

ΤΟ ΠΕΡΙΟΔΙΚΟ ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ / YOUR FREE COPY

ROUTE

BY SUPERFAST FERRIES®

TRAVEL

SOUTH AEGEAN ISLANDS / MATERA / AMALFI / CRETE / IOANNINA / GERAKI

INTERVIEW: GEORGE SARELAKOS

2025

OWNERSTM

Find your own private luxury retreat
in the Mediterranean



CO-OWN LUXURY HOMES AND BOATS FRACTIONAL OWNERSHIP MADE EASY

Step into the world of smart luxury with a fractional ownership home from 1/6 – fully managed and income-generating when you are not there.

Looking for freedom on the water? Our fractional boat ownership model gives you access to premium boats from 1/4, with no maintenance stress



UNMATCHED LUXURY

Live the luxury lifestyle you dream of whether in a villa or on a boat.



EFFORTLESS OWNERSHIP

Access 80+ amenities through fractional ownership – and earn when you are away.



PRICELESS MEMORIES

Create unforgettable memories at your second home or aboard your private boat, with the people who matter most.



SHARED COST

Own luxury your way – from 1/6 to 1/2 for homes, and 1/4 to 2/4 for boats.

Own the experience, \ share the luxury

The new way to own a luxury boat



DISCOVER THE FREEDOM OF THE SEA WITH YOUR OWN SHARED BOAT

At OWNERS, we offer a smarter way to enjoy the boating lifestyle – through fractional boat ownership. You can now co-own a boat from 1/4 up to 2/4, sharing both the experience and the cost of owning a premium vessel. Every shared boat is professionally managed, fully equipped, and ready for your next escape. Whether you are planning island-hopping adventures or peaceful weekends on the water, this is your chance to experience luxury, flexibility, and convenience – all in one. With fractional boat ownership, the sea is no longer a distant dream. It is part of your lifestyle.



UP TO 4 OWNERS PER BOAT

Share ownership with like-minded co-owners.



HASSLE-FREE MANAGEMENT

We handle maintenance, insurance, storage, and servicing.



FLEXIBLE USAGE

Enjoy guaranteed summer weeks and weekend trips through our fair point-based reservation system.



SMART EXIT PLAN

After 5 years, the boat is resold, and profits are distributed among co-owners.

Αγαπητές και αγαπητοί επιβάτες,

Η Ελλάδα, και για το καλοκαίρι του 2025, παραμένει αδιαμφισβήτητη, ένας από τους πιο δημοφιλείς προορισμούς παγκοσμίως.

Η Ελληνική Ακτοπλοΐα αποτελεί σταθερά τον κρίσιμο κρίκο συνδεσιμότητας για την οικονομική ανάπτυξη, την μετακίνηση των τουριστικών ροών, την κοινωνική συνοχή αλλά και την καθημερινή ζωτικότητα των νησιών μας. **Με στόλο 38 πλοίων, συνδέουμε, 365 ημέρες τον χρόνο, περισσότερους από 55 προορισμούς και 70 λιμάνια** μέσα από τη δραστηριοποίηση των 4 δημοφιλών, εμπορικών σημάτων μας- **Blue Star Ferries, Superfast Ferries, Hellenic Seaways και Anek Lines.**

Στον Όμιλο Attica, σταθερή μας προτεραιότητα παραμένει διαχρονικά, η στήριξη των κοινωνιών στα νησιά μας, η έμφαση στην αξία της πελατοκεντρικότητας και η επένδυση σε ένα βιώσιμο μέλλον.

Με επίκεντρο τον άνθρωπο, θεωρούμε την Υπεύθυνη και Βιώσιμη ανάπτυξη ως μια σχέση αλληλεπίδρασης που καθιστά το περιβάλλον το «κοινό μας σπίτι». Προς αυτή την κατεύθυνση, έχουμε εκπονήσει και υλοποιούμε σταδιακά, ένα φιλόδοξο **επενδυτικό πρόγραμμα** το οποίο θα θέσει σε νέα πορεία την ελληνική επιβατηγό ναυτιλία, προς όφελος του ταξιδιωτικού κοινού και των νησιών μας.

Στο πλαίσιο αυτό, προχωρήσαμε στην υπογραφή συμφωνίας για τη ναυπήγηση **δύο υπερσύγχρονων πλοίων τύπου E-Flexer**, η πρώτη παραγγελία ναυπήγησης επιβατηγών πλοίων από ελληνική εταιρεία μετά από 15 περίπου χρόνια. Τα νέα πλοία, τα οποία αναμένονται να παραδοθούν τον Απρίλιο και τον Αύγουστο του 2027, συνδυάζουν υψηλή ενεργειακή απόδοση με καινοτόμες τεχνολογίες και μοντέρνο σχεδιασμό, ενισχύοντας το αποτύπωμα βιωσιμότητας της Attica Group.

Κάθε πρωτοβουλία μας, έχει στόχο να διευκολύνει και να αναβαθμίσει την ταξιδιωτική εμπειρία όσων επιλέγουν τον Όμιλο μας για τα ταξίδια τους. Το 2025, προχωρήσαμε στη **δημιουργία ενιαίου ψηφιακού περιβάλλοντος** για τα sites όλων των εταιρειών μας, ανταποκρινόμενοι στις σύγχρονες ανάγκες των επιβατών μας. Οι εγγεγραμμένοι χρήστες έχουν πλέον την δυνατότητα χρήσης ενιαίου προφίλ και πρόσβασης σε όλους τους λογαριασμούς τους, καθώς και στο πρόγραμμα πιστότητας και επιβράβευσης **Seasmiles**, διευκολύνοντας σημαντικά την εμπειρία κράτησης και παρακολούθησης των ταξιδιών τους.

Επιλέγουμε και επενδύουμε σε στρατηγικές συνεργασίες που φέρουν την υπογραφή αξιοπιστίας κορυφαίων εταιρειών όπως η Orbyt Global και η Telenor Maritime, **για σταθερή και υψηλής ταχύτητας πρόσβαση στο διαδίκτυο και σε υπηρεσίες τηλεπικοινωνίας καθ' όλη τη διάρκεια παραμονής** στο πλοίο, ακόμη και στις πιο απομακρυσμένες περιοχές.

Σε όλη την πορεία μας και τις προσπάθειες μας, οι άνθρωποι μας είναι η δύναμή μας. Η ομάδα εθελοντών του Ομίλου μας δυναμώνει και ενισχύεται. Το 2024, 328 εθελοντές μας έδωσαν το παρών σε μία σειρά ενεργειών, συμβάλλοντας στο έργο επιλεγμένων οργανισμών και πρεσβεύοντας με τον



ΠΑΝΟΣ ΔΙΚΑΙΟΣ
Διευθύνων Σύμβουλος
Attica Group

καλύτερο τρόπο, τις αξίες και την κουλτούρα προσφοράς του Ομίλου.

Με την δική τους συμβολή, 2 ακόμα περιβαλλοντικές αποδράσεις ολοκληρώθηκαν με επιτυχία στην Κρήτη (τον Νοέμβριο του 2024) και τα νησιά της Ρόδου και της Χάλκης (8η στη σειρά, τον Μάιο του 2025). με καθαρισμούς λιμένων και βιωματικά εκπαιδευτικά προγράμματα σε μαθητές δημοτικών σχολείων, σε συνεργασία με τις ΜΚΟ, **Aegean Rebreath** και **«Πράκτορες του Πλανήτη»** δυναμώνοντας ακόμα περισσότερο το πρόγραμμα Υπεύθυνης και Βιώσιμης Ανάπτυξης **«Πλέουμε Μαζί»**.

Σταθερά δίπλα στους πιο γενναίους συμπολίτες μας. Από τον Μάρτιο του 2023, ανοίξαμε μια νέα σελίδα δράσης και αλληλεγγύης με τα **Special Olympics Hellas (SOH)**. Μια εμβληματική συνεργασία που έχει στο επίκεντρο τη συμπερίληψη μέσω του αθλητισμού για τους κατοίκους των νησιών, με δράσεις στήριξης των αθλητών και ευαισθητοποίησης των τοπικών κοινωνιών.

Επιπλέον, από το 2018, στηρίζουμε εμπράκτως το έργο της **HOPEgenesis**, που δραστηριοποιείται ενεργά για την αντιμετώπιση της υπογεννητικότητας στην Ελλάδα βοηθώντας γυναίκες που ζουν σε απομακρυσμένες περιοχές. Είναι χαρά μας να βρισκόμαστε στο πλευρό κάθε μέλλουσας μητέρας, παίρνοντας από επάνω της το άγχος της μετακίνησης, με την δωρεάν μετάβαση τους στα αστικά κέντρα ώστε να λάβουν την απαραίτητη ιατρική φροντίδα και να φέρουν στον κόσμο υγιή μωρά.

Συνολικά, οι προσπάθειες μας φιλοδοξούν να ανοίξουν δρόμους έμπνευσης για όλους και χαιρόμαστε ιδιαίτερα που επιβραβεύονται σταθερά τα τελευταία χρόνια. Το 2025, ο Όμιλός μας απέσπασε συνολικά 21 διακρίσεις στα **Tourism Awards & Travel Marketing Awards 2025**, για την προώθηση της βιωσιμότητας και την αναβάθμιση της εμπειρίας των ταξιδιωτών καθώς και 9 βραβεία στα **Health & Safety Awards 2025** επιβεβαιώνοντας τη σταθερή και μακροχρόνια δέσμευσή του στην Υγεία & Ασφάλεια των εργαζομένων αλλά και των επιβατών του.

Συγχρόνως, αφουγκραζόμενοι την κοινωνία και αναγνωρίζοντας τις ανάγκες του επιβατικού κοινού διατηρούμε και διαρκώς ανανεώνουμε, ένα ευέλικτο πρόγραμμα εκπτώσεων και παροχών. Συνολικά, το 42% των εισιτηρίων μας είναι εκπτωτικά (με εκπτώσεις που κυμαίνονται από 20% έως 50%) ενώ μέσω του **Seasmiles**, του **μεγαλύτερου προγράμματος πιστότητας και προνομιακών εκπτώσεων** της Ελληνικής ακτοπλοΐας, πάνω από **788.000 επιβάτες - μέλη**, απολαμβάνουν σημαντικές εκπτώσεις για τη μετακίνησή τους στα νησιά έως και 40%.

Η μεγαλύτερη ικανοποίηση όμως πηγάζει από την εμπιστοσύνη και την αγάπη που μας δείχνετε εσείς, οι επιβάτες μας. Μαζί, συνεχίζουμε να πλέουμε μπροστά, με γνώμονα τη βιωσιμότητα, την καινοτομία και τον σεβασμό στον άνθρωπο και στο περιβάλλον.

Καλό σας ταξίδι!
Πάνος Δικαίος

Attica Group & HOPEgenesis 8 χρόνια πλέουμε μαζί

Στηρίζουμε τη μητρότητα σε μια σύμπραξη που «μεγαλώνει»

2018-2025

Το έργο μας σε αριθμούς



17

νησιά*



420

παιδιά
γεννήθηκαν



515

οικογένειες
ωφελήθηκαν



41

αναμένονται
να γεννηθούν



+7.500

δωρεάν εισιτήρια
προσφέρθηκαν

Η Attica Group, πιστή στη δέσμευσή της να στέκεται αρωγός στις ανάγκες των τοπικών κοινωνιών συμβάλλοντας στην καθημερινότητα των νησιωτών μας, υποστηρίζει το έργο της HOPEgenesis για τη μείωση της υπογεννητικότητας στα ακριτικά νησιά και παρέχει πλήρη κάλυψη του κόστους μετακίνησης γυναικών και συνοδών για ιατρικές εξετάσεις, καθ' όλη τη διάρκεια της εγκυμοσύνης έως τον τοκετό.

HOPE
genesis

Επίδα για το Δημογραφικό



Attica
Group

SUPERFAST FERRIES

Blue Star Ferries

HELLENIC SEAWAYS

ANEK LINES

Πλέουμε μαζί

*Αμοργός, Αλόνησος, Αστυπάλαια, Ανάφη, Δονούσα, Κάσος, Κάλυμνος, Καστελλόριζο, Κουφονήσι, Λειψοί, Νίσυρος, Οινούσσες, Πάτμος, Σχοινούσα, Τήλος, Φούρνοι, Ψαρά

Dear Passengers,

Greece remains, once again in the summer of 2025, one of the world's most popular destinations.

Greek coastal shipping continues to be a critical link for economic growth, the movement of tourist flows, social cohesion, and the everyday vitality of our islands. **Our fleet of 38 vessels offers connections 365 days a year to more than 55 destinations and 70 ports**, through the operations of our 4 popular brands – **Blue Star Ferries, Superfast Ferries, Hellenic Seaways, and Anek Lines**.

At Attica Group, supporting the communities on our islands, focusing on our customer-oriented values, and investing in a sustainable future continue to be our steadfast priorities.

From our people-centred perspective, we view Responsible and Sustainable development as an interactive relationship that makes the environment our shared home. To this end, we have prepared and are gradually implementing an ambitious **investment plan** that aspires to chart a new course for Greek passenger shipping – a course to benefit the travelling public and our islands.

As part of this initiative, we signed an agreement for the construction of two state-of-the-art E-Flexer vessels – the first passenger shipbuilding order by a Greek company in nearly 15 years. The new vessels, expected to be delivered in April and August 2027, combine high energy efficiency with innovative technologies and modern design, strengthening Attica Group's sustainability footprint.

Every initiative we undertake aims to enhance and upgrade the travel experience of those who choose our Group for their journeys. In 2025, **we launched a unified digital platform** for all our companies' websites, meeting the evolving needs of our passengers. Registered users can now access all of their accounts – including the **Seasmiles** loyalty and reward programme – through a single profile, which makes booking and tracking their travel much easier.

We select and invest in strategic partner vessels that bring with them the credibility of leading companies such as Orbyt Global and Telenor Maritime, **ensuring stable, high-speed internet and telecommunications access throughout the voyage** – even in the most remote areas.

Our people have always powered our journey and our efforts. Our Group's volunteer team is growing stronger and stronger. In 2024, 328 volunteers participated in a series of actions, contributing to the work of select organisations, exemplifying the Group's values and culture of giving.



PANOS DIKAIOS
CEO
Attica Group

Thanks to their contribution, two more environmental actions (in the context of our apoDrasis initiative) were successfully carried out – in Crete (November 2024) and on the islands of Rhodes and Halki (the 8th in a row, May 2025) – including port cleanups and experiential educational programmes in primary schools, in cooperation with the

NGOs **Aegean Rebreath** and **Planet Agents**, further strengthening our 'Sailing Together' Responsible and Sustainable Development programme.

We consistently support our most courageous fellow citizens. In March 2023 we started a new chapter of action and solidarity with **Special Olympics Hellas (SOH)**. This emblematic partnership focuses on inclusion for islanders through sports, with actions supporting athletes and raising awareness among local communities.

Moreover, since 2018, we have actively supported the work of **HOPEgenesis**, which works to address low birth rates in Greece by helping women living in remote areas. We are proud to stand by every mother-to-be, relieving the stress of travel by offering free transportation to urban centres for the medical care they need to bring healthy babies into the world.

Altogether, our efforts aim to inspire and lead by example – and we are especially proud that they have been consistently recognised in recent years. In 2025, our Group won a total of 21 awards at the **Tourism Awards & Travel Marketing Awards 2025**, for promoting sustainability and enhancing the traveller experience, and 9 awards at the **Health & Safety Awards 2025**, reaffirming our long-term commitment to the Health & Safety of our workers and our passengers.

At the same time, paying close attention to society and recognising passenger needs, we have maintained and are constantly renewing a flexible discount and benefit plan. Overall, 42% of our tickets are discounted (with reductions ranging from 20% to 50%) while through **Seasmiles** – **the largest loyalty and discount programme** in Greek coastal shipping – more than **788,000 members** enjoy significant discounts of up to 40% when travelling to the islands.

But the greatest satisfaction stems from the trust and love shown by you, our passengers.

Together, we continue to sail forward – guided by sustainability, innovation and respect for people and the environment

Bon voyage!
Panos Dikaïos



Karassulis

3 HUB MODENA | THESSALONIKI | ATHENS



Services

- > Complete Loads (FTL)
- > Groupage Loads (LTL)
- > Special Transports
- > FTL Temperature Controlled Loads
- > Daily Departures Italy & Greece
- > Handling & Storage Services
- > Intermodal Transport with less CO₂ emissions



9.000 m²
of Storage Italy & Greece



120
Trucks & Trailers



3.500.000 km / year



10.000
shipments / year



3 Certifications
ISO 9001 · ISO 39001 · HACCP



Member of ASTRE

37 years

**LEADER IN ITALY – GREECE
TRANSPORTATIONS**

THESSALONIKI 9th klm Thessaloniki – Athens, 57400, Sindos, PO 34
+30 2310797161 • karassulis@karassulis.gr

ATHENS Kirillos Position – Aspropirgos (Exit 4 Attiki Odos)
+30 2105584465 • athens@karassulis.gr

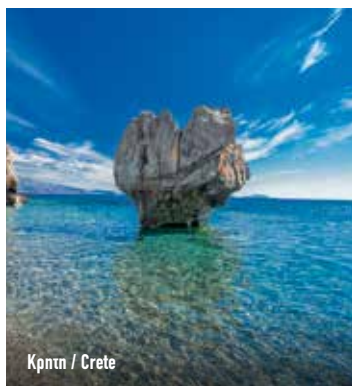


South Aegean Islands

GREECE

Aegean Islands
Νησιά - Νότιο Αιγαίο
Region of South Aegean

Κυκλαδίτισσες / Kykladitisses



Κρήτη / Crete

10. ΝΗΣΙΑ ΝΟΤΙΟΥ ΑΙΓΑΙΟΥ / SOUTH AEGEAN ISLANDS

Ένα πολιτιστικό σύμβολο, τότε και τώρα | A cultural icon,
then and now

16. ΜΑΤΕΡΑ / MATERA

Γνωριμία με μία από τις αρχαιότερες πόλεις του κόσμου! |
A Journey Through One of the Oldest Cities in the World

22. ΑΜΑΛΦΙ / AMALFI

Μια πόλη σαν πίνακα ζωγραφικής! |
A City Like a Painting!

28. ΚΥΚΛΑΔΙΤΙΣΣΕΣ / KYKLADITISSES

Άγνωστες ιστορίες γυναικών των Κυκλάδων |
Untold stories of women in the Cyclades

32. ΔΕΣΜΟΙ ΤΕΧΝΗΣ / ARTIES

8 σύγχρονα γλυπτά – ∞ άπειροι διαχρονικοί δεσμοί |
8 Contemporary Sculptures – ∞ Infinite Timeless Bonds

36. FLY ME TO Σπέτσες / Spetses

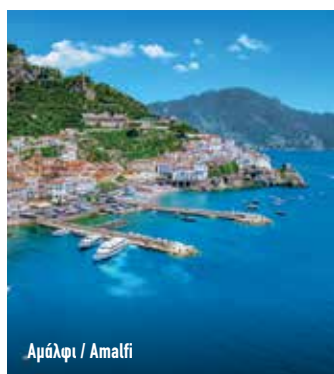
48. Σύβοτα / Sivota | 56. Πύλος / Pylos

38. ΣΥΝΕΝΤΕΥΞΗ / INTERVIEW

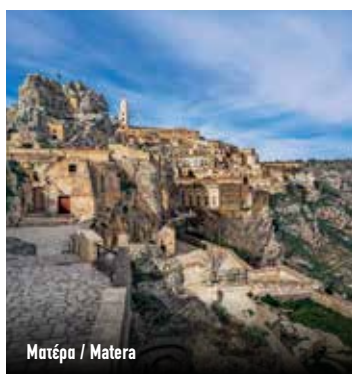
Γιώργος Σαρελάκος | George Sarelakos



Ιωάννινα / Ioannina



Αμάφι / Amalfi



Ματέρα / Matera

42. ΚΡΗΤΗ / CRETE

Παραλίες για αξέχαστες βουτιές |

Beaches for unforgettable dives

50. ΙΩΑΝΝΙΝΑ / IOANNINA

Μια πόλη-καθρέφτης του παρελθόντος και του παρόντος |

A City Reflecting the Past and Present

58. ΓΕΡΑΚΙ / GERAKI

Το κεφαλοχώρι με ιστορικό βίο 2500 ετών |

A Historic Village with 2,500 Years of Legacy

62. ΕΛΙΑ / OLIVE TREE

Το δώρο της φύσης! | Nature's gift!

66. ENVIRONMENT

Τα δάση των θαλασσών μας | The forests of our seas

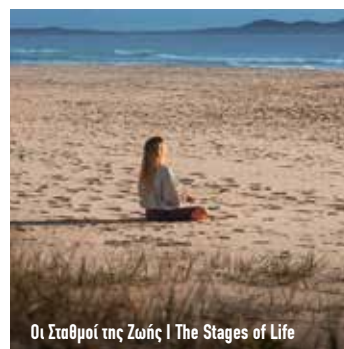
70. SAILING TOGETHER TO THE SUSTAINABLE SIDE OF LIFE

Για την προστασία του περιβάλλοντος & των θαλασσών |

To protect the environment and our seas

74. SOCIETY

Οι Σταθμοί της Ζωής | The Stages of Life



79. NEWS SUPERFAST FERRIES

Το δίκτυο, τα νέα και οι υπηρεσίες
της SUPERFAST FERRIESThe network, the news and the services
of SUPERFAST FERRIES.Φωτογραφία Εξωφύλλου / Photo Cover
Σαντορίνη / SantoriniΤο περιοδικό της SUPERFAST FERRIES / **SUPERFAST FERRIES magazine**

Παραγωγή - έκδοση

Διευθύντρια έκδοσης
Βίκυ Αποστολοπούλου
vickapos11@gmail.com

ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΥΛΗΣ SUPERFAST FERRIES

MARKETING DIRECTOR

Χριστίνα Γρηγορά

MARKETING COORDINATOR

Λυδία Λεβεντάκη

ΥΠΕΥΘΥΝΟΙ ΔΙΑΦΗΜΙΣΗΣ

Χαράλαμπος Παπαδάτος, Σίλια Μπαμπέτα

CREATIVE ART DIRECTOR

Στέλλα Νίκη

ΜΕΤΑΦΡΑΣΗ ΚΕΙΜΕΝΩΝ

Stam Pyrsos

ΣΥΝΤΑΚΤΙΚΗ ΟΜΑΔΑ

Μπάμπης Παπαδάτος, Κίμν Ζαζή, Παναγιώτης
Χρηστάκης, Βίκυ Αποστολοπούλου, Αρχαία
ΠΕΜΕΤΕ, Μαρία Σκαπέρα, Ινστιτούτο Θαλάσ-
σιας Προστασίας «Αρχιπέλαγος»

ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ

Βαγγέλης Ρασιάς, Aegean Rebreath
Shutterstock, Ινστιτούτο Θαλάσσιας Προ-
στασίας «Αρχιπέλαγος»

ΔΙΑΧΩΡΙΣΜΟΙ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΩΝ

Γιάννης Δραγάτης

Οι γνώμες που εκφράζονται στα κείμενα του περιοδικού δεν
αντιπροσωπεύουν αναγκαστικά τις απόψεις της εταιρείας που
εκδίδει το τεύχος και της SUPERFAST FERRIES. Δεν επιτρέπεται η
αναδημοσίευση ή η αποσπασματική μεταφορά κειμένων χωρίς τη
γραφτή συναίνεσή τους.Για την εκτύπωση
του περιοδικού
έχει χρησιμοποιηθεί χαρτί
με πιστοποίηση FSC®



THE SOUTH AEGEAN: A CULTURAL ICON, THEN AND NOW

ΝΟΤΙΟ ΑΙΓΑΙΟ: ΕΝΑ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΣΥΜΒΟΛΟ, ΤΟΤΕ ΚΑΙ ΤΩΡΑ



Οι φυσικοί χώροι και τα άυλα στοιχεία συνυφαίνονται, δημιουργώντας ένα πλούσιο μωσαϊκό πολιτιστικής κληρονομιάς και οράματος για το μέλλον, μοναδικό για κάθε νησί.

Όπου κι αν περιπλανηθείτε στη περιοχή του Νοτίου Αιγαίου, η γη κάτω από τα πόδια σας είναι ποτισμένη με χιλιάδες χρόνια ιστορίας και πολιτισμού. Από τη Δήλο στις Κυκλάδες — νησί Παγκόσμιας Πολιτιστικής Κληρονομιάς της UNESCO, ένα επιβλητικό αρχαίο εμπορικό κέντρο και κοσμοπολίτικη κοινότητα— έως το ορεινό, μητριαρχικό χωριό Όλυμπος της Καρπάθου, όπου οι γυναίκες φορούν ακόμα παραδοσιακές φορεσιές, οι ιστορίες είναι βαθιές και πολυεπίπεδες. Κάθε νησί της περιοχής φέρει μια ξεχωριστή ταυτότητα, διαμορφωμένη από ένα περίπλοκο μωσαϊκό φυσικών πολιτιστικών χώρων και άυλης πολιτιστικής κληρονομιάς.

Physical spaces and intangible elements weave together to form a rich tapestry of cultural heritage and forward-looking vision unique to each island.

Wherever you roam in Greece's South Aegean region, the earth below your feet is imbued with thousands of years of history and culture. From the Unesco World Heritage-listed island of Delos in the Cyclades, a formidable ancient trading centre and cosmopolitan community, to Karpathos' mountain-top matriarchal village of Olympos, where women still don traditional attire, the stories are deep and layered. Every island in the region bears a singular identity defined by an intricate tapestry of physical cultural spaces and intangible cultural heritage. .



Πάτμος / Patmos

ΜΝΗΜΕΙΑ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑΣ ΤΗΣ UNESCO

Το Νότιο Αιγαίο φιλοξενεί τρία από τα 19 ελληνικά μνημεία που έχουν αναγνωριστεί από την UNESCO ως Παγκόσμια Πολιτιστική Κληρονομιά. Ένα από τα πιο εντυπωσιακά βρίσκεται στο νησί της Ρόδου, ισχυρή δύναμη στην αρχαιότητα λόγω της στρατηγικής του θέσης στη Μεσόγειο, στο σταυροδρόμι Ανατολής και Δύσης. Η πόλη διοικούνταν από τους Ιωαννίτες Ιππότες της Ιερουσαλήμ από το 1309 και οι οχυρώσεις της απώθησαν τους εχθρούς μέχρι το 1522, όταν οι οθωμανικές δυνάμεις του Σουλεϊμάν του Μεγαλοπρεπούς κατέλαβαν τη Ρόδο. Μέσα στο τείχος των 4 χιλιομέτρων, το οποίο μπορείτε να περπατήσετε σε κάποια σημεία, ξεχωρίζει το Παλάτι του Μεγάλου Μαγίστρου — ολοκληρώθηκε το 1346 από τους Ιππότες και αναστηλώθηκε τη δεκαετία του 1930 από τους Ιταλούς κατακτητές επί Μουσολίνι. Διαθέτει περίτεχνα μωσαϊκά δάπεδα, μεσαιωνικά έπιπλα και δύο μόνιμες εκθέσεις για την ιστορία της πόλης. Μην παραλείψετε να περπατήσετε στη θρυλική Οδό των Ιπποτών, όπου οι Ιππότες είχαν τα καταλύματά τους ανάλογα με τη γλώσσα που μιλούσαν — σήμερα λειτουργούν ως εστιατόρια και καταστήματα.

Στο νησί της **Πάτμου**, η ιστορική πρωτεύουσα (Χώρα) θεωρείται μια από τις αρχαιότερες και καλύτερα διατηρημένες πόλεις του Αιγαίου. Η Χώρα, μαζί με το Μοναστήρι του Αγίου Ιωάννη του Θεολόγου και το Σπήλαιο της Αποκάλυψης, έχουν αναγνωριστεί ως μνημεία Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO. Πιστεύεται ότι ο Άγιος Ιωάννης υπαγόρευσε εκεί την Αποκάλυψη και το Ευαγγέλιό του, το 95 μ.Χ., στο μικρό σπήλαιο που βλέπει στο Αιγαίο. Το μοναστήρι, το οποίο ιδρύθηκε το 1088, αποτελεί τον μοναδικό οικισμό στην Ελλάδα που έχει χτιστεί γύρω από οχυρωμένο μοναστηριακό συγκρότημα.

UNESCO WORLD HERITAGE- LISTED MONUMENTS

The South Aegean is home to three of Greece's 19 Unesco World Heritage-listed monuments. One of the most impressive is found on the island of Rhodes, a key power in ancient times thanks to its location in the Mediterranean, at the crossroads of the east and west. Ruled by the Knights of St John of Jerusalem since 1309, the city's fortifications kept enemies at bay until 1522 when Sultan Suleiman the Magnificent's Ottoman forces defeated the Knights Hospitaller and captured Rhodes. Enclosed within a 4km-long wall, part of which can be walked across, one of the main highlights of the atmospheric medieval city is the Palace of the Grand Masters. Completed by the Knights in 1346 and restored by Italian occupiers in the 1930s during Mussolini's reign, it features intricate mosaic floors, medieval furniture and two permanent exhibitions tracing the city's history. Not to be missed is a stroll along the Street of the Knights, where knights were divided between seven inns, since converted into restaurants and stores, depending on the language they spoke.

On **Patmos** island, its historic capital, or Hora, is considered one of the Aegean's oldest and best-preserved towns. Hora, together with the Monastery of St John the Theologian and the Cave of the Apocalypse, bears Unesco World Heritage status. St John is believed to have dictated the Book of Revelation and his Gospel in 95 CE in the small cave which looks out onto the Aegean. Meanwhile, the palace-like monastery, founded in 1088, is the only settlement in Greece built around a fortified monastic complex.





Κως / Kos

Στην αρχαιότητα, η μικροσκοπική **Δήλος**, νοτιοδυτικά της Μυκόνου, θεωρούνταν το πιο ιερό από όλα τα νησιά. Σήμερα, ολόκληρο το νησί είναι ένας αρχαιολογικός χώρος παγκόσμιας κληρονομιάς. Πιστεύεται ότι εκεί γεννήθηκαν ο Απόλλωνας και η Άρτεμις. Ένας ναός αφιερωμένος στον Απόλλωνα ιδρύθηκε τον 9ο αιώνα π.Χ., και ακολούθησαν άλλοι δύο. Η Περιστεύα των Λεόντων, επίσης αφιερωμένη στον Απόλλωνα, χρονολογείται από το 600 π.Χ. Στο μουσείο της Δήλου εκτίθενται επτά από τα εννέα έως δώδεκα επιβλητικά μαρμαρίνα λιοντάρια που κάποτε στόλιζαν το μνημείο.

ΕΠΕΝΔΥΣΗ ΣΤΗΝ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ

Φθάνοντας στο λιμάνι της **Νάξου**, το πρώτο πράγμα που θα δείτε είναι μια επιβλητική δομή σε σχήμα Π. Πρόκειται για την Πορτάρα, μια αρχαία πύλη του 530 π.Χ. που αποτελεί το μοναδικό σωζόμενο τμήμα του ημιτελούς Ναού του Απόλλωνα. Βρίσκεται στο νησάκι Παλάτια, στην ανατολική ακτή της Νάξου, κοιτώντας προς τη Δήλο. Οι δύο στήλες από ναξιακό μάρμαρο έχουν ύψος έξι μέτρα και βάρος 20 τόνους η καθεμία. Ο τύραννος Λύγδαμης ήθελε ο ναός να είναι τόσο μεγαλοπρεπής όσο του Ολυμπίου Διός στην Αθήνα ή της Ήρας στη Σάμο, αλλά εκθρονίστηκε πριν ολοκληρωθεί. Η Πορτάρα αποτελεί σήμερα χαρακτηριστικό σύμβολο του νησιού.

Ένα πιο ολοκληρωμένο παράδειγμα διαχρονικής αρχαιολογικής σημασίας προσφέρει το Ασκληπιείο της **Κω**. Φοιτητές ιατρικής και λάτρεις της ιστορίας επισκέπτονται το σημείο όπου ο Ιπποκράτης, ο πατέρας της δυτικής ιατρικής, ίδρυσε θεραπευτικό κέντρο και σχολή. Πέθανε πριν ολοκληρωθεί η σχολή τον 3ο αιώνα π.Χ. Στους τρεις ορόφους του Ασκληπιείου διατηρούνται τμήματα από προπύλαια, ρωμαϊκά λουτρά, ξενώνες και ναοί —μεταξύ αυτών και του Ασκληπιού από τον 4ο αιώνα π.Χ.

Η πολιτιστική επένδυση συνεχίζεται και στη **Ρόδο**, με την αναστήλωση του Εθνικού Θεάτρου Ρόδου — ένα διατηρητέο κτίριο του 1937, χαρακτηριστικό της ιταλικής αρχιτεκτονικής του ορθολογισμού. Μετά από δεκαετίες εγκατάλειψης, ένα έργο αποκατάστασης προϋπολογισμού 16,8 εκατομμυρίων ευρώ, με τη συνεργασία της Περιφέρειας Νοτίου Αιγαίου, του Υπουργείου Πολιτισμού και Αθλητισμού και του Δήμου Ρόδου, βρίσκεται σε εξέλιξη και αναμένεται να ολοκληρωθεί έως το τέλος του 2025.



Νάξος / Naxos

In antiquity, tiny **Delos**, situated southwest of Mykonos, was considered the most sacred of all islands. Today, the entire island is a World Heritage-listed archaeological site. Considered the birthplace of Apollo and Artemis, an Apollonian sanctuary was established there in the ninth century BCE and three temples were erected. Also dedicated to Apollo, the Terrace of the Lions dates to 600 BCE. In Delos' museum, seven of an estimated nine to 12 fearsome marble lions that once graced the monument are on display.

INVESTING IN CULTURAL HERITAGE

Arriving by ferry at **Naxos** island's harbour, the first thing you notice is an imposing Pi-shaped structure. An ancient gate dating to 530 BCE is all that remains of the unfinished Temple of Apollo, which stands on Palatia islet on the north-eastern coast, looking toward Delos. Standing six metres tall and 3.5m wide, the two Naxian marble columns constituting the gate weigh 20 tonnes each. The tyrant Lygdamis envisioned the temple to be as grand as those of Olympic Zeus in Athens and the goddess Hera on Samos but he was overthrown before it could be completed. Portara, as it's known among locals, serves as an instantly-recognisable icon of the popular island destination. From a certain angle, the gate appears to frame the island capital.

A fuller picture of an ancient site, one of Greece's longest-surviving, can be seen on the island of **Kos**. Medical students and history buffs alike flock to the Asclepion to see where Hippocrates, widely considered to be the father of



Κως / Kos



Κάρπαθος / Karpathos

ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΣΥΝΕΧΕΙΑ: ΧΩΡΙΑ ΑΠΟ ΑΛΛΗ ΕΠΟΧΗ

Πέρα από τα μεμονωμένα μνημεία και τους χώρους Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO, το Νότιο Αιγαίο είναι ευλογημένο με αμέτρητα μοναδικά χωριά και οικισμούς. Χαρακτηρίζονται από ιδιαίτερη αρχιτεκτονική, φυσική ομορφιά και σε αρκετές περιπτώσεις, από τρόπους ζωής που διατηρούν την αυθεντικότητα τους εδώ και αιώνες. Η επίσκεψή τους προσφέρει μια ανάσα από τους ρυθμούς της σύγχρονης ζωής.

Στην **Κάρπαθο**, το απομακρυσμένο χωριό Όλυμπος, χτισμένο στις πλαγιές βουνού για να προστατεύεται από πειρατές, είναι συνώνυμο της αργής, παραδοσιακής ζωής. Μέχρι τα τέλη της δεκαετίας του 1980 παρέμενε αποκομμένο από το υπόλοιπο νησί λόγω έλλειψης δρόμου. Πλέον προσελκύει επισκέπτες που επιθυμούν να γνωρίσουν τους 270 κατοίκους που ζουν σε λευκά σπίτια και μιλούν μια διάλεκτο με δωρικά στοιχεία. Οι ηλικιωμένες γυναίκες φοράνε ακόμα παραδοσιακές μαντίλες και ψήνουν ψωμί σε υπαίθριους φούρνους. Οι νεότερες γενιές συνεχίζουν με περηφάνια τα παραδοσιακά έθιμα, όπως οι γάμοι όπου φορούν φορεσιές στολισμένες με χρυσά νομίσματα.

western medicine, founded a healing centre and medical school where he taught students. He died before the school was completed in the third century BCE. Across three levels, visitors can view the remains of the propylaeum, Roman-era public baths, guest rooms and temples, including that of Asclepius, erected in the fourth century BCE.

Further evidence of the South Aegean Region's commitment to investing in cultural projects can be found in the emblematic National Theatre of **Rhodes**. An austere example of rationalist architecture, the listed building was erected in 1937 during the island's Italian occupation but had been abandoned in recent decades. A 16.8 million-euro restoration project, implemented by the South Aegean Region in collaboration with Greece's culture and sports ministry and Rhodes municipality, is under way and scheduled for completion by the end of 2025.

CULTURAL CONTINUITY: VILLAGES FROM ANOTHER ERA

Beyond standalone monuments and Unesco World Heritage-listed sites, the South Aegean is blessed with countless one-of-a-kind towns and villages. They feature characteristic architectural styles, natural beauty and, in some cases, ways of life that have preserved much of their authenticity through the centuries. Spending time in these locations allows for a momentary break from modern-day urban pressures.

