

Τέσσερα Αιγαιοπελαγίτικα Διαμάντια



Ηρακλεία



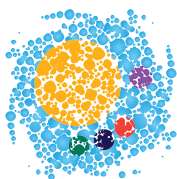
Σχοινούσα



Κουφονήσια

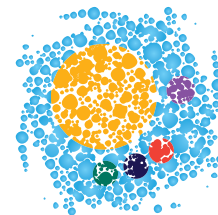


Δονούσα



Μικρές Κυκλάδες

ΕΛΛΑΔΑ



Μικρές
Κυκλάδες



Περιεχόμενα

Ηρακλεία

	4 - 7
Φύση και γεωγραφία	8 - 10
Μια θέση στην ιστορία	11
Περιήγηση στο νησί	12 - 17
Παραλίες	18 - 19
Δραστηριότητες	20 - 22
Τοπικά προϊόντα	23 - 24
Εκδηλώσεις - Πανηγύρια	25
Πληροφορίες	26-27

Σχοινούσα

	28 - 31
Φύση και γεωγραφία	32
Μια θέση στην ιστορία	33
Περιήγηση στο νησί	34 - 36
Παραλίες	37 - 41
Δραστηριότητες	42 - 45
Τοπικά προϊόντα	46
Εκδηλώσεις - Πανηγύρια	47
Πληροφορίες	48 - 49

Κουφονήσια

	50 - 53
Φύση και γεωγραφία	54
Μια θέση στην ιστορία	55
Περιήγηση στο νησί	56 - 60
Παραλίες	61 - 64
Δραστηριότητες	65 - 67
Τοπικά προϊόντα	68
Εκδηλώσεις - Πανηγύρια	69
Πληροφορίες	70 - 71

Δονούσα

	72 - 75
Φύση και γεωγραφία	76
Μια θέση στην ιστορία	77
Περιήγηση στο νησί	78 - 81
Παραλίες	82 - 85
Δραστηριότητες	86 - 89
Τοπικά προϊόντα	90
Εκδηλώσεις - Πανηγύρια	91
Πληροφορίες	92 - 93

