν υπάρχει ενδιαφέρον από τους νέους δημοσιογράφους να ασχοληθούν με την επιστήμη και την τεχνολογία. Επίσης, η δημοσιογραφία της Επιστήμης δεν διδάσκεται με έναν οργανωμένο τρόπο στις πανεπιστημιακές σχολές και έτσι τα παιδιά δεν την βρίσκουν ελκυστική ως πεδίο για ρεπορτάζ. Διδάσκεται αποσπασματικά και με την μορφή σεμιναρίων ίσως ή ως επικοινωνία της Επιστήμης γενικότερα. Επιπλέον, στις πανεπιστημιακές σχολές ΜΜΕ της χώρας μας δεν διδάσκουν επαγγελματίες δημοσιογράφοι, εκτός από μεμονωμένες περιπτώσεις που μετριοούνται και αυτές στα δάκτυλα. Από την άλλη, τα ελληνικά ΜΜΕ διαχρονικά δεν είναι φιλικά προς την επιστήμη, παρότι κάτι έδειξε να αλλάζει με την πανδημία, την στιγμή που στο εξωτερικό τα καθιερωμένα ΜΜΕ συχνά διαθέτουν συντάκτες επιστήμης. Ο Guardian για παράδειγμα έχει 20. Στην Ελλάδα, τα ΜΜΕ δεν προσλαμβάνουν δημοσιογράφους της επιστήμης, δεν ξοδεύουν χρήματα για αυτούς, γιατί τους θεωρούν «περιττούς», καθώς την δουλειά τους μπορούν να την κάνουν δημοσιογράφοι στο newsroom. Αυτό είναι ιδιαίτερα προβληματικό γιατί γίνεται με ρηχό τρόπο και συνήθως περιορίζεται στην μετάφραση ενός ξένου άρθρου που επίσης μπορεί να είναι λανθασμένη, αν δεν ξέρει κάποιος την επιστημονική ορολογία που περιέχει. Χρειάζεται επιστημονική γνώση ακόμη και για να αξιολογήσεις την σοβαρότητα του επιστημονικού που προβάλλεις. Στην

Ελλάδα αν βγει σε ένα κανάλι κάποιος που δηλώνει εμπειρογνώμονας και πει μερικές «αμπελοφιλοσοφίες» τότε θα παρελάσει από όλα τα κανάλια ως διάνοια. Έκατσε ποτέ να ψάξει κάποιος δημοσιογράφος ποιος πραγματικά είναι αυτός που προβάλλει; Το είδαμε εξάλλου στην πανδημία. Ο καθένας «ειδικός» ανεξαρτήτως ειδικότητας, είχε και μια εκτίμηση για τον κορωνοϊό. Για αυτό ο κόσμος γυρίζει την πλάτη στους δημοσιογράφους!



■ Έχεις γράψει το βιβλίο με τίτλο «Τα φωτεινά μυαλά δεν έχουν πατριδα», που περιλαμβάνει συνεντεύξεις με Έλληνες και ξένους ερευνητές, οι οποίοι διαπρέπουν σε Ελλάδα και εξωτερικό. Μίλησέ μας για την εμπειρία σου γνωρίζοντάς τους από κοντά και για την απόφασή σου να εκδώσεις τις συνεντεύξεις τους σε βιβλίο.

«Η Επιστήμη είναι σαν θρίλερ. Ξέρεις από πού να αρχίσεις, αλλά δεν ξέρεις ποτέ πού θα φτάσεις», λένε συχνά οι επιστήμονες. Εγώ παραφράζω: «Η δημοσιογραφία της επιστήμης δεν ξέρεις ποτέ πού θα σε βγάλει». Όταν ξεκίνησα κι εγώ το δημοσιογραφικό ταξίδι μου στην επιστήμη, ήξερα ότι θα συναντούσα σημαντικούς επιστήμονες, ανάμεσά τους και Νομπελίστες.