On **Karpathos**, in the far-flung village of Olympos, which was built on the slopes of a mountain to avoid pirate raids of years gone by, slow living is the norm. The oft-fog shrouded town remained cut off from the rest of the island until the late 1980s, when road access was improved. In recent decades, the village has drawn a steady stream of visitors curious to see how its 270 inhabitants, who live in simple white houses and speak a dialect revealing Doric Greek elements, go about their daily lives. Some of the older residents of this matriarchal society still wear the customary headdress and can be seen baking local bread in outdoor woodfired ovens. Many members of the younger generations proudly uphold long-established wedding rituals that include wearing vibrant traditional dress adorned with gold coins.



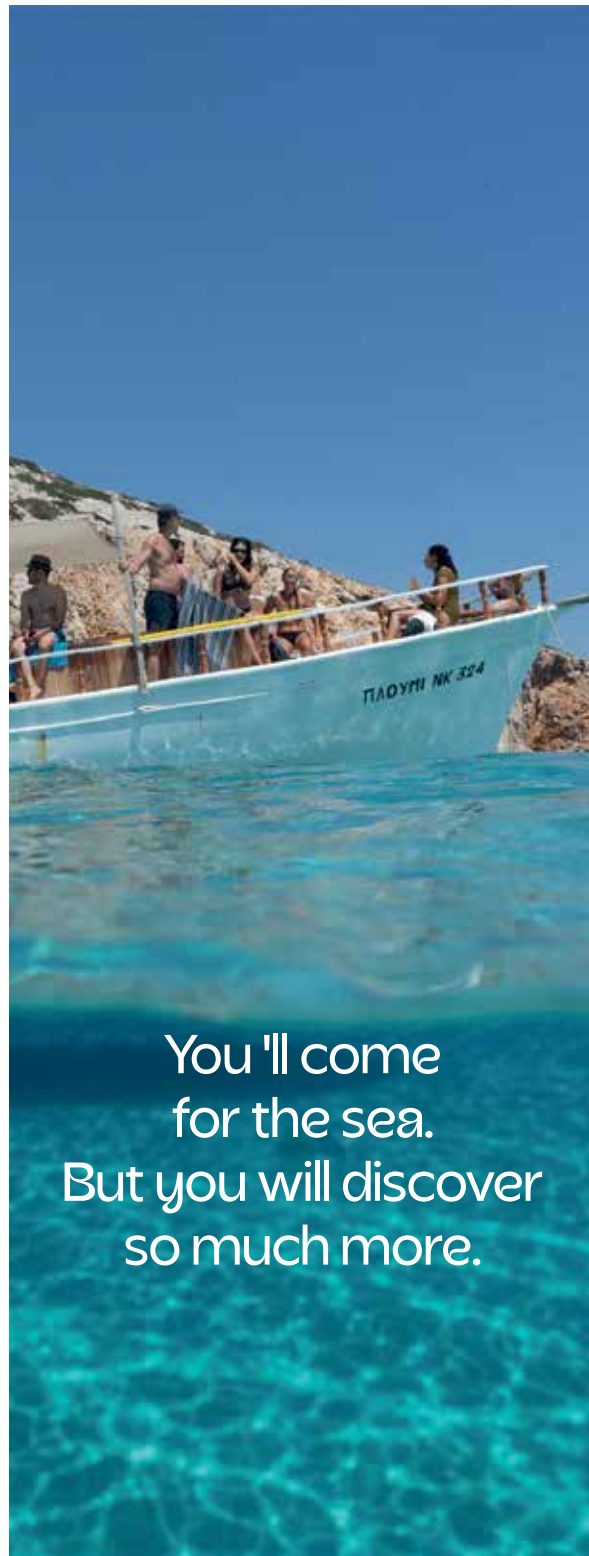
Το παραθαλάσσιο χωριό Λίνδος στη **Ρόδο** προσελκύει περισσότερους επισκέπτες από τον Όλυμπο, αλλά η μοναδικότητά του είναι αδιαμφισβήτητη. Με λευκά σπιτάκια που κατεβαίνουν την πλαγιά, σοκάκια γεμάτα μπουκαμβίλιες και αμμώδεις παραλίες με γαλαζοπράσινα νερά, θυμίζει περισσότερο Κυκλάδες παρά Δωδεκάνησα. Πάνω από το χωριό, σε βράχο 116 μέτρων, δεσπόζει η αρχαία Ακρόπολη της Λίνδου. Εκεί βρίσκονται ναός της Αθηνάς Λινδίας, ελληνιστική στοά και προπύλαια. Η θέα προς τα δύο φυσικά λιμάνια και το απέραντο Αιγαίο είναι μαγευτική.

Στη **Λέρο**, η πόλη του Λακκίου είναι λιγότερο γνωστή αλλά εξίσου συναρπαστική. Οι Ιταλοί κατακτητές της Δωδεκανήσου κατάλαβαν την στρατηγική σημασία του λιμανιού και έχτισαν την πόλη από την αρχή τη δεκαετία του 1930 για να στεγάσουν το ναυτικό και αεροπορικό προσωπικό. Το Λακκί (τότε Portolago) σχεδιάστηκε από τους Ιταλούς αρχιτέκτονες Αρμάντο Μπερναμπίτι και Ροδόλφο Πετράκο, που εμπνεύστηκαν από τον Ντε Κίρικο, τους αρχαίους ναούς και κινήματα όπως το αρ ντεκό, το μπάουχαους και την αναγέννηση. Σήμερα, θεωρείται ένα από τα σημαντικότερα δείγματα ορθολογιστικής αρχιτεκτονικής εκτός Ιταλίας — τα αρ ντεκό κτίριά του συγκρίνονται με αυτά του Μαϊάμι. Πρόσφατα έχουν γίνει προσπάθειες για την αποκατάσταση ιστορικών κτιρίων, όπως τα ναυτικά στρατόπεδα, ο κινηματογράφος και το δημαρχείο. ●

Rhodes' seaside village of Lindos might attract considerably more visitors than Olympos, however, its uniqueness is unquestionable. You would be forgiven for thinking you find yourself in a Cycladic, rather than a Dodecanese, settlement. Whitewashed homes trickle down a hillside, narrow alleyways are draped with pale pink and magenta bougainvillea and a pair of sandy beaches, washed by aquamarine waters, tempt sun worshippers. High above the village, atop a sheer 116m-high rocky platform, lies the well-preserved ancient Acropolis of Lindos. Remains of a temple dedicated to the goddess Athena Lindia, a Hellenistic stoa and propylaea are among the archaic attractions standing tall on the site. From there, the views of two natural harbours and a vast, navy blue Aegean are nothing short of spellbinding.

On **Leros**, the town of Lakki is lesser-known but equally fascinating. Italian occupiers of the Dodecanese swiftly recognised the strategic importance of Lakki, host to one of the eastern Mediterranean's largest natural harbours. Built from scratch during Italian fascist dictator Mussolini's reign in the 1930s to house Italian navy and airforce officers and their families, the town was known as Portolago. Prominent Italian architects Armando Bernabiti and Rodolfo Petracco designed public buildings, grand villas and a covered market, among other structures. They found inspiration in the works of Greek-born painter Giorgio de Chirico and ancient temples, adding art deco, Bauhaus, Venetian and renaissance elements to an eclectic mix of architectural styles. Indeed, they relished a playful, relatively free hand in fashioning their creations. Today, Lakki is considered one of the finest examples of rationalist architecture outside Italy and its art deco buildings are comparable to those of Miami. In recent years, efforts have been made to restore the historic buildings, including the naval barracks, cinema and town hall. ●

SOUTH AEGEAN



You'll come
for the sea.
But you will discover
so much more.

Aegean Islands

GREECE



MORE THAN
YOU CAN
SEA

Discover more: aegeanislands.gr





MATERA

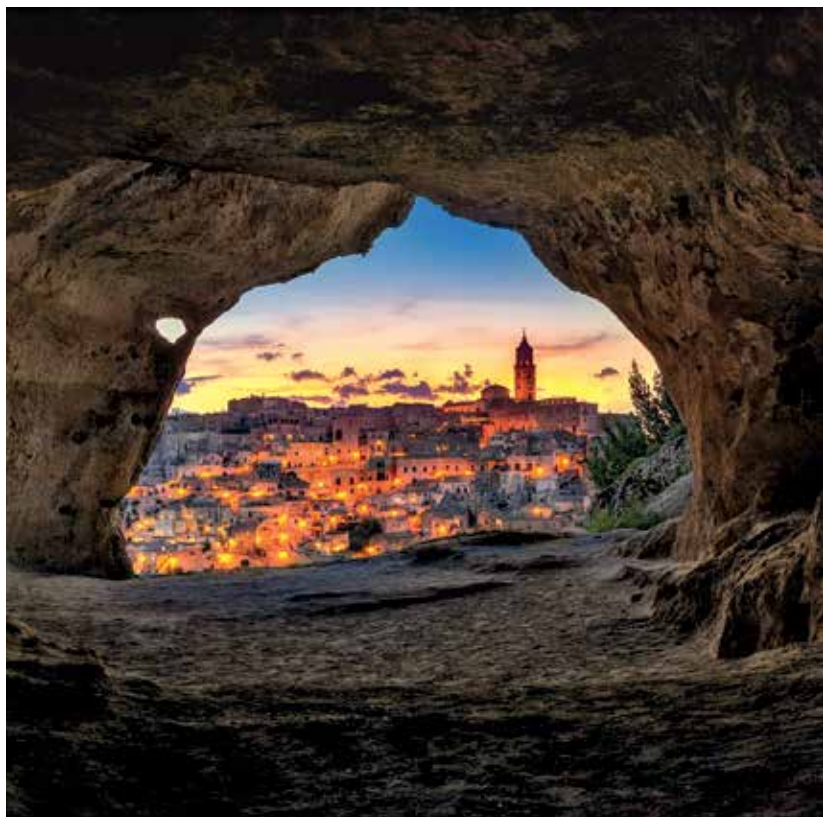
ΓΝΩΡΙΜΙΑ ΜΕ
ΜΙΑ ΑΠΟ ΤΙΣ
ΑΡΧΑΙΟΤΕΡΕΣ
ΠΟΛΕΙΣ ΤΟΥ
ΚΟΣΜΟΥ!

A JOURNEY
THROUGH
ONE OF
THE OLDEST
CITIES IN THE
WORLD

By Vicky Apostolopoulou

Η ΜΑΤΕΡΑ, ΜΑΓΕΥΕΙ ΤΟΥΣ ΕΠΙΣΚΕΠΤΕΣ ΤΗΣ ΜΕ ΤΑ ΤΟΠΙΑ, ΤΗΝ ΜΟΝΑΔΙΚΗ ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΙΚΗ, ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΤΗΝ ΙΣΤΟΡΙΑ ΤΗΣ. ΤΑ ΠΗΛΙΝΑ ΑΓΓΕΙΑ ΤΗΣ ΠΡΩΙΜΗΣ ΝΕΟΛΙΘΙΚΗΣ ΠΕΡΙΟΔΟΥ ΠΟΥ ΕΧΟΥΝ ΑΝΑΚΑΛΥΦΘΕΙ ΣΤΙΣ ΣΠΗΛΙΕΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΟΧΗΣ ΑΠΟΔΕΙΚΝΥΟΥΝ ΟΤΙ Η ΠΟΛΗ ΧΡΟΝΟΛΟΓΕΙΤΑΙ ΑΠΟ ΤΗΝ ΠΡΟΪΣΤΟΡΙΚΗ ΕΠΟΧΗ.

MATERA CAPTIVATES VISITORS WITH ITS STUNNING LANDSCAPES, UNIQUE ARCHITECTURE, AND RICH HISTORICAL TAPESTRY. EVIDENCE OF ITS PREHISTORIC ORIGINS CAN BE FOUND IN THE CLAY VESSELS FROM THE EARLY NEOLITHIC PERIOD UNEARTHED IN ITS CAVES, REVEALING A CITY STEEPED IN ANTIQUITY.



Η Ματέρα βρίσκεται στην νότια Ιταλία, στη περιοχή Μπαζιλικάτα, δίπλα σε ένα μικρό φαράγγι, όπου ρέει ο ποταμός Γκραβίνα. Λόγω της ιδιαιτερότητας του τοπίου που θυμίζει Ιερουσαλήμ, στη Ματέρα έχουν γυριστεί πολλές κινηματογραφικές ταινίες, αρκετές από τις οποίες είναι βιβλικές, όπως το Κατά Ματθαίον Ευαγγέλιο (1964) του Πιέρ Πάολο Παζολίνι, τα Πάθη του Χριστού (2004) του Μελ Γκίμπσον και ένα μέρος της ταινίας Τζέιμς Μπόντ, No Time to Die (2021).

Εκκινάμε την περιήγηση μας από το ιστορικό κέντρο, τις δύο συνοικίες γνωστές ως Sassi di Matera, το Sassi Caveoso και το Sassi Barisano. Το 1993 χαρακτηρίστηκαν από την UNESCO Μνημεία Παγκόσμιας Κληρονομιάς, ως «το πιο εξαιρετικό και ανέπαφο παράδειγμα τρωγλοδυτικού οικισμού στην περιοχή της Μεσογείου, απόλυτα προσαρμοσμένο στο έδαφος και το οικοσύστημά του». Η περιπλάνηση μας στα Σάσι, με τις αρχαίες σπηλαιώδεις κατοικίες που διατηρούνται σε άριστη κατάσταση και τις υπόγειες διαδρομές, είναι ένα ταξίδι πίσω στο χρόνο. Χανόμαστε στα αμέτρητα πέτρινα δρομάκια θαυμάζοντας τα σπίτια - σπηλιές και τις αμέτρητες εκκλησίες. Κάνουμε μια στάση στον Καθεδρικό Ναό της πόλης, του 13ου αιώνα, με την μαρκό αρχιτεκτονική, που βρίσκεται στο ψηλότερο σημείο μεταξύ των δύο Σάσι και μαγευόμαστε από την θέα σε όλη τη πόλη που μας προσφέρει.

Λίγα βήματα από τον Καθεδρικό Ναό, βρίσκουμε την αρχαία Casa Noha, μια κατασκευή με θολωτά ταβάνια και λεπτεπίλεπτες γλυπτές διακοσμήσεις που μας ταξιδεύει στην ιστορία της Ματέρα και μας μαγεύει.





Situated in southern Italy's Basilicata region, Matera rests beside a picturesque gorge carved by the Gravina river. Its striking resemblance to Jerusalem has made it a favored filming location for biblical movies such as Pier Paolo Pasolini's *The Gospel According to St. Matthew* (1964), Mel Gibson's *The Passion of the Christ* (2004), and even part of the James Bond blockbuster *No Time to Die* (2021).

Our journey begins in the historic center, where the renowned districts Sassi di Matera—Sassi Caveoso and Sassi Barisano—await exploration. Designated as a UNESCO World Heritage Site in 1993, the Sassi are celebrated as “the most outstanding, intact example of a troglodyte settlement in the Mediterranean region, perfectly adapted to its terrain and ecosystem.” As we wander through the Sassi's stone-paved alleys, we find ourselves immersed in a bygone era. Ancient cave dwellings remain remarkably preserved, connected by underground passages that speak to the ingenuity of Matera's past inhabitants. Every turn reveals architectural marvels, from cave-houses to storied churches.

A stop at Matera's 13th-century Cathedral, standing proudly between the two Sassi districts, offers not only a fascinating example of Baroque design but also breathtaking panoramic views of the city below.

Just steps from the Cathedral lies Casa Noha, an exquisite historical residence adorned with vaulted ceilings and delicate sculptural details. Inside, the res-





Στην καρδιά της παλιάς πόλης, κάτω από την πλατεία Βιτόριο Βένετο, βρίσκεται η Palombaro Lungo, μια επιβλητική δεξαμενή, που κατασκευάστηκε σε διάφορες φάσεις από τον 16ο αιώνα και μετά. Έχει βάθος 16 μέτρα και μήκος 50 μέτρα και μαζί με άλλες στέρνες αποτελεί ένα μέρος της υπόγειας πόλης (Matera Sotterranea). Αξίζει να την επισκεφτούμε και να ζήσουμε την μοναδική εμπειρία της Matera Sotterranea χάρη στις κομψές διαδρομές που αιωρούνται πάνω από το νερό.

Τέλος δεν θα πρέπει να παραλείψουμε μια επίσκεψη στο Πάρκο Murgia Materana όπου βρίσκονται πάνω από 150 λαξευμένες εκκλησίες και θρησκευτικά κτίσματα, τα οποία χρονολογούνται από τον Μεσαίωνα έως τον 19ο αιώνα και συνδέονται με συγκεκριμένες ιστορικές, κοινωνικές και θρησκευτικές περιόδους της περιοχής.

Δεν χάνουμε επίσης την ευκαιρία να γνωρίσουμε την «Κρύπτη του Προπατορικού Αμαρτήματος», μια λαξευμένη εκκλησία που χρονολογείται από την περίοδο των Λομβαρδών και αποκαλείται η «Καπέλα Σιξτίνα» των λαξευμένων εκκλησιών χάρη στις μοναδικές τοιχογραφίες της.

Το ταξίδι μας τέλος κορυφώνεται στο μαγευτικό Belvedere di Murgia Timone, στην καρδιά του πάρκου, από όπου, ειδικά την ώρα που δύει ο ήλιος, απολαμβάνουμε ένα ατμοσφαιρικό πανόραμα της πόλης. ●

idence takes us on an enchanting journey through Matera's history, leaving us spellbound by its tales.

In the heart of the old town, beneath Vittorio Veneto Square, lies the Palombaro Lungo—a remarkable cistern dating back to the 16th century. At 16 meters deep and 50 meters long, it forms part of Matera's extensive underground network, known as Matera Sotterranea. The elegant suspended walkways allow visitors to experience the atmospheric beauty of underground city.

No trip to Matera would be complete without exploring the Murgia Materana Park, home to more than 150 rock-hewn churches and religious structures, each tied to distinct historical, social, and spiritual chapters spanning the Middle Ages to the 19th century.

Among the park's treasures is the Crypt of Original Sin, a rock-carved church from the Lombard era, often described as the "Sistine Chapel" of cave churches due to its extraordinary frescoes.

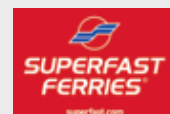
Finally, the journey culminates at the Belvedere di Murgia Timone, in the heart of the park which offering unparalleled views of Matera, especially at sunset, when the panorama transforms into an ethereal scene. ●



**ΠΩΣ
ΘΑ ΠΑΤΕ
HOW TO
GET THERE**

Από **ΠΑΤΡΑ** ή **ΙΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑ** για **ΜΠΑΡΙ** ▸
ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΕΣ ΑΝΑΧΩΡΗΣΕΙΣ ΜΕ ΤΗ SUPERFAST FERRIES.
Περισσότερες πληροφορίες στο www.superfast.com

From **PATRAS** or **IGOUMENITSA** to **BARI** ▸
DAILY DEPARTURES WITH SUPERFAST FERRIES
More info on www.superfast.com



Together we create memories

- ANCONA - CORFU - IGOUMENITSA - PATRAS
- BARI - CORFU - IGOUMENITSA - PATRAS
- VENICE - CORFU - IGOUMENITSA - PATRAS



**20%
DISCOUNT**

- Family & Friends
- Air Seat
- Economy
- Youth
- Senior



**30%
DISCOUNT**

on tickets for Silver
& Gold members!



Above offers are valid in the Adriatic Sea routes.
Please visit superfast.com for special terms & conditions.

FOR INFORMATION & BOOKINGS:

Visit **superfast.com**, call us at +30 210 89 19 800, contact your travel agent

or explore the new **seamore** app



SUPERFAST FERRIES
Member of Attica Group



Μια πόλη σαν πίνακας ζωγραφικής!

AMALFI

A CITY LIKE A PAINTING!

By Vicky Apostolopoulou

Η ΠΟΛΗ ΑΜΑΛΦΙ ΘΕΩΡΕΙΤΑΙ Η ΒΑΣΙΛΙΣΣΑ ΤΗΣ ΟΜΩΝΥΜΗΣ ΑΚΤΗΣ ΠΟΥ ΑΝΑΓΝΩΡΙΣΤΗΚΕ ΑΠΟ ΤΟ 1997 ΑΠΟ ΤΗΝ UNESCO ΩΣ ΜΝΗΜΕΙΟ ΠΑΓΚΟΣΜΙΑΣ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑΣ. ΤΑ ΕΠΙΒΛΗΤΙΚΑ ΒΟΥΝΑ ΠΟΥ ΤΗΝ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΥΝ ΒΥΘΙΖΟΝΤΑΙ ΣΤΑ ΤΙΡΚΟΥΑΖ ΝΕΡΑ ΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΑΣ, ΔΗΜΙΟΥΡΓΩΝΤΑΣ ΕΝΑ ΠΑΝΕΜΟΡΦΟ ΣΚΗΝΙΚΟ ΠΟΥ ΘΥΜΙΖΕΙ ΠΙΝΑΚΑ ΖΩΓΡΑΦΙΚΗΣ. ΕΔΩ, ΕΚΤΟΣ ΑΠΟ ΤΗ ΜΑΓΕΥΤΙΚΗ ΘΑΛΑΣΣΑ, ΘΑ ΑΝΑΚΑΛΥΨΕΤΕ ΠΟΛΥΤΙΜΑ ΙΣΤΟΡΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ, ΕΝΑ ΓΟΗΤΕΥΤΙΚΟ ΧΩΡΙΟ ΚΑΙ ΜΙΑ ΜΑΓΕΥΤΙΚΗ ΦΥΣΗ.

THE CITY OF AMALFI IS CONSIDERED THE QUEEN OF THE AMALFI COAST, WHICH WAS DESIGNATED A UNESCO WORLD HERITAGE SITE IN 1997. THE MAJESTIC MOUNTAINS THAT SURROUND IT PLUNGE INTO THE TURQUOISE WATERS OF THE SEA, CREATING A STUNNING LANDSCAPE THAT COULD EASILY HAVE LEAPT FROM THE CANVAS OF A MASTER PAINTER. HERE, BEYOND THE ENCHANTING SEA, YOU'LL DISCOVER VALUABLE HISTORICAL TREASURES, A CHARMING VILLAGE, AND CAPTIVATING NATURE.



Πρόκειται για μια πόλη πραγματικό στολίδι. Χτισμένη αμφιθεατρικά, με τις επιβλητικές εκκλησίες, τα μεγαλόπρεπα νεοκλασικά κτίρια και τα καλοδιατηρημένα αρχοντικά του περασμένου αιώνα, αποτελεί από μόνη της προορισμό. Το Αμάλφι υπήρξε ακμάζουσα Ναυτική Δημοκρατία από τον 9ο έως τον 11ο Αιώνα κι ένα κέντρο εμπορίου στη Μεσόγειο, με έντονη δραστηριότητα προς τις ανατολικές αγορές. Περιηγηθείτε στον λαβύρινθο των σοκακιών και κατευθυνθείτε στην Piazza Duomo όπου θα βρείτε ένα από τα σημαντικότερα αξιοθέατα της πόλης τον Καθεδρικό Ναό του Αγίου Ανδρέα, που δεσπόζει στο κέντρο της πλατείας με τη μεγαλοπρεπή σκάλα του. Πρόκειται για ένα πραγματικό αρχιτεκτονικό αριστούργημα. Ξεχωρίζει για την νεο-μαυριτανική πρόσοψή του, που αποτελεί εξαιρετικό δείγμα της αρχιτεκτονικής αυτής. Εδώ φυλάσσεται μέρος των λειψάνων του Αγίου Ανδρέα σε κρύπτη, τα οποία μεταφέρθηκαν το 1210 από την Κωνσταντινούπολη. Επίσης, φυλάσσεται και μία χρυσή λάρνακα με την κάρα του Αγίου.

Στο Αμάλφι μπορείτε να απολαύσετε ημέρες χαλάρωσης δίπλα στη θάλασσα, μέσα σε ένα εκθαμβωτικό τοπίο. Η πιο προσβάσιμη παραλία είναι η Marina Grande, πολύ κοντά στο κέντρο της πόλης. Είναι η μεγαλύτερη και ίσως η διασημότερη παραλία στο

Once a flourishing maritime republic from the 9th to the 11th century, Amalfi was a thriving trading hub in the Mediterranean, particularly active in trade with eastern markets. Wander through the maze of narrow streets and head toward Piazza Duomo, where you'll find one of the city's most important landmarks—the Cathedral of Saint Andrew, which dominates the square with its grand staircase. It is a true architectural masterpiece, notable for its Neo-Moorish façade, an exceptional example of that style. A part of Saint Andrew's relics is kept in the crypt, brought from Constantinople in 1210. Also preserved is a golden reliquary containing the saint's skull.

In Amalfi, you can enjoy relaxing days by the sea in a dazzling setting. The most accessible beach is Marina Grande, very close to the city center. It is the largest and perhaps the most famous beach in the Amalfi Coast. It has a mix of sand and pebbles and is fully equipped with umbrellas, sunbeds, bars, and restaurants. While very convenient, it can get quite crowded during peak tourist season.

For a more secluded experience, Spiaggia del Duoglio is the ideal choice. Just getting there is an experience—it involves a scenic green path and a 400-step staircase leading to a bay with crystal-clear



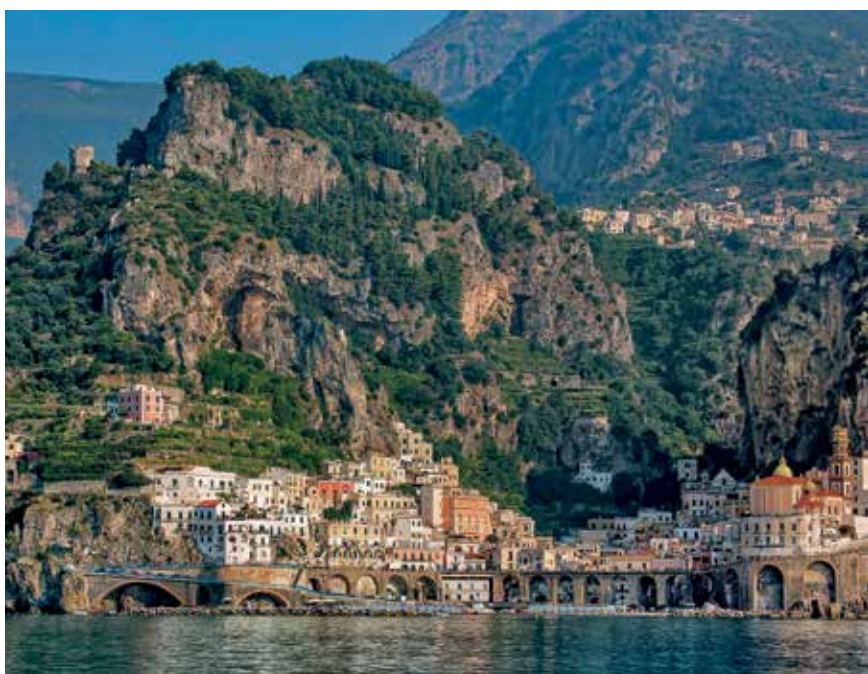
Αμάλφι. Είναι μια παραλία με άμμο και βότσαλα, πλήρως εξοπλισμένη με ομπρέλες, ξαπλώστρες, μπαρ και εστιατόρια. Είναι ιδιαίτερα βολική, αλλά συχνά πολύβουη κατά την υψηλή τουριστική περίοδο.

Για πιο απομονωμένες εμπειρίες, η Spiaggia del Duooglio είναι η ιδανική επιλογή. Η διαδρομή για να φτάσετε εκεί είναι από μόνη της μια εμπειρία, καθώς περιλαμβάνει ένα πράσινο μονοπάτι και μια σκάλα 400 σκαλοπατιών, που οδηγεί σε έναν κόλπο με κρυστάλλινα νερά. Μπορείτε επίσης να φτάσετε εκεί με μικρά σκάφη που αναχωρούν από την προβλήτα του Αμάλφι. Αν θέλετε να απολαύσετε τον ήλιο, ξεκινήστε νωρίς το πρωί, καθώς το απόγευμα ο κόλπος είναι σκιερός.

Επίσης μην παραλείψετε την παραλία Santa Croce, η οποία είναι προσβάσιμη μόνο με καραβάκι που φεύγει από το λιμάνι του Αμάλφι. Τα καταγάλανα νερά της πήραν το όνομά τους από το παλιό εκκλησάκι, τα ερείπια του οποίου βρίσκονται πολύ κοντά στην ακτή.

ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ ΓΙΑ ΤΟ ΑΜΑΛΦΙ

- * Να επισκεφτείτε τη Σμαραγδένια Σπηλιά (Grotta dello Smeraldo) με τους σταλακτίτες και σταλαγμίτες της, θα σας μαγέψει με το σμαραγδένιο χρώμα των νερών, από το οποίο πήρε και το όνομά της, που αλλάζει διαρκώς ανάλογα με το φως που φιλτράρεται από την είσοδο. Στο βυθό της σπηλιάς υπάρχει ένα υποθαλάσσιο σπήλαιο της Γέννησης, το οποίο οι δύτες τιμούν στις μεγάλες θρησκευτικές γιορτές.
- * Να ανεβείτε στο ψηλότερο σημείο της πόλης, κοντά στο νεκροταφείο και να απολαύσετε μια ανεπανάληπτη θέα, Μπορείτε να φτάσετε μόνο πεζοί, ανεβαίνοντας σκάλες και στενά σοκάκια. Από εκεί, η θέα από τα φώτα της πόλης, που αντανακλούν στη θάλασσα και των παλιών σπιτιών είναι πραγματικά ανεπανάληπτη.
- * Να απολαύσετε το ηλιοβασίλεμα πίνοντας ένα



waters. Alternatively, you can take a small boat from Amalfi's pier. If you want to enjoy the sun, go early in the morning, as the bay is shaded in the afternoon.

Don't miss Santa Croce beach, accessible only by boat from Amalfi's port. Its deep blue waters are named after the ruins of an old chapel (Santa Croce) located near the shore.

TIPS

- * Visit the Emerald Grotto (Grotta dello Smeraldo), adorned with stalactites and stalagmites. You'll be mesmerized by the emerald color of the water, which changes constantly depending on the light entering



One Group Four Leading Brands A Shared Vision



With a longstanding presence in Greek and international seas, Attica Group is a leader in the Greek passenger shipping industry and ranks among the world's largest ferry companies.

Thirty-eight (38) modern ships connect, daily, more than 55 destinations, delivering premium transport services across Greece and on Greece-Italy routes, ensuring a pleasant journey for our passengers.

Driven by a steadfast commitment to incorporating the principles of responsible and sustainable development across all business operations, Attica Group invests in practices that minimize its environmental impact while creating value for shareholders, employees and local communities.

We support the Greek economy and society, invest in the passenger shipping sector,
and contribute to the growth and vitality of our islands.

www.attica-group.com



απεριτίφ στις βεράντες των μπαρ δίπλα στη θάλασσα στη παραλία Marina Grande η οποία συνήθως αδειάζει εκείνη την ώρα.

* Να τελειώσετε το γεύμα σας πίνοντας ένα λιμοντσέλο το λικέρ που φτιάχνεται από τα περίφημα λεμόνια της περιοχής και το οποίο είναι φημισμένο σε ολόκληρη την Ακτή.

* Να κάνετε μια στάση σε ένα από τα παγωτατζήδικα για ένα παγωτό λεμόνι-σοκολάτα ή ένα σορμπέ λεμόνι.

* Να απολαύσετε τις γεύσεις του Αμάλφι δοκιμάζοντας Scialatielli ai frutti di mare (χειροποίητα ζυμαρικά με θαλασσινά), Paccheri al limone (παραδοσιακά ζυμαρικά με λεμόνι) ή ένα απλό Scarpariello, όπου η γεύση της τομάτας και του βασιλικού είναι μοναδική.

Το Αμάλφι είναι ένας προορισμός που συνδυάζει ιστορία, φύση και γαστρονομία, δημιουργώντας μια εμπειρία που θα μείνει αξέχαστη. ●

the cave. At the bottom, there is an underwater nativity scene that divers honor during major religious festivals.

* Climb to the highest point in the city, near the cemetery, to enjoy an unforgettable view. You can only reach it on foot, by climbing stairs and narrow alleys. From there, the city's lights reflected on the sea, and the view of old houses creates a truly unique sight.

* Watch the sunset while sipping an aperitif on the terraces of the seaside bars at Marina Grande, which usually empties around that time.

* End your meal with a glass of limoncello, the local liqueur made from the region's famous lemons, renowned across the entire Amalfi Coast.

* Stop by one of the gelaterias for a lemon-chocolate ice cream or a refreshing lemon sorbet.

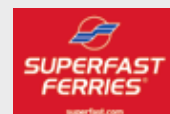
* Savor the local cuisine by trying dishes like: Scialatielli ai frutti di mare (handmade pasta with seafood), "Paccheri al Limone" (traditional pasta with lemon), or a simple "Scarpariello", where the flavors of tomato and basil are genuinely unique. Amalfi is a destination that combines history, nature, and gastronomy, creating an experience that will stay with you forever. ●



**ΠΩΣ
ΘΑ ΠΑΤΕ
HOW TO
GET THERE**

Από **ΠΑΤΡΑ** ή **ΙΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑ** για **ΜΠΑΡΙ** ▶
ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΕΣ ΑΝΑΧΩΡΗΣΕΙΣ ΜΕ ΤΗ SUPERFAST FERRIES.
Περισσότερες πληροφορίες στο www.superfast.com

From **PATRAS** or **IGOUMENITSA** to **BARI** ▶
DAILY DEPARTURES WITH SUPERFAST FERRIES
More info on www.superfast.com

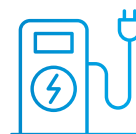
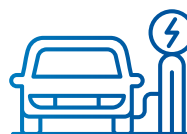


FUTURE IS NOW

ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΕΣ ΛΥΣΕΙΣ ΦΟΡΤΙΣΗΣ ΗΛΕΚΤΡΙΚΩΝ ΟΧΗΜΑΤΩΝ



electrified
ALL ABOUT CHARGING



Thessi Megali Avli, 19001 Keratea P.O. Box 60019. Attica / Greece
E.: info@electrified.gr T.: +30.210.2203536

www.electrified.gr



1

ΚΥΚΛΑΔΙΤΙΣΣΕΣ

Άγνωστες ιστορίες γυναικών των Κυκλάδων

ΣΤΟ ΑΝΑΚΑΙΝΙΣΜΕΝΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΤΗΣ ΘΗΡΑΣ

PHOTO: Paris Tavitian © Museum of Cycladic Art



2



3



4

KYKLADITISSES

Untold stories of women in the Cyclades

AT THE RENOVATED MUSEUM OF THIRA

Η ΠΑΝΚΥΚΛΑΔΙΚΗ, ΕΜΒΛΗΜΑΤΙΚΗ ΕΚΘΕΣΗ «ΚΥΚΛΑΔΙΤΙΣΣΕΣ: ΑΓΝΩΣΤΕΣ ΙΣΤΟΡΙΕΣ ΓΥΝΑΙΚΩΝ ΤΩΝ ΚΥΚΛΑΔΩΝ», ΤΗΝ ΟΠΟΙΑ ΔΙΟΡΓΑΝΩΣΑΝ ΣΤΗΝ ΑΘΗΝΑ ΤΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΚΥΚΛΑΔΙΚΗΣ ΤΕΧΝΗΣ ΚΑΙ ΤΟ ΥΠΟΥΡΓΕΙΟ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ ΔΙΑ ΤΗΣ ΕΦΟΡΕΙΑΣ ΑΡΧΑΙΟΤΗΤΩΝ ΚΥΚΛΑΔΩΝ, ΜΕΤΑΦΕΡΘΗΚΕ ΣΤΗ ΣΑΝΤΟΡΙΝΗ ΕΓΚΑΝΙΑΖΟΝΤΑΣ ΤΟ ΑΝΑΚΑΙΝΙΣΜΕΝΟ ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ΘΗΡΑΣ.

THE ICONIC PAN-CYCLADIC EXHIBITION, "KYKLADITISSES: UNTOLD STORIES OF WOMEN IN THE CYCLADES" ORIGINALLY CURATED IN ATHENS BY THE MUSEUM OF CYCLADIC ART IN COLLABORATION WITH THE MINISTRY OF CULTURE AND THE EPHORATE OF ANTIQUITIES OF THE CYCLADES, HAS NOW MADE ITS WAY TO SANTORINI TO INAUGURATE THE NEWLY RENOVATED ARCHAEOLOGICAL MUSEUM OF THIRA..

Η ΕΚΘΕΣΗ, περιγράφει την ιστορία, μέσα από τα μάτια των γυναικών των Κυκλάδων, από την αρχαιότητα μέχρι και τον 19ο αιώνα, φιλοξενώντας 180 μοναδικά αριστουργήματα, από όλα σχεδόν τα μουσεία και τις αρχαιολογικές συλλογές, των νησιών: Αμοργό, Άνδρο, Δήλο, Θήρα, Ίο, Κέα, Κύθνο, Μήλο, Μύκονο, Νάξο, Πάρο, Σέριφο, Σίκινο, Σίφνο, Σύρο, Τήνο και Φολέγανδρο. Τα εκθέματα χρονολογούνται από την πρώιμη προϊστορία μέχρι και τη γέννηση του ελληνικού κράτους. Έργα μοναδικά, τα περισσότερα από αυτά δεν έχουν ταξιδέψει ποτέ εκτός Κυκλάδων και εκτός του Μουσείου Κυκλαδικής Τέχνης, ενώ ορισμένα δεν έχουν παρουσιαστεί ποτέ στο κοινό. Εκτός από τα μαρμάρινα κυκλαδικά ειδώλια της πρωτοκυκλαδικής περιόδου του Μουσείου Κυκλαδικής Τέχνης, η έκθεση περιλαμβάνει 135 εκθέματα από τις συλλογές της Εφορείας Αρχαιοτήτων Κυκλάδων, αλλά και εκθέματα από το Μουσείο Κανελλόπουλου, το Επιγραφικό Μουσείο Αθηνών, την Εφορεία Παλαιοανθρωπολογίας και Σπηλαιολογίας, σημαντικά Ιδρύματα και ιδιωτικές συλλογές.