Ηρακλείδα



0	1	2	$\chi_{\lambda\mu}$
1	1	1	

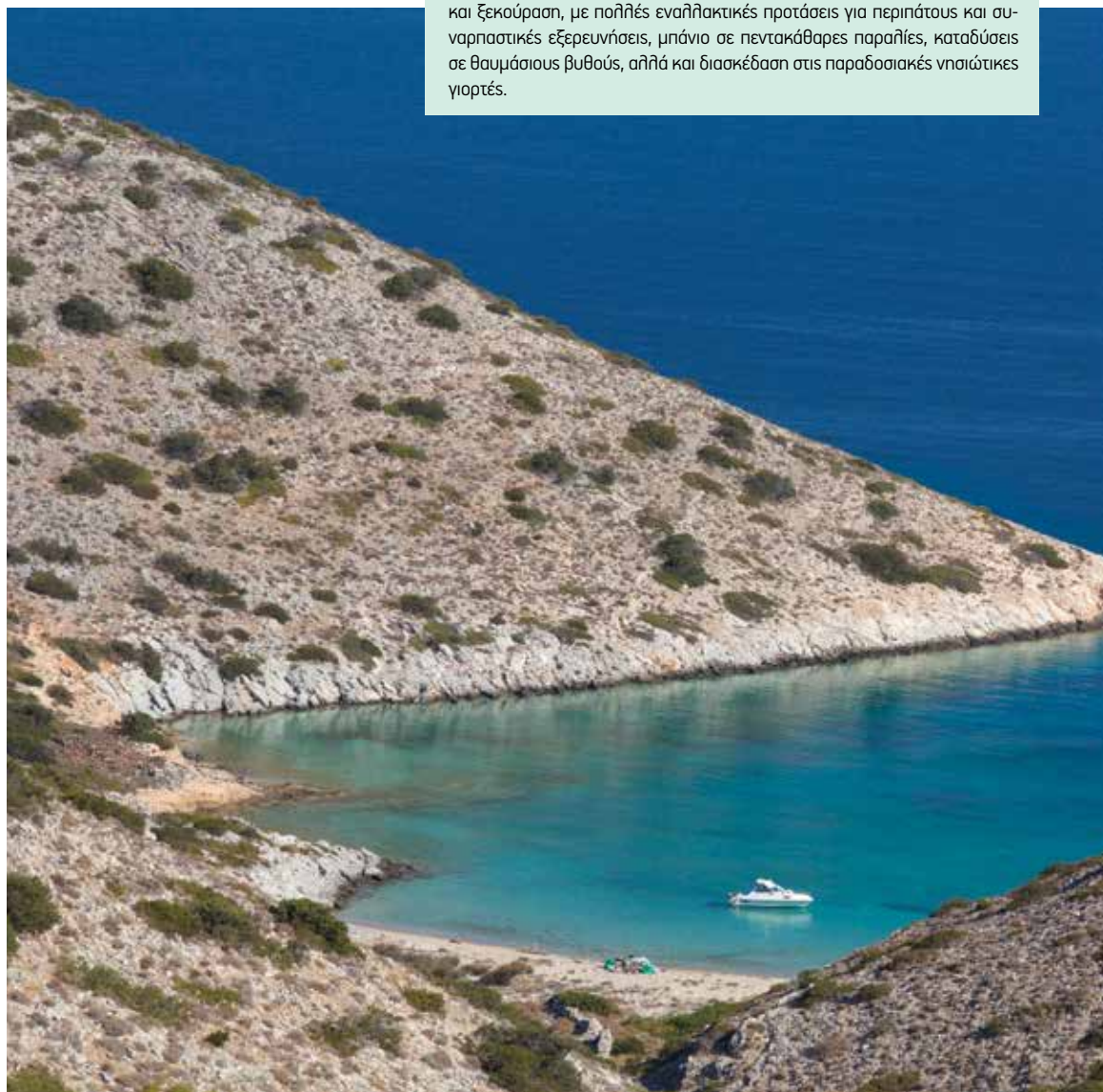
Άγρια ομορφιά

Ο μύθος λέει ότι στο ταξίδι της επιστροφής προς την Ιθάκη μετά τη λήξη του Τρωικού Πολέμου, ο Οδυσσέας και το πλήρωμα του καραβιού του πιάστηκαν όμηροι από τον Κύκλωπα Πολύφημο, γιό του Ποσειδώνα, ο οποίος κατοικούσε στη μεγάλη σπηλιά απέναντι από το Σπήλαιο του Αη Γιάννη που βρίσκεται στην Ηρακλειά. Ο Κύκλωπας τους έκλεισε στο σπήλαιο όπου κρατούσε τα πρόβατά του. Ο Οδυσσέας στην προσπάθειά του να αποδράσει τύφλωσε το μοναδικό μάτι του Πολύφημου και έδωσε εντολή στους άνδρες του που βρίσκονταν μέσα στο Σπήλαιο παρέα με το κοπάδι να κρεμαστούν στις κοιλιές των προβάτων, να βγουν μαζί με αυτά από το σπήλαιο και να τρέξουν στο καράβι τους που ήταν αγκυροβολημένο στον νοτιοδυτικό όρμο της Ηρακλειάς γνωστός ως Αλιμιά. Πράγματι, ο Οδυσσέας και οι σύντροφοί του κατάφεραν να αποδράσουν, ανέβηκαν στο καράβι τους και σήκωσαν τα πανιά να αποπλεύσουν. Όταν το αντιλήφθηκε ο Πολύφημος άρχισε να πετάει τεράστιες πέτρες προς τη θάλασσα για να βουλιάξει το πλοίο του Οδυσσέα. Έτσι σύμφωνα με το μύθο δημιουργήθηκαν κάποια νησάκια της Ηρακλειάς, **ο Μικρός και ο Μεγάλος Άβελλας** ή αλλιώς Αβελονήσια.

Η Ηρακλειά, η οποία αποτελεί έναν εντυπωσιακό ορεινό όγκο με εξαιρετικές παραλίες που προστατεύονται από τους δυνατούς ανέμους χάρη στη γειτνίαση με τα μεγάλα ορεινά νησιά, τη Νάξο και την Ίο, είναι η «άγρια ομορφιά» μέσα στις Μικρές Κυκλάδες.

Ενταγμένη στο δίκτυο Φύση (Natura) 2000, γοντεύει με την υπέροχη θέα που προσφέρουν τα ορεινά μονοπάτια της, την ποικιλία των ακτών της και τα δικά της, μοναδικά, αξιοθέατα.

Η ζωή στην Ηρακλειά κυλάει σε ήρεμους ρυθμούς, προσφέροντας ηρεμία και ξεκούραση, με πολλές εναλλακτικές προτάσεις για περιπάτους και συναρπαστικές εξερευνήσεις, μπάνιο σε πεντακάθαρές παραλίες, καταδύσεις σε θαυμάσιους βυθούς, αθλά και διασκέδαση στις παραδοσιακές νησιώτικες γιορτές.



Φύση και γεωγραφία

Η Ηρακλειδιά είναι το μεγαλύτερο νησί των Μικρών Ανατολικών Κυκλάδων, με έκταση 18.078 τ. χλμ.

Η θέση της, νότια του ορεινού όγκου της Νάξου, την προστατεύει από τους ισχυρούς βοριάδες του Αιγαίου και το κλίμα της είναι ήπιο με λίγες βροχοπτώσεις και πολλή ηλιοφάνεια.

Η ακτογραμμή του νησιού έχει μήκος 29 χλμ, και είναι δαντελωτή, με ήπιες αμμουδερές ή βοτσαλωτές παραλίες αλλιά και εντυπωσιακές βραχώδεις απολήξεις.

Η χλωρίδα και η πανίδα στην Ηρακλειδιά παρουσιάζουν μεγάλο ενδιαφέρον και ολόκληρο το νησί περιλαμβάνεται στο δίκτυο Natura 2000.

Τα δένδρα που κυριαρχούν είναι η φίδα, ένα είδος άρκευθου, η αγριελιά, η συκιά και η χαρουπιά. Υπάρχουν και λίγα πεύκα, κυπαρίσσια, πικροδάφνες, αρμυρίκια και φοίνικες, φυτεμένα από τους κατοίκους. Στους μικρούς οπωρώνες υπάρχουν ελιές, αμυγδαλιές και λίγα οπωροφόρα. Οι θάμνοι είναι κυρίως σχοίνα, λαδανιά, θυμάρι, ρείκι, φθώμος ή ασφάκα, ασπάλαθος, αφάνα, ασφόμελινος, νάρθηκας ή άρτυκας, θρούμνη, αργανιά (είδος άγριος ρίγανης), ελί-

χρυσος, φραγκοσυκιά και φασκομηλιά. Στις ακτές βρίσκει κανείς το σταμναγκάθι και τον κρίνο της θάλασσας. Στους γκρεμούς φυτρώνει η κάπαρη και σε ένα μικρό μέρος του νησιού το σκαρολάχανο. Σε βραχονησίδες και γκρεμούς συναντάται η αγριοβιολέτα. Στους αγρούς και τους φρυγανότοπους, η βλάστηση ακολουθεί την περίοδο των βροχών και έτσι το χειμώνα και την άνοιξη τα αγριοβιολέττα κυριαρχούν. Τα πιο συνηθισμένα είναι η ζαφορά ή άγριος κρίνος, η ανεμώνη, η παπαρούνα και η μαργαρίτα ή μαντελίδα. Τέλος, υπάρχουν και άφθονα άγρια χόρτα που θα τα βρείτε με διάφορες τοπικές ονομασίες.

Όρνιο - *Gyps fulvus*



Μελισσοφάγος - *Merops apiaster*



Μαυροκρίνεζο - *Falco vespertinus*



Τα πουλιά είναι ο τομέας της πανίδας που παρουσιάζει το μεγαλύτερο ενδιαφέρον στην Ηρακλειδιά, με καταγεγραμμένα πάνω από 170 είδη, πολλά από τα οποία είναι απειλούμενα και προστατευόμενα σε παγκόσμιο επίπεδο.