Όμως ότι θα κατέγραφα την εμπειρία μου σε βιβλίο, αυτό δεν μου είχε περάσει καν από το μυαλό. Συνάντησα σημαντικούς ανθρώπους που με την έρευνά τους «ταρακούνησαν» λίγο τον κόσμο και ταξίδεψα αμέ-

τρητες φορές με τις αφηγήσεις τους για τις περιπέτειές τους μέσα και έξω από τα ερευνητικά εργαστήρια. Μάζεψα πληροφορίες, εικόνες, σκέψεις και συναισθήματα, που μου πρόσφεραν μια πολύτιμη οπτική στα πράγματα και μια ανεκτίμητη γνώση. Το συγκεκριμένο βιβλίο βγήκε ξαφνικά εξαιτίας της παρότρυνσης φίλων που κάθε τόσο μου έλεγαν πως έβλεπαν παλιά θέματά μου (και αρκετές φορές αποκλειστικά) να αναπαράγονται ξανά και ξανά από διάφορα σάιτ, αλλά και να προβάλλονται από τηλεοπτικούς σταθμούς, συνήθως χωρίς αναφορά στην πρωτογενή πηγή. Έτσι πήρα την απόφαση να προχωρήσω, χωρίς πολλή σκέψη και ψάξιμο, καθώς το υλικό ήταν έτοιμο. Ο βασικός στόχος ήταν να προβάλω τους άριστους μέσα στην μετριοκρατία που επικρατεί.

Ξέρεις, οι άνθρωποι έχουν ανάγκη από “role models” (πρότυπα), τα οποία απουσιάζουν από τα ΜΜΕ. Δυστυχώς δεν προβάλλουμε πρόσωπα που πραγματικά αξίζουν. Αντιθέτως, προβάλλουμε ευτελή πρότυπα.

Αξίζει δε να σου αναφέρω ότι πολλές φορές για να συναντήσω τους επιστήμονες στην βάση τους χρειάστηκε να ταξιδέψω σχεδόν σε όλη την Ευρώπη. Και το έκανα αποκλειστικά με δικά μου έξοδα, αφού κανένα μέσο, όπου κατά καιρούς εργάστηκα, δεν κάλυψε ποτέ ούτε τα δικά μου έξοδα, ούτε και του εκάστοτε συνεργάτη μου φωτογράφου. Ευτυχώς που υπάρχουν οι δημοσιογραφικές υποτροφίες, τις οποίες είχα την τύχη να αποσπάσω εννέα φορές, μέχρι στιγμής.

■ Με δημοσιογραφική υποτροφία βρέθηκες πρόσφατα ως επίσημα προσκεκλημένη στην απονομή των Βραβείων Kanli 2024 από την Νορβηγική Ακαδημία Επιστημών και Γραμμάτων, στο Όσλο. Περιγράψέ μας την εμπειρία σου.

Βρέθηκα εκεί με υποτροφία ως η μοναδική δημοσιογράφος από την Ευρώπη και η πρώτη από την Ελλάδα. Οι άλλοι δύο υπότροφοι ήταν η Μεξικανή δημοσιογράφος και αρχισυντάκτρια της έκδοσης του WIRED στα Ισπανικά, Anna Lagos, και ο Αμερικανός Rod McCullom, του οποίου δημοσιογραφική δουλειά εμφανίζεται στα περιοδικά The Atlantic, Nature, Scientific American, MIT Technology Review και The Nation, μεταξύ άλλων.

Πραγματικά ήταν μια από τις ωραιότερες εμπειρίες της δημοσιογραφικής μου καριέρας. Η απονομή του Βραβείου Κανλί 2024 είναι ισάξια της τελετής απονομής του Νόμπελ και πραγματοποιείται με την ίδια μεγαλοπρέπεια στο Μέγαρο Μουσικής του Όσλο, παρόντος της Αυτού Μεγαλειότητας Βασιλιά Χάραλντ Ε΄.