Η έκθεση επιχειρεί να προσεγγίσει τη θέση των γυναικών στις νησιωτικές κοινωνίες, μέσα από μικρές ή μεγαλύτερες «ανείπωτες» ιστορίες που μας αφηγούνται οι ίδιες, είτε μέσα από τα λόγια τους είτε μέσα από τα υλικά τους κατάλοιπα, σχεδόν πάντα όμως μέσα από τα μάτια των ανδρών της εποχής τους. Φέρνει έτσι στο φως άγνωστους ρόλους των γυναικών στο πέρασμα του χρόνου και πώς οι ρόλοι αυτοί επηρεάστηκαν από τη νησιωτικότητά τους. Θεότητες και μύτερες, ιέρειες, εταίρες, έμποροι, μαχήτριες, διανοούμενες, θρηνηδοί, μάγισσες, μετανάστριες, πρωταγωνιστούν στην έκθεση. Ο επισκέπτης θα γνωρίσει τις Κυκλαδίτισσες τόσο στον δημόσιο βίο όσο και στην ιδιωτική σφαίρα, στην κοινωνική, πολιτική, θρησκευτική και οικογενειακή ζωή.

Ειδώλια και μεγάλο μεγέθους γλυπτά, αγγεία, κοσμήματα, νομίσματα, επιτύμβιες στήλες και επιγραφές με νομικά κείμενα, τοιχογραφίες, ψηφιδωτά, χαρακτικά, χειρόγραφα και εικόνες που χρονολογούνται από τα προϊστορικά έως τα μεταβυζαντινά χρόνια, συνθέτουν το μωσαϊκό της έκθεσης. Από τα εκθέματα αυτά, πολλά από τα οποία θα

THIS GROUNDBREAKING EXHIBITION offers a unique perspective on history, as seen through the eyes of Cycladic women, spanning from antiquity to the 19th century.

Visitors can marvel at 180 exceptional masterpieces sourced from almost all the museums and archaeological collections of the Cyclades—including Amorgos, Andros, Delos, Thira, Ios, Kea, Kythnos, Milos, Mykonos, Naxos, Paros, Serifos, Sikinos, Sifnos, Syros, Tinos, and Folegandros. These works, dating from early prehistory to the dawn of the modern Greek state, include rare artifacts that have never left the Cyclades or the Museum of Cycladic Art—some making their public debut in this exhibition.

Highlights include Cycladic marble figurines from the Early Cycladic period, alongside 135 remarkable objects from the Ephorate of Antiquities of the Cyclades' collection, supplemented by contributions from prestigious institutions such as the Kanellopoulos Museum, the Epigraphic Museum of Athens, and the Ephorate of Paleoanthropology and Speleology, as well as private collections. Through these untold stories—relayed through material remains or the women's voices—the exhibition sheds light on the previously unknown roles of women in insular societies. These narratives, often shaped by the perceptions of men of their time, illuminate how island life influenced women's societal roles over centuries.

The Cycladic women (Kykkladitisses)—goddesses, mothers, priestesses, courtesans, merchants, warriors, intellectuals, mourners, witches, and migrants—step into the spotlight. Visitors will uncover their public and private roles, exploring their impact on social, political, religious, and family spheres. The exhibition features an extraordinary mosaic of artifacts, including figurines, large-scale sculptures, vases, jewelry, coins, funerary stelae, legal inscriptions, frescoes, mosaics, engravings, manuscripts, and icons, spanning prehistoric to post-Byzantine periods. Among the standout pieces are: The colossal Kore of Thira (2.48 m tall), a rare, nearly intact Archaic statue. The iconic fresco from Akrotiri on Thera, depicting “Women in the Sanctuary,” measures almost 4 meters long and Artemis Elaphebolos from Delos, a statue from the Hellenistic Period, which is being exhibited outside the island for the first time.



1. 2. 3. Όψεις της έκθεσης / Exhibition Highlights

4. Μαρμάρινη κεφαλή γυναικείας μορφής, πιθανότατα της Αφροδίτης. Ύστερων Ελληνιστικών χρόνων. Αρχαιολογικό Μουσείο Θήρας, 011. / Marble head of a female figure, likely Aphrodite, from the Late Hellenistic period. Archaeological Museum of Thera, no. 011.

5. Μαρμάρινο άγαλμα κολοσσικής Κόρης, 600-575 π.Χ. (.). Αρχαιολογικό Μουσείο Θήρας, 790. / Marble statue of a colossal Kore, 600-575 BC (?). Archaeological Museum of Thera, no. 790.



μπορούσαν να αποτελέσουν αντικείμενα έκθεσης από μόνα τους, τρία έργα ξεχωρίζουν λόγω μοναδικότητας και μεγέθους: Η κολοσσιακή Κόρη της Θήρας (2,48 μ. ύψος), ένα από τα ελάχιστα σχεδόν ακέραια αρχαϊκά αγάλματα, η εμβληματική τοιχογραφία από το Ακρωτήριο της Σαντορίνης που παρουσιάζει τις «Γυναίκες στο Άδυτο», έργο μοναδικό και μνημειακών διαστάσεων (μήκους σχεδόν 4 μ.), αλλά και το ελληνιστικό άγαλμα της Ελαφνιόλου Αρτέμιδος από τη Δήλο, το οποίο για πρώτη φορά παρουσιάζεται εκτός του νησιού.

Η Attica Group με τα πλοία της Blue Star Ferries είχε την τιμή να συνοδέψει τις υπέροχες «Κυκλαδίτισσες» και πολλά ακόμη μοναδικά αρχαιολογικά εκθέματα, αρχικά στην Αθήνα και κατόπιν στη Σαντορίνη, για να πάρουν την θέση τους στην εμβληματική έκθεση «Κυκλαδίτισσες. Άγνωστες Ιστορίες γυναικών των Κυκλάδων». Ο Όμιλος, πιστός πάντα στον προσανατολισμό του για ενδυνάμωση και στήριξη των νησιών και για προβολή του Ελληνικού πολιτισμού και ειδικότερα του πολιτισμού του Αιγαίου, στήριξε αυτή την έκθεση που παρουσιάζει την ιστορία μέσα από τα μάτια των Κυκλαδίτισσών, «ταξιδεύοντας» μοναδικά και εμβληματικά εκθέματα από όλα σχεδόν τα μουσεία και τις αρχαιολογικές συλλογές των νησιών. ●

Επιμελητές της έκθεσης:

Δρ Δημήτρης Αθανασούλης, Διευθυντής Εφορείας Αρχαιοτήτων Κυκλάδων

και οι Επιστημονικοί Διευθυντές του Μουσείου Κυκλαδικής Τέχνης:

Δρ Παναγιώτης Ιωσήφ, Καθηγητής στο Πανεπιστήμιο Radboud της Ολλανδίας

Δρ Ιωάννης Φάππας, Επίκουρος Καθηγητής Προϊστορικής Αρχαιολογίας του Αριστοτελείου Πανεπιστημίου Θεσσαλονίκης.

Τόπος: Αρχαιολογικό Μουσείο Θήρας

Διάρκεια: 14 Ιουνίου 2025 - 31 Οκτωβρίου 2025



1. Όψεις της έκθεσης / Exhibition Highlights

2. Μαρμάρινο σύμπλεγμα Άρτεμις και ελαφιού, 150 – 100 π.Χ.

Αρχαιολογικό Μουσείο Δήλου, Α 449. / Marble group of Artemis and deer, 150–100 BC. Archaeological Museum of Delos, A 449.

Attica Group through its Blue Star Ferries vessels, had the distinct honor of transporting the magnificent “Cycladic Women” along with numerous unique archaeological treasures, first to Athens and then to Santorini. These exceptional artifacts have now found their place in the landmark exhibition titled “Kykkladitisses: Untold Stories of Women in the Cyclades”. True to its mission of empowering and supporting the islands while promoting Greek culture and particularly the vibrant heritage of the Aegean, Attica Group proudly contributed to this extraordinary exhibition, by traveling these rare and iconic artifacts sourced from nearly all the museums and archaeological collections of the Cyclades which showcases the history through the eyes of women in the Cyclades. ●

Curators

Dr. Dimitris Athanasoulis, Director of the Ephorate of Antiquities of the Cyclades and the Scientific Directors of the Museum of Cycladic Art:

Dr. Panagiotis Iossif, Professor at Radboud University, Netherlands,

Dr. Ioannis Fappas, Assistant Professor of Pre-historic Archaeology at Aristotle University of Thessaloniki.

Venue: Archaeological Museum of Thira.

Duration: June 14, 2025 – October 31, 2025.

ΠΩΣ ΘΑ ΠΑΤΕ

HOW TO GET THERE

Από ΠΕΙΡΑΙΑ για ΣΑΝΤΟΡΙΝΗ

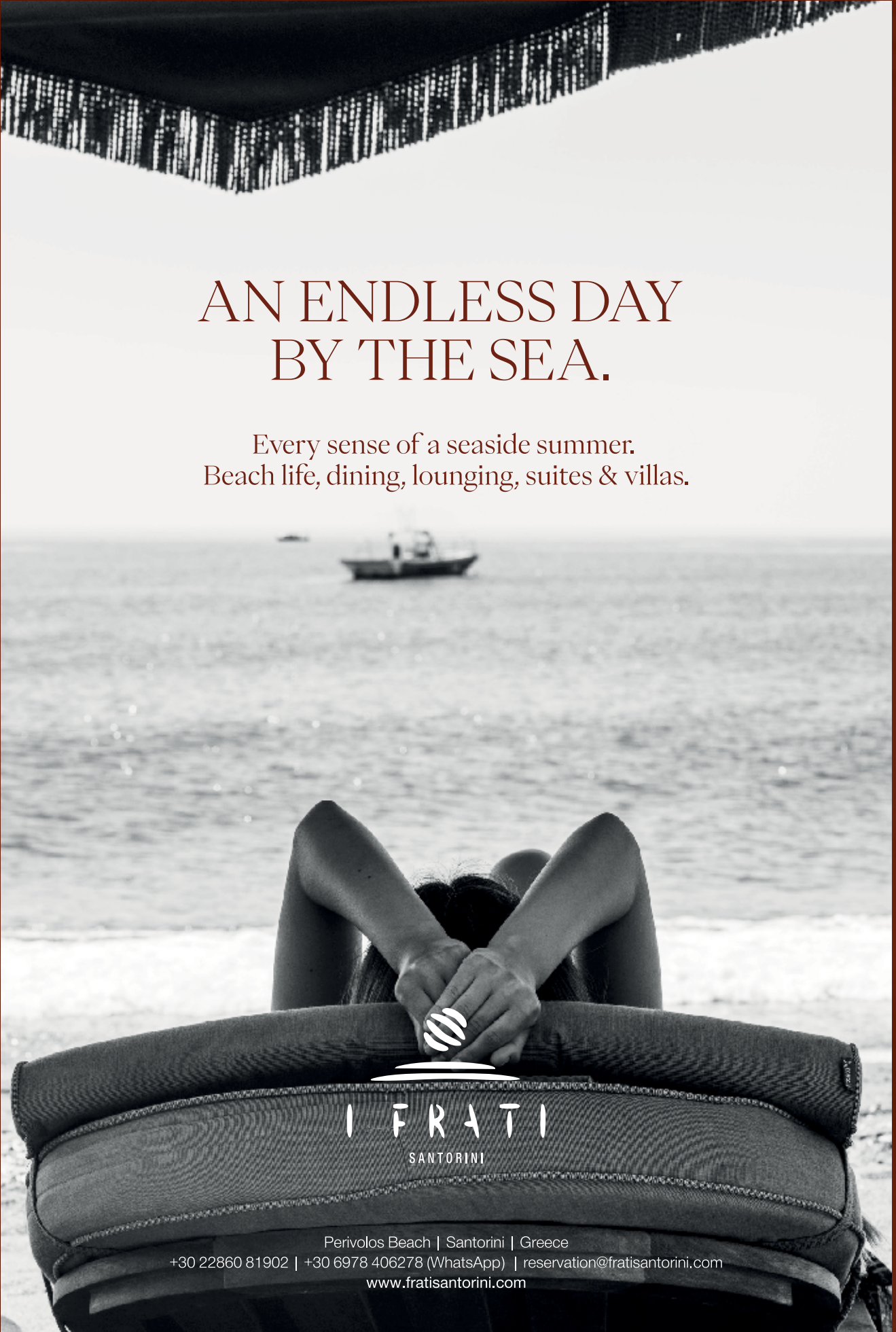
- ▶ ΕΩΣ 3 ΗΜΕΡΗΣΙΕΣ ΑΝΑΧΩΡΗΣΕΙΣ ΜΕ ΣΥΜΒΑΤΙΚΟ
- ▶ 6 ΕΒΔΟΜΑΔΙΑΙΕΣ ΑΝΑΧΩΡΗΣΕΙΣ ΜΕ ΤΑΧΥΠΛΟΟ

Πληροφορίες και κρατήσεις θέσεων στον ταξιδιωτικό σας πράκτορα ή Blue Star Ferries, τηλ.: 210 8919800 ή στο seamore app

From ΠΙΡΑΕΥΣ to ΣΑΝΤΟΡΙΝΗ

- ▶ UP TO 3 DAILY DEPARTURES WITH CONVENTIONAL VESSEL
- ▶ 6 WEEKLY DEPARTURES WITH HIGH-SPEED VESSEL

For information & reservations please contact your travel agent or Blue Star Ferries, tel.: +30 210 8919800 or at seamore app

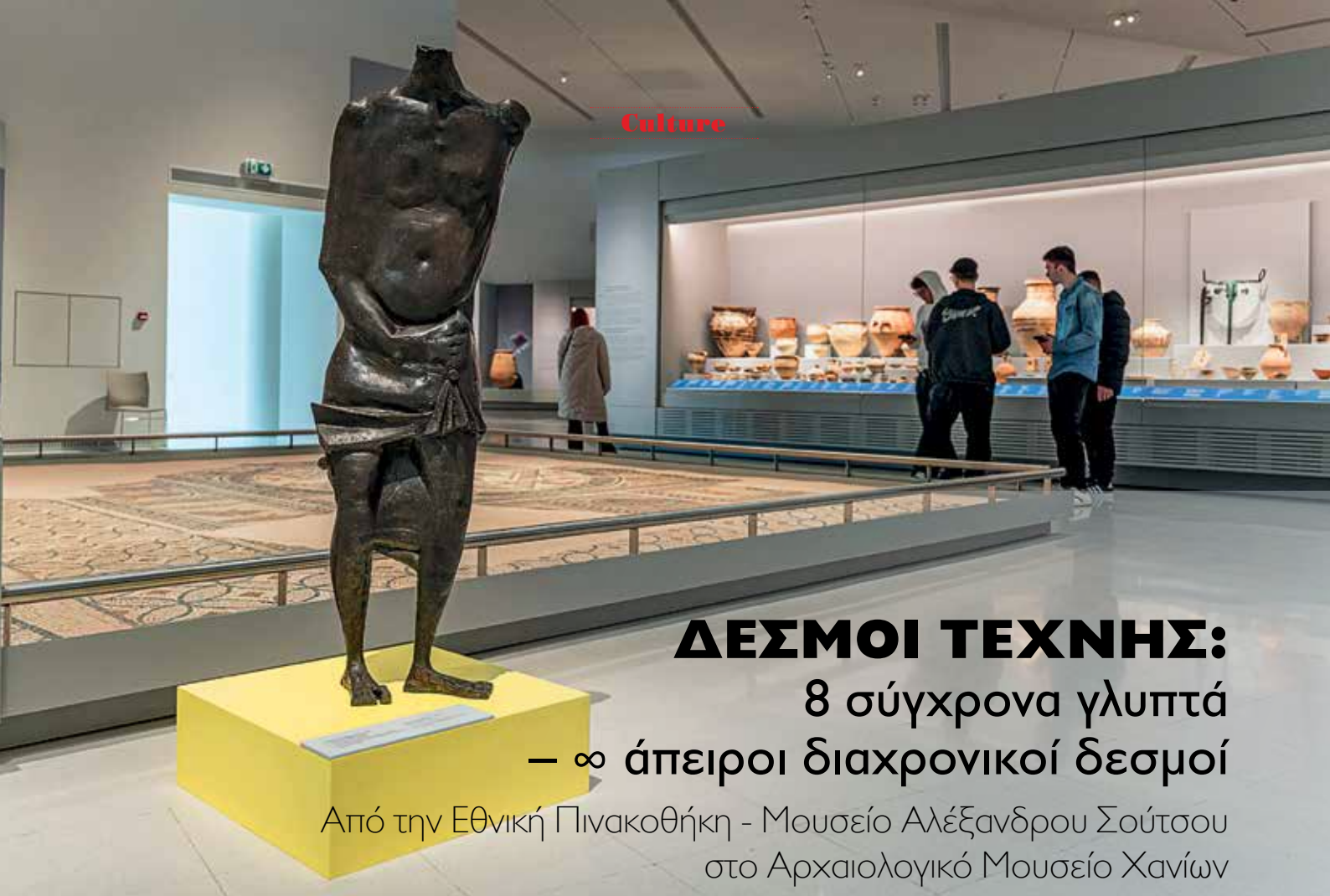


AN ENDLESS DAY BY THE SEA.

Every sense of a seaside summer.
Beach life, dining, lounging, suites & villas.

IFRATI
SANTORINI

Perivolos Beach | Santorini | Greece
+30 22860 81902 | +30 6978 406278 (WhatsApp) | reservation@fratisantorini.com
www.fratisantorini.com



ΔΕΣΜΟΙ ΤΕΧΝΗΣ:

8 σύγχρονα γλυπτά
– ∞ άπειροι διαχρονικοί δεσμοί

Από την Εθνική Πινακοθήκη - Μουσείο Αλέξανδρου Σούτσου
στο Αρχαιολογικό Μουσείο Χανίων

ArTies:

8 Contemporary Sculptures – ∞ Infinite Timeless Bonds

From the National Gallery – Alexandros Soutsos Museum to the
Archaeological Museum of Chania

Η αναδυόμενη (pop-up) έκθεση πραγματοποιείται στο πλαίσιο της νέας δράσης της Εφορείας Αρχαιοτήτων Χανίων με τίτλο Δεσμοί Τέχνης (ArTies), η οποία εκδιπλώνεται στις αίθουσες της Μόνιμης Έκθεσης του Αρχαιολογικού Μουσείου Χανίων με άξονες αναφοράς αντικείμενα προερχόμενα από τις συλλογές Μουσείων, Ιδρυμάτων και Φορέων Πολιτισμού εθνικής και διεθνούς εμβέλειας.

Σκοπός της δράσης είναι η δημιουργία ενός διαδραστικού διαλόγου μεταξύ αρχαίων αντικειμένων και σύγχρονων έργων, που θα καταδεικνύει τη διαχρονικότητα της καλλιτεχνικής έμπνευσης και θα ανανεώνει τον τρόπο με τον οποίο προσεγγίζουμε τους θησαυρούς της πολιτιστικής μας κληρονομιάς.

Ο πρώτος προσκεκλημένος των Δεσμών Τέχνης είναι η Εθνική Πινακοθήκη-Μουσείο Αλέξανδρου Σούτσου, με οκτώ σημαντικά γλυπτά σύγχρονων καταξιωμένων Ελλήνων καλλιτεχνών (Γιαννούλης Χαλεπάς, Μπέλλα Ραφτοπούλου, Χρήστος Καπράλος, Φρόσω Ευθυμιάδη-Μεγαδάκη), τα οποία δεν εκτίθενται στις μόνιμες Συλλογές

Τhis pop-up exhibition is part of the new initiative by the Ephorate of Antiquities of Chania, titled Art Ties (ArTies). The exhibition unfolds within the halls of the Permanent Exhibition of the Archaeological Museum of Chania, featuring objects from the collections of museums, institutions, and cultural organizations of national and international significance.

This initiative aims to create an interactive dialogue between ancient artifacts and contemporary works of art, highlighting the timeless nature of artistic inspiration while offering a fresh perspective on our cultural heritage treasures.

The first guest of the Art Ties initiative is the National Gallery – Alexandros Soutsos Museum, presenting eight significant sculptures by renowned Greek contemporary artists (Giannoulis Chalepas, Bella Raftopoulou, Christos Kapralos, Frosso Efthymiadi-Menegaki). These sculptures, which are not on display in the permanent collections of the National Gallery, serve as the narrative thread that weaves through the Permanent Exhibition of the Archae-

Η σταθερά του καλοκαιριού όλων



Η σταθερά του δικού σου καλοκαιριού

FORGIONKI



ΚΥΚΛΑΔΕΣ • ΔΩΔΕΚΑΝΗΣΑ • Β. ΑΙΓΑΙΟ • ΚΡΗΤΗ

Σταθεροί στο ραντεβού μας και φέτος, σας ταξιδεύουμε γρήγορα και άνετα σε περισσότερα από 25 νησιά σε Κυκλάδες, Δωδεκάνησα, Β. Αιγαίο και Κρήτη για να δημιουργήσετε μοναδικές αναμνήσεις. Με ένα στόλο από 11 σύγχρονα και πολυτελή πλοία, η Blue Star Ferries φροντίζει να σας προσφέρει την ταξιδιωτική εμπειρία που σας αξίζει με υπευθυνότητα και αξιοπιστία.

Attica
Group



ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ:

bluestarferries.com, 210 8919800, στον ταξιδιωτικό σας πράκτορα

ή στο νέο app **seamore**





της Εθνικής Πινακοθήκης. Τα γλυπτά αυτά θα γίνουν το αφηγηματικό νήμα που ξετυλίγεται στη Μόνιμη Έκθεση του Αρχαιολογικού Μουσείου Χανίων και υφαίνει επτά θεματικές συνομιλίες, αποκαλύπτοντας τους άπειρους δεσμούς της πολιτισμικής μας παράδοσης: φτερωτές Νίκες, ατίθασα υβριδικά όντα, φιλάρεσκες και γερασμένες Αφροδίτες, μορφές που χορεύουν, θρηνούν βουβά ή με μεγάλη ένταση, αγέρωχοι και πληγωμένοι οπλίτες, ταφικά σήματα ως διττά σύμβολα για το πεπερασμένο του έρωτα και το αναπόδραστο του θανάτου. Μια γοητευτική συνύπαρξη που προ(σ)καλεί τον επισκέπτη να εξατομικεύσει την εμπειρία της αθόρυβης συνομιλίας ανάμεσα στο αρχαίο και το σύγχρονο έργο, καθώς αυτά ενώνουν τα νήματα ανθρωπίνων βιωμάτων και τα αποτυπώνουν με συναρπαστικούς τρόπους.

Η έκθεση πραγματοποιείται από το Υπουργείο Πολιτισμού και την Εφορεία Αρχαιοτήτων Χανίων, σε συνεργασία με την Εθνική Πινακοθήκη - Μουσείο Αλέξανδρου Σούτσου, και με την υποστήριξη της Περιφέρειας Κρήτης και του Δημοτικού Λιμενικού Ταμείου Χανίων. ●

Τοποθεσία: Αρχαιολογικό Μουσείο Χανίων, Αίθουσες Μόνιμης Έκθεσης
Διάρκεια έκθεσης: 8 Μαρτίου έως 13 Οκτωβρίου 2025
Ελεύθερη είσοδος για το κοινό

Location: Archaeological Museum of Chania, Permanent Exhibition Halls
Duration: March 8 – October 13, 2025
Free admission for the public

ological Museum of Chania, shaping seven thematic dialogues that reveal the endless connections within our cultural heritage:

Winged Nikes (victories), rebellious hybrid creatures, vain yet aged Aphrodites, figures dancing, mourning in silence or with great intensity, proud yet wounded warriors, funerary markers as dual symbols of love's impermanence and death's inevitability.

This captivating coexistence invites visitors to personalize their experience of the silent dialogue between ancient and contemporary artworks, as these pieces intertwine human experiences and capture them in fascinating ways.

The exhibition is organized by the Ministry of Culture and the Ephorate of Antiquities of Chania, in collaboration with the National Gallery – Alexandros Soutsos Museum, with the support of the Region of Crete and the Municipal Port Fund of Chania. ●

**ΠΩΣ
ΘΑ ΠΑΤΕ**

**HOW TO
GET THERE**

Από **ΠΕΙΡΑΙΑ** για **XANIA**
► ΕΩΣ 2 ΗΜΕΡΗΣΙΕΣ ΑΝΑΧΩΡΗΣΕΙΣ

Πληροφορίες και κρατήσεις θέσεων στον ταξιδιωτικό σας πράκτορα ή Anek Lines, τηλ. 2108919800 ή στο seamore app

From **PIRAEUS** to **CHANIA**
► UP TO 2 DAILY DEPARTURES

For information and reservations please contact your travel agent or Anek Lines, tel. +30 2108919800 or at seamore app

www.anek.gr



ANEK LINES

Attica
Group

Με τον αέρα του τόπου της



Φιλόξενα Πλοία Όμορφα Ταξίδια

Η ANEK LINES εδώ και 58 χρόνια πλέει με τον "αέρα" της Κρήτης, περήφανη και δυνατή. Ένας αληθινός ταξιδευτής που συνδυάζει τη μακροχρόνια εμπειρία, την εξυπηρέτηση και την άνεση των πλοίων της, με την κρητική κουζίνα, δημιουργώντας έτσι για όλους ένα φιλόξενο σπίτι.

**ΧΑΝΙΑ
ΗΡΑΚΛΕΙΟ**

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ:

anek.gr, 210 8919800, 28210 27500, 2810 308000, στον ταξιδιωτικό σας πράκτορα

ή στο νέο app **seamore**







fly me to



ΣΠΕΤΣΕΣ / SPETSES

Οι Σπέτσες σε απόσταση αναπνοής από την Αθήνα, αποτελούν τον ιδανικό προορισμό για μικρές αποδράσεις όλο τον χρόνο, αλλά και για καλοκαιρινές διακοπές. Το αρχοντικό νησί του Σαρωνικού με τις πανέμορφες παραλίες, τη νεοκλασική αρχιτεκτονική, τα καταπράσινα τοπία και το κοσμικό Παλιό Λιμάνι γοητεύει κάθε ταξιδιώτη.

Spetses just a breath away from Athens, is the ideal destination for short getaways all year round, as well as for summer vacations. This noble island of the Saronic Gulf, with its beautiful beaches, neoclassical architecture, lush landscapes, and the cosmopolitan Old Harbor, enchants every traveler.

ΠΩΣ ΘΑ ΠΑΤΕ ➔ HOW TO GET THERE

Από **ΠΕΙΡΑΙΑ** για **ΣΠΕΤΣΕΣ** ➤ ΕΩΣ 6 ΚΑΘΗΜΕΡΙΝΕΣ ΑΝΑΧΩΡΗΣΕΙΣ
From **PIRAEUS** to **SPETSES** ➤ UP TO 6 DAILY DEPARTURES

Πληροφορίες και κρατήσεις θέσεων στον ταξιδιωτικό σας πράκτορα,
Hellenic Seaways τηλ.: 2108919800 ή στο seamore app
For information & reservations please contact your travel agent or
Hellenic Seaways, tel.: +30 2108919800 or at seamore app
www.hsw.gr



"Deep Breaths" in the Aegean from «Βαθειές ανάσες» στο Αιγαίο από την



AEGEAN
rebreath

ΤΟ ΚΟΙΝΟ ΕΝΔΙΑΦΕΡΟΝ ΚΑΙ ΟΙ ΚΟΙΝΕΣ ΑΝΗΣΥΧΙΕΣ ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΤΟΥ ΘΑΛΑΣΣΙΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ, ΕΦΕΡΑΝ ΚΟΝΤΑ ΜΙΑ ΜΕΓΑΛΗ ΠΑΡΕΑ ΑΝΘΡΩΠΩΝ ΠΡΟΕΡΧΟΜΕΝΩΝ ΑΠΟ ΠΟΛΥ ΔΙΑΦΟΡΕΤΙΚΟΥΣ ΧΩΡΟΥΣ ΚΑΙ ΕΤΣΙ ΔΗΜΙΟΥΡΓΗΘΗΚΕ Η ΑΕΓΕΑΝ REBREATH. ΜΙΑ ΟΜΑΔΑ ΠΟΥ ΒΑΣΙΖΕΤΑΙ ΑΠΟΚΛΕΙΣΤΙΚΑ ΣΤΟΝ ΕΘΕΛΟΝΤΙΣΜΟ ΚΑΙ ΣΤΟΧΕΥΕΙ ΣΤΗΝ ΑΝΑΠΤΥΞΗ ΕΝΟΣ ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΟΥ ΜΟΝΤΕΛΟΥ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΤΩΝ ΘΑΛΑΣΣΩΝ ΜΑΣ. Ο ΓΙΩΡΓΟΣ ΣΑΡΕΛΑΚΟΣ, ΠΡΟΕΔΡΟΣ ΤΗΣ ΔΙΟΙΚΟΥΣΑΣ ΕΠΙΤΡΟΠΗΣ ΚΑΙ ΕΚΤΕΛΕΣΤΙΚΟΣ ΔΙΕΥΘΥΝΤΗΣ ΤΗΣ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΗΣ ΟΡΓΑΝΩΣΗΣ ΑΕΓΕΑΝ REBREATH, ΜΑΣ ΜΙΛΑ ΓΙΑ ΤΗΝ ΑΝΑΓΚΑΙΟΤΗΤΑ ΤΗΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ ΤΟΥ ΘΑΛΑΣΣΙΟΥ ΟΙΚΟΣΥΣΤΗΜΑΤΟΣ ΚΑΙ ΓΙΑ ΤΙΣ ΔΡΑΣΕΙΣ ΤΗΣ ΑΕΓΕΑΝ REBREATH.

A SHARED PASSION FOR SAFEGUARDING THE MARINE ENVIRONMENT UNITED A DIVERSE GROUP OF INDIVIDUALS AND CREATED AEGEAN REBREATH. THIS VOLUNTEER-DRIVEN INITIATIVE IS DEDICATED TO DEVELOPING A COMPREHENSIVE MODEL FOR PRESERVING OUR SEAS. GEORGE SARELAKOS, PRESIDENT OF THE MANAGING COMMITTEE AND MANAGING DIRECTOR OF THE ENVIRONMENTAL ORGANIZATION AEGEAN REBREATH, TALKS TO US ABOUT THE URGENT NEED OF PROTECTING MARINE ECOSYSTEMS AND THE ORGANIZATION'S IMPACTFUL ACTIVITIES.

By Babis Papadatos



PHOTO BY AEGEAN REBREATH



PHOTO BY AEGEAN REBREATH

Αρχικά θα θέλαμε να μάθουμε ποια ήταν η αιτία της δημιουργίας της Aegean Rebreath. Η αιτία για την δημιουργία της Aegean Rebreath, ήταν οι κοινές ευαισθησίες που μοιραζόμασταν μια ομάδα ανθρώπων, ως ενεργοί πολίτες, για την προστασία των θαλασσών μας, κάτι που είναι πολύ σημαντικό για τα οικοσυστήματα, την οικονομία και την κοινωνία μας. Θελήσαμε να κάνουμε κάτι διαφορετικό, κάτι καινοτόμο αφού η ανταπόκριση, τόσο σε εθνικό επίπεδο, όσο και σε επίπεδο διεθνών οργανισμών, ήταν ανεπαρκής. Θέλαμε λοιπόν να φέρουμε στο προσκήνιο νέους μηχανισμούς και νέα σχήματα, όπου πλέον οι πολίτες, στο πλαίσιο της περιβαλλοντικής δημοκρατίας, να αναλάβουν ενεργό ρόλο στην αντιμετώπιση της θαλάσσιας ρύπανσης.

Από την μέχρι τώρα δραστηριότητά της Aegean Rebreath, πιστεύετε ότι το Αιγαίο και γενικά οι ελληνικές θάλασσες χρειάζεται να πάρουν μια «ανάσα».

Είναι εφικτό να γίνει αυτό και με ποιους τρόπους;

Παρά τις αντίθετες φωνές ότι οι Ελληνικές θάλασσες δεν έχουν τόση ρύπανση όσο οι ωκεανοί και άλλες θάλασσες, σας λέω με στοιχεία ότι αρχικά το Αιγαίο αντιμετωπίζει πολύ μεγάλο πρόβλημα θαλάσσιας ρύπανσης. Τα λιμάνια στην Ελλάδα είναι αρκετά επιβαρυνμένα, όπου είναι ξεκάθαρο το τουριστικό αποτύπωμα. Ειδικά στα λιμάνια που βρίσκονται σε ιδιαίτερα τουριστικά μέρη παρατηρούμε ότι ο βυθός τους είναι απόλυτα καλυμμένος από πλαστικά, ενώ αυτά στα οποία δεν παρουσιάζεται μεγάλη τουριστική δραστηριότητα είναι σε πολύ καλύτερη κατάσταση. Φυσικά, υπάρχουν και άλλες επιβαρύνσεις όπως τα λύματα. Γενικότερα δεν υπάρχει ένα νομικό πλαίσιο για την προστασία των θαλασσών μας. Πως μπορεί να γίνει αυτό; Σίγουρα μέσω συνεργιών. Εμείς πιστεύουμε ότι ο καθένας μας έχει έναν ρόλο να διαδραματίσει στην προστασία του θαλάσσιου περιβάλλοντος. Κανένας δεν αποκλείεται από αυτή την διαδικασία αρκεί να υπάρχει ειλικρινής και διάφανη συμμετοχή. Εμείς, σαν Aegean Rebreath, εμπλέκουμε πολίτες, Δήμους, ιδιωτικές

T*o begin with, we would like to know what prompted the creation of Aegean Rebreath.*

The reason behind the creation of Aegean Rebreath was the shared concerns that a group of us, as active citizens, had about protecting our seas, something vital for our ecosystems, economy, and society. We wanted to do something different, something innovative, because the response, both nationally and from international organizations, was insufficient. We wanted to bring forward new mechanisms and models where citizens, within the framework of environmental democracy, take an active role in tackling marine pollution.

Based on Aegean Rebreath's activity so far, do you believe the Aegean and Greek seas, in general, need a "breath of fresh air"? Is that achievable, and how?

Although Greek seas are often touted as being less polluted than oceans and other regions, data unequivocally reveal that the Aegean is grappling with substantial marine pollution. Ports in Greece are heavily burdened, clearly showing the impact of tourism. Especially in ports located in highly touristic areas, we observe seabeds completely covered in plastics, whereas those in less-touristic regions are in much better condition. Of course, there are other burdens like sewage. Overall, there is no legal framework for protecting our seas. How can this be addressed? Certainly, through collaboration. We believe everyone has a role to play in protecting the marine environment. No one is excluded from this process, as long as there is sincere and transparent participation. We, at Aegean Rebreath involve citizens, municipalities, and private companies in implementing holistic programs. We've already developed strategic action plans adopted by the Blue Municipalities network members, which our organization created and maintains. We are seeing very positive results, such as on Antiparos,

εταιρείες προκειμένου να υλοποιούμε ολιστικά προγράμματα. Ήδη έχουμε αναπτύξει σαν εταιρεία στρατηγικά σχέδια δράσης που έχουν ψηφιστεί από τα μέλη του δικτύου μπλε Δήμων που δημιουργήσε και συντηρεί η εταιρεία μας. Και βλέπουμε πολύ καλά αποτελέσματα, όπως στην Αντίπαρο η οποία μετά από χρόνια έχει «αναπνεύσει» πλήρως. Επίσης βρισκόμαστε κοντά στην απορρύπανση και άλλων νησιών, οπότε θα έλεγα ότι, υπάρχει και ο τρόπος και η ελπίδα.

Μιλήστε μας για την συνεργασία σας με τον Όμιλο Attica στις περιβαλλοντικές αποδράσεις που υλοποιούνται σε διάφορα νησιά προορισμούς των εταιρειών του Ομίλου;

Με την Attica Group είναι ο τέταρτος χρόνος που συνεργαζόμαστε. Έχουμε ήδη υλοποιήσει επτά διευρυμένες δράσεις. Φέτος ετοιμαζόμαστε και για τις επόμενες δύο. Το χαρακτηριστικό της συνεργασίας μας με την Attica Group βασίζεται σε δύο πράγματα. Το πρώτο είναι ότι μιλάμε για δράσεις μεγάλης κλίμακας, που εντάσσονται στο σκεπτικό της Aegean Rebreath δηλαδή διευρυμένες δράσεις σε λιμάνια υφάλους με εκπαιδευτικά και ερευνητικά προγράμματα. Το δεύτερο στοιχείο είναι ότι είναι δράσεις που υλοποιούνται σε επιβαρυμένα σημεία σε πολλές περιφέρειες της Ελλάδας, νησιωτικές κατά βάση. Πρόκειται για μια συνεργασία που έχει αποδειχθεί ότι, όσον αφορά την αποτελεσματικότητα της, είναι άψογη και ουσιαστική. Προσπαθούμε και εμείς, σε συνεργασία με την Attica Group να αναδείξουμε κάποιες καλές πρακτικές. Εκτός όμως από αυτές τις μεγάλες δράσεις που οργανώνουμε σε συνεργασία, η Attica Group μας στηρίζει και σε επίπεδο μετακινήσεων και γενικά είναι δίπλα μας και μας στηρίζει ώστε να πραγματοποιήσουμε το έργο το οποίο έχουμε ξεκινήσει.