Όλα τα παραπάνω δημιουργούν έναν εντυπωσιακό φυσικό καμβά, που εντυπωσιάζει τον επισκέπτη αυτού του μικρού νησιού. Η θαλάσσια ζωή στην Ηρακλειδιά περιλαμβάνει ποικιλία από μαλάκια, οστρακόδερμα, κοράλλια, σφουγγάρια καθώς και πολλά είδη ψαριών μεταξύ των οποίων και

κάποια απειλούμενα όπως ο γαλαζόφτερος τόνος, ο ξιφίας και το φεγγαρόψαρο. Από θαλάσσια θηλαστικά το πιο συνηθισμένο είναι το ρινοδέλφιο και σπανιότερα το κοινό δελφίνι, το ζωνοδέλφιο και η μεσογειακή φώκια.

Στην περιοχή εμφανίζεται συχνά, χωρίς όμως να αναπαράγεται, η θαλάσσια χελώνα καρέτα-καρέτα, ενώ έχει βρεθεί και ένας νεκρός νεαρός ψυστήρας, του οποίου ο σκελετός βρίσκεται στο ζωολογικό μουσείο της Απειράνθου στη γειτονική Νάξο.

Κρίνος της θάλασσας - *pancratium maritimum*



Οφρύς του Αιγαίου - *ophrys aegaea*



Σπήλαιο Αν Γιάννη

Η επίσκεψη στο Σπήλαιο του Αν Γιάννη είναι μια αποκάλυψη. Πρόκειται για ένα από τα μεγαλύτερα σπήλαια των Κυκλάδων, με πληθυσιότατο και εντυπωσιακό σταλακτικό στολισμό που συμπεριλαμβάνει και το “σπηλαιόγαθα” (σπάνια σταλαγμιτική ύλη σε υδαρή κατάσταση). Ογκώδεις σταλαγμίτες καθώς και κοιλώνες σε υπέροχα συμπλέγματα με σταλαγμίτες σε ιδιόμορφα σχήματα συνθέτουν το στολισμό του πρώτου θαλάμου του σπηλαίου. Το σπήλαιο βρίσκεται σε περιβλητή θέση με θέα προς τη θάλασσα και απέχει από αυτή μισή ώρα

με τα πόδια. Από τον οικισμό Παναγία απέχει περίπου μία ώρα με τα πόδια. Λέγεται ότι ένας βοσκός είχε προφυλαχθεί από καταιγίδα στην περιοχή και όταν γύρισε στο χωριό ήταν αποτυπωμένη η μορφή του Αν Γιάννη στην πλάτη του πουκαμίσου που φόραγε.

Έτσι πήγαν στο σπήλαιο και βρήκαν την εικόνα του Αν Γιάννη του Πρόδρομου μέσα και έκτοτε τιμάται η μνήμη του με την τέλεση των εσπερινών στην μεγάλη αίθουσα του σπηλαίου κάθε 28 Αυγούστου, παραμονή της εορτής του Αγίου.



Κορυφή Πάππας

Ο Πάππας με ύψος 420 μέτρα είναι το ψηλότερο σημείο της Ηρακλειάς. Από τον Πάππα κανείς απολαμβάνει τη θέα όλων των γειτονικών νησιών και σε καλές μέρες φαίνεται ακόμη και η Κρήτη. Η διαδρομή είναι από διαμορφωμένο παραδοσιακό μονοπάτι περίπου 2 χλμ. μήκους. Εντυπωσιακές είναι οι πέτρινες αναβαθμίδες που χτίστηκαν από τους παλιούς καθώς και τα παραδοσιακά πέτρινα αλώνια. Από τον Πάππα μπορεί κανείς να παρατηρήσει και τα εντυπωσιακά άγρια πουλιά κάποια από τα οποία φωλιάζουν στο νησί.



Μια θέση στην ιστορία

Η Ηρακλειά, όπως και οι υπόλοιπες μικρές Κυκλάδες, κατοικήθηκε από την προϊστορική εποχή και διατηρεί το όνομά της από την αρχαιότητα.

Στις θέσεις Κάμπος Αγίου Αθανασίου και Άγιος Μάμας, έχουν βρεθεί λείψανα δύο οικισμών και νεκροταφείου, που ανήκουν στην 3η χιλιετία π.Χ., ενώ στην περιοχή του Κάστρου έχει διαπιστωθεί η ύπαρξη ιερών της θεάς Τύχης και του Λοφίτου Διός. Επίσης σε διάφορα σημεία του νησιού, έχουν βρεθεί εργαλεία οψιδιανού, πετρώματος που υπήρχε στη Μήλο, γεγονός που μαρτυρά τη συμμετοχή του νησιού στις εμπορικές δραστηριότητες της περιοχής κατά την Πρωτοκυκλαδική περίοδο.

Η ακριβής χρονολόγηση του ερειπωμένου φρουρίου που σώζεται σε λόφο στη θέση Κάστρο, δεν έχει αποσαφηνιστεί, ωστόσο στο εσωτερικό του διακρίνονται ίχνη κατοίκησης ελληνιστικών και ρωμαϊκών χρόνων. Στη διάρκεια της οθωμανικής περιόδου, οι κλειστού και δυσπρόσιτοι ορμησκοί του νησιού, έγιναν ιδανικά καταφύγια για τους πειρατές, οι δραστηριότητες των οποίων εκείνη την περίοδο καθόρισαν σε μεγάλο βαθμό την καθημερινότητα και τις συνήθειες των κατοίκων.

Από τον 16ο αιώνα, η Ηρακλειά υπάγονταν διοικητικά και ιδιοκτησιακά στη Μονή Χοζοβιώτισσας της Αμοργού, που το 1831

επέτρεψε σε Αμοργιανούς να έρθουν στο νησί, υπογράφοντας μαζί τους συμβόλαιο δεκαετούς διάρκειας με δικαίωμα κατοχής και εκμετάλλευσης της γης και κατανομής των προϊόντων κατά 50%. Το καθεστώς αυτό με διάφορες διοικητικές αλλαγές κράτησε μέχρι την απαλλοτρίωση των μοναστηριακών περιουσιών από την κυβέρνηση Νικολάου Πλαστήρα, οπότε και δόθηκαν οριστικά στους ενοικιαστές οι καλλιέργησιμες εκτάσεις, αφήνοντας στη μονή όσα χρειαζόνταν για τις ανάγκες των μοναχών. Μετά την επανάσταση του 1821 η Ηρακλειά εντάχθηκε στο νεοσύστατο ελληνικό κράτος, όπως και τα υπόλοιπα νησιά των Κυκλάδων.