Η τελετή συν-διοργανώνεται από τη Νορβηγική Ακαδημία Επιστημών και Γραμμάτων, από το Υπουργείο Παιδείας και Έρευνας της Νορβηγίας και από το Ίδρυμα Κανλί. Τα συγκεκριμένα βραβεία τιμούν γυναίκες και άνδρες επιστήμονες για την εξαιρετική έρευνά τους στην αστροφυσική, την νανοεπιστήμη και την νευροεπιστήμη, που διευρύνει την κατανόησή μας για το “μεγάλο” (το Σύμπαν), το “μικρό” (το νανο-) και το “σύνθετο” (ο ανθρώπινος εγκέφαλος). Στην μαγευτική Μεγάλη Αίθουσα του Μεγάλου Μου-

σικής, όπου γίνεται και η τελετή απονομής του Νόμπελ Ειρήνης, παρευρίσκονται μέλη της βασιλικής οικογένειας, επιστήμονες, αξιωματούχοι, δημοσιογράφοι και κοινό που παρακολουθούν ειδικές μουσικές παραστάσεις και παρουσιάσεις για τους επιστήμονες που βραβεύονται.

Μετά την απονομή παρατίθεται το καθιερωμένο επίσημο δείπνο στο Δημαρχείο του Όσλο, σε ένα από τα πιο εμβληματικά κτίρια της Νορβηγίας και στίτι καλλιτεχνών όπως των Per Krohg, Henrik Sørensen, Alf Rolfsen και Edvard Munch. Το δείπνο διοργανώνεται από τη νορβηγική κυβέρνηση και είναι μια εκδήλωση υψηλού κύρους με επίσημο dress code στην οποία συμμετέχει κάποιος/-α μόνο με πρόσκληση. Φέτος βραβεύτηκαν 8 κορυφαίοι επιστήμονες, ανάμεσα στους οποίους ήταν και ο διακεκριμένος Έλληνας Πωλ Αλιβιζάτος, που αυτή την

στιγμή διατελεί πρόεδρος στο Πανεπιστήμιο του Σικάγο. Οι ανακαλύψεις του έχουν φέρει «επανάσταση» στον τομέα της ναοϊατρικής και ο ίδιος έχει χαρακτηριστεί πρωτοπόρος στην ανάπτυξη των ναοϋλικών και διεθνώς αναγνωρισμένη αυθεντία στην κατασκευή ναοκρυστάλλων και στη χρήση τους σε βιοϊατρικές και ενεργειακές εφαρμογές.

Μάλιστα, για την πρώτη δεκαετία του 21ου αιώνα κατατάχθηκε 5ος στον κατάλογο του Thomson Reuters με τους 100 κορυφαίους χημικούς του κόσμου, με κριτήριο τον αριθμό και τη σημαντικότητα των ερευνητικών δημοσιεύσεων. Ξέρεις, αν δεν πήγαινα στο Όσλο, ίσως και να μην συναντούσα ποτέ ούτε τον καθηγητή, ούτε κανέναν από τους βραβευθέντες, κάποιιο από τους οποίους πιθανώς να έχουν ήδη σώσει την ζωή μας με τις ανακαλύψεις τους!

ΒΙΟΓΡΑΦΙΚΟ

Γεννήθηκε και ζει στην Αθήνα. Σπούδασε Βιολογία στο ΕΚΠΑ και κατέχει Μάστερ στις Πολιτικές Επιστήμες και διδακτορικό στις Διεθνείς Σχέσεις με υποτροφία από το Ίδρυμα Σταύρος Νιάρχος, από το Πανεπιστήμιο Πελοποννήσου. Παράλληλα μετεκπαιδεύτηκε στην Δημοσιογραφία της Επιστήμης με υποτροφίες σε ευρωπαϊκά schools of science journalism και κατέχει module certification σε Video/Multimedia, σε Data journalism και σε Investigation journalism από το School of Journalism-Columbia University με υποτροφία του Ιδρύματος Σταύρος Νιάρχος. Έχει 30ετή επαγγελματική εμπειρία ως δημοσιογράφος σε όλους του τύπους ΜΜΕ σε Ελλάδα και εξωτερικό και έχει σημειώσει αρκετές δημοσιογραφικές επιτυχίες με αποκλειστικές και μοναδικές μέχρι σήμερα συνεντεύξεις στην Ελλάδα.