Πιστεύετε ότι οι συγκεκριμένες περιβαλλοντικές αποδράσεις συμβάλλουν στην ευαισθητοποίηση των τοπικών κοινωνιών και στο χτίσιμο μιας κουλτούρας που υποστηρίζει το βιώσιμο μέλλον;

Θα έλεγα πως ναι. Οι συγκεκριμένες δράσεις λόγω του μεγέθους τους, αλλά και των αποτελεσμάτων που έχουν, προκαλούν το ενδιαφέρον των τοπικών κοινωνιών. Αυτό που βλέπουμε είναι ότι ο όγκος των απορριμμάτων που βγαίνει στην επιφάνεια σοκάρει τις τοπικές κοινωνίες και αυτό είναι ένα θετικό πρώτο βήμα.

Πόσο σημαντική είναι η περιβαλλοντική εκπαίδευση προκειμένου να συνυπάρξουμε αρμονικά με το περιβάλλον μας; Πιστεύετε πως πρέπει να ενταχθεί στο σχολικό πρόγραμμα ώστε να αποκτήσουν από νωρίς περιβαλλοντική συνείδηση και να ευαισθητοποιηθούν οι μαθητές;

Φυσικά! Θα έλεγα ότι στην Ελλάδα «πυροβολούμε τα πόδια μας»! Είμαστε μια χώρα που έχει την μεγαλύτερη ακτογραμμή της Ευρώπης και στο σχολείο δεν υπάρχουν περιβαλλοντικά προγράμματα. Και το λέω αυτό γιατί εμείς,



which has been completely "revived" after years. Similarly, the cleanup of other islands is progressing, demonstrating that both the means and hope for success are within reach.

Tell us about your collaboration with Attica Group on the environmental initiatives being implemented across the various island destinations served by the Group's companies.

Now entering its fourth year, our collaboration with Attica Group has been marked by significant achievements. We have completed seven extensive initiatives and are preparing for two more this year. Two key pillars define our collaboration with Attica Group: Large-scale initiatives aligned with Aegean Rebreath's vision. These include comprehensive interventions for ports and reefs as well as educational and research programs. Focus on heavily burdened areas: Most of these initiatives target regions across Greece, predominantly island-based, where the environmental strain is most evident. With Attica Group, we aim to showcase best practices in marine protection. Beyond these large-scale initiatives, Attica Group also provides vital support in transportation, standing steadfastly by our side and enabling us to fulfill our mission.

Do you believe these environmental initiatives help raise awareness among local communities and build a culture that supports a sustainable future?

Do you believe these environmental initiatives help raise awareness among local communities and build a culture that supports a sustainable future?



ως Aegean Rebreath, έχουμε οργανώσει περιβαλλοντικά σεμινάρια σε 77 σχολεία σε όλη την Ελλάδα, σε όλα τα επίπεδα εκπαίδευσης. Επίσης εκπαιδευτικά σεμινάρια σε εταιρίες, σε σχολεία και Πανεπιστήμια του εξωτερικού. Από τα εργαστήρια μας έχουν περάσει πάνω από 5.000 μαθητές και η αξιολόγηση που έχουμε από τους ίδιους τους εκπαιδευτικούς, τους οποίους τους βάζουμε να αξιολογούν το έργο μας, κινείται από το 95% έως 100 %. Οπότε έχουμε ένα μεγάλο δείγμα που μας δίνει τη δυνατότητα να συμπεράνουμε το πως δουλεύει η εκπαίδευση. Τα αποτελέσματα είναι θαυμαστικά. Οι μαθητές είναι αυτοί που αλλάζουν εύκολα την κουλτούρα τους, αναπτύσσουν μικρο project μέσω της παρακίνησης μας και τελικά αυτοί είναι το μέλλον.

Η προσπάθεια για την προστασία του περιβάλλοντος, είναι ευθύνη όλων μας. Πιστεύετε ότι τα αποτελέσματα είναι καλύτερα όταν εμπλεκόμαστε ενεργά όλοι;

Βέβαια, αυτό πιστεύουμε. Έχει αποδειχθεί ότι για ένα τόσο σημαντικό πρόβλημα όπως είναι το περιβάλλον, ο μόνος τρόπος αντιμετώπισης του είναι η συμμετοχή όλων μας. Όλοι μας έχουμε ευθύνη. Οι πολίτες με την καθημερινή τους κατανάλωση, οι δημοτικές αρχές με τις τοπικές πρακτικές που μπορεί να αναπτύξουν, η κυβέρνηση με το ανάλογο θεσμικό πλαίσιο και οι εταιρίες που μπορούν να δώσουν το παράδειγμα και να αναπτύξουν πρακτικές εντός του εταιρικού περιβάλλοντος.

Ποιες είναι οι μελλοντικές δράσεις που έχετε προγραμματίσει;

Για το 2025 έχουμε προγραμματίσει 17 δράσεις σε όλη την Ελλάδα. Στην Χάλκη και τη Ρόδο, που θα γίνει σε συνεργασία με την Attica Group, στις Κυκλάδες, στην Κέρκυρα, στην Κρήτη, στα νησιά του Αργοσαρωνικού, του Β. Αιγαίου, στις Σποράδες και στην Πελοπόννησο. ●

I would say yes. Due to their scale and results, these initiatives spark local communities' interest. The volume of waste brought to the surface shocks residents, and that's a positive first step.

How important is environmental education for living harmoniously with our environment? Do you believe it should be integrated into the school curriculum so students develop environmental awareness from an early age?

Absolutely! I would say that in Greece, we're "shooting ourselves in the foot". We are a country with the longest coastline in Europe, and yet we have no environmental education programs in schools. And I say this because we, at Aegean Rebreath, have organized ecological workshops in 77 schools across Greece, at all educational levels. We've also held educational seminars abroad in companies, schools, and universities. Over 5,000 students have participated in our workshops, and feedback from teachers, who evaluate our work, ranges from 95% to 100% positive. So, we have a large enough sample to conclude how effective environmental education is. The results are spectacular. Students are the ones who can quickly change their mindset. They develop microprojects with our encouragement; ultimately, they are the future.

Protecting the environment is everyone's responsibility. Do you believe the results are better when we all get actively involved?

Of course, that is our belief. It has been consistently proven that addressing such a critical issue as environmental protection is only possible through collective participation. Each of us is responsible for contributing: citizens through their daily consumption habits, local governments by adopting sustainable practices, the state by establishing and enforcing the necessary legal framework, and companies by leading the way and implementing eco-conscious practices within their operations.

What are the future actions you have planned?

For 2025, we plan 17 actions across Greece: in Halki and Rhodes (in collaboration with Attica Group), the Cyclades, Corfu, Crete, the Saronic Islands, the Northern Aegean, the Sporades, and the Peloponnese. ●

* Η συνέντευξη πραγματοποιήθηκε τον Απρίλιο 2025, πριν από τις δράσεις σε Ρόδο και Χάλκη.

* The interview took place in April 2025, before the initiatives in Rhodes and Chalki.

Travel

ΚΡΗΤΗ

ΠΑΡΑΛΙΕΣ ΓΙΑ ΑΞΕΧΑΣΤΕΣ ΒΟΥΤΙΕΣ

CRETE

BEACHES FOR
UNFORGETTABLE DIVES



Μπάλος / Balos

Η Κρήτη είναι το μεγαλύτερο νησί της Ελλάδας. Πρόκειται για ένα τόπο που γοητεύει και προσφέρει όλα όσα μπορεί να ζητήσεις στις διακοπές σου. Ένα από τα πλεονεκτήματά της, είναι φυσικά οι παραλίες της που συγκαταλέγονται στις καλύτερες του κόσμου. Με 1.000 χλμ ακτογραμμή διαθέτει παραλίες για κάθε γούστο. Μικρές και μεγάλες, απομονωμένες μέχρι οργανωμένες, κάποιες με βότσαλα ή άμμο και άλλες με βράχια, οι παραλίες της Κρήτης σε περιμένουν για αξέχαστες βουτιές στα κρυστάλλινα νερά τους.



Μπάλος

Θεωρείται από τις πιο όμορφες παραλίες της Κρήτης και σίγουρα είναι η πιο πολυφωτογραφημένη. Πρόκειται ουσιαστικά για μια λιμνοθάλασσα που βρίσκεται ανάμεσα στη χερσόνησο της Γραμβούσας και τη βραχώδη χερσόνησο Τηγάνι κάτω από τον επιβλητικό ορεινό όγκο του Γεροσκίνου. Λευκή, ψιλή άμμος και αβαθή γαλαζοπράσινα νερά θυμίζουν τοπίο εξωτικών προορισμών. Η λιμνοθάλασσα και η γύρω περιοχή είναι ενταγμένες στο δίκτυο Natura 2000, με σπάνια είδη χλωρίδας και πανίδας.

Crete is the largest island in Greece. It is a place that captivates and offers everything you might seek on your vacation. One of its advantages is, of course, its beaches, which are among the best in the world. Stretching over 1000 kilometers of coastline, the island boasts a stunning variety of seaside escapes to suit every preference. Small and large, secluded to organized, some with pebbles or sand and others with rocks, the beaches of Crete await you for unforgettable dives into their crystal-clear waters.



Balos

It is considered one of the most beautiful beaches of Crete and is definitely the most photographed. It is essentially a lagoon located between the peninsula of Gramvousa and the rocky peninsula of Tigani below the imposing mountain range of Geroskinos. White, fine sand and shallow turquoise waters reminiscent of a landscape of exotic destinations. The lagoon and the surrounding area are included in the Natura 2000 network, with rare species of flora and fauna.





Μάταλα / Matala

Μάταλα

Ήταν επίνειο της Φαιστού κατά τη μινωική περίοδο και της Γόρτυνας κατά τη ρωμαϊκή. Πρόκειται για έναν από τους πιο δημοφιλείς τουριστικούς προορισμούς της Κρήτης και σίγουρα η πιο διάσημη παραλία του Ηρακλείου, με ψιλό χαλικάκι και πεντακάθαρα βαθιά νερά. Στη βόρεια πλευρά της παραλίας υπάρχουν πολλές σπηλιές λαξευμένες στο βράχο. Λέγεται ότι ήταν τάφοι. Μερικές όμως από αυτές έχουν δωμάτια, σκάλες, και παράθυρα. Έτσι φαίνεται ότι κάποτε χρησιμοποιήθηκαν ως κατοικίες. Οι σπηλιές παρέμειναν άδειες για χιλιάδες χρόνια μέχρι τη δεκαετία του '60 που περιπλανώμενοι χίπηδες τις ανακάλυψαν και τις κατοίκησαν για κάποια περίοδο.

Αγιοφάραγγο

Το Αγιοφάραγγο είναι ένα εκπληκτικό μικρό φαράγγι νότια από τα Μάταλα. Η ονομασία του οφείλεται στους τρακόσιους ερημίτες που σύμφωνα με το θρύλο ζούσαν πριν από αιώνες στις σπηλιές του φαράγγιού. Αφού διασχίσετε το φαράγγι, θαυμάζοντας την σπάνια ομορφιά του, θα καταλήξετε σε μια από τις πιο όμορφες παραλίες της Κρήτης. Κρυστάλλινα γαλάζια νερά και τεράστια βράχια που αγκαλιάζουν την παραλία δημιουργούν ένα μοναδικό τοπίο.



Αγιοφάραγγο / Agiofarago



Matala

It was the seaport of Phaistos during the Minoan period and of Gortyna during the Roman period. It is one of the most popular tourist destinations in Crete and definitely the most famous beach of Heraklion, with fine gravel and crystal-clear deep waters. On the north side of the beach there are many caves carved into the rock. They are said to have been tombs. But some of them have rooms, stairs, and windows. Thus, it seems that they were once used as dwellings. The caves remained empty for thousands of years until the '60s when wandering hippies discovered them and they inhabited them for some period.



Agiofarago

Agiofarago is an amazing small gorge south of Matala. The name is due to the three hundred hermits who, according to legend, lived centuries ago in the caves of the gorge. After crossing the gorge, admiring its rare beauty, you will end up on one of the most beautiful beaches of Crete. Crystal blue waters and huge rocks that embrace the beach create a unique landscape.





Πρέβελν / Preveli



Πρέβελν

Περίπου 35 χλμ νότια του Ρεθύμνου θα συναντήσετε μια από τις πιο διάσημες παραλίες της Κρήτης. Η παραλία του Πρέβελν, βρίσκεται στην έξοδο του Μεγάλου Ποταμού που διασχίζει το επιβλητικό Κουρταλιώτικο φαράγγι. Πίσω από την παραλία, στις όχθες του Μεγάλου Ποταμού σχηματίζεται το δεύτερο μεγαλύτερο φοινικόδασος της Κρήτης δημιουργώντας ένα πραγματικά εξωτικό τοπίο και γι' αυτό το λόγο η παραλία είναι γνωστή κι ως Φοίνικας. Στο ανατολικό τμήμα της παραλίας υπάρχει ο Γλυμμένος Βόλακας, ένας εντυπωσιακός βράχος μέσα στη θάλασσα που θυμίζει ή καρδιά. ●



Preveli

About 35 km south of Rethymno you will find one of the most famous beaches of Crete. The beach of Preveli is located at the exit of the Megalo Potami (Great River) that crosses the imposing Kourtaliotiko gorge. Behind the beach and on its banks, it forms the second largest palm forest of Crete creating a truly exotic landscape and for this reason the beach is known as Foinikas (Phoenix). In the eastern part of the beach there is Glymmeno Volakas, an impressive rock in the sea that is reminiscent of a heart. ●

ΠΩΣ ΘΑ ΠΑΤΕ

HOW TO GET THERE

Από **ΠΕΙΡΑΙΑ** για **ΧΑΝΙΑ** ▶ ΕΩΣ 2 ΗΜΕΡΗΣΙΕΣ ΑΝΑΧΩΡΗΣΕΙΣ
Από **ΠΕΙΡΑΙΑ** για **ΗΡΑΚΛΕΙΟ** ▶ ΕΩΣ 3 ΗΜΕΡΗΣΙΕΣ ΑΝΑΧΩΡΗΣΕΙΣ
Από **ΠΕΙΡΑΙΑ** για **ΣΗΤΕΙΑ** ▶ 2 ΑΝΑΧΩΡΗΣΕΙΣ ΤΗΝ ΕΒΔΟΜΑΔΑ

Πληροφορίες και κρατήσεις θέσεων στον ταξιδιωτικό σας πράκτορα ή Anek Lines, τηλ. 2108919800 ή στο seamore app

From **PIRAEUS** to **CHANIA** ▶ UP TO 2 DAILY DEPARTURES
From **PIRAEUS** to **HERAKLION** ▶ UP TO 3 DAILY DEPARTURES
From **PIRAEUS** to **SITIA** ▶ 2 WEEKLY DEPARTURES

For information and reservations please contact your travel agent or Anek Lines, tel. +30 2108919800 or at seamore app



Από το γραφείο στα αγαπημένα σου νησιά...
ΠΑΤ ΚΙΟΥΤ!



Με τόσα καθημερινά δρομολόγια, ταξιδεύεις εύκολα, γρήγορα
και άνετα για Κυκλάδες και Σαρωνικό, χωρίς δεύτερη σκέψη,
με τον στόλο ταχύπλοων της Hellenic Seaways.

Μπήκες... έφτασες!

ΣΑΡΩΝΙΚΟΣ | ΚΥΚΛΑΔΕΣ | ΚΡΗΤΗ

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ ΚΑΙ ΚΡΑΤΗΣΕΙΣ:

hsw.gr / 210 8919800 / στον ταξιδιωτικό σας πράκτορα

ή στο νέο app **seamore**





fly me to

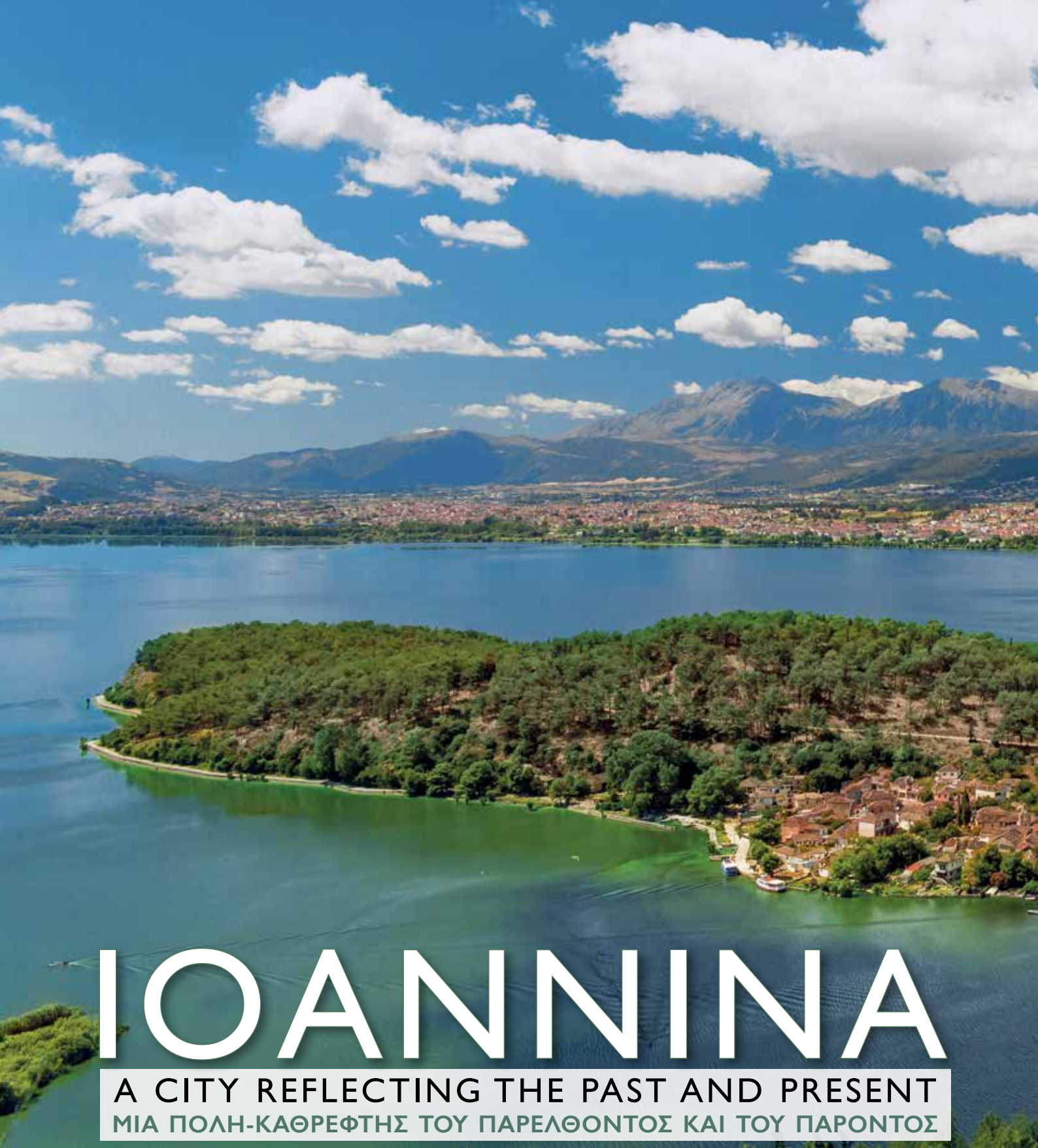


SYBOTA / SIVOTA

Σε απόσταση μόλις 12 χλμ από την Ηγουμενίτσα βρίσκονται τα **Σύβοτα**, ένα μέρος που θυμίζει τοπίο από νησιά της Καραϊβικής. Πρόκειται για ένα παραθαλάσσιο οικισμό χτισμένο σ' ένα κλειστό κόλπο που γύρω του έχουν σχηματιστεί μικρά νησάκια. Πνιγμένα στο πράσινο, με πανέμορφες παραλίες με γαλαζοπράσινα νερά και άμμο, μαγεύουν και τον πιο απαιτητικό επισκέπτη. Μια από τις πιο εντυπωσιακές παραλίες που θα βρείτε εδώ είναι η **Μπέλα Βράκα**. Βρίσκεται σε ένα από τα νησάκια που περιβάλλουν τα Σύβοτα, στο Μουρτεμένο. Μπορείτε να την επισκεφτείτε με τα πόδια αφού ενώνεται με τα Σύβοτα με μια στενή λωρίδα χρυσής άμμου.

Just 12 kilometers from Igoumenitsa lies **Sivota**, a destination that evokes the beauty of Caribbean landscapes. This charming seaside village, nestled in a sheltered bay and surrounded by small verdant islets, is a feast for the senses. Its lush greenery, stunning beaches with turquoise water, and soft sandy shores captivate even the most discerning traveler. Among Sivota's many treasures, **Bella Vraka** stands out as one of the most remarkable beaches. Situated on the islet of Mourtemeno, Bella Vraka can be reached on foot via a narrow strip of golden sand that connects it to the mainland.



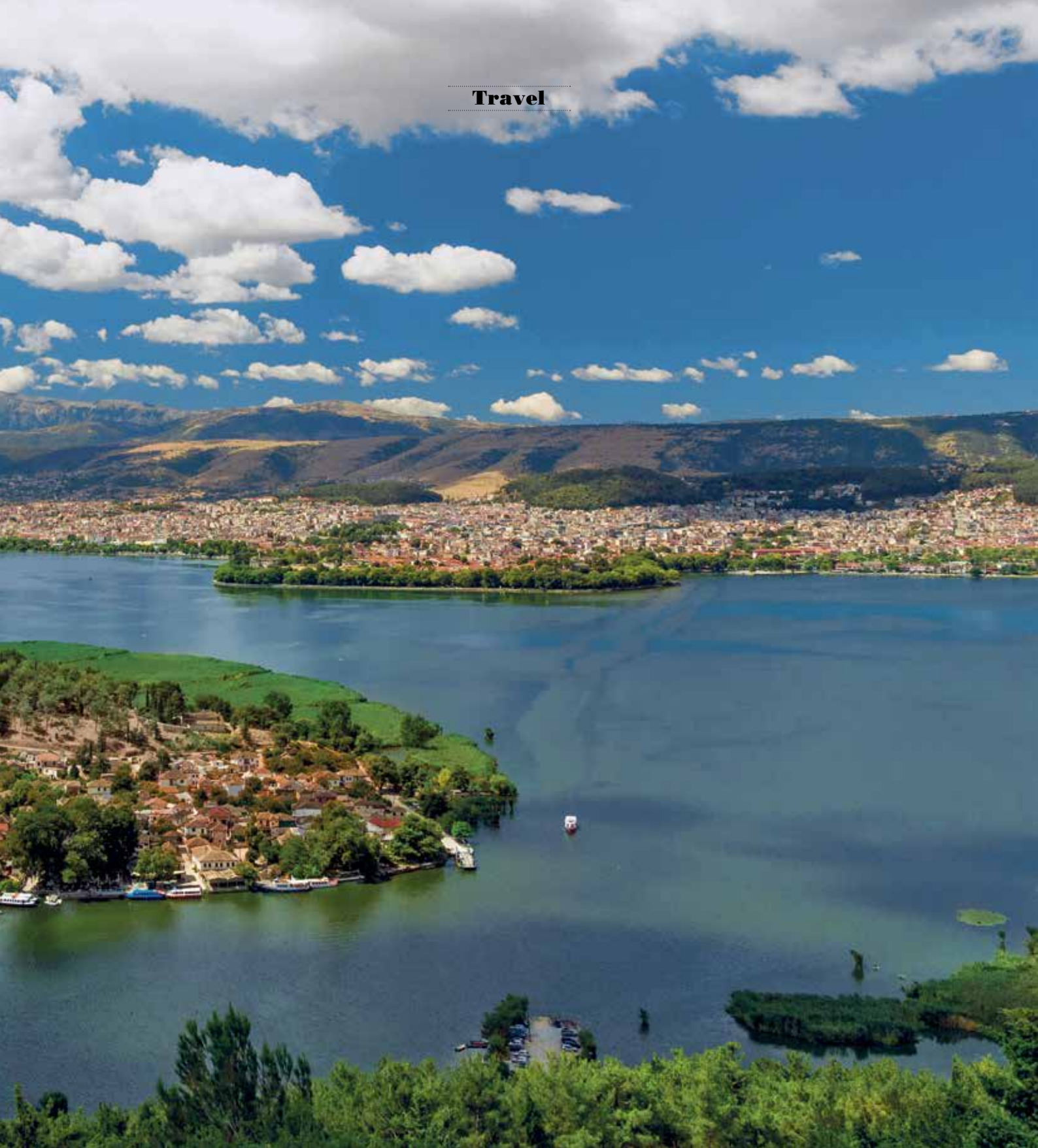


ΙΟΑΝΝΙΝΑ

A CITY REFLECTING THE PAST AND PRESENT
ΜΙΑ ΠΟΛΗ-ΚΑΘΡΕΦΤΗΣ ΤΟΥ ΠΑΡΕΛΘΟΝΤΟΣ ΚΑΙ ΤΟΥ ΠΑΡΟΝΤΟΣ

By Kimi Zazi

ΧΤΙΣΜΕΝΑ ΣΤΗΝ ΚΑΡΔΙΑ ΜΙΑΣ ΚΑΤΑΠΡΑΣΙΝΗΣ ΚΟΙΛΑΔΑΣ,
ΠΛΑΪ ΣΤΑ ΗΣΥΧΑ ΝΕΡΑ ΤΗΣ ΜΥΘΙΚΗΣ ΛΙΜΝΗΣ ΠΑΜΒΩΤΙΔΑΣ
ΚΑΙ ΠΕΡΙΤΡΙΓΥΡΙΣΜΕΝΑ ΑΠΟ ΕΠΙΒΛΗΤΙΚΑ ΒΟΥΝΑ, ΤΑ ΙΩΑΝΝΙΝΑ
ΑΠΟΤΕΛΟΥΝ ΜΙΑ ΑΠΟ ΤΙΣ ΠΙΟ ΑΤΜΟΣΦΑΙΡΙΚΕΣ ΠΟΛΕΙΣ ΤΗΣ ΕΛΛΑΔΑΣ
ΠΟΥ ΣΥΝΔΥΑΖΕΙ ΜΟΝΑΔΙΚΑ ΤΗ ΦΥΣΙΚΗ ΟΜΟΡΦΙΑ ΜΕ ΤΗ ΒΑΘΙΑ
ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΤΗΣ ΤΑΥΤΟΤΗΤΑ.



NESTLED IN THE HEART OF A LUSH GREEN VALLEY, BESIDE THE SERENE WATERS OF THE MYTHICAL LAKE PAMVOTIDA AND ENCIRCLED BY IMPOSING MOUNTAINS, IOANNINA STANDS AS ONE OF GREECE'S MOST ATMOSPHERIC CITIES - A PLACE WHERE NATURAL SPLENDOR MERGES SEAMLESSLY WITH DEEP-ROOTED HISTORY AND CULTURE.





Χτισμένα πάνω στην αρχαία Εγνατία Οδό –τον ιστορικό δρόμο που για αιώνες ένωσε την Ευρώπη με την Ασία–υπήρξαν ανέκαθεν σταυροδρόμι πολιτισμών. Τα μουσεία με τις σπουδαίες συλλογές, αλλά και τα καλοδιατηρημένα μνημεία, μαρτυρούν την μακραίωνη ιστορία τους. Σήμερα, η πόλη των Ιωαννίνων, η μεγαλύτερη της Ηπείρου, διατηρεί έντονα το χαρακτήρα μιας πόλης που σέβεται το παρελθόν και εξελίσσεται δυναμικά στο παρόν.

Στο νοτιοανατολικό άκρο της πόλης των Ιωαννίνων διατηρείται το αρχαιότερο βυζαντινό κάστρο της Ελλάδας που εξακολουθεί να κατοικείται μέχρι σήμερα. Πέραστε τη μεγάλη πύλη με το οικόσημο του Αλή Πασά, και μεταφερθείτε σε μια άλλη εποχή, τότε που το κάστρο αποτελούσε το μεγαλύτερο διοικητικό κέντρο ολόκληρης της περιοχής. Εδώ αναπτύχθηκαν τα ελληνικά γράμματα, εδώ δίδασαν οι μεγάλοι δάσκαλοι του Γένους, εδώ σπούδασαν την τέχνη του πολέμου οι μεγάλοι οπλαρχηγοί. Εδώ έζησε ο Αλή Πασάς, αυτή η εμβληματική και αινιγματική μορφή της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας με το μεγάλο του έρωτα με την κυρά-Βασιλική, αλλά και την θανάτωση της κυρά-Φροσύνης, ερωμένης του γιου του.

Το επιβλητικό φρούριο θεμελιώθηκε το 528 μ.Χ. από τον Αυτοκράτορα Ιουστινιανό Α΄, με σκοπό την οχύρωση του Βυζαντινού Κράτους στη δυτική του πύλη. Αν και το αρχικό του ύψος ήταν αυστηρά βυζαντινό, η σημερινή του μορφή είναι κυρίως οθωμανική, αποτέλεσμα επεμβάσεων που έγιναν κυρίως κατά την περίοδο της ηγεμονίας του Αλή Πασά. Μέσα στο Κάστρο, ο επισκέπτης δεν ανακαλύπτει μόνο ιστορία, αλλά και μια ζωντανή γειτονιά, που κατοικείται αδιάλειπτα μέχρι σήμερα.

Παραδοσιακός πεζόδρομος στην πόλη των Ιωαννίνων / Traditional pedestrian street in the city of Ioannina

Situated along the ancient Via Egnatia—the historic road that for centuries connected Europe with Asia—it has always been a crossroads of civilizations. The city's museums, brimming with remarkable collections and impeccably preserved monuments, are enduring testaments to its storied past. Today, as the largest city in the Epirus region, Ioannina retains the character of a place that reveres its heritage while dynamically evolving in the present.

At the southeastern edge of Ioannina lies the oldest Byzantine castle in Greece, which is still inhabited to this day. Enter through the grand gate bearing Ali Pasha's coat of arms and be transported to another era, when this fortress served as the administrative center of the entire region. Here, the city flourished intellectually, with great teachers of the Nation shaping minds, and prominent war strategists honing their craft. Ali Pasha himself lived here — a symbolic and enigmatic figure of the Ottoman Empire, known for his passionate love for Lady Vasiliki and the tragic execution of Kyra Frosini, his son's mistress.

The imposing fortress was founded in 528 AD by Emperor Justinian I, aiming to fortify the Byzantine Empire's western gateway. While its original style was strictly Byzantine, its current form is predominantly Ottoman, a result of alterations primarily during the rule of Ali Pasha. Inside the castle, visitors will discover history and a living neighborhood that is continuously inhabited to this day.

Landmarks Within the Castle:

Aslan Pasha Mosque (1618): Today, it houses the Municipal Ethnographic Museum, which features rich folklore collections and artifacts from Christian, Muslim, and Jewish communities. Highlights include the Damascus sword of Karaiskakis.

Soufari Sarai: A two-story complex that once hosted the cavalry school of Ioannina, symbolizing the military power of the era.

The Madrasa: A religious school that operated alongside military training.

The Turkish Library, the Jewish Synagogue, the ruins of the Byzantine bath, and the House of Pasha Kalou are all key landmarks along a route that intertwines faith, politics, and daily life.

Byzantine Museum (Its Kale): Located within the inner citadel on a beautiful natural plateau with panoramic lake views. It hosts collections of coins, sculptures, icons, and ecclesiastical relics. Also here are the tombs of Ali Pasha and his first wife, the chapel of Agioi Anargyroi, the powder magazine, and the treasury with exhibits of high aesthetic value.

Fotis Raptopoulos Museum: Situated directly

Αξιοθέατα μέσα στο κάστρο

Το Τζαμί του Αολάν Πασά (1618): Στεγάζει σήμερα το Δημοτικό Εθνογραφικό Μουσείο, με πλούσιες συλλογές λαογραφίας και αντικειμένων από χριστιανικές, μουσουλμανικές και εβραϊκές κοινότητες. Ξεχωρίζει το δαμασκινό σπαθί του Καραϊσκάκη.

Το Σουφαρί Σαράι: Το διώροφο συγκρότημα που στέγαζε τη σχολή ιππικού των Ιωαννίνων, σύμβολο της στρατιωτικής ισχύος της εποχής.

Ο Μεντρεσές: Το ιεροδιδασκαλείο που λειτουργούσε παράλληλα με τη στρατιωτική εκπαίδευση.

Η Τουρκική Βιβλιοθήκη, η Εβραϊκή Συναγωγή, τα ερείπια του βυζαντινού λουτρού και το σπίτι του Πασά Καλού αποτελούν σταθμούς σε μια διαδρομή που συνδυάζει πίστη, πολιτική και καθημερινή ζωή.

Βυζαντινό Μουσείο (Ιτς Καλέ): Στην εσωτερική ακρόπολη, σε ένα πανέμορφο φυσικό πλάτωμα με πανοραμική θέα στη λίμνη, το μουσείο φιλοξενεί συλλογές νομισμάτων, γλυπτών, εικόνων και εκκλησιαστικών κειμηλίων. Εδώ βρίσκονται επίσης οι τάφοι του Αλή Πασά και της πρώτης του συζύγου, το εκκλησάκι των Αγίων Αναργύρων, η πυριτιδαποθήκη και το θησαυροφυλάκιο με εκθέματα υψηλής αισθητικής.

Μουσείο Φώτη Ραπακούση: Βρίσκεται ακριβώς απέναντι από το Τζαμί και φιλοξενεί εκθέματα από την προεπαναστατική περίοδο έως τους Βαλκανικούς Πολέμους.

Λίμνη Παμβώτιδα, η ψυχή της πόλης

Το πιο αναγνωρίσιμο σύμβολο της ηπειρώτικης πρωτεύουσας είναι η Λίμνη Παμβώτιδα. Πρόκειται για μία από τις αρχαιότερες λίμνες της Ευρώπης και αποτελεί την ψυχή της πόλης. Η Παμβώτιδα δεν είναι μόνο ένα γεωγραφικό σημείο αναφοράς. Είναι το φυσικό σκηνικό στο οποίο καθρεφτίζεται η ταυτότητα των Ιωαννίνων. Είναι η πρώτη εικόνα που αντικρίζει ο επισκέπτης, και η τελευταία που αποτυπώνεται στη μνήμη του όταν φεύγει.

Καθημερινά συγκεντρώνει πλήθος κατοίκων και επισκεπτών που αναζητούν χαλάρωση και επαφή με τη φύση. Οι παραλίνιοι πεζόδρομοι και ποδηλατόδρομοι, είναι ιδανικοί για περιπάτους, jogging και ποδηλασία. Πάρκα με σύγχρονα γλυπτά, καλαίσθητα καφέ και εστιατόρια προσφέρουν σημεία ξεκούρασης με θέα τα ακίνητα νερά της Παμβώτιδας και το μυστηριακό νησάκι στο κέντρο της, το οποίο αποτελεί από μόνο του έναν προορισμό. Με ονόματα που ποικίλλουν –το νησί της Λίμνης Ιωαννίνων, της Παμβώτιδας ή του Αλή Πασά– αποτελεί έναν από τους πιο ιδιαίτερους και ατμοσφαιρικούς προορισμούς της χώρας. Είναι ένα από τα μόλις δύο κατοικημένα νησιά σε λίμνη στην Ελλάδα και το μοναδικό χωρίς



Το Φετιγιέ Τζαμί και ο τάφος του Αλή Πασά στο Ιτς Καλέ / Fethiye Mosque and the tomb of Ali Pasha in the Its Kale.

across from the mosque, it displays items from the pre-revolutionary period to the Balkan Wars.

Lake Pamvotida: The Soul of Ioannina

The most recognizable symbol of the Epirus capital, Lake Pamvotida is one of the oldest lakes in Europe and the city's soul. It's not merely a geographic landmark but a natural stage reflecting the identity of Ioannina. It's the first image a visitor sees, and the last that lingers in memory upon leaving. It draws residents and visitors daily seeking relaxation and a connection with nature. Its lakeside walkways and cycling paths are perfect for strolls, jogging, and biking. Parks with modern sculptures, tasteful cafes, and restaurants provide restful spots with views of the still waters and the mysterious islet at its center — a destination in itself.

Known by many names — the Island of Lake Ioannina, Pamvotida's Island, or Ali Pasha's Island — it is one of Greece's most distinctive and atmospheric destinations. It is one of only two inhabited lake islands in Greece and the only one without an official name. Access is exclusively by small boats departing daily from docks near the Castle of Ioannina. The journey takes just 10 minutes, but the voyage through time begins as soon as the ship pulls away from shore. No cars circulate on the island. Walking along its cobbled alleys among stone houses of traditional Epirus architecture gives the sensation of a place frozen in time. The island bears evident traces of its long religious and historical journey.