Κατά τη διάρκεια της κατοχής των ελληνικών εδαφών από τις Δυνάμεις του Άξονα, η Ηρακλειά αρχικά υπαγόταν στην ιταλική διοίκηση, ενώ μετά τη συνθηκολόγηση της Ιταλίας το 1943, πέρασε στη γερμανική κατοχή ως την απελευθέρωσή της, το 1944. Ο ρόλος της Ηρακλειάς στην αντίσταση ήταν σημαντικός, καθώς υπήρχε στο νησί ασύρματος που μετέφερε μηνύματα για τις κινήσεις των Γερμανών προς τις συμμαχικές δυνάμεις.



Περιήγηση στο νησί

Η Ηρακλειά προσφέρει πολλή αξιόθεατα στον επισκέπτη, ενώ οι φιλόξενοι κάτοικοί της δίνουν ευκαιρία για γνωριμία με την καθημερινή ζωή τους.



Το πλοίο φέρνει τον επισκέπτη στο όμορφο λιμανάκι του νησιού και στον Άγιο Γεώργιο, έναν παραδοσιακό οικισμό, παραθαλάσσιο, αμφιθεατρικά κτισμένο γύρω από το λιμάνι. Ο **Άγιος Γεώργιος** είναι κατάλληλος για οικογενειακές διακοπές, είναι ιδιαίτερα ασφαλής και φιλικός στα παιδιά, τα οποία συγκεντρώνονται στην παραλία και στην πλτατεία όλη μαζί και γίνονται μια μεγάλη παρέα. Το λιμάνι αποτελεί τόπο συγκέντρωσης και διασκέδασης για μικρούς και μεγάλους που ψαρεύουν στο μόλτο, κάνουν βουτιές ή περίπατο. Στον Άγιο Γεώργιο λειτουργούν εστιατόρια, ενοικιαζόμενα δωμάτια, παντοπωλεία, ενώ στο Κοινοτικό Κατάστημα λειτουργεί και δανειστική βιβλιοθήκη με αρκετά πλούσια συλλογή βιβλίων. Μπορείτε να επισκεφθείτε την **εκκλησία του Αγίου Γεωργίου** που κτίστηκε το 1834. Είναι ένας μικρός ναός με παιδιό ξύλινο τέμπλο και παραδοσιακό πέτρινο πάτωμα. Κάθε χρόνο την ημέρα της εορτής του Αγίου Γεωργίου γίνεται πανηγύρι στην αυλή της εκκλησίας με φαγητό για όλο το εκκλησίασμα.

Μπορείτε επίσης να επισκεφθείτε και την ιδιωτική εκκλησία των **Ταξαρχών** με το εξαιρετικό τέμπλο.

Ένας ασφαλιστοστρωμένος δρόμος συνδέει το λιμάνι με τη **Χώρα της Ηρακλειάς, την Παναγία**. Η Παναγία είναι ένας παραδοσιακός οικισμός στους πρόποδες του βουνού Πάπος. Ο οικισμός βρίσκεται σε απόσταση 4,5 χλμ. από το λιμάνι και περίπου 2 χλμ. από την παραλία **Τουρκοπήγαδο**. Η σχετική μεγάλη απόσταση από τη θάλασσα τα παλιά τα χρόνια ήταν πλεονέκτημα, λόγω





των επιδρομών των πειρατών. Για πολλή χρόνια η Παναγία είχε τους περισσότερους κατοίκους του νησιού, λόγω έντονης αγροτικής δραστηριότητας. Ακόμα και σήμερα θα δείτε πολλά χωράφια με τις στέρνες τους για πότισμα των ζώων και παραδοσιακά πέτρινα αλώνια που σήμερα αποτελούν αξιοθέατα, καθώς μόνο ένα χρησιμοποιείται ακόμη. Τα περισσότερα σπίτια είναι πέτρινα, όπως και τα 2-3 καλντερίμια του χωριού. Διατηρούνται ακόμη και οι πέτρινοι φούρνοι που είχε κάθε οικογένεια. Σήμερα η Παναγία δεν έχει μεγάλη τουριστική ανάπτυξη, αλλά αυτό αποτελεί πλεονέκτημα για όσους αναζητούν γαλήνη στις διακοπές τους. Από την Παναγία η θέα των γύρω νησιών (Νάξος, Πάρος, Αμοργός, Αστυπάλαια, Ανάφη και όλες οι υπόλοιπες Μικρές Κυκλάδες) είναι μαγευτική.

Ο Ναός των Εισοδίων της Θεοτόκου είναι ο μεγαλύτερος ναός του νησιού και αποτελεί στολίδι του χωριού. Ο ναός που είναι πετρόκτιστος άρχισε να χτίζεται το 1919 και περατώθηκε το 1930, χωρίς, ωστόσο, να

είναι ολοκληρωμένος, καθώς οι προσθήκες ολοκληρώθηκαν τα τελευταία χρόνια. Ενδιαφέρον για τον επισκέπτη της Παναγίας αποτελεί και ο περίπατος, μέσω παραδοσιακού πέτρινου μονοπατιού, μέχρι την πηγή απ' όπου υδρεύεται το χωριό. Το μονοπάτι έχει μήκος 1 χιλιόμετρο. Ο επισκέπτης στο τέλος της διαδρομής απολαμβάνει τη θέα του νερού και την καταπληκτική θέα του χωριού και των γύρω νησιών.

Ένα ταξίδι στην παράδοση θα έχει την ευκαιρία να πραγματοποιήσει ο επισκέπτης στον **Άγιο Αθανάσιο**, ένα παραδοσιακό χωριό με παλιές πέτρινες οικίες κτισμένες με την παραδοσιακή κυκλαδίτικη αρχιτεκτονική και με μαγευτική θέα. Η σοφία της οικονομίας των υλικών, της επινοητικότητας που ήταν αναγκαία για την επιβίωση κάτω από σκληρές συνθήκες, όλα προκαλούν σήμερα το θαυμασμό, καθώς «δένουν» την αρχιτεκτονική με τον τόπο και την κάνουν να γίνεται μέρος της ίδιας της φύσης. Στην αρχή του χωριού συναντάμε το **εκκλησάκι του Αγ. Αθανασίου**.