Πραγματοποιεί σεμινάρια στην Δημοσιογραφία της επιστήμης και στην Επικοινωνία της Επιστήμης σε δημοσιογράφους και ερευνητές/τριες, συνεργάζεται με ελληνικά ακαδημαϊκά ιδρύματα και ερευνητικά ινστιτούτα ως σύμβουλος επικοινωνίας και συμμετέχει στην οργανωτική επιτροπή επιστημονικών συνεδρίων, ημερίδων και άλλων δράσεων σε Ελλάδα και εξωτερικό.

Έχει παρουσιάσει επιστημονικές ανακοινώσεις και εισηγήσεις σε ελληνικά και διεθνή επιστημονικά και δημοσιογραφικά συνέδρια και έχει εκπροσωπήσει την χώρα μας σε διεθνή επιστημονικά γεγονότα εννέα φορές με δημοσιογραφική υποτροφία ως η μοναδική δημοσιογράφος Επιστήμης από την Ελλάδα και ενίοτε από ολόκληρη την Ευρώπη.

Το 2017 απέσπασε το βραβείο “Greek Science Writer of the Year” από την Association of British Science Writers

(ABSW), ενώ ήταν υποψηφία και για το βραβείο “European Science Writer of the Year 2017”. Τον Μάρτιο του 2018 ανακηρύχθηκε «Γυναίκα της χρονιάς» στην κατηγορία «Δημοσιογράφος» από τον ετήσιο θεσμό του περιοδικού *Votre Beauté*, που επιβραβεύει Ελληνίδες που πρωτοπορούν σε 20 κατηγορίες.

Για το καινοτόμο συγγραφικό έργο της με τίτλο: «Τα φωτεινά μυαλά δεν έχουν πατρίδα» (εκδόσεις Παρισιάνου) δέχτηκε συγχαρητήρια από τον τέως Πρόεδρο της Δημοκρατίας Προκόπη Παυλόπουλο. Το βιβλίο της «Ευφυείς Περιπέτειες» με αποκλειστικές συνεντεύξεις Νομπελιστών έχει εκδοθεί σε ηλεκτρονική μορφή, ενώ το 2022 εκδόθηκε το τρίτο της βιβλίο της με τίτλο: «Δημοσιογραφία της Επιστήμης», που είναι το μοναδικό χειρίδιο του είδους του στην Ελλάδα.

Εμπνεύστηκε την ([shareyouresearch https://www.shareyouresearch.eu/gr/](https://www.shareyouresearch.eu/gr/)), την μοναδική ελληνική πλατφόρμα που προσφέρει μια ενιαία λύση για την δημιουργία περιεχομένου και τον σχεδιασμό στρατηγικής επικοινωνίας περιεχομένου με εξειδίκευση στην διάχυση της Επιστημονικής Έρευνας και της Καινοτομίας για εκπαιδευτικούς, ενημερωτικούς, ψυχαγωγικούς σκοπούς ή σκοπούς μάριτινγκ, ακολουθώντας την διεθνή εμπειρία.

Το 2022 συμπεριλήφθηκε στην λίστα των ειδικών (experts) στην Επικοινωνία της Επιστήμης & Τεχνολογίας του Ευρωκοινοβουλίου.

Είναι τακτικό μέλος της ΕΣΗΕΑ και πολλών διεθνών δημοσιογραφικών ενώσεων, ενώ αποτελεί την μοναδική Ελληνίδα δημοσιογράφο που έχει εκλεγεί μέχρι στιγμής μέλος του ΔΣ της International Science Writers Association (ISWA).





«Ματιές» στη no1 γκαλερί φωτογραφιών στα social media...