At the edge of the settlement lies the house

επίσημο όνομα. Η πρόσβαση σε αυτό γίνεται αποκλειστικά με καραβάκια που ξεκινούν καθημερινά από τις αποβάθρες κοντά στο Κάστρο των Ιωαννίνων. Η διαδρομή διαρκεί μόλις 10 λεπτά, αλλά το ταξίδι στον χρόνο ξεκινά από τη στιγμή που το πλοiάριο απομακρύνεται από την ακτή. Στο νησί δεν κυκλοφορούν αυτοκίνητα. Το περπάτημα στα πλακόστρωτα σοκάκια, ανάμεσα στα πέτρινα σπίτια της παραδοσιακής ηπειρώτικης αρχιτεκτονικής, δημιουργεί την αίσθηση ενός τόπου όπου ο χρόνος έχει παγώσει. Φέρει έντονα τα σημάδια της μακραίωνης θρησκευτικής και ιστορικής του πορείας. Στην άκρη του οικισμού βρίσκεται η κατοικία όπου βρήκε το τέλος του ο Αλή Πασάς – μία από τις πιο εμβληματικές μορφές της Οθωμανικής Αυτοκρατορίας, στενά συνδεδεμένος με την ιστορία των Ιωαννίνων. Το σπίτι του έχει μετατραπεί σε μουσείο και εκθέτει προσωπικά αντικείμενα, οπλισμό και τεκμήρια της εποχής, προσφέροντας μια καθηλωτική ματιά στο πρόσωπο που δίχασε την εποχή του. Είναι επίσης γνωστό για τα επτά μοναστήρια του, με αρχιτεκτονική και αιοιογραφίες εξαιρετικής τέχνης – χαρακτηριστικά δείγματα της μεταβυζαντινής περιόδου. Η περιήγηση σε αυτά, μέσα σε ένα σκηνικό σπάνιας φυσικής ηρεμίας, αποτελεί εμπειρία πνευματικής και αισθητικής αναζήτησης.

Μόλις 14 χιλιόμετρα νότια των Ιωαννίνων, μέσα σε ένα κτίσμα που θυμίζει ηπειρώτικο αρχοντικό-φρούριο του 18ου αιώνα, ξετυλίγεται μια από τις πιο συγκινητικές και εντυπωσιακές αφηγήσεις της ελληνικής Ιστορίας. Το Μουσείο Ελληνικής Ιστορίας Παύλου Βρέλλη, γνωστό ευρύτερα ως Μουσείο Βρέλλη, είναι ένα μοναδικό στο είδος του μουσείο κέρινων ομοιωμάτων.

Ο Παύλος Βρέλλης, γλύπτης και ιστοριοδίφης, αφιέρωσε δεκαετίες από τη ζωή του για να αποδώσει με κέρινη μορφή πρόσωπα και γεγονότα που διαμόρφωσαν την ελληνική ταυτότητα. Και δεν αρκέστηκε σε απλές φιγούρες, δημιούργησε ολόκληρους χώρους, ανακατασκευάζοντας περιβάλλοντα με συγκλονιστικό ρεαλισμό. Σπηλιές, ορεινά μονοπάτια, κρυφά σχολεία, κελιά, εκκλησίες και αντάρτικες κρυψώνες – όλα φιλοτεχνημένα με ακρίβεια, με τη μορφή σκηνικών που "αγκαλιάζουν" τις φιγούρες και τις μετατρέπουν σε βιωματική εμπειρία. Οι φιγούρες, σε φυσικό μέγεθος, διατηρούν έντονα εκφραστικά χαρακτηριστικά. Ο φωτισμός και η ακουστική ενισχύουν την αίσθηση συμμετοχής, ενώ η επιλογή των θεμάτων προσδίδει στο μουσείο μια μοναδική δυναμική.

Ένα ταξίδι στα Ιωάννινα είναι κάτι περισσότερο από τουριστική εμπειρία. Είναι ένα ταξίδι στις αισθήσεις, στις μνήμες, στην αυθεντικότητα ενός τόπου που δεν σε αφήνει να τον ξεχάσεις. Τα Ιωάννινα είναι ένας προορισμός που δεν σταματά να εκπλήσσει και να εμπνέει κάθε επισκέπτη. •



Το «Νησάκι των Ιωαννίνων» στη λίμνη Παμβωτιδα / The "Island of Ioannina" in Lake Pamvotida

where Ali Pasha met his end, one of the most emblematic figures of the Ottoman Empire, closely linked with Ioannina's history. His home has been transformed into a museum, displaying personal items, weaponry, and documents of the era, offering a captivating look at a man who deeply divided his time. The island is also known for its seven monasteries, with architecture and frescoes of exceptional artistry — actual examples of the post-Byzantine period. Touring them, set within a landscape of rare natural serenity, becomes a spiritual and aesthetic discovery journey.

Just 14 kilometers south of Ioannina, in a structure resembling an 18th-century Epirus-style manor-fortress, unfolds one of Greek history's most moving and impressive narratives. The Pavlos Vrellis Greek History Museum — more widely known as the Vrellis Museum — is a unique wax museum of its kind.

Pavlos Vrellis, sculptor and historian, devoted decades of his life to representing in wax the people and events that shaped Greek identity.

He didn't settle for simple figures; he created entire environments, reconstructing scenes with stunning realism. Caves, mountain paths, secret schools, prison cells, churches, and guerrilla hideouts — all crafted with precision, forming immersive settings for the figures and turning them into experiential encounters. The life-sized figures are vividly expressive. Lighting and sound amplify the sense of participation, while the choice of subjects lends the museum a unique intensity.

A journey to Ioannina is more than a tourist experience. It's a journey of the senses, memories, and authenticity — a place that never lets you forget it. Ioannina is a destination that never stops surprising and inspiring every visitor. •



ΕΞΕΛΙΞΗ ΜΕΝΟ ΠΡΟΣΟΠΙΚΟ • ΑΨΟΓΗ ΕΞΥΠΗΡΕΤΗΣΗ

50

χρόνια

Στον χώρο
των ανταλλακτικών
αυτοκινήτων



Δ. ΜΟΥΓΙΟΣ & ΣΙΑ Ο.Ε.

ΕΜΠΟΡΙΑ ΑΝΤΑΛΛΑΚΤΙΚΩΝ ΑΥΤΟΚΙΝΗΤΟΥ

www.mougiosparts.gr



Mougios autoparts

info@mougiosparts.gr

Ποιοτικά προϊόντα στις καλύτερες τιμές της αγοράς



ΣΕΡΡΩΝ 56, 10441, ΑΘΗΝΑ. Τ.:2105126195, 2105149125. Φ.:2105138198



fly me to



ΠΥΛΟΣ / PYLOS

Η Πύλος χτισμένη αμφιθεατρικά σε δύο λόφους πάνω από τον μαγευτικό κόλπο του Ναβαρίνου, είναι γνωστή για την πλούσια ιστορία της, αλλά και για τις πολλές φυσικές ομορφιές της. Κάντε μια βόλτα στα σοκάκια της θαυμάζοντας τα ψηλά πέτρινα σπίτια με τις ευρύχωρες αυλές και τις κεραμιδένιες σκεπές. Ξεκουραστείτε σε ένα από τα καφέ, κάτω από τα αιωνόβια πλατάνια στην πλατεία των Τριών Ναυάρχων με το ομώνυμο μνημείο με τις μορφές των ναυάρχων των τριών συμμαχικών στόλων που αντιμετώπισαν το Τουρκο-Αιγυπτιακό ναυτικό στη Ναυμαχία του Ναβαρίνου το 1827 και φυσικά επισκεφτείτε το Νιόκαστρο που βρίσκεται στο λόφο πάνω από την Πύλο.



Perched amphitheatrically on two hills with stunning views of the mesmerizing Bay of Navarino, **Pylos** is a town steeped in history and blessed with abundant natural beauty. Wander through its charming narrow streets, admiring the stately stone houses adorned with spacious courtyards and terracotta roofs. Unwind at one of the quaint cafés under the shade of centuries-old plane trees in the Three Admirals' Square. Here, you'll find the striking monument commemorating the admirals of the three allied fleets who triumphed over the Turco-Egyptian navy during the historic Battle of Navarino in 1827. And, of course, be sure to explore Niokastro, the majestic fortress overlooking Pylos from its vantage point on the hill above the town.

ΓΕΡΑΚΙ ΛΑΚΩΝΙΑΣ

ΤΟ ΚΕΦΑΛΟΧΩΡΙ ΜΕ ΙΣΤΟΡΙΚΟ ΒΙΟ 2500 ΕΤΩΝ



ΕΑΝ ΕΙΣΑΙ ΛΑΤΡΗΣ ΤΗΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ, ΤΩΝ ΑΡΧΑΙΟΛΟΓΙΚΩΝ ΜΝΗΜΕΙΩΝ ΚΑΙ ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ, ΤΟΤΕ Ο ΑΠΟΛΥΤΟΣ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ ΓΙΑ ΕΣΕΝΑ ΕΙΝΑΙ ΤΟ ΓΕΡΑΚΙ. ΤΟ ΓΕΡΑΚΙ ΒΡΙΣΚΕΤΑΙ ΣΤΟΝ ΝΟΜΟ ΛΑΚΩΝΙΑΣ, 39 ΧΛΜ ΝΟΤΙΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΤΗΣ ΣΠΑΡΤΗΣ. ΕΝΑ ΗΜΙΟΡΕΙΝΟ ΧΩΡΙΟ, ΧΤΙΣΜΕΝΟ ΣΤΟΥΣ ΠΡΟΠΟΔΕΣ ΤΟΥ ΟΡΟΥΣ ΠΑΡΝΩΝΑ ΜΕ ΠΛΑΚΟΣΤΡΩΤΑ ΣΟΚΑΚΙΑ, ΜΑΡΜΑΡΟΣΤΡΩΤΗ ΠΛΑΤΕΙΑ ΚΑΙ ΑΡΧΟΝΤΙΚΑ ΤΟΥ 19ΟΥ ΑΙ. ΔΗΜΙΟΥΡΓΟΥΝ ΕΝΑ ΦΡΟΥΡΙΑΚΟ ΧΑΡΑΚΤΗΡΑ ΠΟΥ ΘΥΜΙΖΕΙ ΑΛΛΗ ΕΠΟΧΗ. ΤΟ ΓΕΡΑΚΙ ΕΙΝΑΙ ΕΝΑ ΖΩΝΤΑΝΟ ΧΩΡΙΟ ΠΟΥ ΑΡΙΘΜΕΙ ΣΗΜΕΡΑ 1.500 ΚΑΤΟΙΚΟΥΣ ΜΕ ΔΕΚΑΔΕΣ ΚΑΤΑΣΤΗΜΑΤΑ ΚΑΙ ΥΠΗΡΕΣΙΕΣ. ΟΙ ΚΑΤΟΙΚΟΙ ΤΟΥ ΑΣΧΟΛΟΥΝΤΑΙ ΚΥΡΙΩΣ ΜΕ ΤΗΝ ΠΑΡΑΓΩΓΗ ΕΞΤΡΑ ΠΑΡΘΕΝΟΥ ΕΛΑΙΟΛΑΔΟΥ ΚΑΙ ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΩΝ ΕΛΙΩΝ ΤΗΣ ΠΟΙΚΙΛΙΑΣ ΪΚΑΛΑΜΑΤΑΜ.

GERAKI LACONIA

A HISTORIC VILLAGE WITH
2,500 YEARS OF LEGACY

FOR LOVERS OF HISTORY, ARCHAEOLOGICAL TREASURES, AND NATURAL BEAUTY, GERAKI IS A MUST-VISIT DESTINATION. NESTLED IN THE REGION OF LACONIA, JUST 39 KM SOUTHEAST OF SPARTA, THIS SEMI-MOUNTAINOUS VILLAGE IS BUILT AT THE FOOTHILLS OF MOUNT PARNON. WITH ITS STONE-PAVED ALLEYS, MARBLE-PAVED SQUARE, AND 19TH-CENTURY MANSIONS, GERAKI EXUDES A FORTIFIED CHARM THAT TRANSPORTS VISITORS TO ANOTHER ERA. TODAY, THIS VIBRANT VILLAGE IS HOME TO AROUND 1,500 RESIDENTS AND OFFERS NUMEROUS SHOPS AND SERVICES. THE LOCALS PRIMARILY PRODUCE EXTRA VIRGIN OLIVE OIL AND THE RENOWNED KALAMATA VARIETY TABLE OLIVES.



Text: Panagiotis Christakis, Archaeologist
Photo Credits: Vangelis Rassias (IG: @rss_vgg)



Μπορείς να ξεκινήσεις τη περιήγηση σου από την αρχαία Ακρόπολη των Γερωνθρών, εκεί που ξεκινάει να ξετυλίγεται η ιστορία του Γερακίου. Το Γεράκι στην αρχαιότητα ονομαζόταν «Γερόνθραι» και δείγματα ανθρώπινης κατοίκησης έχουν εντοπιστεί στο λόφο που βρίσκεται η Αρχαία Ακρόπολη των Γερωνθρών. Ο Πausanias που περιηγήθηκε στη περιοχή τον 2ο αι. μ.Χ. αναφέρει ότι στην ακρόπολη υπήρχε ναός με άγαλμα αφιερωμένος στον θεό Απόλλωνα, ενώ χαμηλότερα στον κάμπο Αγορά με άλσος και ναό αφιερωμένο στον θεό Άρην. Σήμερα στην ακρόπολη υπάρχουν λείψανα από το κυκλώπειο τείχος που ήταν οχυρωμένη και θεμέλια από οικίες. Τα ευρήματα που βρέθηκαν στην ακρόπολη το 1905 από την Αγγλική Αρχαιολογική Σχολή της Αθήνας αλλά και από το Ολλανδικό Ινστιτούτο τη δεκαετία του '90 ανήκουν στη Νεολιθική περίοδο και στην εποχή του Χαλκού. Η οχυρωμένη ακρόπολη και τα ερείπια κτηρίων στο πλάτωμα του λόφου μαρτυρούν την ακμή της πόλης των Γερωνθρών έως τους Ρωμαϊκούς χρόνους. Στην Αρχαϊκή και Κλασική περίοδο η πόλη ήκμασε και εξελίχθηκε σε σπουδαίο πολιτικό και εμπορικό κέντρο.

Καθώς περιηγείσαι μέσα στο χωριό θα νιώσεις ότι βρίσκεσαι σε ένα υπαίθριο μουσείο με τις δεκάδες βυζαντινές εκκλησίες, διάσπαρτες μέσα στον οικισμό και στους ελαιώνες που χρονολογούνται από τον 12ο – 15ο αι. Αυτούς τους αιώνες το Γεράκι άκμασε οικονομικά και πολιτισμικά. Ναοί διαφορετικών αρχιτεκτονικών τύπων με εξαιρετικές τοιχογραφίες, αγέρωχοι στο πέρασμα των αιώνων σε ταξιδεύουν στο κλίμα της βυζαντινής εποχής. Ο ναός της Ευαγγελιστρίας του 12ου αι., ο ναός του Αγίου Νικολάου με τη περίφημη τοιχογραφία τη Οσίας Μαρίας της Αιγυπτίας, ο ναός του Αγίου Σώζοντος και του Αγίου Αθανασίου με τοιχογραφίες του 13ου αι. και του Αγίου Ιωάννη Χρυσοστόμου με τοιχογραφίες τριών χρονικών φάσεων (13ος – 14ος και 15ος) και με

Βegin your exploration at the ancient Acropolis of Geronthrae, where the history of Geraki begins to unravel. Known in antiquity as “Geronthrae,” the village is rich with evidence of human habitation found on the hill of the ancient acropolis. According to Pausanias, the 2nd-century AD traveler and geographer, the acropolis was once home to a temple and statue of Apollo, while the nearby plain featured an Agora, a grove, and a temple dedicated to Ares. Today, the acropolis retains remnants of its Cyclopean walls and the foundations of ancient houses. Artifacts discovered here in 1905 by the British School of Archaeology at Athens—and later by the Dutch Institute in the 1990s—date back to the Neolithic and Bronze Ages. These structures highlight the city’s prosperity during the Archaic and Classical periods, when it flourished as a significant political and commercial hub.

Wandering through Geraki feels like walking through an open-air museum. Byzantine churches, dating from the 12th to 15th centuries, are scattered across the village and surrounding olive groves. These centuries marked a period of economic and cultural vitality for Geraki, as reflected in its diverse architecture and magnificent frescoes that endure through the ages. Notable highlights include, the Church of the Annunciation (Evangelistria) (12th century), the Church of Saint Nicholas, famous for its fresco of Saint Mary of Egypt, the Church of Saint Sozon and Saint Athanasios, showcasing exquisite 13th-century frescoes. The Church of Saint John Chrysostom, featuring frescoes from three distinct historical phases (13th–15th centuries) and embedded marble plaques with Emperor Diocletian's decree The Parish Church of the Dormition of the Virgin Mary stands in the village center. It was built in



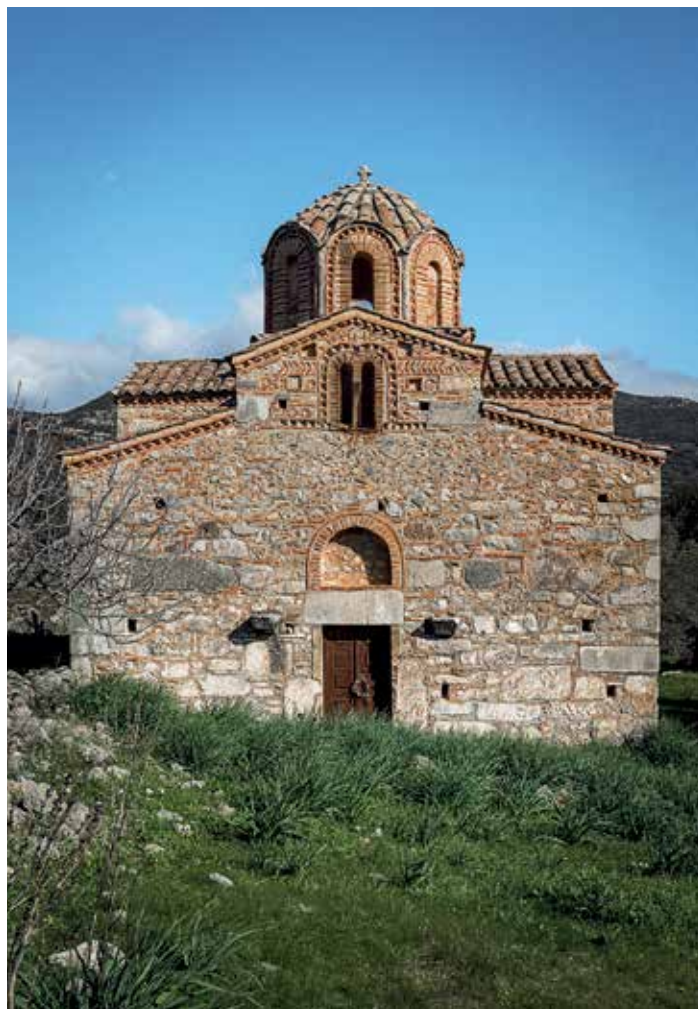
1702 during the Venetian occupation.

A few kilometers from the village, at Paliogerako, lies the medieval castle of Geraki. Constructed in the 13th century by French baron Guy de Nivelet during the Frankish occupation of the Peloponnese, the castle was later returned to the Byzantines in 1262 following the Battle of Pelagonia. During the Byzantine era, the castle settlement became a center of artistic and intellectual activity. Within its walls, visitors will discover: the Church of Saint Paraskevi (15th century) the Church of Zoodochos Pigi (1431), renowned for its fresco of Christ the Man of Sorrows and the Church of Saint George is notable for its sculpted shrine adorned with the coats of arms of the Knights Hospitaller. Another unique feature of Geraki is its celebrated tradition of weaving on vertical looms. Vibrant rugs (kilims) in various patterns and colors adorn local homes and are taught at Geraki's weaving school, which operates under the auspices of the University of West Attica. This art form, rooted in antiquity, remains a hallmark of the village's cultural heritage. •

τις εντοιχισμένες μαρμάρινες εμπορικές πλάκες με το Διάταγμα του αυτοκράτορα Διοκλητιανού είναι κάποια από τα σημαντικά αξιοθέατα που πρέπει να θαυμάσεις. Επίσης, στο κέντρο του χωριού βρίσκεται ο ενοριακός ναός της Κοιμήσεως της Θεοτόκου που χρονολογείται στην εποχή της Ενετοκρατίας και συγκεκριμένα το 1702.

Λίγα χιλιόμετρα από το χωριό βρίσκεται στη θέση «Παλιογέρακο» το μεσαιωνικό κάστρο του Γερακίου. Μετά την Άλωση της Κωνσταντινούπολης από τους Λατίνους Σταυροφόρους η Πελοπόννησος κατακτήθηκε από Φράγκους και η περιοχή του Γερακίου δόθηκε στον Γάλλο βαρόνο Γκυ Ντε Νυβελέ, ο οποίος έχτισε και το κάστρο τον 13ο αι. για να επιβλέπει τη περιοχή. Το 1262, μετά τη μάχη της Πελαγονίας το κάστρο δόθηκε στους Βυζαντινούς. Τότε, ο οικισμός του κάστρου γνώρισε μεγάλη καλλιτεχνική και πνευματική άνθιση. Ο ναός της Αγίας Παρασκευής με τοιχογραφίες του 15ου αι., της Ζωοδόχου Πηγής (1431) με την περίφημη τοιχογραφία του Ελκομένου Χριστού, ο ναός του Αγίου Γεωργίου με το γλυπτό προσκυνητάρι με τα οικοσμήματα των Ιωαννιτών Ιπποτών και άλλοι ναοί βρίσκονται σε κάθε γωνιά του κάστρου.

Τέλος, ένα ακόμα στοιχείο που κάνει το Γεράκι ξεχωριστό είναι η τέχνη της υφαντικής στον όρθιο αργαλειό. Κιλίμια σε διάφορα σχέδια και χρώματα κοσμούν τα γερακίτικα σπίτια αλλά και την σχολή υφαντικής που βρίσκεται στο Γεράκι, υπό την αιγίδα του Πανεπιστημίου Δυτικής Αττικής. Η παράδοση της υφαντικής τέχνης στο Γεράκι ξεκινά από την αρχαιότητα και συνεχίζει μέχρι σήμερα. •





AEGIALIS
HOTEL & SPA
★★★★★

Πολυτελές ξενοδοχείο 5 αστέρων στην Αμοργό! Στο νησί του "Απέραντου Γαλάζιου".
Luxurious holidays in the island of Amorgos, 5* Aegialis Hotel & Spa!

- Ιδανικό για γάμους, ρομαντικά γαμήλια ταξίδια, οικογενειακές διακοπές, σεμινάρια γιόγκα και συνέδρια.
- Ανάμεσα σε 2 παραλίες με πανοραμική θέα.
- Φιλικό και φιλόξενο προσωπικό - Άψογες υπηρεσίες!
- Λάλον Ύδωρ Spa για χαλάρωση και ευεξία όλο το χρόνο.
- Εστιατόριο "Ambrosia" με ελληνικές και μεσογειακές γεύσεις
- Between 2 sandy beaches with panoramic views.
- Professional services by friendly and welcoming staff.
- Weddings, honeymoons & family holidays.
- Lalon Idor Spa - wellness and Yoga retreats
- Mediterranean cuisine at Ambrosia restaurant.
- Cooking classes - Wine tasting - Greek nights

Επισκευτείτε το ξενοδοχείο Aegialis Hotel & Spa στο μαγευτικό νησί της Αμοργού!
Your dream holidays in Cyclades at the magical island of Amorgos!

Aegialis Hotel & Spa - Aegialis Tours
Tel: +30 22850 73393 - +30 693 6608678
e-mail: info@aegialis.com
www.amorgos-aegialis.com

ΕΛΙΑ

ΤΟ ΔΩΡΟ ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ!

Η ΕΛΙΑ, ΕΝΑ ΚΑΤ' ΕΞΟΧΗΝ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΟ ΔΕΝΤΡΟ, ΕΙΝΑΙ ΑΡΡΗΚΤΑ ΣΥΝΔΕΔΕΜΕΝΗ ΜΕ ΤΗΝ ΕΛΛΑΔΑ ΑΠΟ ΤΑ ΧΡΟΝΙΑ ΤΗΣ ΑΡΧΑΙΟΤΗΤΑΣ ΜΕΧΡΙ ΚΑΙ ΣΗΜΕΡΑ. ΕΧΕΙ ΣΗΜΑΔΕΨΕΙ ΜΕ ΤΗ ΜΑΚΡΑΙΩΝΗ ΠΑΡΟΥΣΙΑ ΤΗΣ ΟΧΙ ΜΟΝΟ ΤΟ ΤΟΠΙΟ, ΑΛΛΑ ΚΑΙ ΤΑ ΗΘΗ ΚΑΙ ΤΑ ΕΘΙΜΑ, ΤΗΝ ΠΑΡΑΔΟΣΗ ΚΑΙ ΤΟΝ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟ ΤΗΣ ΧΩΡΑΣ.

ΚΕΙΜΕΝΑ/ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΕΣ: ΑΡΧΕΙΟ ΠΕΜΕΤΕ



OLIVE TREE NATURE'S GIFT!

THE OLIVE TREE, A TYPICALLY MEDITERRANEAN TREE, HAS BEEN LINKED WITH GREECE EVER SINCE ANCIENT TIMES. ITS LONG PRESENCE HAS MARKED NOT ONLY THE LANDSCAPE, BUT ALSO THE CUSTOMS, TRADITIONS AND CULTURE OF OUR COUNTRY.

TEXTS / PHOTOS: PEMETE ARCHIVE

Iστορικές πληροφορίες αναφέρουν ότι το δένδρο της ελιάς ευδοκίμησε στη λεκάνη της Μεσογείου με πρόγονό της την αγριελιά, προερχόμενη από τη Μικρά Ασία και την αρχαία Ελλάδα. Άγριες ελιές συλλέγονταν από την νεολιθική εποχή, δηλ. την 8η χιλιετία π.χ.

Για τους αρχαίους Έλληνες η ελιά συμβόλιζε το ολυμπιακό ιδεώδες, την Ειρήνη, τη Σοφία και τη Νίκη. Οι νικητές των Ολυμπιακών αγώνων στεφανώνονταν με τον πασίγνωστο κότινο, ενώ στους πολέμους δεν υπήρχε καλύτερο σύμβολο λήξης των επιχειρήσεων, από τον «κλάδο ελαιάς» που κρατούσαν στο χέρι τους οι αγγελιοφόροι που μετέφεραν το μήνυμα της ειρήνης.

Ο καρπός της ελιάς αποτελεί βασικό συστατικό της διάσημης «μεσογειακής διατροφής» που η UNESCO έχει δηλώσει επίσημα ως κληρονομούμενη πολιτιστική κληρονομιά της ανθρωπότητας.

Οι ελιές δεν χρειάζονται συγκεκριμένη στιγμή για να τις απολαύσουμε. Είναι ένα από τα λίγα φυσικά προϊόντα που μπορούν να αποτελέσουν ένα υγιεινό σνακ για κάθε ώρα και κάθε περίπτωση.

Τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της κάθε ελληνικής περιοχής ενσωματώνονται στον καρπό. Αυτός είναι και ο λόγος για τον οποίο οι ελληνικές ποικιλίες επιτραπέζιων ελιών είναι μοναδικές στον κόσμο για τη γεύση, το άρωμα και την ποιότητά τους.

Η ελιά φτιάχνεται μέχρι σήμερα με τον πιο φυσικό τρόπο. Ωριμάζει στο δέντρο και στη συνέχεια ξεπικρίζει σε άλμη (νερό & αλάτι), ακολουθώντας τη διαδικασία της φυσικής ζύμωσης. Φτάνοντας στο τραπέζι μας, έχει περάσει από συνεχείς και αυστηρούς ποιοτικούς ελέγχους οι οποίοι ξεκινούν από τον ελαιώνα, το πρώτο διάλεγμα και ολοκληρώνονται με τη συσκευασία, εξασφαλίζοντας τη διατήρηση των πολύτιμων θρεπτικών συστατικών της.

Ο καρπός της ελιάς ωριμάζει στα μέσα προς τέλη

There is historical evidence that the olive tree flourished in the Mediterranean basin, and that was a descendant of the oleaster (wild olive tree), which first appeared in from Asia Minor and ancient Greece. Wild olives already being collected in Neolithic times in the 8th century.

For ancient Greeks the olive tree symbolized Olympic ideals. The winners of the Olympic Games were crowned with famous "kotinos". During war, the better symbol to end the operation was the olive branch which had to be holding by the messengers sent to convey the message of peace.

Olive fruit is a key component of the famous "Mediterranean diet" that UNESCO has officially declared as an Inherited Cultural Heritage of Humanity.

Olives do not have their own time to enjoy them. It is one of the few natural foods that can be a healthy snack for every hour and every occasion.

The special features of each Greek area can be discerned in its crops. That is the reason why the Greek varieties of table olives are unique in the world for their flavor, aroma and quality.

The olive is still produced today in its most natural form. It ripens on the tree and is then debittered in brine (a mixture of water and salt), following a process of natural fermentation. By the time it reaches our table, it has undergone continuous and rigorous quality controls, starting from the olive grove, through the initial selection, and concluding with packaging, ensuring the preservation of its valuable nutritional components. The olive fruit ripens from mid to late autumn, when the harvest, or "liomazoma", begins. Traditionally, olives are hand-picked, and olive harvesting has been an important agricultural activity in many Mediterranean regions for centuries.



του φθινοπώρου, οπότε και ξεκινάει η συγκομιδή, ή το λιομάζωμα. Η ελιά παραδοσιακά μαζεύεται με το χέρι, και το μάζεμα της ελιάς αποτελεί εδώ και αιώνες σημαντική αγροτική δραστηριότητα σε πολλές περιοχές της Μεσογείου.

Η συλλογή του ελαιόκαρπου με το «χέρι» αποτελεί μια εξαιρετικά επίπονη χειρωνακτική εργασία και απαιτεί αφοσίωση και σεβασμό στη διαχείριση του καρπού της ελιάς που θεωρείται ευλογία της φύσης.

ΔΙΑΛΕΞΤΕ ΜΕΡΙΚΕΣ ΑΠΟ ΤΙΣ ΚΑΛΥΤΕΡΕΣ ΠΟΙΚΙΛΙΕΣ ΕΠΙΤΡΑΠΕΖΙΩΝ ΕΛΙΩΝ

Ξεχωρίστε τις βασικές ποικιλίες και απολαύστε κάθε μία από αυτές, ανάλογα με τη στιγμή, τη διάθεση ή το φαγητό.

ΚΑΛΑΜΑΤΑ Οι φυσικές μαύρες επιτραπέζιες ελιές της ποικιλίας «Καλαμάτα» καλλιεργούνται σε περιοχές της Πελοποννήσου και της Κεντρικής Ελλάδας. Σπουδαιότεροι νομοί παραγωγής είναι κατά σειρά: Αιτωλοακαρνανίας, Λακωνίας, Φθιώτιδας και Μεσσηνίας.

ΧΑΛΚΙΔΙΚΗΣ Οι πράσινες επιτραπέζιες ελιές «Χαλκιδικής» καλλιεργούνται κυρίως στο νομό Χαλκιδικής, αλλά και στην Κεντρική και Ανατολική Μακεδονία, ενώ μικρότερος αριθμός ελαιόδενδρων της ποικιλίας καλλιεργούνται και σε άλλες περιοχές της χώρας.

ΑΜΦΙΣΣΗΣ Οι φυσικές μαύρες ελιές «Αμφίσσης» καλλιεργούνται κυρίως σε περιοχές της Κεντρικής Ελλάδας, στους νομούς Φθιώτιδας, Φωκίδας, Μαγνησίας, Αιτωλοακαρνανίας, Άρτας, Εύβοιας.

Στη διάθεση του καταναλωτή υπάρχει μια μεγάλη γκάμα ελιών. Γεμιστές, εκπυρηνωμένες, σε ροδέλες, αρωματισμένες με μάραθο, εστραγκόν, φλούδες λεμονιού, ξιδάτες, μαριναρισμένες, ακόμη και πολτός ελιάς.

Οι ελληνικές επιτραπέζιες ελιές, έχουν σχεδόν αποκλειστικά εξαγωγικό προσανατολισμό, με τις πρώτες εξαγωγές να καταγράφονται το 1858, αποτελώντας το σημαντικότερο εξαγωγικό αγροτικό προϊόν της χώρας μας.

Με τις προσπάθειες των ελληνικών μεταποιητικών, τυποποιητικών, εξαγωγικών επιχειρήσεων το προϊόν

"Manual" harvest is an exceptionally strenuous process, which requires dedication and respect towards the handling of the olive crop, rightfully considered to be one of nature's blessings.

CHOOSE SOME OF THE BEST TABLE OLIVE VARIETIES

Discover the main olive varieties and enjoy each one according to the moment, your mood, or the perfect food pairing.

KALAMATA Natural black table olives of the Kalamata variety (Kalamata olives) which are grown in various parts of Peloponnese and central Greece. The major producing regions in order of importance are: Etoloakarnania, Laconia, Fthiotida and Messinia.

CHALKIDIKI Chalkidiki green table olives are mainly grown in Chalkidiki region, as well as in Central and Eastern Macedonia while to a lesser extent they are also grown in other regions of the country.

AMFISSIS The natural black table olives "Amfissis" is mainly cultivated in central Greece in the Fthiotida, Fokida, Magnesia, Etoloakarnania, Arta and Evia regions.

Consumers have access to a wide range of olives, including stuffed, pitted, sliced, and flavored with fennel, tarragon, and lemon zest, as well as pickled, marinated, and even olive paste.

Greek table olives are almost exclusively export-oriented, with the first recorded exports dating back to 1858, making them the country's most significant agricultural export product. Thanks to the efforts of Greek processing, packaging, and exporting



Kalamata olives



Chalkidiki green olives



Black natural olives



σήμερα εξάγεται σε περισσότερες από 100 χώρες και αποτελεί αναπόσπαστο μέρος της παγκόσμιας εφοδιαστικής αλυσίδας και είναι τοποθετημένο στα ράφια των μεγαλύτερων αλυσίδων super market του εξωτερικού στηρίζοντας το εισόδημα των Ελλήνων ελαιοπαραγωγών και συμβάλλοντας σημαντικό στο εθνικό εισόδημα.

Αποτελεί προϊόν υψηλής διατροφικής και γαστρονομικής αξίας και είναι ένα από τα αναγνωρίσιμα ελληνικά brands, που χαίρει της εκτίμησης των ξένων καταναλωτών οι οποίοι απολαμβάνουν ένα premium προϊόν που τηρεί τους ευρωπαϊκούς κανόνες για την ασφάλεια των τροφίμων. ●

companies, today, the product is exported to more than 100 countries. It is an integral part of the global supply chain. It is stocked on the shelves of the largest international supermarket chains, supporting the income of Greek olive growers and contributing significantly to the national economy.

Greek olives are a product of high nutritional and gastronomic value and are one of the most recognizable Greek brands. They are highly regarded by foreign consumers who enjoy a premium product that complies with European food safety standards. ●

ΜΙΚΡΕΣ ΣΥΜΒΟΥΛΕΣ... ΓΙΑ ΜΕΓΑΛΕΣ ΑΠΟΛΑΥΣΕΙΣ!

- Όταν χρησιμοποιείτε ελιές στο μαγείρεμα μην τις αφήνετε σε υψηλές θερμοκρασίες γιατί πικρίζουν. Προσθέστε τις στο τέλος.
- Όταν τις αναμιγνύεται με άλλα υλικά, χρησιμοποιείστε τις ελιές χωρίς κουκούτσι.
- Η ιδανική ελιά για το ποτό σας είναι η πράσινη, γεμιστή με φυσική πιπεριά, ή ακόμα μια με πολύ πιπεριάς.

SMALL TIPS FOR... GREAT PLEASURES

- When using olives in cooking, do not leave them at high temperatures because they will turn bitter. Add them at the end.
- When mixing them with other ingredients, use pitted olives.
- For your drinks, the ideal olive is a green olive stuffed with green pepper or pepper paste.





Προστατεύοντας τα Δάση των Θαλασσών μας

Φύτευση Υποβρύχιων Κήπων Ποσειδωνίας

ΚΑΤΩ ΑΠΟ ΤΑ ΓΑΛΑΖΙΑ ΝΕΡΑ ΤΗΣ ΜΕΣΟΓΕΙΟΥ, ΕΠΙΒΙΩΝΟΥΝ ΑΚΟΜΑ ΤΑ ΠΡΟΣΤΑΤΕΥΟΜΕΝΑ ΘΑΛΑΣΣΙΑ ΛΙΒΑΔΙΑ ΤΗΣ ΠΟΣΕΙΔΩΝΙΑΣ (*POSIDONIA OCEANICA*). ΠΑΡΑ ΤΗ ΘΕΜΕΛΙΩΔΗ ΣΗΜΑΣΙΑ ΤΟΥΣ, ΠΑΡΑΜΕΝΟΥΝ ΣΕ ΜΕΓΑΛΟ ΒΑΘΜΟ ΑΓΝΩΣΤΑ ΣΤΟ ΕΥΡΥ ΚΟΙΝΟ.

ΑΥΤΑ ΤΑ ΑΡΧΑΙΑ ΟΙΚΟΣΥΣΤΗΜΑΤΑ, ΗΛΙΚΙΑΣ ΧΙΛΙΑΔΩΝ ΕΤΩΝ, ΣΥΜΒΑΛΛΟΥΝ ΚΑΘΟΡΙΣΤΙΚΑ ΣΤΗ ΔΙΑΤΗΡΗΣΗ ΤΗΣ ΘΑΛΑΣΣΙΑΣ ΒΙΟΠΟΙΚΙΛΟΤΗΤΑΣ, ΣΤΗΝ ΑΝΤΙΜΕΤΩΠΙΣΗ ΤΗΣ ΚΛΙΜΑΤΙΚΗΣ ΑΛΛΑΓΗΣ ΚΑΙ ΣΤΗΝ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΤΗΣ ΠΑΡΑΚΤΙΑΣ ΟΙΚΟΝΟΜΙΑΣ. ΠΑΡΟΛΑ ΑΥΤΑ, ΚΑΤΑΣΤΡΕΦΟΝΤΑΙ ΟΛΟ ΚΑΙ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΟ ΑΠΟ ΤΗΝ ΑΝΘΡΩΠΙΝΗ ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΑ.