Μέριξας

Ένα από τα ομορφότερα φυσικά αξιοθέατα της Ηρακλειάς είναι ο **όρμος του Μέρικα** στις νότιες ακτές της, που περιβάλλεται από εντυπωσιακά βράχια ύψους άνω των 100 μέτρων, όπου φωλιάζουν άγρια πτηνά. Στη βάση τους απλώνονται δύο πανέμορφες παραλίες με κρυστάλλινα γαλαζοπράσινα νερά.



Κάστρο

Το **Κάστρο του Λιβαδιού** βρίσκεται στην κορυφή ενός λόφου που υψώνεται από την παραλία Λιβάδι. Συναντάται στο δρόμο που συνδέει το Λιμάνι με την Παναγία με πρόσβαση από ένα σύντομο μονοπάτι που ξεκινάει από την άσφαλτο. Εκεί βρίσκονται **τα ερείπια ενός κάστρου, αμυντικού οχυρού της Ελληνιστικής Περιόδου (323-316 π.Χ.)**. Υπάρχουν εμφανή ίχνη από τον αρχαίο οικισμό, αλλά και πολλά αρχαιολογικά ευρήματα από τη Νεολιθική Εποχή καθώς και ερείπια ενός ναού του Δία και ενός Ιερού της Θεάς της Τύχης. Το Κάστρο κατοικήθηκε στα νεότερα χρόνια μέχρι το 1930, οπότε και εγκαταλείφθηκε.



Παλιό υδροπλάνο στα Αλιμιά

Στον όρμιο **Αλιμιά**, στο νοτιοδυτικό άκρο της Ηρακλειδάς, σε βάθος όχι παραπάνω από 9 μέτρα βρίσκεται το «κουφάρι» ενός **γερμανικού υδροπλάνου τύπου ARADO AR196** που καταρρίφθηκε στη θαλάσσια περιοχή ανάμεσα στην Ηρακλειά και στην Ίο κατά τη διάρκεια του **2ου Παγκόσμιου Πολέμου**. Την ημέρα εκείνοι οι κάτοικοι του χωριού Παναγία παρακολούθησαν μια φοβερή μάχη ανάμεσα σε βρετανικά αεροσκάφη και μιας γερμανικής νηοπομπής που περνούσε κοντά στην Ηρακλειά. Το υδροπλάνο καταρρίφθηκε αλλά το πλήρωμά του διασώθηκε. Αφού έπλευσε για λίγη ώρα ακυβέρνητο, οι Ηρακλειανοί που το έβλεπαν, το παρακολούθησαν να βυθίζεται. Μετά από καιρό, το υδροπλάνο πιάστηκε

στην τράτα ενός ψαρά, ο οποίος το απείλευ θέρωσε στην περιοχή του όρμου Αλιμιά, πολύ κοντά στην παραλία όπου βρίσκεται μέχρι σήμερα. Η θέση του υδροπλάνου καταδεικνύεται από μια σηματοδότηση οπότε ο επισκέπτης που θέλει να το παρατηρήσει μπορεί να το βρει πολύ εύκολα. Με καλό καιρό το υδροπλάνο φαίνεται και από την επιφάνεια της θάλασσας. Μετά από τόσα χρόνια γύρω από το αεροπλάνο έχει σχηματιστεί **ένας ιδιαίτερος βιότοπος, όπου κατοικούν αρκετά θαλάσσια είδη**.

Στην Αλιμιά η πρόσβαση γίνεται με σκάφος. Με τα πόδια μπορούν να πάνε μόνο οι φανατικοί πεζοπόροι. Τους καλοκαιρινούς μήνες υπάρχει ταχύπλοο που κάνει δρομολόγια από και προς την Αλιμιά.



Επίκρουστες σπείρες (βραχογραφήματα)

Οι **επίκρουστες σπείρες** είναι ιδιαίτερα **βραχογραφήματα** που βρίσκονται στην Ηρακλειά και των οποίων η θέση και η λειτουργία είναι προς το παρόν άγνωστα. Είναι συνήθως μεγάλες πέτρες που στη μία τους επιφάνεια έχουν ένα σχέδιο. Αυτό παριστάνει είτε τρεις ομόκεντρους κύκλους με μία αβαθή οπή στο κέντρο τους από την οποία ξεκινούσε μια ευθεία γραμμή που έτεμνε τους κύκλους, είτε άλλα σημάδια σχεδιασμένα πάνω σε μεγάλους βράχους. Ο τρόπος με τον οποίο φτιάχνονταν οι βραχογραφίες ήταν το επαναλαμβανόμενο κύημα μιας επίπεδης επιφάνειας με αιχμηρό αντικείμενο, που μπορεί να ήταν κομμάτι σφυρίδας (υπάρχει σε μεγάλες ποσότητες σε διάφορα μέρη του νησιού). Κυρίως πάνω σε μάρμαρο (όμοιο με εκείνο της Νάξου) γινόταν η χάραξη των βραχογραφιών της Ηρακλειάς αν και υπάρχουν και σε άλλα πετρώματα όπως ο κοινός κρητιδικός ασβεστόλιθος. Εξάλλου αλλιώς οι πλάκες είναι κινητές και αλλιώς βρίσκονται σε επίπεδους βράχους.

Οι παλαιότεροι κάτοικοι του νησιού ήταν βέβαιοι, πως αυτές οι σχεδιασμένες σπείρες πάνω στις πέτρες ήταν τα **σημάδια που**

έφτιαχναν οι πειρατές για να βρίσκουν τους θησαυρούς, που είχαν θάψει στη γη και γι' αυτό τις λέγανε «μπούσουλλες». Αργότερα επικράτησε η άποψη, ότι πρόκειται για **καταγραφή των αστρονομικών γνώσεων των αρχαίων Κυκλαδιτών**. Μια άλλη ερμηνεία είναι ότι επρόκειτο για **σημάδια των θέσεων οικισμών, νεκροταφείων ή πηγών νερού**, ενώ άλλοι ερευνητές εκτιμούν ότι μπορεί να συμβόλιζαν **φίδια** που θεωρείτο ότι απέτρεπαν το κακό. Όποια και να ήταν η χρησιμότητά τους, το βέβαιο είναι ότι οι επίκρουστες βραχογραφίες της Ηρακλειάς που έχουν διατηρηθεί πάνω σε πετρώματα του νησιού έρχονται κατ' ευθείαν από την **Πρώμη Εποχή του Χαλκού στο Αιγαίο (3η χιλιετία π.Χ.)**. Κάποιες «σβήνονται» καθώς έχουν βρεθεί πάνω σε χωματόδρομους, κάτι που τις καθιστά ιδιαίτερα ευάλωτες. Κάποιες είναι σε δυσπρόσιτα μέρη και αρκετές μπορεί να μην έχουν ανακαλυφθεί ακόμη. Κάποιες, πάλι, βρίσκονται πλέον στο Αρχαιολογικό Μουσείο της Αιεράνθου στη Νάξο.