InstaStories

Επιμέλεια: Τάσος Ανδρικόπουλος



Τα Φιλιατρά έχουν τον δικό τους... Πύργο του Αϊφελ

Ένα από τα πιο αμφιλεγόμενα αξιοθέατα της χώρας είναι ο Πύργος του Αϊφελ στα Φιλιατρά. Πρόκειται για έναν μίνι Πύργο του Αϊφελ, καθώς ο ελληνικός είναι χαμηλότερος σε ύψος, κατά περίπου 300 μέτρα, δηλαδή αγγίζει μόλις τα 26 μέτρα, σε αντίθεση με τον κανονικό που φτάνει τα 325 μέτρα και βάρους 10.100 τόνους. «Γιατί να πας στο Παρίσι όταν μπορείς να πας στη Νότια Ελλάδα; Πρόκειται για τον Πύργο του Αϊφελ των Φιλιατρών στην Πελοπόννησο» είχε γράψει πρόσφατα γνωστός Tik-Toker. Η ιδέα της κατασκευής οφείλεται στον ομογενή γιατρό και γλύπτη (καταγόμενο από τα Φιλιατρά) Χαράλαμφο Φουρναράκη ή Χάρρυ Φουρνιέ, όπως ήταν το καλλιτεχνικό παρατσούκλι του. Το στιγμιότυπο ανήκει στον Γιώργο Πέτακο.

@giorgos_petakos

Ανακαλύψτε υπέροχες φωτογραφίες στο instagram του [eleftheriaonline.gr](https://www.instagram.com/eleftheriaonline.gr) και του [travel.eleftheriaonline.gr](https://www.instagram.com/travel.eleftheriaonline.gr). Υπολογίστε στα hashtag σας το [#eleftheriaonline](https://www.instagram.com/eleftheriaonline) και το [#traveleleftheriaonline](https://www.instagram.com/traveleleftheriaonline) έτσι ώστε οι συλλογές τους να γίνουν άλμπουμ με τις ταξιδιωτικές σας στιγμές.

Κοσμάς, φωλιασμένος μέσα στην πλούσια και καταπράσινη φύση του Πάρνωνα...

Η Αρκαδία είναι προικισμένη με κάποια από τα πιο όμορφα και γραφικά χωριά της Ελλάδας, παραδομένα στην πλούσια φύση που χαρακτηρίζει την ευρύτερη περιοχή. Ένα από τα όχι και τόσο διάσημα χωριά του νομού είναι ο Κοσμάς, γνωστό και ως το «μπαλκόνι του Πάρνωνα». Το χωριό είναι «σκαραλωμένο» σε υψόμετρο 1.150 μέτρων, σε ένα από τα πιο ωραία σημεία του Πάρνωνα, μέσα σε καταπράσινα δάση από φουντωτά έλατα, καρυδιές, καστανιές και πλατάνια και σε απόσταση περίπου 30 χλμ. από το Λεωνίδιο, ενώ βρίσκεται πάνω στο δρόμο που συνδέει τη Λακωνία με την Αρκαδία. Ο Κοσμάς είναι χαρακτηρισμένος ως παραδοσιακός οικισμός, με τα σπίτια του να είναι πετρόχτιστα και τους κατοίκους του να είναι ιδιαίτερος φημισμένοι για την τεχνική τους στο πελέκωμα της πέτρας. Η εικόνα είναι της Ελένης Βλάχου.

@Karidotsouflo



Η μεγαλύτερη καλωδιωτή γέφυρα στον κόσμο

Η Γέφυρα Ρίου-Αντιρρίου ή επίσημα, Γέφυρα «Χαρίλαος Τρικούπης», αποτελεί ένα από τα πιο εμβληματικά έργα στην Ελλάδα, ενώ είναι η μεγαλύτερη σε μήκος καλωδιωτή γέφυρα πολλαπλών ανοιγμάτων παγκοσμίως, ενώνοντας την Πελοπόννησο με τη Στερεά Ελλάδα. Παράλληλα, αποτελεί ένα αξιοθέατο που φωτογραφίζεται "μανιωδώς", τόσο από ντόπιους, όσο και από επισκέπτες, κάτι που φανερώνεται κάνοντας κάποιος μια διαδικτυακή αναζήτηση στο Instagram. Ένα τέτοιο παράδειγμα αποτελεί η εναέρια λήψη του Ηλία Νικολάου, με το ηλιοβασίλεμα να συμπληρώνει αρμονικά το «κάδρο» του.