BENEATH THE TURQUOISE BLUE WATERS OF THE MEDITERRANEAN LIES ONE OF THE PLANET'S MOST VITAL YET OVERLOOKED UNDERWATER FOREST: THE PROTECTED *POSIDONIA OCEANICA* SEAGRASS MEADOWS. THESE ANCIENT UNDERWATER PLANTS ARE CRUCIAL TO MARINE BIODIVERSITY, CLIMATE STABILITY, AND COASTAL ECONOMIES, HOWEVER THEY ARE INCREASINGLY DESTROYED DUE TO HUMAN ACTIVITY.

ΚΕΙΜΕΝΑ & ΦΩΤΟ: ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΘΑΛΑΣΣΙΑΣ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑΣ «ΑΡΧΙΠΕΛΑΓΟΣ»
WWW.ARCHIPELAGO.GR

Protecting THE Forests OF OUR Seas

Planting Underwater Posidonia Seagrass Gardens

TEXTS & PHOTOS BY ARCHIPELAGOS INSTITUTE OF MARINE CONSERVATION
WWW.ARCHIPELAGO.GR

Eδώ και δύο δεκαετίες, το Ινστιτούτο Θαλάσσιας Προστασίας “Αρχιπέλαγος” εστιάζει την δράση του μεταξύ πολλών άλλων, στην έρευνα, προστασία και αποκατάσταση αυτών των πολύτιμων οικοτόπων στις ελληνικές θάλασσες, πριν να είναι πολύ αργά...

Τι είναι τα θαλάσσια λιβάδια Ποσειδωνίας;

Η Ποσειδωνία είναι ένα θαλάσσιο φυτό που ζει μόνο στη Μεσόγειο Θάλασσα. Συγκοιτάσσεται στους αρχαιότερους ζωντανούς οργανισμούς στη Γη, με ορισμένα λιβάδια να ξεπερνούν την ηλικία των 10.000 ετών. Το βαθύ τους ρίζωμα αποτρέπει τη διάβρωση παραλιών και προωθούν την σταθερότητα των ακτών. Αποτελούν έναν ανεκτίμητο φυσικό σύμμαχο στην αντιμετώπιση των επιπτώσεων της κλιματικής αλλαγής. Είναι εντυπωσιακό ότι μπορούν να απορροφούν διοξείδιο του άνθρακα με ρυθμό έως και 35 φορές περισσότερο από τα τροπικά δάση. Κάθε τετραγωνικό μέτρο Ποσειδωνίας μπορεί να παράγει έως και 20

For two decades, the Archipelagos Institute of Marine Conservation has been leading efforts to study, protect, and restore these precious habitats in the Greek seas, before it's too late...

What is *Posidonia oceanica*?

Posidonia oceanica is a seagrass species endemic to the Mediterranean Sea. It is among the oldest living organisms on Earth, with some meadows estimated to be over 10,000 years old. Their deep roots and rhizomes help prevent beach and coastal erosion, stabilizing shorelines. They are an invaluable natural ally in tackling the effects of climate change. Impressively they can absorb carbon dioxide at a rate of up to 35 times greater than tropical rainforests. Each square meter of *Posidonia* can produce up to 20 liters of oxygen per day, while it is a vital habitat for over 1,000 species of marine animals and 300 species



λίτρα οξυγόνου την ημέρα, ενώ προσφέρει κρίσιμο βιότοπο σε περισσότερα από 1.000 είδη θαλάσσιων ζώων και 300 είδη φυτών. Είναι επίσης αξιοσημείωτο ότι πάνω από το 50% του οξυγόνου που αναπνέουμε προέρχεται από τις θάλασσες. Τα θαλάσσια φυτά, όπως η Ποσειδωνία, διαδραματίζουν καθοριστικό ρόλο σε αυτή τη ζωτική διαδικασία.

Το Ινστιτούτο Αρχιπέλαγος μελετά την ικανότητα αυτών των λιβαδιών να δεσμεύουν άνθρακα σε διαφορετικές περιοχές και βάθη των ελληνικών θαλασσών, καθώς και το πώς αυτά συμβάλουν στην αντιστάθμιση των παγκόσμιων εκπομπών διοξειδίου του άνθρακα.



of marine plants. In fact, more than half of the oxygen we breathe comes from our seas, while seagrasses like Posidonia play a major role in that.

The Archipelagos Institute studies how much carbon these meadows can store in different areas and depths and how we can maximize their potential to help offset our global emissions. The disappearance of seagrass meadows are also an indicator of the increasing temperatures and the detrimental impacts of climate change.

Αυξανόμενες Απειλές:

Παρά τον κρίσιμο ρόλο τους, τα λιβάδια Ποσειδωνίας εξαφανίζονται με ανησυχητικά γρήγορο ρυθμό. Εκτιμάται ότι τουλάχιστον το 34% αυτών των υποθαλάσσιων δασών στη Μεσόγειο έχει ήδη αφανιστεί, προκαλώντας μακροχρόνιες επιπτώσεις όχι μόνο στην υγεία των θαλάσσιων οικοσυστημάτων, αλλά και στον ίδιο τον άνθρωπο. Λόγω του εξαιρετικά αργού ρυθμού ανάπτυξής τους, (μόλις 6 εκ./έτος), η καταστροφή ενός λιβαδιού Ποσειδωνίας ενδέχεται να είναι μη αναστρέψιμη. Για την πλήρη αναγέννησή τους απαιτούνται περισσότερα από 100 χρόνια, εφόσον καταστεί εφικτή, λόγω των εντεινόμενων πιέσεων που προκαλεί η κλιματική αλλαγή και η ανθρώπινη δραστηριότητα.

Στην Ελλάδα, η καταστροφή των λιβαδιών Ποσειδωνίας επιταχύνεται λόγω της ελλιπούς εφαρμογής της ισχύουσας νομοθεσίας που προβλέπει την προστασία τους. Η μεγαλύτερη απειλή προέρχεται από την ανεξέλεγκτη αγκυροβόληση περισσότερων από 35.000 σκαφών αναψυχής που διαπλέουν τις παράκτιες περιοχές κάθε καλοκαίρι, αγκυροβολώντας συχνά απευθείας πάνω στα προστατευόμενα λιβάδια Ποσειδωνίας ξεριζώνοντας μέρος του λιβαδιού. Άλλοι βασικοί παράγοντες καταστροφής περιλαμβάνουν:

- την παράνομη αλιεία με συρόμενα εργαλεία (π.χ. μηχανότρατα) και τις εντατικές ιχθυοκαλλιέργειες,
- την άναρχη παράκτια ανάπτυξη, τη ρύπανση και
- την κλιματική αλλαγή που επιφέρει άνοδο της θερμοκρασίας και οξίνιση των θαλασσών.

Growing Threats:

Despite the critical role they play, Posidonia meadows are disappearing at an alarming rate. It is estimated that at least 34% of these underwater forests in the Mediterranean have already been lost, causing long-term damage not only to marine ecosystems but also to humans. Due to their extremely slow growth rate (just 6 cm/year), when a Posidonia meadow is destroyed, it may take over 100 years to regrow, if they ever recover with the challenges of climate change.

In Greek waters, the destruction is accelerating due to the lack of effective enforcement of the existing legislation. The biggest threat is uncontrolled and unregulated anchoring by over 35.000 recreational vessels that travel in coastal areas every summer. Frequently they anchor over the protected Posidonia meadows uprooting parts of the meadow. Other key threat factors include:

- illegal fisheries with towed gear (e.g. trawling) and intensive aquaculture practices
- unregulated coastal development and the various forms of pollution



Υποβρύχιοι Κήποι: Η Καινοτομία συναντά την Αποκατάσταση

Προς απάντηση των απειλών που αντιμετωπίζουν τα θαλάσσια λιβάδια, το Ινστιτούτο Θαλάσσιας Προστασίας Αρχιπέλαγος αναλαμβάνει δράση για να αναστρέψει την καταστροφή.

Από το 2018, το Ινστιτούτο αναπτύσσει και εφαρμόζει καινοτόμες τεχνικές υποβρύχιας φύτευσης σε συνεργασία με επιστήμονες από κορυφαία ευρωπαϊκά πανεπιστήμια. Για την επαναφύτευση χρησιμοποιούνται θραύσματα Ποσειδωνίας που έχουν ξεριζωθεί από άγκυρες σκαφών, τα οποία παραμένουν ζωντανά για μικρό χρονικό διάστημα. Επίσης, σπανίως η φύτευση γίνεται και με σπόρους Ποσειδωνίας, όταν συμβαίνει το φαινόμενο παραγωγής σπόρων από τα θαλάσσια λιβάδια που καταγράφεται ανά 5-10 χρόνια. Οι σπόροι συλλέγονται, αναπτύσσονται σε εργαστήρια μέχρι να εξελιχθούν σε νεαρά φυτά, τα οποία στη συνέχεια φυτεύονται στους υποβρύχιους κήπους. Η φύτευση γίνεται εξ ολοκλήρου με βιοδιασπώμενα υλικά, ενώ η διαδικασία αυτή είναι δύσκολη. Απαιτεί συνεχή φροντίδα κάτω από την επιφάνεια της θάλασσας από εξειδικευμένους επιστήμονες-δύτες καθ' όλη τη διάρκεια του έτους, για τα πρώτα έτη ανάπτυξης των φυτών. Αυτοί οι κήποι Ποσειδωνίας ανοίγουν τον δρόμο για παρόμοιες πρωτοβουλίες σε όλη τη Μεσόγειο.

Προστασία των Θαλάσσιων Λιβαδιών: Μια Κοινή Ευθύνη

Ο αφανισμός των θαλάσσιων λιβαδιών δεν είναι μόνο περιβαλλοντικό ζήτημα· είναι κοινωνικό και οικονομικό. Εκατομμύρια άνθρωποι γύρω από τη Μεσόγειο βασίζονται σε υγιείς θάλασσες για την τροφή, το εισόδημα και τον τρόπο διαβίωσής τους. Σήμερα υπάρχει η γνώση και τα εργαλεία για να δοθεί ένα τέλος στην καταστροφή. Όμως απαιτείται δράση.

Με στόχο την αποκατάσταση αυτών των πολύτιμων οικοσυστημάτων, το Ινστιτούτο Αρχιπέλαγος αναπτύσσει συνεργασίες ανάμεσα σε επιστήμονες, πολίτες, παράκτιες κοινότητες και αρχές, ενώ καταγράφει και την πολύτιμη τοπική οικολογική γνώση των ψαράδων. Η προστασία των θαλάσσιων λιβαδιών Ποσειδωνίας αποτελεί συλλογική ευθύνη. *Για να μάθετε περισσότερα και να υποστηρίξετε τις δράσεις προστασίας του Ινστιτούτου Αρχιπέλαγος, επισκεφθείτε το: <https://archipelago.gr>.* •

• climate change including rising sea temperatures and ocean acidification

Replanting Hope: Innovation meets Restoration

In response to the threats facing these vanishing seagrass meadows, the Archipelagos Institute is taking proactive steps to reverse the damage.

Since 2018, the Institute has been developing and implementing innovative replanting techniques in collaboration with scientists from leading European universities. This approach involves replanting Posidonia fragments uprooted due to boat anchorage, which would otherwise be lost. Every few years in the rare event, when the seagrass meadows produce seeds, they are collected and grown into seedlings in the lab and are planted into the underwater gardens. Biodegradable materials are used to support the growth process. This task is a very challenging task as it requires regular care underwater by expert scientists-divers, year-round, for the first few years of their growth. These seagrass gardens are paving the way for similar efforts throughout the Mediterranean.

Protecting Seagrasses: A Shared Responsibility

The destruction of seagrass meadows is not just an environmental issue; it is a social and economic one too. Millions of people around the Mediterranean rely on healthy seas for their food, income, and way of life. We have the knowledge and tools to stop this destruction, but action is needed.

With the aim of restoring these vital ecosystems, the Archipelagos Institute has built key collaborations between scientists, authorities, and coastal communities, while working closely with fishers to record their invaluable local ecological knowledge. Their protection is a responsibility we all share. *To learn more about and support the Archipelagos Institute's conservation efforts, please visit our website: <https://archipelago.gr>.* •



ΠΛΕΟΥΜΕ **MAZI**

ΓΙΑ ΤΗΝ ΠΡΟΣΤΑΣΙΑ ΤΟΥ ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΟΣ & ΤΩΝ ΘΑΛΑΣΣΩΝ

Sailing **Together** TO PROTECT THE ENVIRONMENT AND OUR SEAS

Στο πλαίσιο του προγράμματος Υπευθυνότητας και Βιώσιμης Ανάπτυξης του Ομίλου Attica, «ΠΛΕΟΥΜΕ MAZI», ολοκληρώθηκαν η 7η και η 8η από μια σειρά δράσεων με αντικείμενο την προστασία του περιβάλλοντος, την ενίσχυση της περιβαλλοντικής κουλτούρας, αλλά και την κοινωνική ένταξη ευαίσθητων ομάδων.

Τα Χανιά, όπου η Attica Group δραστηριοποιείται με την Anek Lines, αποτέλεσαν το επίκεντρο της 7ης απόδρασης του Ομίλου. Για 4 ημέρες, από 31 Οκτωβρίου έως 3 Νοεμβρίου 2024, 140 εθελοντές - εργαζόμενοι του Ομίλου, συμμετείχαν σε δράσεις που υποστηρίζουν εμπράκτως την τοπική κοινωνία του νησιού της Κρήτης, σε τομείς όπως η προστασία του περιβάλλοντος, η ενίσχυση της περιβαλλοντικής κουλτούρας και η κοινωνική ένταξη ευαίσθητων ομάδων. Στο πλαίσιο της 7ης απόδρασης η οποία έφερε κοντά τους εθελοντές - εργαζομένους του Ομίλου Attica με τις ΜΚΟ «Aegean Rebreath», «Πράκτορες του Πλανήτη» και «Special Olympics Hellas» υλοποιήθηκαν δράσεις προς δύο βασικές κατευθύνσεις:

As part of “SAILING TOGETHER” responsibility program of Attica group, were successfully completed the 7th and the 8th of a series of initiatives aiming towards the environmental protection, strengthening environmental awareness, and promoting the social inclusion of vulnerable groups.

Chania, where Attica Group operates through Anek Lines, was the focal point of the Group’s 7th environmental initiative. For four days, from October 31 to November 3, 2024, 140 Group’s volunteer employees participated in activities that tangibly support the local community of the island of Crete, focusing on environmental protection, strengthening environmental awareness, and promoting the social inclusion of vulnerable groups. As part of the 7th environmental initiative, which brought together Attica Group’s volunteer employees with the NGOs “Aegean Rebreath”, “Planet Agents”, and “Special Olympics Hellas”, actions were carried out in two main areas:



1. ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

«Πράκτορες του Πλανήτη»: Περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση μαθητών δημοτικού

Από 31 Οκτωβρίου έως 1 Νοεμβρίου, οι «Πράκτορες του Πλανήτη» πραγματοποίησαν εκπαιδευτικά προγράμματα σε περίπου 400 μαθητές, 4 δημοτικών σχολείων. Στόχος του προγράμματος που πραγματοποιήθηκε με την υποστήριξη της Attica Group, ήταν η συμβολή στο χτίσιμο περιβαλλοντικής κουλτούρας που υποστηρίζει ένα βιώσιμο μέλλον, μέσα από την υλοποίηση βιωματικών εκπαιδευτικών προγραμμάτων.

«Aegean Rebreath»: Καθαρισμός βυθού στο Ενετικό λιμάνι των Χανίων

Στις 2 και 3 Νοεμβρίου, οι δύτες της οργάνωσης, μαζί με περισσότερους από 100 εθελοντές της Attica Group συνέλεξαν, υπό την καθοδήγηση της Aegean Rebreath, απορρίμματα από το βυθό, τα οποία ταξινομήθηκαν ανά υλικό ώστε να προωθηθούν προς ανακύκλωση με στόχο την προστασία του θαλάσσιου οικοσυστήματος. Μέσα σε δύο ημέρες, συλλέχθηκαν περισσότερα από 4.000 ανακυκλώσιμα αντικείμενα μεταξύ των οποίων πλαστικά, ελαστικά οχημάτων, μέταλλα, αλουμίνια, γυαλιά, κεραμικά κλπ. Επιπλέον, απομακρύνθηκε από το βυθό περίπου 1 τόνος εγκαταλελειμμένων δικτύων.

2. ΚΟΙΝΩΝΙΑ

«Special Olympics Hellas»: Στήριξη των Πανελλήνιων Αγώνων Kayaking, για την κοινωνική ένταξη μέσω του αθλητισμού

Από 1 έως 3 Νοεμβρίου, 10 εθελοντές - εργαζόμενοι του Ομίλου Attica, βρέθηκαν κοντά στους 70 αθλητές και αθλήτριες των «Special Olympics Hellas» (SOH) στο πλαίσιο των Πανελλήνιων Αγώνων

ΕΒΔΟΜΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ

SEVENTH STOP

ΧΑΝΙΑ / CHANIA

140 εθελοντές εργαζόμενοι της Attica Group / volunteer employees of Attica Group

3 ΜΚΟ / NGOS "Aegean Rebreath", «Πράκτορες του Πλανήτη»/ "Planet Agents" & "Special Olympics Hellas"

400

μαθητές δημοτικών σχολείων / elementary school students

70 αθλητές και αθλήτριες των "Special Olympics Hellas" / athletes from "Special Olympics Hellas"

Περισσότερα από 4.000

ανακυκλώσιμα αντικείμενα / more than 4,000 recyclable items

1. ENVIRONMENT

"Planet Agents": Environmental awareness for elementary school students

From October 31 to November 1, "Planet Agents" conducted educational programs for around 400 students at four elementary schools. With the support of Attica Group, the program aimed to help build an environmental culture that supports a sustainable future through hands-on, experiential learning.

"Aegean Rebreath": Seabed cleanup at the Venetian Harbor of Chania

On November 2 and 3, divers from the organization, together with over 100 Attica Group volunteers, collected underwater waste under the guidance of "Aegean Rebreath". The collected waste was sorted by material type to be forwarded for recycling, with the goal of protecting the marine ecosystem. Over the course of two days, more than 4,000 recyclable items were collected, including plastics, tires, metallic objects, aluminum, glass, and ceramics. Additionally, about 1 ton of abandoned fishing nets was removed from the seabed.

2. SOCIETY

"Special Olympics Hellas": Supporting the National Kayaking Games for social inclusion through sports

From November 1 to 3, 10 Attica Group volunteers supported 70 athletes from "Special Olympics Hellas" (SOH) during the National Kayaking Games held at Lake Kournas in the Chania region. The goal of the initiative, supported by Attica Group as a Gold Sponsor, was to offer assistance and encouragement to the athletes, enabling them to compete and excel in a safe and acceptable environment.





Kayaking, που πραγματοποιήθηκαν στην Λίμνη Κουρνά του νομού Χανίων. Στόχος, μέσα από την ενεργή συμμετοχή των εργαζόμενων του Ομίλου Attica στο έργο των «Special Olympics Hellas» τα οποία υποστηρίζει ως Χρυσός Χορηγός, ήταν η παροχή βοήθειας και η ενθάρρυνση των αθλητών ώστε να διαγωνιστούν και να διακριθούν σε ένα περιβάλλον ασφάλειας και αποδοχής.

Η 8η –κατά σειρά– Περιβαλλοντική απόΔραση, πραγματοποιήθηκε στα νησιά της Ρόδου και της Χάλκης, από τις 8 έως τις 11 Μαΐου 2025. Η δράση υλοποιήθηκε σε συνεργασία με τις Μν Κυβερνητικές Οργανώσεις (ΜΚΟ), «Aegean Rebreath» και «Πράκτορες του Πλανήτη», με στόχο την ενίσχυση της περιβαλλοντικής εκπαίδευσης και ευαισθητοποίησης των μαθητών και την ουσιαστική συμβολή στην προστασία του θαλάσσιου οικοσυστήματος των δύο νησιών.

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ & ΕΚΠΑΙΔΕΥΣΗ ΣΕ ΣΧΟΛΕΙΑ

Στις 8 και 9 Μαΐου, πάνω από 650 μαθητές σε 5 δημοτικά σχολεία της Ρόδου συμμετείχαν σε διαδραστικές, εκπαιδευτικές δραστηριότητες με θέμα το περιβάλλον, οι οποίες σχεδιάστηκαν και υλοποιήθηκαν από την ομάδα των «Πρακτόρων του Πλανήτη». Στόχος του προγράμματος, ήταν η συμβολή στο χτίσιμο περιβαλλοντικής κουλτούρας, μέσα από την υλοποίηση βιωματικών, εκπαιδευτικών προγραμμάτων που βοηθούν τους μαθητές να αναλάβουν

The 8th Environmental initiative took place on the islands of Rhodes and Halki from May 8 to 11, 2025. This initiative was implemented in cooperation with the NGOs “Aegean Rebreath” and “Planet Agents”, aiming to strengthen environmental education and awareness among students and to make a meaningful contribution to protecting the marine ecosystem of both islands.

ENVIRONMENT & EDUCATION IN SCHOOLS

On May 8 and 9, over 650 students from five primary schools in Rhodes participated in interactive, educational activities centered on environmental themes. These were designed and delivered by the “Planet Agents” team. The program aimed to foster an environmental culture by providing hands-on educational experiences that empower students to take an active role in protecting their island ecosystems.

ENVIRONMENT & SEABED CLEANUP

With a strong focus on marine conservation, Attica Group once again partnered with the environmentally pioneering NGO “Aegean Rebreath”, participating in seabed cleanup operations at Mandraki Port in Rhodes and around Halki Island on May 10 and 11.

More than 90 Attica Group employees traveled to the two islands to offer hands-on assistance in safeguarding the marine ecosystem through dedi-

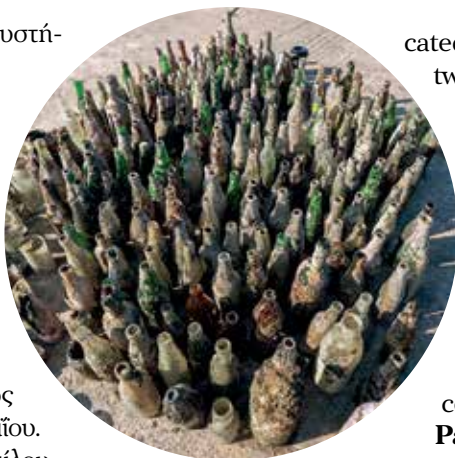
ενεργό ρόλο στην προστασία του οικοσυστήματος των νησιών τους.

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ & ΚΑΘΑΡΙΣΜΟΣ ΘΑΛΑΣΣΙΟΥ ΒΥΘΟΥ

Με έμφαση στην προστασία του θαλάσσιου περιβάλλοντος, η Attica Group συνεργάστηκε για μία ακόμη φορά, με την πρωτοπόρο σε περιβαλλοντικές δράσεις ΜΚΟ, «Aegean Rebreath», συμμετέχοντας στον καθαρισμό του βυθού στο λιμάνι Μανδράκι της Ρόδου καθώς και στο νησί της Χάλκης, στις 10 και 11 Μαΐου. Περισσότεροι από 90 εργαζόμενοι του Ομίλου, βρέθηκαν στα δύο νησιά για να βοηθήσουν έμπρακτα στην προστασία του θαλάσσιου περιβάλλοντος, συμμετέχοντας εθελοντικά στη δράση. Μέσα σε δύο ημέρες, οι εθελοντές υπό την καθοδήγηση της «Aegean Rebreath», συνέλλεξαν περισσότερα από περίπου 3.800 ανακυκλώσιμα αντικείμενα μεταξύ των οποίων πλαστικά, ελαστικά οχημάτων, μέταλλα, αλουμίνια, γυαλιά, κεραμικά κτλ. τα οποία στη συνέχεια ταξινομήθηκαν ανά υλικό, με επόμενο σταθμό, την ανακύκλωση τους.

Η 8 η Περιβαλλοντική απόΔραση αποτελεί μια πρωτοβουλία που ενώνει τη γνώση με τη δράση, δημιουργώντας προστιθέμενη αξία για τις τοπικές κοινωνίες και τις επόμενες γενιές.

Ο Επιτελικός Διευθυντής Διοίκησης & Μετασχηματισμού και επικεφαλής της ομάδας Υπεύθυνης και Βιώσιμης Ανάπτυξης του Ομίλου Attica, κος **Παναγιώτης Παπαδόδης**, δήλωσε σχετικά: «Η 7η απόΔραση του Ομίλου Attica στα Χανιά, αποτέλεσε μια ακόμα σημαντική πρωτοβουλία που ενισχύει τη δέσμευσή μας στις αρχές της βιώσιμης ανάπτυξης και την υποστήριξη των νησιών που δραστηριοποιούμαστε. Με τη συμμετοχή 140 εθελοντών - εργαζομένων μας, συμβάλλαμε στην περιβαλλοντική ευαισθητοποίηση 400 μαθητών, την υποστήριξη 70 αθλητών των «Special Olympics Hellas» και τη συλλογή περισσότερων από 4.000 ανακυκλώσιμων αντικειμένων. Όσον αφορά στην 8η Περιβαλλοντική απόΔραση του Ομίλου Attica στη Ρόδο και τη Χάλκη αποτέλεσε μια ακόμη ευκαιρία να βρεθούμε δίπλα στους νησιώτες και στις ανάγκες της τοπικής κοινωνίας. Μέσα από τη συνεργασία μας με την «Aegean Rebreath» και τους «Πράκτορες του Πλανήτη», αλλά και την ενεργή συμμετοχή των εργαζομένων μας, ενισχύουμε τα νησιά, προστατεύουμε το θαλάσσιο περιβάλλον και προάγουμε τη βιώσιμη ανάπτυξη τους. Παράλληλα, καλλιεργούμε το πνεύμα του εθελοντισμού στους περισσότερους από 2.500 εργαζομένους μας και είμαστε ιδιαίτερα χαρούμενοι που βλέπουμε την ομάδα μας να μεγαλώνει διαρκώς, κάνοντας κάθε απόΔραση μας ακόμη πιο αποτελεσματική και ενθουσιώδη. ●



ΟΓΔΟΣ ΣΤΑΘΜΟΣ EIGHTH STOP ΡΟΔΟΣ - ΧΑΛΚΗ RHODES - HALKI 650

μαθητές δημοτικών
σχολείων / elementary
school students
90 εθελοντές εργαζόμενοι
της Attica Group /
volunteer employees of
Attica Group
2 ΜΚΟ / NGOS
"Aegean Rebreath",
«Πράκτορες του Πλανήτη»
/ "Planet Agents"

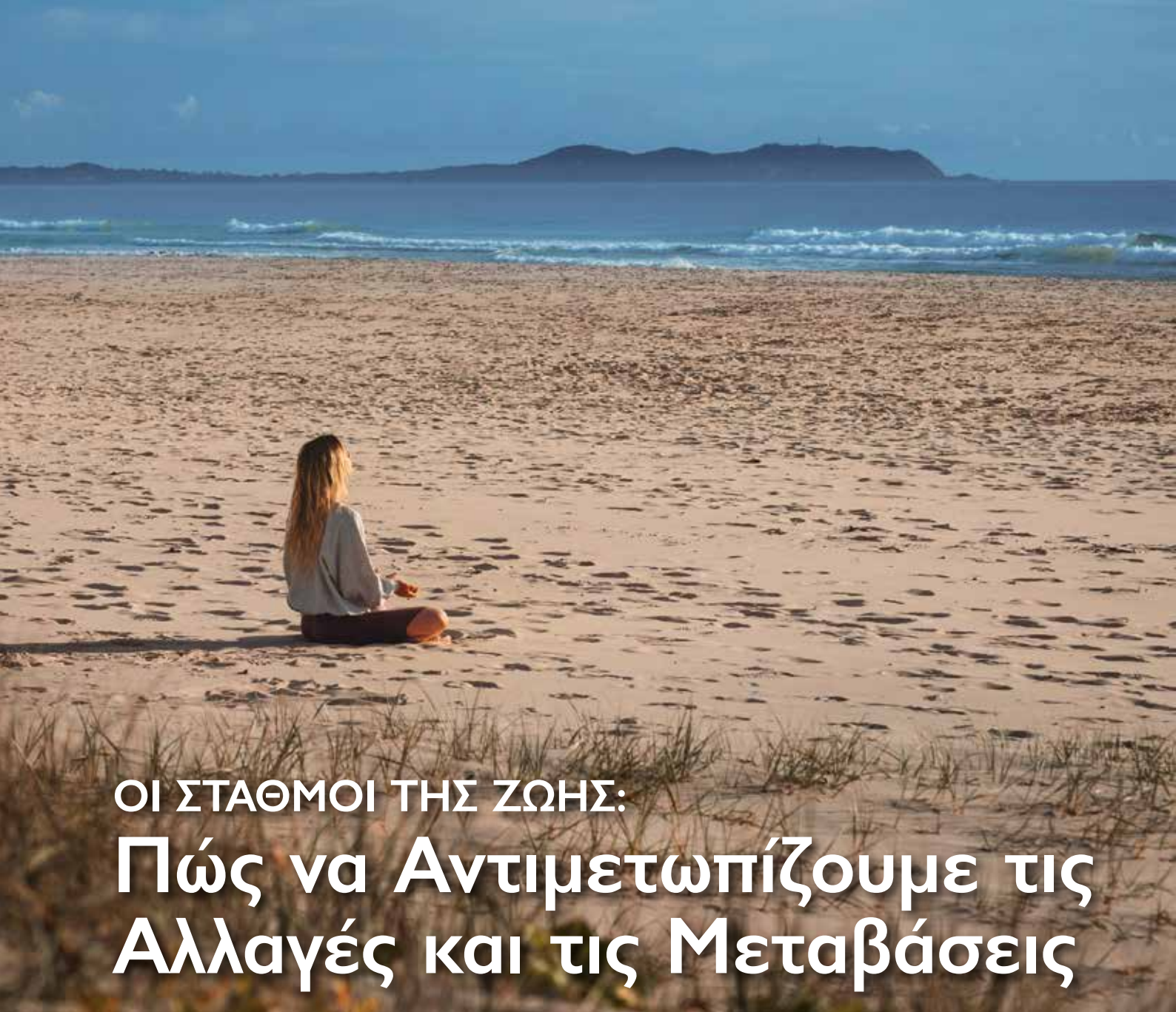
cated volunteer efforts. Over the course of two days, the volunteers, guided by "Aegean Rebreath", collected over 3,800 recyclable items—including plastic, vehicle tires, metallic objects, aluminum, glass, ceramics, and more. These were then sorted by material and prepared for recycling.

The 8th environmental action is an initiative that bridges knowledge and action, generating added value for local communities and future generations.

Panagiotis Papadodimas, Executive Director of Administration & Transformation and head of the Responsible and Sustainable Development team of the Attica Group, stated: "The 7th environmental initiative of Attica Group in Chania was another important initiative that reinforces our commitment to the principles of sustainable development and the support of the islands where we operate. With the participation of 140 volunteer employees, we contributed to the environmental awareness of 400 students, supported 70 Special "Olympics Hellas athletes", and collected over 4,000 recyclable items. The environmental initiative on Rhodes and Halki, was another opportunity to stand in solidarity with island residents and support the needs of local communities. Through our collaboration with "Aegean Rebreath" and "Planet Agents", as well as the active participation of our employees, we continue to strengthen the islands, promote their sustainable development, and protect the marine environment. At

the same time, we foster a spirit of volunteerism among our more than 2,500 employees, and we are especially pleased to see our team continuously growing, making each of our environmental initiatives even more impactful and inspiring". ●





ΟΙ ΣΤΑΘΜΟΙ ΤΗΣ ΖΩΗΣ: Πώς να Αντιμετωπίζουμε τις Αλλαγές και τις Μεταβάσεις

Η ΖΩΗ ΕΙΝΑΙ ΕΝΑ ΣΥΝΕΧΕΣ
ΤΑΞΙΔΙ ΓΕΜΑΤΟ ΕΝΑΛΛΑΓΕΣ,
ΕΚΠΛΗΞΕΙΣ ΚΑΙ ΑΠΡΟΒΛΕΠΤΕΣ
ΣΤΡΟΦΕΣ. ΑΠΟ ΤΗ ΣΤΙΓΜΗ
ΠΟΥ ΓΕΝΝΙΟΜΑΣΤΕ, ΠΕΡΝΑΜΕ
ΑΠΟ ΣΤΑΘΜΟΥΣ: ΞΕΚΙΝΑΜΕ ΩΣ
ΠΑΙΔΙΑ, ΓΙΝΟΜΑΣΤΕ ΕΦΗΒΟΙ,
ΕΝΗΛΙΚΕΣ, ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΙ, ΓΟΝΕΙΣ,
ΚΑΙ ΤΕΛΙΚΑ ΦΤΑΝΟΥΜΕ ΣΤΗ
ΣΥΝΤΑΞΙΟΔΟΤΗΣΗ Η ΣΕ ΑΛΛΕΣ
ΜΕΓΑΛΕΣ ΦΑΣΕΙΣ ΖΩΗΣ.

Από την **MARIA ΣΚΑΠΕΡΑ***
ΨΥΧΟΛΟΓΟ - ΨΥΧΟΘΕΡΑΠΕΥΤΡΙΑ
www.bighug.gr

THE STAGES OF LIFE: HOW TO HANDLE CHANGES AND TRANSITIONS

LIFE IS AN ONGOING JOURNEY FULL OF CHANGES,
SURPRISES, AND UNPREDICTABLE TURNS. FROM
THE MOMENT WE ARE BORN, WE PASS THROUGH
DIFFERENT STAGES: WE START AS CHILDREN,
BECOME TEENAGERS, ADULTS, WORKERS,
PARENTS, AND EVENTUALLY REACH RETIREMENT
OR OTHER MAJOR LIFE PHASES.

By **MARIA SKAPERΑ***
PSYCHOLOGIST -
PSYCHOTHERAPIST



Κάθε στάδιο φέρνει μαζί του αλλαγές — άλλες επιθυμητές και άλλες δύσκολες. Μα πώς μπορούμε να διαχειριστούμε αυτές τις μεταβάσεις με ηρεμία και αυτοπεποίθηση;

Η Αλλαγή Είναι Αναπόφευκτη

Πολλοί άνθρωποι δυσκολεύονται να προσαρμοστούν σε αλλαγές επειδή τις συνδέουν με απώλεια ελέγχου. Η αλλαγή μπορεί να προκαλέσει άγχος, φόβο ή αβεβαιότητα. Ωστόσο, είναι κάτι φυσικό και αναπόφευκτο. Όσο και αν προσπαθούμε να διατηρήσουμε μια σταθερότητα στη ζωή μας, ο χρόνος συνεχίζει να κινείται. Οι σχέσεις αλλάζουν, οι επαγγελματικές συνθήκες μεταβάλλονται, τα παιδιά μεγαλώνουν, οι γονείς γερνούν. Η αποδοχή της αλλαγής ως κομμάτι της ζωής είναι το πρώτο βήμα για την ψυχική ισορροπία.

Η Φυσική Αντίδραση στον Άγνωστο Χώρο

Όταν αντιμετωπίζουμε μια σημαντική αλλαγή, όπως μια νέα δουλειά ή έναν χωρισμό, οι πρώτες ψυχολογικές αντιδράσεις συχνά περιλαμβάνουν άγχος και αβεβαιότητα. Αυτά τα συναισθήματα είναι φυσιολογικές αντιδράσεις του οργανισμού μας στον άγνωστο ή μη ελεγχόμενο παράγοντα. Η αλλαγή προκαλεί αίσθημα απώλειας ελέγχου, και ο ανθρώπινος εγκέφαλος, προετοιμασμένος να επιβιώσει σε γνωστά περιβάλλοντα, ενδέχεται να αντιδρά με φόβο ή ανησυχία. Σε αυτές τις περιόδους, είναι σημαντικό να αναγνωρίσουμε αυτές τις συναισθηματικές αντιδράσεις ως μέρος της φυσικής διαδικασίας προσαρμογής. Ο εγκέφαλος δεν μπορεί να διαχωρίσει τις "καλές" και τις "κακές" αλλαγές, και συνεπώς, ακόμη και θετικές αλλαγές, όπως μια νέα δουλειά, μπορεί να προκαλέσουν άγχος. Η αναγνώριση αυτών των συναισθημάτων είναι το πρώτο βήμα για να τα διαχειριστούμε.

Ανθεκτικότητα και Προσαρμογή στις Αλλαγές: Ψυχολογικοί Μηχανισμοί

Η ψυχική ανθεκτικότητα είναι η ικανότητα του ατόμου να ανακάμπτει μετά από δύσκολες καταστάσεις. Πρόκειται για έναν ψυχολογικό μηχανισμό που επιτρέπει στους ανθρώπους να ξεπερνούν τις προκλήσεις και να προσαρμόζονται στις αλλαγές χωρίς να χάνουν την ελπίδα ή τον προσανατολισμό τους.



Each stage brings with it changes—some desired and others difficult. But how can we manage these transitions with calmness and self-confidence?

Change is Inevitable

Many people struggle to adapt to changes because they associate them with a loss of control. Change can cause anxiety, fear, or uncertainty. However, it is something natural and inevitable. No matter how hard we try to maintain stability in our lives, time keeps moving forward. Relationships change, work circumstances evolve, children grow, and parents age. Accepting change as a part of life is the first step toward mental balance.

The Natural Reaction to the Unknown

When we face a significant change, such as a new job or a breakup, our initial psychological reactions often include anxiety and uncertainty. These feelings are natural responses of our body to an unknown or uncontrollable factor. Change creates a sense of losing control, and the human brain, which is prepared to survive in familiar environments, may react with fear or worry. During these periods, it's important to recognize these emotional reactions as part of the natural adaptation process. The brain doesn't differentiate between "good" and "bad" changes, so even positive changes, like a new job, can trigger anxiety. Recognizing these emotions is the first step to managing them.