Στην Ηρακλειά έχουν εντοπισθεί περί τις **25** τέτοιες βραχογραφίες από το 1997 μέχρι σήμερα.



Παραλίες

Οι παραλίες της Ηρακλειδιάς ικανοποιούν κάθε γούστο. Αν προτιμάτε τις αμμουδερές κολυμπήστε στον Άγιο Γεώργιο, στο Λιβάδι, στη Βορεινή Σπηλιά και στην Αλιμιά. Στην τελευταία θα φθάσετε με καϊκι. Βοτσαλωτές είναι οι παραλίες Τουρκοπήγαδο, Αμμούδι του Μέρικα και Καρβουνόλακκος ενώ βραχώδεις ο Ξυλομπάτης, η Βάλα και ο Κάβος του

Αγ. Γεώργιος

Η παραλία του Αγ. Γεωργίου βρίσκεται στο γραφικό λιμάνι της Ηρακλειδιάς. Έχει λειπητή άμμο και κύριο χαρακτηριστικό της είναι τα μεγάλα αρμυρίκια που προσφέρουν αρκετή σκιά καθώς και στήριγμα για τις αυτοσχέδιες κούνιες των παιδιών. Είναι πολύ εύκολη η πρόσβαση με τα πόδια από οποιοδήποτε σημείο του ομώνυμου οικισμού όπου βρίσκεται και η πλειονότητα των τουριστικών καταλυμάτων του νησιού.



Λιβάδι

Το Λιβάδι (σε κάποιους χάρτες αναφέρεται σαν όρμος Μούρτο), είναι η μεγαλύτερη παραλία της Ηρακλειδιάς, στις βορειοανατολικές ακτές της, απέναντι από τη νησίδα Βενέτικο. Με το Κάστρο του Λιβαδιού να υψώνεται πίσω της, υπέροχη λευκή άμμο και ρηχά νερά για αρκετά μέτρα από την ακτή, είναι ιδιαίτερα δημοφιλής και πολυσύχναστη. Στην ακτή υπάρχουν αρμυρίκια, πέτρινες πεζούλες και φιλέ για beach volley. Τα τελευταία χρόνια, στα αξιοθέατα της παραλίας προστέθηκε και μια θαλάσσια χελώνα, ο Γιάννης, όπως την αποκαλούν οι φίλοι της, που κάνει συχνές εμφανίσεις σε μικρή απόσταση από την ακτή.



Τουρκοπήγαδο

Η παραλία του Τουρκοπήγαδου βρίσκεται στον ομώνυμο γραφικό όρμο που απέχει ελάχιστα από τη χώρα του νησιού, την Παναγία. Η θέα του στενόμακρου όρμου από ψηλά καθώς κατεβαίνει κανείς από τον ασφαλιτόδρομο είναι καταπληκτική. Δύο—τρεις αγκυροβολημένες ψαρόβαρκες και λίγα κασιόκια σκαρφαλωμένα ψηλά στην πλαγιά που καταλήγει στη θάλασσα, συνθέτουν τη γραφική εικόνα της παραλίας, που συνήθως είναι ήσυχη και γαλήνια. Έχει βότσαλα και πέτρες στην ακτή και όμορφα γαλαζοπράσινα νερά.

Αλιμιά

Ο όρμος της Αλιμιάς φιλοξενεί δύο πολύ όμορφες απάνεμες παραλίες και βρίσκεται στις νοτιοδυτικές ακτές του νησιού. Είναι και οι δύο αμμώδεις, με υπέροχα νερά που βαθαίνουν σε αρκετή απόσταση από την ακτή, ενώ η μία διαθέτει και φυσική σκιά χάρη στον μικρό σπηλαιόμορφο βράχο που υψώνεται πίσω της. Εδώ βρίσκεται σε βάθος 9 μέτρων, αρκετά κοντά στην ακτή, το βυθισμένο γερμανικό υδροπλάνο που προσελκύει αρκετούς επισκέπτες κάθε καλοκαίρι.



Καρβουνόλακκος

Ο Καρβουνόλακκος είναι μια απομονωμένη και σχετικά μικρή παραλία στις νότιες ακτές του νησιού. Χαρακτηριστικό της είναι τα βράχια που την περιβάλλουν, που εντυπωσιάζουν με τους σπηλαιόμορφους σχηματισμούς τους και το καφεπράσινο χρώμα τους. Έχει χοντρό βότσαλο, διάφανα νερά και πολύ ενδιαφέροντα βυθά.



Βορεινή Σπηλιά

Η Βορεινή Σπηλιά είναι μια όμορφη παραλία, στα βόρεια του νησιού κοντά στον Άγιο Γεώργιο. Πήρε το όνομά της από τις δύο μικρές βραχώδεις σπηλιές που βρίσκονται στη μία άκρη της. Έχει ψιλή άμμο και πανέμορφα γαλαζοπράσινα νερά.

Αμμούδι

Είναι μια μικρή αλλή εντυπωσιακή παραλία στον όρμο του Μέρικα. Περιβάλλεται από τεράστιους επιβλητικούς γκρεμούς, έχει ψιλό βότσαλο στην ακτή, διάφανα νερά και ενδιαφέροντα βυθά.