@ilias_nikolaou_76



Φθινοπωρινή απόδραση στη λίμνη Δόξα

Την αποκαλούν «Ελβετία της Κορινθίας» κι όχι άδικα. Το τοπίο γύρω από τη λίμνη Δόξα είναι μαγευτικό και θυμίζει ελβετικό σκηνικό. Όποια εποχή και αν την επισκεφτείτε, είναι υπέροχη, όμως, το φθινόπωρο είναι το... κάτι άλλο, με τα χρώματα να δημιουργούν ένα ρομαντικό σκηνικό που θα σας συνεπάρει. Πρόκειται για μία τεχνητή λίμνη ανάμεσα στα βουνά Ζήρεια και Χελμός, στο χωριό Φενεός. Το μέρος είναι τριγυρισμένο από πεύκα, έλατα και βουνά δημιουργώντας ένα αλπικό τοπίο σε συνδυασμό με τα πράσινα νερά της λίμνης. Απέναντι στην πλαγιά του βουνού βρίσκεται το ιστορικό μοναστήρι του Αγίου Γεωργίου που στα χρόνια της Τουρκοκρατίας λειτουργούσε ως κρυφό σχολειό. Η λίμνη Δόξα στην ορεινή Κορινθία, είναι ιδανική επιλογή για μια φθινοπωρινή απόδραση στη φύση, όπως μαρτυρά η φωτογραφία του Παναγιώτη Κολοβού.

@Panagiotis Kolovos

GOING YOUR WAY

ACE TRANSFER

ΠΑΠΑΔΗΜΗΤΡΙΟΥ ΑΦΟΙ Ο.Ε.

ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ VIP & ΕΝΟΙΚΙΑΣΕΙΣ ΒΑΝ ΜΕ/ΧΩΡΙΣ ΟΔΗΓΟ

Peugeot L3 traveller
Μεγάλος χώρος αποσκευών
πετρέλαιο - manual gearbox

Toyota pro ace
Μεγάλος χώρος αποσκευών
πετρέλαιο - manual gearbox

Nissan envia
Μεγάλος χώρος αποσκευών
πετρέλαιο - manual gearbox

VIP TRANSFER
Mercedes Vito
Μεταφορά από & προς τα αεροδρόμια Καλαμάτας / Αθήνας

SCAN ME

📍 Iroon Politechniou
Kalamata - Greece
📞 +30 6947261251

🌐 www.acetransfer.gr

Η μεγάλη
ψηφιακή
εφημερίδα
της Πελοποννήσου


eleftheria
online.gr

Για να
μαθαίνετε
αμέσως
τα γεγονότα

Μαζί και το
περιοδικό





ΠΟΥ ΠΑΜΕ...



από το
1943

- ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ - ΜΕΤΑΚΟΜΙΣΕΙΣ
- ΨΥΓΕΙΟΜΕΤΑΦΟΡΕΣ ΕΓΓΡΑΘΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ
- ΔΙΑΝΟΜΕΣ ΚΑΤ' ΟΙΚΟΝ
 - σε όλο το νομό Μεσσηνίας
 - σε όλο το νομό Αττικής
 - σε όλη την Ελλάδα
 - σε όλη την Ευρωπαϊκή Ένωση


ΚΑΛΑΜΑΤΑ: ΑΘΗΝΩΝ 186 - ΤΗΛ.: (27210) 22266 & 23319
ΑΘΗΝΑ: ΣΑΛΑΜΙΝΙΑΣ 14 - ΤΗΛ.: (210) 3475114 & 3464640
www.spourgitis.gr - e-mail: info@spourgitis.gr

Wi-Fi
onboard



Τώρα δωρεάν Wi-Fi onboard, για όλους. Για internet σαν στο σπίτι σου.

Κάνε την εγγραφή σου στο Miles+Bonus για να απολαμβάνεις δωρεάν internet σε κάθε ταξίδι. Με υψηλές ταχύτητες σύνδεσης, για να είσαι online καθ' όλη τη διάρκεια της πτήσης σου.

A STAR ALLIANCE MEMBER 

AEGEAN 