1. Θέτοντας Ρεαλιστικές Προσδοκίες: Ο πρώτος μηχανισμός προσαρμογής στις αλλαγές είναι η προσαρμογή των προσδοκιών μας. Όταν περνάμε σε μια νέα φάση της ζωής μας, όπως μια νέα δουλειά ή τον επαναπροσανατολισμό μετά από έναν χωρισμό, είναι σημαντικό να κατανοήσουμε ότι η διαδικασία δεν θα είναι τέλεια ή άμεση. Η αποδοχή των "καθυστερήσεων" ή των δυσκολιών είναι ζωτικής σημασίας για την ψυχική ευημερία μας.

2. Αναζήτηση Υποστήριξης: Η αναζήτηση βοήθειας από φίλους, οικογένεια ή ειδικούς ψυχικής υγείας είναι ένας άλλος βασικός μηχανισμός προσαρμογής. Η επικοινωνία των συναισθημάτων μας και η έκφραση των ανησυχιών μας μειώνουν την ένταση και μας προσφέρουν μια αίσθηση κατανόησης. Η αλληλεγγύη από τους άλλους μας βοηθά να κατανοήσουμε ότι δεν είμαστε μόνοι στις δυσκολίες μας.

3. Ανακαλύπτοντας Νέες Στρατηγικές Αντιμετώπισης: Η ανάπτυξη νέων στρατηγικών για την αντιμετώπιση του άγχους είναι ένας ακόμη ψυχολογικός μηχανισμός που μας βοηθά να προσαρμοστούμε. Μέσα από το άθροισμα μικρών και μεγάλων επιτυχιών, όπως η θετική σκέψη, η σωματική άσκηση, ο διαλογισμός ή η συμμετοχή

Όπως οι σταθμοί σε ένα ταξίδι, οι αλλαγές είναι αναπόφευκτες, αλλά με τους κατάλληλους μηχανισμούς και την υποστήριξη, μπορούμε να τις βιώσουμε ως ευκαιρίες για προσωπική ανάπτυξη και νέες αρχές

Resilience and Adapting to Changes: Psychological Mechanisms

Psychological resilience is the ability of an individual to bounce back after difficult situations. It's a psychological mechanism that allows people to overcome challenges and adapt to changes without losing hope or direction.

1. Setting Realistic Expectations: The first mechanism of adapting to changes is adjusting our expectations. When we enter a new phase in life, such as starting a new job or reorienting ourselves after a breakup, it's important to understand that the process will not be perfect or immediate. Accepting "delays" or difficulties is crucial for our mental well-being.

2. Seeking Support: Seeking help from friends, family, or mental health professionals is another key mechanism for adaptation. Communicating our emotions and expressing our concerns reduces the tension and offers us a sense of understanding. The solidarity of others helps us realize that we are not alone in our struggles.

3. Discovering New Coping Strategies: Developing new strategies for handling stress is another psychological mechanism that helps



σε δραστηριότητες που αγαπάμε, μπορούμε να επαναφέρουμε την ψυχική ισορροπία.

Συμπέρασμα: Αποδοχή της Ροής της Ζωής

Η ζωή είναι γεμάτη αλλαγές και μεταβάσεις, και ο τρόπος που τις διαχειριζόμαστε καθορίζει την ποιότητα της καθημερινότητάς μας. Αντί να προσπαθούμε να αντισταθούμε στην αλλαγή, η αποδοχή των συναισθημάτων μας και η κατανόηση των ψυχολογικών μηχανισμών προσαρμογής μας βοηθούν να αντιμετωπίσουμε τις προκλήσεις πιο αποτελεσματικά. Όπως οι σταθμοί σε ένα ταξίδι, οι αλλαγές είναι αναπόφευκτες, αλλά με τους κατάλληλους μηχανισμούς και την υποστήριξη, μπορούμε να τις βιώσουμε ως ευκαιρίες για προσωπική ανάπτυξη και νέες αρχές. ●

**Η Μαρία Σκαπέρα τα τελευταία 25 χρόνια οδηγεί ανθρώπους σε ένα πιο όμορφο μονοπάτι ζωής, με λιγότερα προβλήματα και περισσότερες πρακτικές λύσεις για θέματα που έως τώρα σκίαζαν την όμορφη και λαμπερή ζωή που δικαιούται ο καθένας μας. Προσφέρει τα εργαλεία, τις μεθόδους και τις στρατηγικές για αποτελεσματικότερη διαχείριση των καταστάσεων που σας προκύπτουν, με στόχο την υλοποίηση των επιθυμιών σας, τη διεκδίκηση των θέλω σας, και όχι τον τερματισμό των ονείρων σας.*

Just like the stops in a journey, changes are inevitable, but with the right mechanisms and support, we can experience them as opportunities for personal growth and new beginnings

us adapt. Through the sum of small and large successes, such as positive thinking, physical exercise, meditation, or engaging in activities we enjoy, we can restore our mental balance.

Conclusion: Accepting the Flow of Life

Life is full of changes and transitions, and how we handle them determines the quality of our daily lives. Instead of trying to resist change, accepting our emotions and understanding the psychological mechanisms of adaptation helps us tackle challenges more effectively. Just like the stops in a journey, changes are inevitable, but with the right mechanisms and support, we can experience them as opportunities for personal growth and new beginnings. ●

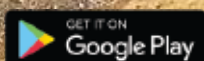
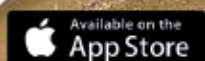
**For the past 25 years, Maria Skapera has been guiding people toward a more beautiful life path with fewer obstacles and more practical solutions for issues that have, until now, clouded the bright and radiant life that each of us deserves. She provides the tools, methods, and strategies for effectively managing life's situations, empowering you to realize your aspirations, claim your desires, and pursue your dreams rather than abandon them.*

- ▶ Water sports ▶ 3.500 beaches
- ▶ Access for disabled ▶ Daily Cruises ▶ Marinas
- ▶ Health Centers ▶ Safety guidelines

Download the app



Interface in  



APPGRADE
YOUR HOLIDAYS IN
GREECE & CYPRUS
WITH SAFETY



ΣΑΣ ΚΑΛΩΣΟΡΙΖΟΥΜΕ ΣΤΑ ΠΛΟΙΑ ΜΑΣ

ΟΙ ΔΙΑΚΟΠΕΣ ΣΑΣ ΞΕΚΙΝΟΥΝ ΕΔΩ



WELCOME ON BOARD

YOUR VACATION BEGINS HERE

www.superfast.com



ΜΑΘΕΤΕ ΠΕΡΙΣΣΟΤΕΡΑ ΓΙΑ ΜΑΣ! / FIND OUT MORE ABOUT US!

OUR COMPANY

Η ΕΤΑΙΡΕΙΑ ΜΑΣ



Η Superfast Ferries, μέλος της Attica Group, μετατρέπει κάθε θαλάσσιο ταξίδι σε μια εμπειρία άνεσης και ποιότητας — γεμάτη στιγμές που αξίζει να θυμάστε και να μοιραστείτε..

With Superfast Ferries, a proud member of Attica Group, every sea journey becomes more than just a trip — it's a premium experience of comfort, quality, and unforgettable moments worth sharing.

Με στόλο σύγχρονων επιβατηγών-οχηματαγωγών πλοίων, η Superfast Ferries φροντίζει ώστε κανένα ταξίδι σας — μικρό ή μεγάλο — να μην είναι απλώς μια μετάβαση. Όποιος κι αν είναι ο προορισμός ή ο λόγος του ταξιδιού, στόχος μας είναι να το μετατρέψουμε σε μια εμπειρία άνεσης, απόλαυσης και αξέχαστων στιγμών.

Η Superfast Ferries, μέλος της Attica Group, δραστηριοποιείται στις γραμμές Ελλάδας – Ιταλίας συνδέοντας καθημερινά την Πάτρα και την Ηγουμενίτσα με τα λιμάνια της Ανκόνα, του Μπάρι και της Βενετίας. Κατά τη διάρκεια της καλοκαιρινής περιόδου, πραγματοποιούνται δρομολόγια και μέσω Κέρκυρας.

Ο Όμιλος Attica, με πολυετή παρουσία στις ελληνικές και διεθνείς θάλασσες, ηγείται του Ελληνικού κλάδου επιβατηγού ναυτιλίας και συγκαταλέγεται στους κορυφαίους ναυτιλιακούς ομίλους παγκοσμίως.

Μέσω των ισχυρών εμπορικών σημάτων Superfast Ferries, Blue Star Ferries, Hellenic Seaways και Anek Lines, με στόλο που αριθμεί 38 πλοία και ανθρώπινο δυναμικό που ξεπερνά τους 3.000 εργαζομένους σε ξηρά και θάλασσα, συνδέει καθημερινά περισσότερους από 55 προορισμούς, προσφέροντας υψηλού επιπέδου μεταφορικές υπηρεσίες στην Ελλάδα και στις γραμμές εξωτερικού (Ελλάδα – Ιταλία).

With a fleet of modern passenger and vehicle ferries, Superfast Ferries ensures that none of your journeys — whether short or long — is just a simple transfer.

No matter the destination or the reason for your journey, our aim is to transform it into an experience filled with comfort, enjoyment, and unforgettable moments.

Superfast Ferries, a member of Attica Group, operates in the Italy-Greece routes offering daily connections between the Italian ports of Ancona, Bari and Venice and the Greek ports of Patras and Igoumenitsa. During the summer period, Superfast Ferries also offers connections from Italy to the Greek island of Corfu.

Attica Group is the leading operator in Greek passenger shipping and ranks among the top maritime groups globally, with a strong presence in both Greek and international waters.

Through its well-established brands—Superfast Ferries, Blue Star Ferries, Hellenic Seaways, and Anek Lines—and a fleet of 38 vessels and a workforce of over 3,000 employees on land and sea, the Group connects more than 55 destinations daily, offering high-quality transport services within Greece and on international routes (Italy-Greece)..

With a consistent focus on growth and a firm com-

Με σταθερό προσανατολισμό στην ανάπτυξη και δέσμευση για βιώσιμη επιχειρηματικότητα, ο Όμιλος επενδύει σε πρακτικές που μειώνουν το περιβαλλοντικό του αποτύπωμα και δημιουργούν αξία για μετόχους, εργαζομένους και τοπικές κοινωνίες.

Τα τελευταία έτη έχει διευρύνει την παρουσία του στον τουριστικό τομέα, με την απόκτηση ξενοδοχειακών μονάδων στα νησιά της Τήνου (1) και της Νάξου (2), με στόχο την παροχή ολοκληρωμένων υπηρεσιών στους πελάτες του.

Συγκεκριμένα, μετά το Naxos Resort Beach Hotel στον Άγιο Γεώργιο, απέκτησε το πρόσφατα ανακαινισμένο Galaxy Hotel, το οποίο λειτουργεί πλέον ως ενιαία μονάδα με το υπάρχον. Παράλληλα, ανακαινίζεται το Tinos Beach, που βρίσκεται στα Κιόνια της Τήνου.

mitment to sustainable entrepreneurship, the Group invests in practices that reduce its environmental footprint and create value for shareholders, employees, and local communities.

In recent years, Attica Group has expanded its presence in the tourism sector by acquiring hotel units on the island of Tinos (1) and Naxos (2), aiming to offer integrated services to its customers.

Specifically, following the acquisition of the Naxos Resort Beach Hotel in Agios Georgios, the Group also acquired the recently renovated Galaxy Hotel, which now operates as a single unit with the existing resort. At the same time, the Tinos Beach Hotel, located in Kionia, Tinos, is undergoing renovation.



Tinos Beach



Naxos Resort Beach



Galaxy Hotel



Tinos Beach
(Under full renovation)

www.tinosbeach.gr



Naxos Resort Beach

www.naxosresort.gr



Galaxy Hotel

www.hotel-galaxy.com

AWARDS & DISTINCTIONS

ΒΡΑΒΕΙΑ & ΔΙΑΚΡΙΣΕΙΣ



Η αναγνώριση και επιβράβευση των προσπαθειών της Attica Group αποτελεί σημαντική ηθική ικανοποίηση για τον Όμιλό μας, ενώ ταυτόχρονα τονίζει τη δέσμευση να συνεχίσει να εφαρμόζει σχετικές πρακτικές.

Recognizing and rewarding the efforts of Attica Group is a major moral satisfaction for our Group while stressing the commitment to continue to apply relevant practices.

Ο Όμιλος Attica διακρίθηκε ως Κορυφαία Εταιρική Επωνυμία στα Superbrands Greece Awards, στην κατηγορία “Μεταφορές” για το 2023-2024. Η εκλογή πραγματοποιήθηκε από την Κριτική Επιτροπή των Superbrands σε συνδυασμό με την έρευνα κοινού που διεξήγαγε η εταιρεία έρευνας MARC.

Επιπλέον, ο Όμιλος μέσω των εταιρειών Superfast Ferries, Blue Star Ferries, Hellenic Seaways και Anek Lines, απέσπασε συνολικά **21 διακρίσεις** στην τελετή απονομής των *Tourism & Travel Marketing Awards 2025*, η οποία πραγματοποιήθηκε στις 12 Μαΐου. Συγκεκριμένα, ο Όμιλος έλαβε **1 βραβείο Platinum & Gold, 9 Gold, 7 Silver και 3 Bronze** για δράσεις που προάγουν τη βιωσιμότητα και την αναβάθμιση της ταξιδιωτικής εμπειρίας των επιβατών.



Attica Group was recognized as a Leading Corporate Brand at the Superbrands Greece Awards, in the 'Transport' category for 2023-2024. The selection was made by the Superbrands Jury Committee in combination with a public survey conducted by the research company MARC.

Furthermore, the Group through its companies Superfast Ferries, Blue Star Ferries, Hellenic Seaways, and Anek Lines, received a total of **21 prestigious distinctions** at the *Tourism & Travel Marketing Awards 2025* ceremony, held on May 12. Specifically, the Group was awarded **1 Platinum & Gold award, 9 Gold, 7 Silver, and 3 Bronze awards** for initiatives that promote sustainability and enhance the travel experience of passengers.



Για 2η συνεχόμενη χρονιά, η ομάδα Marketing του Ομίλου τιμήθηκε ως **“In-House Marketing Team of the Year”**, επιβεβαιώνοντας την αποτελεσματικότητα της στρατηγικής που ακολουθεί και τη δυναμική της παρουσία στον τομέα του travel marketing.

Τέλος, ο Όμιλος Attica διακρίθηκε στα **Health & Safety Awards** με 9 βραβεία ως ακολούθως:

GOLD στις κατηγορίες:

- Υγιής & Ασφαλής Εργασιακός Χώρος
- Εκκένωση Εγκαταστάσεων
- Διαχείριση Συμπεριφοριστικών Επικινδυνότητων
- Κοινωνική Υγεία
- Μέσα Πυρόσβεσης & Πυρασφάλειας

SILVER στις κατηγορίες

- Προσβασιμότητα Χώρου σε ΑΜΕΑ
- Διαχείριση επισκεπτών
- Επικαιροποίηση & Βελτίωση Συστήματος Υγείας & Ασφάλειας
- Και στην Κατηγορία ΜΕΣΑ ΜΑΖΙΚΗΣ ΜΕΤΑΦΟΡΑΣ- ΜΕΤΑΦΟΡΕΣ

Οι βραβεύσεις καλύπτουν ένα ευρύ φάσμα πρωτοβουλιών, αναγνωρίζοντας:

- Την αποτελεσματική εφαρμογή της στρατηγικής ESG και τη δέσμευση για υπεύθυνη επιχειρηματική δραστηριότητα.
- Τις πρωτοβουλίες marketing που ενισχύουν την εμπειρία του επιβατικού κοινού και αναβαθμίζουν συνολικά την επικοινωνία του Ομίλου, σε κάθε σημείο διάδρασης, online και offline.
- Την αξία του μεγαλύτερου προγράμματος πιστότητας στην ελληνική ακτοπλοΐα, το Seasmiles, το οποίο μετατρέπει κάθε ταξίδι σε μια εμπειρία με επιπλέον αξία και προνόμια.
- Τις βέλτιστες πρακτικές για την υγεία και την ασφάλεια επιβατών και εργαζομένων.
- Τις στοχευμένες κοινωνικές δράσεις και τη συστηματική υποστήριξη των τοπικών νησιωτικών κοινωνιών όπου δραστηριοποιείται ο Όμιλος.
- Τις δράσεις που ενισχύουν την ισότιμη πρόσβαση στον τουρισμό και προάγουν τη συμπερίληψη.

Οι παραπάνω πρωτοβουλίες αντικατοπτρίζουν το όραμα και τη στρατηγική του Ομίλου Attica, ο οποίος συνεχώς ενσωματώνει τις αρχές ESG σε κάθε πτυχή της λειτουργίας του. Μέσα από στοχευμένες δράσεις, ο Όμιλος αναδεικνύει τη δέσμευσή του στην ενίσχυση των τοπικών κοινωνιών και στη βελτίωση της εμπειρίας των επιβατών αναπτύσσοντας πρωτοβουλίες που προσφέρουν ουσιαστικά οφέλη στους κατοίκους και τους επισκέπτες των νησιωτικών περιοχών της χώρας. ●

In addition, for the second consecutive year, Attica Group's Marketing Team was honored as **“In-House Marketing Team of the Year”**, reaffirming the effectiveness of its strategic approach and its strong presence in the field of travel marketing.

Finally, Attica Group has been distinguished at the **Health & Safety Awards** with 9 awards as follows:

GOLD in the following categories:

- Healthy & Safe Workplace, category
- Premises Evacuation, category
- Behavioral Risk Initiative
- Community Health Development
- Fire Fighting Equipment

SILVER in the following categories:

- Disability Facilitate Space
- Preparing Workplaces
- H&S System Update & Performance Improvement
- Transportation (Air, Rail, Sea, Public) category

The awards span a wide range of initiatives, recognizing.

- The effective implementation of the ESG strategy and the Group's commitment to responsible business practices.
- Marketing initiatives that enhance the passenger experience and elevate the Group's communication across all touchpoints, both online and offline.
- The value of Seasmiles, the most extensive loyalty program in Greek coastal shipping, which transforms every journey into an experience with added value and benefits.
- Best practices for ensuring the health and safety of both passengers and employees.
- Targeted social initiatives and ongoing support for local island communities where the Group operates.
- Actions that promote equal access to tourism and foster inclusion.

These initiatives reflect the vision and strategic direction of Attica Group, which consistently integrates ESG principles into every aspect of its operations. Through targeted actions, the Group demonstrates its commitment to supporting local communities and enhancing the passenger experience by developing initiatives that offer meaningful benefits to both residents and visitors across Greece's island regions. ●



OUR CULTURE

Η ΚΟΥΛΤΟΥΡΑ ΜΑΣ



ΤΟ ΟΡΑΜΑ ΜΑΣ

«Ως βασικός πυλώνας της νησιωτικότητας και της ελληνικής οικονομίας, με το βλέμμα στραμμένο στο μέλλον, συνεχίζουμε να ταξιδεύουμε με σταθερότητα, δύναμη, υπευθυνότητα και καινοτομία. Παρέχοντας υπηρεσίες υψηλού επιπέδου με έμφαση στην πελατοκεντρικότητα και διευρύνοντας την επιχειρηματική μας δράση, διασφαλίζουμε την ενίσχυση της ηγετικής μας θέσης.»

OUR VISION

«Being a **key pillar for both the Greek islands' connectivity and the domestic economy**, we set our sights on the future, sailing forward with stability, strength, responsibility and innovation. By providing high-quality services with an emphasis on customer-centricity and expanding our business activities we ensure the strengthening of our leading position.»

ΟΙ ΑΞΙΕΣ ΜΑΣ

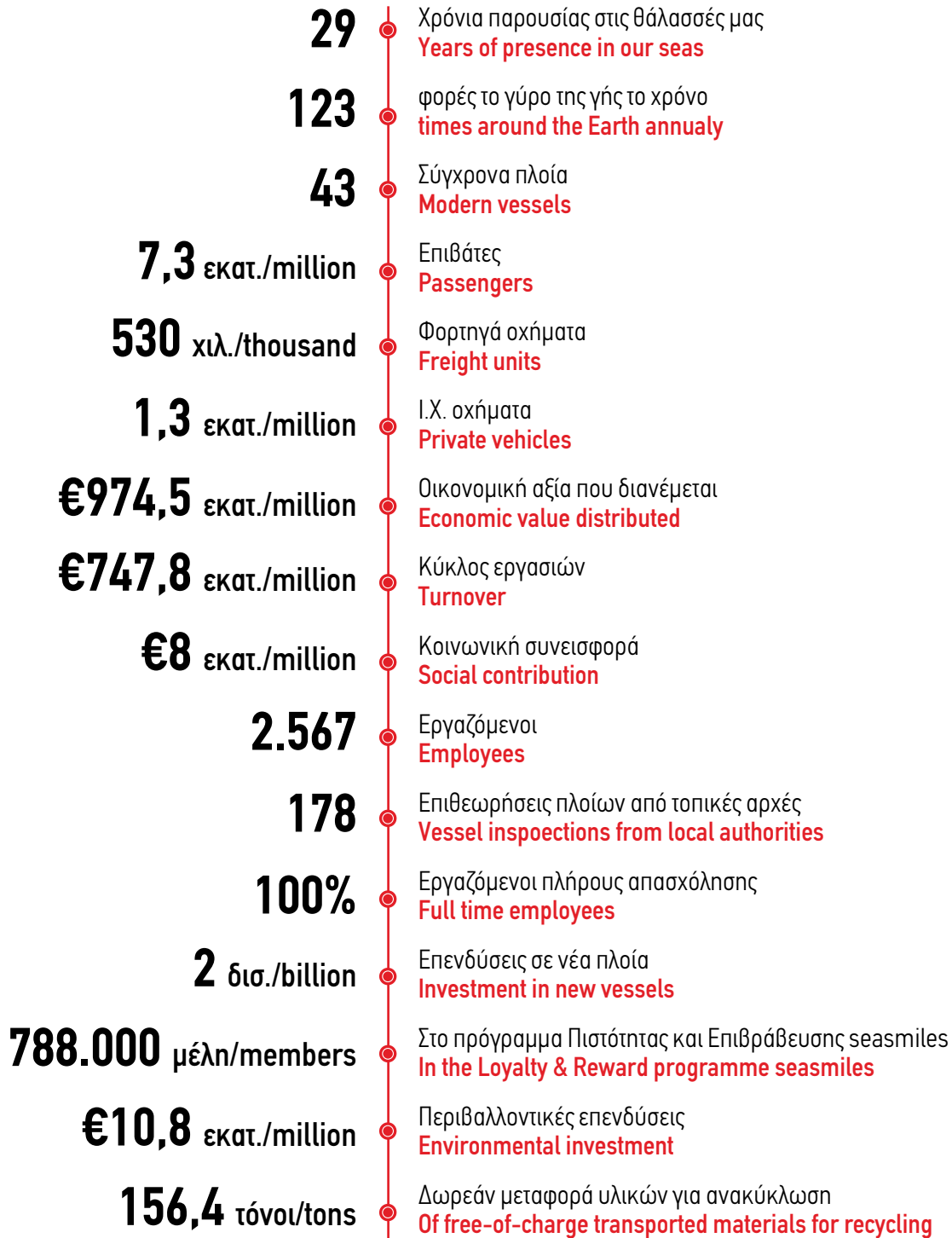
ΚΑΙΝΟΤΟΜΙΑ | ΔΙΑΦΑΝΕΙΑ
ΑΚΕΡΑΙΟΤΗΤΑ | ΥΠΕΥΘΥΝΟΤΗΤΑ
ΑΞΙΟΠΙΣΤΙΑ | ΠΟΙΟΤΗΤΑ

ΟΙ ΑΞΙΕΣ ΜΑΣ

INNOVATION | TRANSPARENCY
INTEGRITY | RESPONSIBILITY
RELIABILITY | QUALITY

OUR SIZE *

ΤΟ ΜΕΓΕΘΟΣ ΜΑΣ



* Στοιχεία 2024 / Data 2024

2024

WHAT WE ACHIEVED

ΤΙ ΠΕΤΥΧΑΜΕ



SUPERFAST FERRIES

Blue Star Ferries

HELLENIC SEAWAYS

ANEK LINES

MANAGEMENT

- **Βελτιώσαμε** 6,7% το επίπεδο Υπεύθυνης και Βιώσιμης Ανάπτυξης σε σχέση με το 2023 (βάσει ποσοτικής αξιολόγησης 2024).
- **Καθορίσαμε** 205 Ενέργειες προς υλοποίηση στο Πλάνο Υπεύθυνης και Βιώσιμης Ανάπτυξης 2024-2026.
- **Αυξήσαμε** 19,4% τον αριθμό ποσοτικών δεικτών που δημοσιοποιούμε στον Απολογισμό σε σχέση με το 2023 (και 91% σε σχέση με το 2018).
- **Βελτιώσαμε** 19% την επίδοσή μας στο S&P ESG Score σε σχέση με το 2023.
- **Πάνω από 100** Ανώτατα, Ανώτερα και Μεσαία Διοικητικά Στελέχη από όλες τις Διευθύνσεις συμμετείχαν στην ανάπτυξη Στρατηγικής Υπεύθυνης και Βιώσιμης Ανάπτυξης 2024-2026.
- **3ος συνεχόμενος** κύκλος τριετούς Στρατηγικής και Πλάνου Υπεύθυνης & Βιώσιμης Ανάπτυξης 2024-2026.
- **Εκπαιδεύσαμε** 30,5% των εργαζομένων στον Κανονισμό Δεοντολογίας & Επαγγελματικής Συμπεριφοράς και 31,6% στην αντιμετώπιση διαφθοράς το 2024.
- **Έχουμε επικοινωνήσει** τον Κανονισμό Δεοντολογίας & Επαγγελματικής Συμπεριφοράς και τον Κανονισμό Αντιμετώπισης της Διαφθοράς στο 100% των εργαζομένων μας.
- **Κανένα περιστατικό** πραγματικής ή πιθανής σύγκρουσης συμφερόντων, διαφθοράς, δωροδοκίας ή χρηματισμού εργαζομένου μας και παράβασης των βασικών αρχών και κανόνων επαγγελματικής συμπεριφοράς.
- **Κανένα περιστατικό** ξεπλύματος βρώμικου χρήματος, χρηματοδότησης της τρομοκρατίας ή αθέμιτης χρηματοστηριακής εκμετάλλευσης εμπιστευτικών πληροφοριών.
- **100%** των εργαζομένων μας στα γραφεία έχει υπογράψει για την αναγνώριση και αποδοχή του Κανονισμού Δεοντολογίας & Επαγγελματικής Συμπεριφοράς.
- **Καμία καταγγελία** για επιλήψιμη ή καταχρηστική συμπεριφορά μέσω μηχανισμού ανώνυμης υποβολής αναφορών.
- **100%** των εργαζομένων μας στα πλοία έχει υπογράψει για την αποδοχή βασικών κανόνων επαγγελματικής συμπεριφοράς.

MANAGEMENT

- **We improved** our Responsibility and Sustainability level by 6.7% compared to 2023 (based on the quantitative assessment for 2024).
- **We defined** 205 actions for implementation in the Responsibility and Sustainability Plan 2024-2026.
- **We increased** the number of quantitative indicators disclosed in the Report by 19.4% compared to 2023 (and by 91% compared to 2018).
- **We improved** our S&P ESG Score performance by 19% compared to 2023.
- **Over 100 Senior**, Upper and Middle Management Executives from all Directorates participated in the development of the Responsibility and Sustainability Strategy 2024-2026.
- **The Responsibility & Sustainability Strategy and Plan 2024-2026** is our 3rd consecutive three-year cycle.
- **In 2024**, we trained 30.5% of our workforce on our Ethics & Professional Conduct Regulation and 31.6% on addressing corruption.
- **We have communicated** our Ethics & Professional Conduct Regulation and Anti-Corruption Regulation to 100% of our employees.
- **We recorded** no incidents of verified or potential conflicts of interest, corruption or bribery among our workforce, and no breaches of our fundamental principles and rules of professional conduct.
- **There were no incidents** of money laundering, funding of terrorism or insider trading.
- **100%** of our office employees have signed and accepted the Ethics & Professional Conduct Regulation.
- **No complaints** of misconduct or abusive behaviour were submitted via our anonymous reporting mechanism.
- **100%** of our shipboard employees have signed and accepted our basic professional conduct regulations.

ΕΡΓΑΖΟΜΕΝΟΙ

- **Ενημερώσαμε** 100% των εργαζομένων μας σε θέματα Υπεύθυνης και Βιώσιμης Ανάπτυξης (τουλάχιστον μία φορά).
- **Εκπαιδεύσαμε** 93,8% των εργαζομένων στα γραφεία και 100% στα πλοία τουλάχιστον μία φορά.
- **Αυξήσαμε** 88,7% τους εργαζομένους που εκπαιδεύτηκαν και 11,8% τις ώρες εκπαίδευσης σε σχέση με το 2023.
- **Εκπαιδεύσαμε** 53,5% των εργαζομένων σε θέματα Υγείας και Ασφάλειας το 2024.
- **Υλοποιήσαμε** στο 100% των εργαζομένων στα πλοία εσωτερικά γυμνάσια σε θέματα Υγείας και Ασφάλειας (όπως αντιμετώπιση καταστάσεων έκτακτης ανάγκης).
- **Ενημερώσαμε** 100% των εργαζομένων για την αντιμετώπιση έκτακτων καταστάσεων και προληπτικά μέτρα προστασίας.
- **Η Υπευθυνότητα** αποτελεί 1 από τα 6 κριτήρια αξιολόγησης όλων των εργαζομένων και Διοικητικών Στελεχών γραφείων, καθώς και του Διευθύνοντα Συμβούλου.
- **Καμία καταγγελία** για τις συνθήκες διαβίωσης των εργαζομένων στα πλοία μας.
- **32,9%** των εργαζομένων στα πλοία συμμετείχε σε πρόγραμμα ανάπτυξης δεξιοτήτων το 2024.
- **Εκπαιδεύσαμε** 28,2% των εργαζομένων μας σε θέματα ανθρωπίνων δικαιωμάτων το 2024.
- **100%** των εργαζομένων μας απασχολούνται με συμβάσεις πλήρους απασχόλησης.
- **Συλλέξαμε** 408 μονάδες αίματος μέσω εθελοντικής αιμοδοσίας την τελευταία τριετία.

ΠΕΛΑΤΕΣ

- **100% των εργαζομένων** στα πλοία συμμετείχαν σε γυμνάσια και εκπαιδεύσεις ασφάλειας επιβατών.
- **100% των συμβάσεων επικοινωνίας** και διαφήμισης συμπεριλαμβάνουν όρους Υπεύθυνου Marketing και Επικοινωνίας.
- **Κανένα περιστατικό μη συμμόρφωσης** κατά τη διάρκεια των επιθεωρήσεων Τοπικών Αρχών στα πλοία μας.
- **Ενημερώσαμε 96,1% των επιβατών** που ήταν απαραίτητο μέσω ενημερωτικών SMS για έγκαιρη προσέλευση ή τροποποιήσεις ή ακυρώσεις δρομολογίων.
- **95% των εγκαταστάσεων και πλοίων** μας έχουν πρόσβαση για άτομα με αναπηρία.
- **82% των αναχωρήσεων και 66% των αφίξεων** πραγματοποιήθηκαν στις προγραμματισμένες ώρες το 2024.
- **Η μέση βαθμολογία** μέσω συσκευών αξιολόγησης υπηρεσιών στα πλοία μας ανήλθε σε 3,92 με άριστα το 5.
- **100% των εργαζομένων** έχουν υπογράψει πρόσθετη πράξη για τις υποχρεώσεις τους βάσει GDPR.
- **Αποστείλαμε 8.026 ενημερώσεις** για εξυπηρέτηση επιβατών (2.058 για επιβάτες με μειωμένη κινητικότητα, 47 για επιβάτες με ευαισθησία σε αλλεργιογόνες ουσίες) το 2024.
- **Αυξήσαμε 20,7%** τα μέλη του προγράμματος πιστότητας πελατών seasmiles σε σχέση με το 2023.

EMPLOYEES

- **100%** of our employees were briefed (at least once) on Responsibility and Sustainability issues.
- **93.8%** of office staff and 100% of shipboard employees received training at least once.
- **We increased** the number of employees trained by 88.7% and training hours by 11.8% compared to 2023.
- **We trained** 53.5% of employees on Health and Safety issues in 2024.
- **100%** of shipboard employees participated in internal drills on issues of Health and Safety (such as responding to emergencies).
- **100%** of our employees were briefed on emergency response and preventive protection measures.
- **Responsibility** is one of six evaluation criteria for all office employees, Management personnel and the CEO.
- **There were no complaints** regarding shipboard crew accommodations.
- **32.9%** of shipboard employees participated in skills development programs in 2024.
- **We trained** 28.2% of our employees on human rights issues in 2024.
- **100%** of our employees have full-time contracts.
- **We collected 408** units of blood through blood drives over the past three years.

CUSTOMERS

- **100% of shipboard personnel** participated in passenger safety drills and training.
- **100% of our communication** and advertising contracts include Responsible Marketing and Communication clauses.
- **We had no incidents of non-compliance** during Local Authority inspections of our ships.
- **96.1% of our passengers** received vital information via SMS regarding timely arrivals, route changes or cancellations.
- **95% of our facilities and ships** are accessible for people with disabilities.
- **82% of our departures and 66% of our arrivals** were on time in 2024.
- **Services provided** on our ships received an average rating of 3.92 out of 5.
- **100% of our employees** have signed an addendum regarding their GDPR obligations.
- **We sent 8,026 passenger service notifications** (2,058 for passengers with reduced mobility, 47 for passengers with allergen sensitivity) in 2024.
- **We increased seasmiles** customer loyalty program membership by 20.7% compared to 2023.

Για να ενημερωθείτε σχετικά με τον Απολογισμό Υπεύθυνης και Βιώσιμης Ανάπτυξης του Ομίλου μας αλλά και για τις δράσεις του, επισκεφθείτε ...
To find out about our Group's Responsibility & Sustainability Report but also about its actions, visit...

www.attica-group.com

KOΙΝΩΝΙΑ

- **Υπερδιπλασιάσαμε** τον αριθμό και την αξία εκπαιδευτικών εισιτηρίων που παρείχαμε σε σχέση με το 2023.
- **Αυξήσαμε** 43,2% τη συνολική οικονομική αξία προς εργαζομένους, φόρους, παρόχους κεφαλαίου, πράκτορες, προμηθευτές, κοινωνία και επενδύσεις σε σχέση με το 2023.
- **Αυξήσαμε** 70,8% τον αριθμό εργαζομένων που συμμετείχαν σε εθελοντικές δράσεις και υπερδιπλασιάσαμε τις ώρες εθελοντισμού σε σχέση με το 2023.
- **Διαθέσαμε** το 78,1% των συνολικών δαπανών αγορών σε εγχώριους προμηθευτές και 30,1% προς μικρομεσαίους προμηθευτές (μέχρι 50 εργαζομένους).
- **Επικοινωνήσαμε** στο 100% των προμηθευτών μας τον Κώδικα Δεοντολογίας Προμηθευτών/ Συνεργατών.
- **Υπερδιπλασιάσαμε** την αξία προγραμμάτων κοινωνικής υποστήριξης που υλοποιήσαμε ή υποστηρίξαμε σε σχέση με το 2023.
- **Υλοποιήσαμε** ή υποστηρίξαμε προγράμματα κοινωνικής υποστήριξης στο 100% των νησιών που δραστηριοποιούμαστε.
- **Υπερτριπλασιάσαμε** τους ωφελούμενους πολίτες από δράσεις και προγράμματα κοινωνικής υποστήριξης σε σχέση με το 2023.
- **10% των κριτηρίων επιλογής** προμηθευτών σχετίζεται με θέματα υπεύθυνης λειτουργίας.
- **Καμία διακοπή** συνεργασίας με προμηθευτές ή άλλους εμπορικούς συνεργάτες λόγω πραγματικών ή δυνητικών ζητημάτων συμμόρφωσης.

ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝ

- **Μειώσαμε 2%** τον δείκτη έντασης εκπομπών αερίων του θερμοκηπίου από τα πλοία μας ανά διανυθέν ναυτικό μίλι, σε σχέση με το έτος βάσης 2019.
- **Χρησιμοποιήσαμε για 1η φορά** Κλιματικά Σενάρια (1,5°C, 2°C και 3°C) για την αξιολόγηση μελλοντικών κινδύνων και την προληπτική επιχειρηματική προσαρμογή μας.
- **Υπερδιπλασιάσαμε** την παραγωγή ηλεκτρικής ενέργειας από ανανεώσιμες πηγές ενέργειας σε σχέση με το 2023.
- **Καμία διαρροή** πετρελαίου και πετρελαιοειδών.
- **Ο πρώτος όμιλος** επιβατηγού ναυτιλίας στην Ελλάδα με Πρότυπο Περιβαλλοντικής Διαχείρισης ISO 14001.
- **Εκπαιδεύσαμε 100%** των εργαζομένων στα πλοία μας σε θέματα προστασίας του περιβάλλοντος.
- **Ενημερώσαμε 86,7%** των εργαζομένων μας σε θέματα προστασίας του περιβάλλοντος.
- **Αυξήσαμε 13,3%** (σε 2,1 εκατ.) τους πελάτες που δυνητικά ενημερώθηκαν σε θέματα Υπεύθυνης και Βιώσιμης Ανάπτυξης (όπως προστασίας του περιβάλλοντος) σε σχέση με το 2023.
- **Μεταφέραμε** δωρεάν πάνω από 346 τόνους υλικών προς ανακύκλωση από Νησιά την τελευταία τριετία.
- **Περισσότερα από 21.000** ανακυκλώσιμα αντικείμενα και 1,7 τόνοι δίχτυα απομακρύνθηκαν από εθελοντές μας από βυθούς και ακτές (από το 2021).
- **Χρησιμοποιούμε στο 100%** των ψυγείων και καταψυκτών στα πλοία μας ψυκτικά υγρά που δεν επηρεάζουν τη στιβάδα του όζοντος.
- **Διαθέσαμε 100%** των επικίνδυνων αποβλήτων σε εξειδικευμένες εταιρείες διαχείρισης επικίνδυνων υλικών.