Δραστηριότητες



Στην Ηρακλειά, θα γοητευτείτε από μονοπάτια που διασχίζουν πανέμορφες περιοχές, θα απολαύσετε υπέροχες θάλασσες σε παραλίες άλλοτε αμμουδερές και άλλοτε βραχώδεις και θα χαλαρώσετε με τη φιλική και φιλόξενη διάθεση των κατοίκων, που είναι πάντα πρόθυμοι να εξυπηρετήσουν. Επίσης, μπορείτε να κάνετε καταδύσεις και να απολαύσετε τον πανέμορφο βυθό της Ηρακλειάς ή να δείτε βυθισμένα ναυάγια. Μπορείτε να πραγματοποιήσετε τις καταδύσεις μόνοι σας, εάν διαθέτετε τις σχετικές γνώσεις ή να αναζητήσετε τη βοήθεια επαγγελματιών από σχολές κατάδυσης που υπάρχουν στη Νάξο. Τέλος, μπορείτε να κάνετε το γύρο του νησιού με ιστιοπλοϊκό ή μηχανοκίνητο σκάφος.

Μονοπάτια / Πεζοπορία

Η Ηρακλειά αποτελεί ιδανικό μέρος για τους φίλους της πεζοπορίας, καθώς διαθέτει πολλά υψώματα, όπου φυτρώνουν πολλά ενδημικά φυτά των Κυκλάδων. Βαδίζοντας σε παλιά λιθόστρωτα μονοπάτια, ο περιπατητής θα δει σπάνια είδη πτηνών και θα απολαύσει την καταπληκτική θέα. Το νησί περιλαμβάνεται ολόκληρο στο δίκτυο Natura 2000.

Προτεινόμενες διαδρομές είναι:

1. Παναγιά - σπήλαιο Αγίου Ιωάννη

Διαδρομή 2,5 χλμ. (1,5 ώρα περίπου), προς τα νοτιοδυτικά της Παναγιάς οδηγεί στο περίφημο σπήλαιο με τον εντυπωσιακό διάκοσμο από σταλακτίτες, σταλαγμίτες και κοιλόνες, που συμπεριλαμβάνει και «σπηλαιόγραφα» (σπάνια σταλαγματική ύλη σε υδαρή κατάσταση). Πρόκειται για ένα από τα μεγαλύτερα σπήλαια των Κυκλάδων και ένα από τα πιο ενδιαφέροντα της Ελλάδας. Το σπήλαιο έχει υπέροχη θέα προς τη θάλασσα.

2. Παναγιά - Προφήτης Ηλίας - κορυφή Πάπας

Διαδρομή 2 χλμ., σε σηματοδοτημένο μονοπάτι, η οποία περνά από το ξωκλήσι του Προφήτη Ηλία και καταλήγει στο ψηλότερο σημείο του νησιού, στα 420 μέτρα, απ' όπου η θέα είναι εντυπωσιακή: αγκαλιάζει όλα τα γύρω νησιά (Ιος, Πάρος, Αντίπαρος, Νάξος, Δονούσα, Ικαρία, Κουφονήσια, Σχοινούσα, Αμοργός, Ανάφη, Σαντορίνη) καθώς και όλα σχεδόν τα δαντελένια ακρογιάλια της Ηρακλειάς και χάνεται στο γαλάζιο του Αιγαίου. Η διαδρομή είναι μέτριας δυσκολίας με τμήματα μεγαλύτερης δυσκολίας. Στο δρόμο θα δείτε παραδοσιακές ξερολιθιές και αναβαθμίδες, παλιά αλώνια, το όμορφο ξωκλήσι του προφήτη Ηλία, καθώς και διάφορα άγρια πουλιά. Η επιστροφή γίνεται από το ίδιο μονοπάτι.

3. Παναγιά - Φτερό Μέρικα

Διαδρομή 1,5 χλμ. (45 λεπτά περίπου), που οδηγεί σε ένα σημείο εξαιρετικής φυσικής ομορφιάς: Ο όρμος του Μέρικα περιβάλλεται από κατακόρυφους βράχους ύψους άνω των 100 μέτρων, όπου φωλιάζουν αγριοπερίστερα και αρπακτικά πουλιά. Η διαδρομή είναι μικρής δυσκολίας.

4. Άγιος Γεώργιος - Άγιος Αθανάσιος

Εναλλακτική διαδρομή μήκους 3 χλμ. (1 ώρα περίπου) προς τον παραπάνω παλιό οικισμό, μέσω ενός παλιού δρόμου. Δείτε τον μικρό κάμπο με τους ελαιώνες και τις εποχιακές καλλιέργειες, τον παλιό οικισμό του Αγίου Αθανασίου με την ιδιαίτερη αρχιτεκτονική και το ομώνυμο εκκλησάκι, με την εξαιρετική θέα.

5. Άγιος Αθανάσιος - Σελλάδι

Διαδρομή 1 χλμ. (45 λεπτών) προς την πηλιά του λόφου Πάπας. Υψόμετρο αναχώρησης είναι τα 165 μέτρα και υψόμετρο άφιξης τα 275 μέτρα. Το μονοπάτι είναι μέτριας δυσκολίας.



6. Αβέρου - Άγιος Ιωάννης

Διαδρομή 1.460 μέτρων (45 λεπτά) στην ενδοχώρα του νησιού. Υψόμετρο αναχώρησης: 105 μέτρα και υψόμετρο άφιξης: 100 μέτρα. Το μονοπάτι είναι μέτριας δυσκολίας. Η γύρω περιοχή έχει φυσικό κάλλος, με σπάνια είδη βλάστησης.

7. Άγιος Αθανάσιος - Αβέρου

Διαδρομή 3.330 μέτρων, διάρκειας 1 ώρας και 30 λεπτών. Υψόμετρο αναχώρησης: 165 μέτρα, υψόμετρο άφιξης: 105 μέτρα. Μέτριας δυσκολίας μονοπάτι, που προσφέρει πεζοπορία σε παρθένα φύση, με εξαιρετική θέα.

8. Άγιος Γεώργιος - Βορεινή Σπηλιά

Η διαδρομή αυτή έχει μήκος 1.300 μέτρα (30 λεπτά) και πραγματοποιείται σε ίσιο δρόμο. Ξεκινάει από τον Άγιο Γεώργιο, το λιμάνι του νησιού και φτάνει στη Βορεινή Σπηλιά, έναν πολύ κλειστό όρμο που κατά τον Β΄ παγκόσμιο πόλεμο υπήρξε κρησφύγετο των συμμαχικών πλοίων. Στην περιοχή υπάρχουν και δύο 2 μικρές παραλίες. Η επιστροφή γίνεται από τον ίδιο δρόμο.