SOCIETY

- **We more than doubled** the number and value of discount tickets we provided compared to 2023.
- **We increased** our overall economic value generated for employees, taxes, capital providers, agents, suppliers, society and investments by 43.2% compared to 2023.
- **We increased** the number of employees participating in volunteer actions by 70.8%, and more than doubled volunteer hours compared to 2023.
- **We allocated** 78.1% of overall procurement spending to domestic suppliers and 30.1% to SME suppliers (up to 50 employees).
- **We communicated** our Supplier/Partner Code of Conduct to 100% of our suppliers.
- **We more than doubled** the value of the social support programs we implemented or supported compared to 2023.
- **We implemented** or bolstered social support programs on 100% of the islands where we operate.
- **We more than tripled** the number of citizens benefiting from social support actions and programs compared to 2023.
- **10% of our supplier selection** criteria are related to responsible operation issues.
- **We did not terminate** any of our partnerships with suppliers or other commercial partners due to confirmed or potential compliance issues.

ENVIRONMENT

- **We reduced** the greenhouse gas emissions intensity index per nautical mile from our ships by 2% compared to the base year 2019.
- **For the first time**, we used Climate Scenarios (1.5°C, 2°C and 3°C) to assess future risks and proactively adapt our business.
- **We more than doubled** our electricity production from renewable energy sources compared to 2023.
- **No oil** or oil product spills occurred.
- **We are the first** passenger shipping group in Greece to hold the ISO 14001 Environmental Management Standard.
- **We trained 100%** of our shipboard employees on environmental protection issues.
- **We briefed 86.7%** of our employees on environmental protection issues.
- **We increased by 13.3%** (to 2.1 million) the number of customers potentially informed about Responsible and Sustainable Development issues (such as environmental protection) compared to 2023.
- **We transported** over 346 tons of materials for recycling from islands free of charge over the past three years.
- **Since 2021, our volunteers** have removed more than 21,000 recyclable items and 1.7 tonnes of nets from the seabed and coastlines.
- **In 100% of the refrigerators** and freezers on our ships, we use refrigerants that do not deplete the ozone layer.
- **We disposed** of 100% of hazardous waste via specialised hazardous material disposal firms.

ΤΟ ΔΙΚΤΥΟ ΜΑΣ

OUR NETWORK



ΕΛΛΑΔΑ - ΙΤΑΛΙΑ

Η ΠΡΩΤΗ ΕΠΙΛΟΓΗ ΣΤΗΝ ΑΔΡΙΑΤΙΚΗ

Η **Superfast Ferries** δραστηριοποιείται στις γραμμές Ελλάδας - Ιταλίας και συνδέει καθημερινά την Πάτρα και την Ηγουμενίτσα με τα λιμάνια της Ανκόνα, του Μπάρι και της Βενετίας. Κατά τη διάρκεια της καλοκαιρινής περιόδου, η Εταιρεία πραγματοποιεί δρομολόγια και μέσω Κέρκυρας.



GREECE - ITALY

FIRST CHOICE IN THE ADRIATIC SEA

Superfast Ferries operates in the Italy-Greece routes offering daily connections between the Italian ports of Ancona, Bari and Venice and the Greek ports of Patras and Igoumenitsa. During the summer period, Superfast Ferries also offers connections from Italy to the Greek island of Corfu.

OUR FLEET

Ο ΣΤΟΛΟΣ ΜΑΣ



SUPERFAST XI

BUILT IN GERMANY IN 2002
ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΜΕΝΟ
ΣΤΗ ΓΕΡΜΑΝΙΑ ΤΟ 2002

PASSANGER CAPACITY	VEHICLE CAPACITY	SPEED (kn)	LENGTH (m)	BREATH (m)	DECKS
ΕΠΙΒΑΤΕΣ	ΟΧΗΜΑΤΑ	ΤΑΧΥΤΗΤΑ (kn)	ΜΗΚΟΣ (μ.)	ΠΛΑΤΟΣ (μ.)	ΚΑΤΑΣΤΡΩΜΑΤΑ
1.821	717	29	199,9	25	11



SUPERFAST I

BUILT IN ITALY IN 2008
ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΜΕΝΟ
ΣΤΗΝ ΙΤΑΛΙΑ ΤΟ 2008

PASSANGER CAPACITY	VEHICLE CAPACITY	SPEED (kn)	LENGTH (m)	BREATH (m)	DECKS
ΕΠΙΒΑΤΕΣ	ΟΧΗΜΑΤΑ	ΤΑΧΥΤΗΤΑ (kn)	ΜΗΚΟΣ (μ.)	ΠΛΑΤΟΣ (μ.)	ΚΑΤΑΣΤΡΩΜΑΤΑ
938	783	24,2	199,1	26,6	7



SUPERFAST II

BUILT IN ITALY IN 2009
ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΜΕΝΑ
ΣΤΗΝ ΙΤΑΛΙΑ ΤΟ 2009

PASSANGER CAPACITY	VEHICLE CAPACITY	SPEED (kn)	LENGTH (m)	BREATH (m)	DECKS
ΕΠΙΒΑΤΕΣ	ΟΧΗΜΑΤΑ	ΤΑΧΥΤΗΤΑ (kn)	ΜΗΚΟΣ (μ.)	ΠΛΑΤΟΣ (μ.)	ΚΑΤΑΣΤΡΩΜΑΤΑ
938	783	24,2	199,1	26,6	7



SUPERFAST III

BUILT IN NORWAY IN 1999
ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΜΕΝΟ
ΣΤΗΝ ΝΟΡΒΗΓΙΑ ΤΟ 1999

PASSANGER CAPACITY	VEHICLE CAPACITY	SPEED (kn)	LENGTH (m)	BREATH (m)	DECKS
ΕΠΙΒΑΤΕΣ	ΟΧΗΜΑΤΑ	ΤΑΧΥΤΗΤΑ (kn)	ΜΗΚΟΣ (μ.)	ΠΛΑΤΟΣ (μ.)	ΚΑΤΑΣΤΡΩΜΑΤΑ
1.883	627	29	204	25,8	12



SUPERFAST IV

BUILT IN NORWAY IN 2000
ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΜΕΝΟ
ΣΤΗ ΝΟΡΒΗΓΙΑ ΤΟ 2000

PASSANGER CAPACITY	VEHICLE CAPACITY	SPEED (kn)	LENGTH (m)	BREATH (m)	DECKS
ΕΠΙΒΑΤΕΣ	ΟΧΗΜΑΤΑ	ΤΑΧΥΤΗΤΑ (kn)	ΜΗΚΟΣ (μ.)	ΠΛΑΤΟΣ (μ.)	ΚΑΤΑΣΤΡΩΜΑΤΑ
1.850	627	29	204	25,8	12



ARIADNE

BUILT IN JAPAN
IN 1995/2007
ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΜΕΝΟ
ΣΤΗΝ ΙΑΠΩΝΙΑ ΤΟ 1995/2007

PASSANGER CAPACITY	VEHICLE CAPACITY	SPEED (kn)	LENGTH (m)	BREATH (m)	DECKS
ΕΠΙΒΑΤΕΣ	ΟΧΗΜΑΤΑ	ΤΑΧΥΤΗΤΑ (kn)	ΜΗΚΟΣ (μ.)	ΠΛΑΤΟΣ (μ.)	ΚΑΤΑΣΤΡΩΜΑΤΑ
2.045	639	20,5	195,5	27	11



LEFKA ORI

BUILT IN JAPAN IN 1987
ΚΑΤΑΣΚΕΥΑΣΜΕΝΟ
ΣΤΗΝ ΙΑΠΩΝΙΑ ΤΟ 1987

PASSANGER CAPACITY	VEHICLE CAPACITY	SPEED (kn)	LENGTH (m)	BREATH (m)	DECKS
ΕΠΙΒΑΤΕΣ	ΟΧΗΜΑΤΑ	ΤΑΧΥΤΗΤΑ (kn)	ΜΗΚΟΣ (μ.)	ΠΛΑΤΟΣ (μ.)	ΚΑΤΑΣΤΡΩΜΑΤΑ
1.488	588	29	199,9	25	11

The Interrail & Eurail Greek Islands Pass 6 ημερών ή 4 ημερών σε διάρκεια 1 μήνα, είναι «Κάρτες Μίας Χώρας» που επιτρέπουν στους δικαιούχους να ταξιδεύουν δωρεάν από το ένα ελληνικό νησί στο άλλο με πλοίο. Πρόκειται για 2 κάρτες, που παρέχουν ευελιξία στους κατόχους, ένα πρωτοποριακό hop on hop off προϊόν!

Οι κάτοχοι Interrail/Eurail Greek Islands Pass 6 ημερών, δικαιούνται ένα ταξίδι μετ' επιστροφής μεταξύ Ελλάδας-Ιταλίας σε κρεβάτι 4κλινης εσωτερικής καμπίνας ή/και σε αεροπορικού τύπου καθίσματα ή/και σε κοιτώνες (όπου υπάρχουν) και ταξίδια απλής μετάβασης, σε Οικονομική Θέση, στα ελληνικά νησιά.

Οι κάτοχοι Interrail/Eurail Greek Islands Pass 4 ημερών, δικαιούνται ταξίδια απλής μετάβασης, σε Οικονομική Θέση, στα ελληνικά νησιά. Τα ταξίδια μπορούν να πραγματοποιηθούν διαδοχικά ή μεμονωμένα. Αναβάθμιση θέσης μπορεί να πραγματοποιηθεί είτε στα Λιμενικά Γραφεία είτε στο Λογιστήριο του πλοίου, υπό την προϋπόθεση ύπαρξης διαθεσιμότητας. Ισχύει έκπτωση 30% για αναβάθμιση θέσης σε οποιαδήποτε κατηγορία – (εκτός καμπίνας LUX). Για κάθε επιπλέον ταξίδι προς τα ελληνικά νησιά επιπλέον των 6 ή 4 ημερών και κατά τη διάρκεια ισχύος 1 μήνα της κάρτας, ισχύει έκπτωση 30% σε Οικονομική Θέση. Στις Κάρτες 6 ημερών συμπεριλαμβάνεται το ταξίδι με τρένο και λεωφορείο από το λιμάνι της Πάτρας προς το λιμάνι του Πειραιά και η επιστροφή.

NEO! Απολαύστε τον πιο εύκολο τρόπο να ταξιδέψετε με το νέο Greek Islands mobile Pass. Ένα ηλεκτρονικό εισιτήριο που μπορεί να προστεθεί άμεσα στο τηλέφωνό σας. Απολαύστε περισσότερη ελευθερία από ποτέ. Το μόνο που έχετε να κάνετε είναι να κατεβάσετε την εφαρμογή Rail Planner App, να παρακολουθείτε τα ταξίδια σας και να εμφανίζετε ηλεκτρονικά εισιτήρια απευθείας στη συσκευή σας.

Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε τις ιστοσελίδες των www.interrail.eu & www.eurail.com ή επικοινωνήστε απευθείας με την HELLENIC TRAIN, ή με οποιοδήποτε εξουσιοδοτημένο πρακτορείο της HELLENIC TRAIN. Εάν βρίσκεστε στο εξωτερικό, μπορείτε να αποκτήσετε τον Σιδηροδρομικό σας Τίτλο Μεταφοράς σε οποιοδήποτε σιδηροδρομικό σταθμό ή εξουσιοδοτημένο πρακτορείο πώλησης Σιδηροδρομικών Τίτλων Μεταφοράς στην Ευρώπη. ●

Επιλέξτε τα νησιά της προτίμησής σας και ταξιδέψτε δωρεάν!



Discover the Greek Islands with Just One Pass!

Ανακαλύψτε τα ελληνικά νησιά με Ενα Μόνο Πάσο!

The Interrail & the Eurail Greek Islands Pass 6 days or 4 days within 1 month period, are one Country Passes that enable customers to travel free of charge from one Greek island to the next by ferry. Two passes that provide flexibility to the owners, a pioneering hop on hop off product! Holders of the Interrail/Eurail Greek Islands Pass 6 days, are entitled to a round trip between Italy-Greece in a 4 bed inside cabin and/or aircraft type seats and/or dormitories (where available) and one-way ferry trips, in Economy Class, to the Greek islands. Holders of the Interrail/Eurail Greek Islands Pass 4 days, are entitled to one-way ferry trips, in Economy Class, to the Greek islands. The trips may be taken consecutively or non-consecutively. Accommodation upgrades can be arranged by the Port Offices or the Chief Purser on board, subject to availability. Upgrades are possible to any Cabin or Seat class, with a 30% discount (with the exception of LUX cabins). For any additional trips on the Greek domestic routes (more than the 6 or 4 days included in the Pass & during the 1 month Pass validity), pass holders are entitled to 30% discount in Economy Class. The train and bus journey from the port of Patras to the port of Piraeus and v.v. is included in the 6 days Pass.

NEW! Enjoy the easiest way to travel with the new Greek Islands mobile Pass, a paperless ticket that can be added instantly to your phone. Enjoy more freedom than ever before. All you have to do is download the Rail Planner App, keep track of your trips and show mobile tickets straight from your device.

For more info please visit the web pages www.interrail.eu & www.eurail.com or contact directly any HELLENIC TRAIN train station, or any local travel agent cooperating with HELLENIC TRAIN. If you happen to be abroad, you can obtain your railway pass at any train station or licensed agency in Europe. ●

Choose your destination islands and travel free of charge!

Travel to the Greek islands



*Not operating all year round

bluestarferries.com

hsw.gr

anek.gr



FOR INFORMATION & RESERVATIONS:

Tel.: +30 210 89 19 800, **seamore** app

or contact your Travel Agent



Attica
Group

SEASMILES LOYALTY PROGRAM

Travel to a world of privileges

Ταξιδέψτε σε έναν κόσμο προνομίων

Ο Όμιλος Attica Group σας καλωσορίζει στο Πρόγραμμα Επιβράβευσης Seasmiles. Το πρόγραμμα Seasmiles παρέχει ειδικές προσφορές και υπηρεσίες υψηλής ποιότητας, που θα κάνουν κάθε σας ταξίδι με εμάς, μια πραγματικά αξέχαστη εμπειρία! Ταξιδέψτε με τη Superfast Ferries, την Blue Star Ferries, την Hellenic Seaways και την Anek Lines στις γραμμές Ελλάδας-Ιταλίας, στις Κυκλάδες, στα Δωδεκάνησα, στην Κρήτη, τα νησιά του Αργοσαρωνικού και στα νησιά Β.Α. Αιγαίου, συλλέξτε seasmiles από τα εισιτήριά σας και απολαύστε αποκλειστικά προνόμια, απλώς και μόνο, με την επίδειξη της κάρτας σας!

**ΕΓΓΡΑΦΕΙΤΕ
ΚΑΙ ΚΕΡΔΙΣΤΕ
50 BONUS
SEASMILES!**

ΠΡΟΝΟΜΙΑ

- **20% έκπτωση** στα Silver & Gold μέλη του Seasmiles για τα δρομολόγια Ελλάδας – Ιταλίας.
- **Δωρεάν** γεύματα/ποτά στα εστιατόρια À La Carte με εξαργύρωση seasmiles.
- **Συλλογή seasmiles** από αγορές στα Bar, Self-Service, À La Carte εστιατόρια, καταστήματα.
- **10% έκπτωση** στα καταστήματα εν πλω σε επιλεγμένα είδη.
- **Εκπτώσεις** σε μοναδικές υπηρεσίες που προσφέρονται μέσω του επιλεγμένου δικτύου συνεργατών μας.
- **10%-40% έκπτωση** στα εισιτήρια Γραμμών Εσωτερικού.
- **Έκπτωση 25%** στα δρομολόγια εσωτερικού με εξαργύρωση seasmiles.
- **Δωρεάν** εισιτήρια ή με έκπτωση 25%.*
- **15% έκπτωση** στα εστιατόρια À La Carte.

* Αφορά δρομολόγια εσωτερικού

Attica Group welcomes you to Seasmiles Loyalty Program. Seasmiles offers you unique benefits and high quality services, which will make every trip with us, a truly unforgettable experience! Travel with Superfast Ferries, Blue Star Ferries, Hellenic Seaways and Anek Lines between Greece and Italy, Cyclades, Dodecanese, Crete, Argosaronikos islands and at North Aegean islands, earn seasmiles from your tickets and enjoy exclusive privileges by simply presenting your membership card!

**SIGN UP & BE
REWARDED
WITH 50 BONUS
SEASMILES!**

BENEFITS

- **20% discount** on tickets for Silver & Gold members on the Adriatic Sea routes.
- **Free meals/drinks** at the À La Carte restaurants with seasmiles' redemption.
- **Seasmiles collection** from your purchases at the Bar, the Self-Service and the À La Carte restaurants and the shops on board.
- **10% discount** at the shops on board on selected items
- **Discounts** on unique services offered through our selected network of partners.
- **10%-40% discount** on tickets at Domestic Lines.
- **25% discount** on domestic routes with seasmiles' redemption.
- **Free tickets** or with 25% reduction.*
- **15% discount** at the À La Carte restaurants.

* Valid for domestic lines

SPECIAL INFO

Η βιοδιασπώμενη κάρτα SEASMILES αποτελείται από BIO-PVC, ένα υλικό τελευταίας γενιάς, αποικοδομήσιμο, ανακυκλώσιμο και με χαμηλές περιβαλλοντικές επιπτώσεις. Η αντικατάσταση και ανακύκλωση της πλαστικής κάρτας για όλα τα Blue & Silver μέλη ή η έκδοση της νέας βιοδιασπώμενης μπορεί να πραγματοποιηθεί στα **Seasmiles kiosks** που υπάρχουν εντός των πλοίων εύκολα και γρήγορα. Μην ξεχάσετε στο επόμενο ταξίδι σας να τα αναζητήσετε! Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφθείτε το **seasmiles.com**, ή το νέο seamore app ή εναλλακτικά συνδεθείτε εν πλω στο πολυχρηστικό portal @sea.

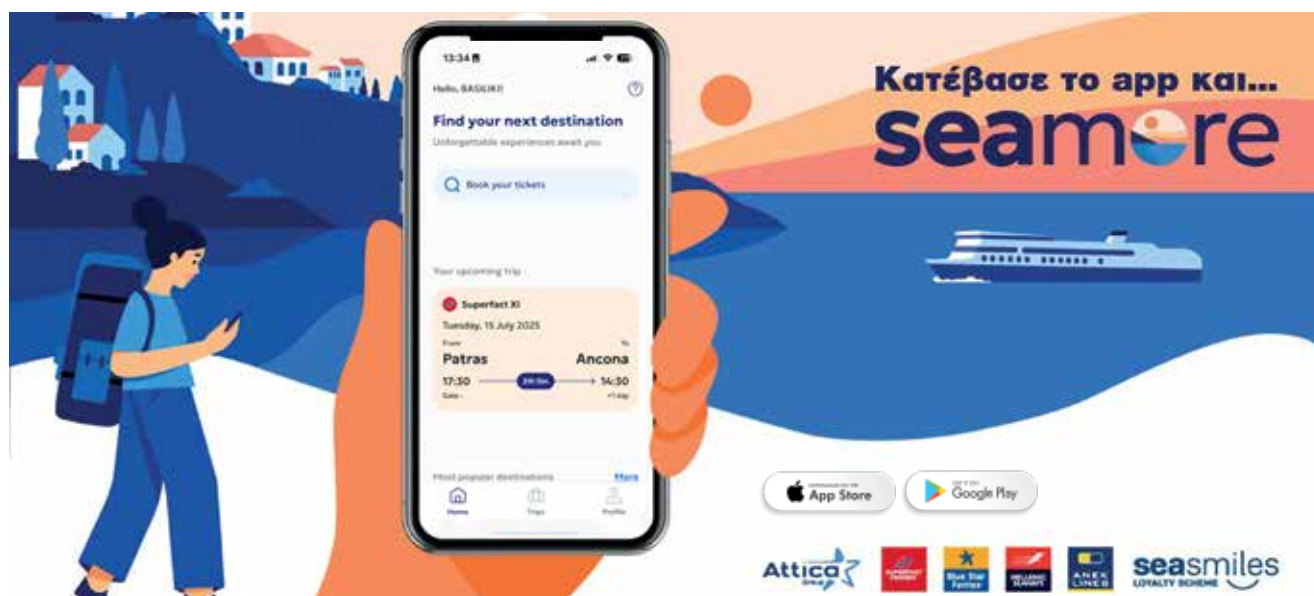
The biodegradable SEASMILES card is made of BIO-PVC, a latest generation material, degradable and recyclable, with low environmental impact. Replacing and recycling the plastic card for all Blue & Silver members or issuing the new biodegradable can be done easily and quickly at the **Seasmiles kiosks** on board. Don't forget to look for them on your next trip! For more information visit **seasmiles.com** or the new seamore app or alternatively, while on board, connect to the infotainment portal @sea.




www.seasmiles.com

Αναζητήστε τα Seasmiles Kiosks στα πλοία της Superfast Ferries! Εδώ μπορείτε να κάνετε ηλεκτρονική εγγραφή στο πρόγραμμα Seasmiles και να εκτυπώσετε την Blue bio κάρτα σας άμεσα. Αν είστε ήδη μέλη, μπορείτε να ενημερωθείτε για τα seasmiles συλλογής και βαθμίδας, να εκτυπώσετε την Blue ή Silver bio κάρτα σας ή να αντικαταστήσετε την πλαστική Blue ή Silver με τη βιοδιασπώμενη biocard.

Visit the Seasmiles Kiosks available on Superfast Ferries vessels, where you can sign up quick & easily and print your Blue biocard immediately while on board. If you are already a member, you may check your seasmiles collection and tier balance, print your Blue or Silver biocard or switch your Blue or Silver plastic card with the Biocard.



ΤΟ ΝΕΟ APP ΓΙΑ ΤΟ ΤΑΞΙΔΙ ΣΑΣ ΣΤΗ ΘΑΛΑΣΣΑ!

Ανακαλύψτε το Seamore, την έξυπνη εφαρμογή των Superfast Ferries, Blue Star Ferries, Hellenic Seaways και Anek Lines, που φέρνει όλα τα ταξίδια σας... στα χέρια σας!

Τι προσφέρει:

- ✓ Άμεσες κρατήσεις με αυτόματη συμπλήρωση στοιχείων.
- ✓ Όλα τα ταξίδια σας συγκεντρωμένα σε ένα σημείο.
- ✓ Προνόμια Seasmiles: δείτε πόντους & εξαργυρώστε εισιτήρια από την εφαρμογή.

Ενιαία πρόσβαση παντού:

Χρησιμοποιήστε τα ίδια στοιχεία σύνδεσης σε όλα τα sites και την εφαρμογή Seamore. Εγγραφείτε και συνδεθείτε τώρα στο ενιαίο ψηφιακό περιβάλλον των Superfast Ferries, Blue Star Ferries, Hellenic Seaways, Anek Lines, της εφαρμογής Seamore και του Seasmiles!

THE NEW APP FOR YOUR SEA TRAVELS!

Discover Seamore, the smart app by Superfast Ferries, Blue Star Ferries, Hellenic Seaways, and Anek Lines that brings all your trips... to your fingertips!

What it offers:

- ✓ Instant bookings with auto-filled personal details.
- ✓ All your trips in one place, neatly organized.
- ✓ Seasmiles perks: track your points & redeem tickets directly from the app.

Unified access everywhere:

Use the same login details across all websites and the Seamore app. Sign up and log in to the unified digital environment of Superfast Ferries, Blue Star Ferries, Hellenic Seaways, Anek Lines, the Seamore app, and Seasmiles!

Μία ωραία περιπέτεια ξεκινάει μαζί με τους Fasteritos! Εξερευνήστε το πλοίο και ανακαλύψτε πού κρύβονται. Οι Fasteritos είναι αφιερωμένοι στους μικρούς μας επιβάτες, εκπαιδευμένοι να βοηθούν το πλήρωμα του πλοίου και έτοιμοι να μάθουν στα παιδιά διάφορα ναυτικά μυστικά. Δεν είναι ποτέ σοβαροί, με μοναδική εξαίρεση όταν περνά μπροστά τους ο καπετάνιος! Εάν είστε οικογένεια με μικρά παιδιά και ταξιδεύετε σε 3κλινη ή 4κλινη εξωτερική καμπίνα, αναζητήστε στο επόμενο ταξίδι σας τις ειδικά διακοσμημένες οικογενειακές καμπίνες με τους Fasteritos! Διατίθενται σε περιορισμένο αριθμό. Με την επιβίβασή σας στο πλοίο, επισκεφθείτε τη ρεσεψιόν για να ενημερωθείτε σχετικά με τη διαθεσιμότητα και μην ξεχάσετε να ζητήσετε το μοναδικό μπλοκ ζωγραφικής και τις ξυλομπογιές Fasteritos!



Set out on a great adventure with Fasteritos! Explore the vessel and discover where they're hidden. Just for our younger passengers, Fasteritos are specially trained to help the vessel's crew and are ready to teach children the various secrets of life at sea. And they never take things too seriously – unless the captain's around!!! If you're a family with young children travelling in a 3 or 4 bed outside cabin, for your next trip ask for a special family cabin with Fasteritos! Once you have boarded the vessel, ask the reception about availability and don't forget to pick up the great Fasteritos colouring book and pencils!



Πανερωπαϊκός αριθμός εκτάκτου ανάγκης EUROPEAN EMERGENCY NUMBER

Οπουδήποτε κι αν βρίσκεστε μέσα στην ΕΕ, σε περίπτωση εκτάκτου ανάγκης μπορείτε να καλέσετε το 112. Καθώς μόνο ένα μικρό ποσοστό Ευρωπαίων γνωρίζουν ότι καλώντας τρία μόνο ψηφία —112— μπορούν να έχουν άμεση βοήθεια, η Superfast Ferries επιθυμεί να ενημερώσει τους επιβάτες της, καθώς η υπηρεσία αυτή μπορεί να αποβεί χρήσιμη όταν ταξιδεύουν στο εξωτερικό. www.112.eu

In case of emergency, 112 is the number to call from anywhere in the EU. As only a small percentage of Europeans know that they can dial just three digits — 112 — to get immediate help, Superfast Ferries wishes to inform its passengers, as they may need this service when travelling abroad. www.112.eu



ATM: Μετρητά εν πλω CASH ON BOARD

Στο πλοίο υπάρχει διαθέσιμο ATM* για εύκολες και γρήγορες αναλήψεις.

If you didn't get cash on time, there is an ATM* on board. Make quick and easy withdrawals any time of the day.

* Δεν είναι διαθέσιμο σε όλα τα πλοία
Not available on all vessels



Απαγόρευση καπνίσματος NO SMOKING

Σας υπενθυμίζουμε ότι με βάση τον υπ' αριθμό 3730 νόμο του Υπουργείου Υγείας, απαγορεύεται το κάπνισμα σε όλους τους κλειστούς χώρους και στις καμπίνες των πλοίων. Οι επιβάτες μπορούν να καπνίζουν μόνο στους προκαθορισμένους χώρους των εξωτερικών ανοικτών καταστρωμάτων. Για τους παραβάτες, εκ του νόμου προβλέπονται κυρώσεις και πρόστιμα.

We kindly remind you that as per National Law 3730 of the Greek Ministry of Health, smoking is forbidden in all enclosed areas as well as the vessel's cabins. Passengers may smoke only in the designated areas on the open outer decks. Offenders, by law will be liable to penalties and fines.



Συναλλαγές στο πλοίο TRANSACTIONS ON BOARD

Μπορείτε να πραγματοποιήσετε τις πληρωμές σας με πιστωτικές, χρεωστικές ή προπληρωμένες κάρτες.

You may pay on board with credit cards, debit or prepaid cards.



Σερφάρετε στο ίντερνετ SURF ON BOARD

Μείνετε συνδεδεμένοι στο Internet καθόλη την διάρκεια του ταξιδιού σας. Περιηγηθείτε στο διαδίκτυο και κρατήστε επαφή με όλους στα Social Media. Συνδεθείτε στο "WiFi onBoard", επιλέξτε στο @sea το wifi access και αγοράστε το πακέτο που σας ταιριάζει.

Stay connected to the Internet during your entire trip. Surf the web and stay in contact with everyone on Social Media. Connect to the "WiFi onboard", select @sea and then the wifi access and purchase the package of your choice.



Στο πλαίσιο αναβάθμισης των υπηρεσιών μας τοποθετήσαμε τη συσκευή PrivateReview, η οποία προσφέρει στους επιβάτες τη δυνατότητα αξιολόγησης των υπηρεσιών μας.

Αναζητήστε την και αξιολογήστε μας!

In our constant effort for improvement we have placed the PrivateReview device, near the Reception area, so guests can provide their feedback and evaluate our services.

Please evaluate us!



Κρατήστε επαφή

STAY CONNECTED

Στα δρομολόγια της Αδριατικής μπορείτε να τηλεφωνείτε και να δέχεστε κλήσεις, να στέλνετε και να λαμβάνετε μηνύματα και δεδομένα σε όλη τη διάρκεια του ταξιδιού. Η υπηρεσία περιαγωγής παρέχεται μέσω δορυφόρου και χρεώνεται απευθείας από την εταιρεία κινητής τηλεφωνίας που είστε συμβεβλημένοι.

Ισχύουν ειδικές χρεώσεις για τη συγκεκριμένη υπηρεσία. Εάν δεν επιθυμείτε να τη χρησιμοποιήσετε, παρακαλούμε κλείστε τη συσκευή σας όταν εμφανιστεί η ένδειξη σύνδεσης δορυφορικού δικτύου περιαγωγής, στην οθόνη του κινητού σας. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με

τη χρέωση της υπηρεσίας, απευθυνθείτε στην εταιρεία κινητής τηλεφωνίας που είστε συμβεβλημένοι.

During your journey on the Adriatic, you can call and receive calls, send and receive SMS and data during the whole duration of the trip. This is a special roaming service via satellite for which you will be billed directly by your GSM provider. There is an extra charge for this service so, if you do not wish to use it please switch off your cell phone as soon as connection to a satellite roaming service appears on your screen. For information about the rates of this service please contact your cellular network provider.

Η γνώμη σας μετράει!

Η εμπειρία σας είναι πολύτιμη για εμάς! Καταγράψτε τα σχόλιά σας ή αξιολογήστε τις υπηρεσίες μας εύκολα και γρήγορα μέσω της ειδικής φόρμας στην πλατφόρμα @sea. Κάθε σας σχόλιο μάς βοηθά να γίνουμε καλύτεροι και να αναβαθμίζουμε συνεχώς το ταξίδι σας.

YOUR FEEDBACK IS IMPORTANT TO US!

Your experience is valuable to us!
Share your comments or evaluate our services easily and quickly through the dedicated form on the @sea platform. Your feedback helps us improve and continuously enhance your travel experience.



Εστιατόριο À la Carte

À LA CARTE RESTAURANT

Απολαύστε στον μοναδικό χώρο του εστιατορίου À la Carte* το ανανεωμένο μας μενού, γευτείτε ελληνικές συνταγές με τοπικά προϊόντα και συνδυάστε τα εξαιρετικά ελληνικά κρασιά από την ανανεωμένη λίστα κρασιών. Συλλέξτε πόντους και επωφεληθείτε έκπτωσης 15% με την επίδειξη της κάρτας Seasmiles.

A restaurant like no other! Indulge in our updated À la Carte* menu, taste Greek recipes with local products and pair them with great Greek wines from our updated wine list. Collect additional points and get 15% discount with your Seasmiles card.

* Δεν είναι διαθέσιμο σε όλα τα πλοία /
Not available on all vessels



@sea
Onboard Infotainment Portal

music@sea WiFi onBoard weather@sea info@sea live@sea podcast@sea

Μπες στην πλατφόρμα @sea, για ατελείωτη online διασκέδαση κατά τη διάρκεια του ταξιδιού!

Μουσική • Podcast • Internet • Χρήσιμες πληροφορίες

Visit our Onboard Infotainment portal @sea, for never-ending fun during your journey!

Music • Podcast • Internet Access • Useful Information

Attica Group
SUPERFAST FERRIES
Blue Star Ferries
HELLENIC SEAWAYS
ANEK LINES

Το ταξίδι σας με τη Superfast Ferries γίνεται ακόμα πιο ενδιαφέρον!

YOUR TRIP WITH SUPERFAST FERRIES BECOMES EVEN MORE INTERESTING!

Επισκεφτείτε το διαδραστικό πολυχρηστικό portal @sea και ανακαλύψτε ένα νέο διαδικτυακό κόσμο! Συνδεθείτε στο Wi-Fi του πλοίου μέσω του κινητού ή του tablet σας και αποκτήστε ελεύθερη πρόσβαση στις απεριόριστες δυνατότητες που σας προσφέρει. Ενημερωθείτε για τον καιρό, τη θέση του πλοίου σε real time, ακούστε μουσική και podcasts ή δείτε χρήσιμες πληροφορίες του πλοίου, των λιμανιών, των προορισμών και πολλά άλλα.

Σας περιμένουμε!

Visit the interactive versatile portal @sea and discover a new online world! Connect to the ship's Wi-Fi via your mobile or tablet and gain free access to the unlimited possibilities it offers. Find out about the weather, the location of the ship in real time, listen to music and podcasts or see useful information about the vessel, ports, destinations and much more.

Join us!

DIGIKEY

Αποκτήστε πρόσβαση στην καρτρίνα σας εύκολα και γρήγορα με το smartphone σας.

Access your cabin easily and quickly with your smartphone.



DigiKey

Attica Group
SUPERFAST FERRIES
Blue Star Ferries
HELLENIC SEAWAYS
ANEK LINES

Sail Smarter:
Open Your Cabin with
Your Phone!
GET YOUR DigiKey
AT THE PORT OFFICE.

Το κλειδί της καμπίνας
τώρα στο κινητό σου!
ΕΝΗΜΕΡΩΣΟΥ ΕΔΩ!

Download FLEXIPASS APP
Activate Bluetooth
Enter code
Access cabin

FLEXIPASS
INTELLIGENT DIGITAL KEYS



Διασκέδαση εν πλω OPEN DECK BARS

Χαλαρώστε κάτω από τον ήλιο, κολυμπήστε στην πισίνα* και απολαύστε δροσερούς χυμούς, λαχταριστά γλυκά και παγωτά στο μπαρ ανοικτού καταστρώματος.

Relax yourself at the open-deck bar, under the sun, enjoying your time at our swimming pool* along with a variety of refreshing beverages, snacks, delicious desserts and ice creams.

* Το μπαρ ανοικτού καταστρώματος δεν διατίθεται στα πλοία Superfast I & Superfast II. Η πισίνα είναι διαθέσιμη στο πλοίο Superfast XI. Το μπαρ ανοικτού καταστρώματος και η πισίνα λειτουργεί όταν το επιτρέπουν οι καιρικές συνθήκες. The open deck bar is not available on Superfast I & Superfast II. The pool is available on Superfast XI. The open deck bar and the pool operate when the weather permits.

Για τους μικρούς μας φίλους KIDS ON BOARD

Η Superfast Ferries διαθέτει την επιλογή παιδικού μενού "Happy Menu" (διαθέσιμο στο Superfast XI), που επιφυλάσσει δώρα - έκπληξη σε όσα παιδιά το επιλέξουν. Οι καμπίνες Fasteritos, η πισίνα* (λειτουργεί τους καλοκαιρινούς μήνες) και ο χώρος παιδικής ψυχαγωγίας* περιμένουν τους μικρούς μας επισκέπτες!

Superfast Ferries offers the "Happy Menu" for children (available on Superfast XI), with surprise-gifts to all the youngsters who choose them. The Fasteritos cabins, the swimming pool* (operating during summer) and the specially designed children's entertainment area* are waiting for our young travellers.

* Δεν διατίθεται σε όλα τα πλοία.
Η επίβλεψη από ενήλικα είναι απαραίτητη.
Not available on all vessels.
The parental supervision is required.



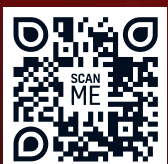
Αγορές εν πλω SHOPPING ON BOARD

Επισκεφτείτε τα καταστήματα του πλοίου! Θα βρείτε αρώματα, καλλυντικά, κοσμήματα, είδη ταξιδιού, επώνυμα ρούχα και μεγάλη ποικιλία προϊόντων Superfast. Συλλέξτε πόντους και επωφεληθείτε έκπτωσης 10% με την επίδειξη της κάρτας Seasmiles σε επιλεγμένα είδη.

Visit the on board boutique! You will find perfumes, cosmetics, jewellery, a variety of clothing, travel items and selected Superfast souvenirs. Collect additional points and receive 10% discount with your Seasmiles card in selected items.



*Taste the Summer
Enjoy the Destination*



join us [f](#) [X](#) [v](#) [i](#) [d](#) www.loux.gr





A
**MEDITERRANEAN
JOURNEY IN
EVERY BITE**