Θαλάσσιες εξορμήσεις

Με δικό σας σκάφος ή ναυλωμένο καΐκι, μπορείτε να επισκεφθείτε τις πιο παρθένες παραλίες του νησιού, αλλά και το νησάκι **Βενέτικο** απέναντι από την παραλία Λιβάδι όπως και τις βραχονησίδες **Μικρός** και **Μεγάλος Άβελας** στα νοτιοδυτικά. Με ιστιοπλοϊκό μπορείτε να κάνετε τον γύρο του νησιού και να κολλυμπήσετε σε απάνεμους κοιλιάσκους με γαλαζοπράσινα νερά. Για αγκυροβολία μπορείτε να κατευθυνθείτε στον όρμο του Αγίου Γεωργίου, στο ΒΑ άκρο του νησιού όπου βρίσκεται και το κεντρικό λιμάνι στο οποίο δένουν τα πλοία της γραμμής. Μπορείτε να πρυμνοδετήσετε στην εσωτερική πλευρά του μόλου, όπου υπάρχει χώρος για 10 περίπου σκάφη. Τα βάρη είναι γύρω στα 4 μέτρα και ο βυθός

αμμώδης με καλό κράτημα. Παρότι η είσοδος του όρμου βλέπει ΒΑ, το λιμάνι δεν υποφέρει πολύ από το μελίτεμι. Στο λιμάνι μπορείτε να ανεφοδιαστείτε με νερό, υπάρχει παροχή ρεύματος ενώ στον οικισμό του Αγίου Γεωργίου θα βρείτε παντοπωλεία και ταβέρνες. Νοτιότερα του Αγίου Γεωργίου μπορείτε να αγκυροβολήσετε αράδο στον όρμο Λιβάδι σε βάθη 4-5μ. σε αμμώδη βυθό με καλό κράτημα. Επίσης, στον μυλό του όρμου Πηγάδι (ή Τουρκοπήγαδο) σε βάθη 6-10μ., σε αμμώδη βυθό με επίσης καλό κράτημα. Και οι δύο αυτοί όρμοι είναι εκτεθειμένοι στους βορειοανατολικούς και ανατολικούς ανέμους, προσφέρουν όμως ασφαλή αγκυροβόλιο με όλους τους άλλους καιρούς.



Καταδύσεις

Η Ηρακλεία προσφέρεται για καταδύσεις, καθώς διαθέτει θαυμάσιο βυθό, με πλούσια υποθαλάσσια ζωή και λιβάδια ποσειδωνίας. Στην περιοχή βρίσκει καταφύγιο η μεσογειακή φώκια. Στον όρμο Αλιμιά η κατάδυση αποκτά μια ξεχωριστή διάσταση, καθώς σε μικρό βάθος βρίσκεται ένα γερμανικό υδροπλάνο που είχε πέσει κατά τον Δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο, ορατό και από την επιφάνεια της θάλασσας.

Τοπικά προϊόντα

Ανάμεσα στα προϊόντα της Ηρακλείας, κεντρική θέση κατέχουν το περίφημο ηρακλειανό θυμαρίσιο μέλι και τα εξαιρετικής ποιότητας τυροκομικά (μυζήθρα, ξινομυζήθρα, ανθότυρο και σκληρό τυρί). Επίσης, στα τοπικά προϊόντα περιλαμβάνονται τα «αρανιστά» (είδος τραχανά) και τα «πιταρίδια» (σπιτικό ζυμαρικό). Στα ταβερνάκια του νησιού μην παραλείψετε να ζητήσετε φάβα, καλλιερηγμένη από αγρότες του νησιού και βέβαια φρέσκα ψάρια και νόστιμο τόπιο κρέας. Το Πάσχα, η γευστική παράδοση της Ηρακλείας επιβάλλει αρνί ή κατσίκι στο φούρνο γεμιστό με τη συκωταριά του σφαχτού, ρύζι, κρεμμυδάκι και μάρθα ενώ στις γιορτές σερβίρονται μελιτίνα (γλυκά τυροπιτάκια), ξεροτήγανα (δίπλης) και το απαραίτητο παστέλι.





Ξεροτήγανα παλιά Ηρακλειανή συνταγή

Υλικά:

1 κιλό αλεύρι χωριάτικο,
½ φλιτζάνι ελαιόλαδο
για τη ζύμη,
νερό όσο πάρει,
λίγο αλάτι,
½ φλιτζάνι σουσάμι
καβουρδισμένο
και ελαφρώς κοπανισμένο,
μέλι,
ελαιόλαδο για το τηγάνισμα

Ζυμώνουμε το αλεύρι με το ελαιόλαδο προσθέτοντας όσο νερό χρειάζεται για να πάρουμε λεία και αφράτη ζύμη.

Στη συνέχεια ανοίγουμε τη ζύμη σε φύλλο και κόβουμε λεπτές λωρίδες με τη ρόδα (ειδικό εργαλείο).

Ταιμπάμε ανά τρεις λωρίδες για να δώσουμε σχήμα στα ξεροτήγανα και τα τηγανίζουμε σε βαθύ τηγάνι με ελαιόλαδο.

Όταν τα βγάλουμε από το τηγάνι τους ρίχνουμε μέλι και πασπαλίζουμε με σουσάμι.

Αρανισιά (τραχανάς)

Υλικά:

1 κιλό αλεύρι χωριάτικο,
νερό όσο πάρει,
φρέσκο γάλα,
λίγο αλάτι

Βάζουμε το αλεύρι σε μία λεκάνη και ρίχνουμε λίγο-λίγο το νερό ζυμώνοντας και στρίβοντας ζυμαράκια σε μπαλάνκια.

Βουτάμε τα δάχτυλα σε λεκάνη με νερό και ραντίζουμε το αλεύρι για να στρίψουμε τα κομματάκια-μπαλάντσες.

Μόλις τα ετοιμάσουμε τα ρίχνουμε σε κατσαρόλα με βραστό νερό να μαγειρευτούν και στη συνέχεια συμπληρώνουμε φρέσκο καταικίσιο γάλα και λίγο αλάτι.

Εκδηλώσεις - Πανηγύρια

Η Ηρακλειά είναι πλούσια

σε εκδηλώσεις, φεστιβάλ και πανηγύρια.



Το Φεστιβάλ **«Φάνης Γαβαλάς»**, περιλαμβάνει τριήμερο εκδηλώσεων στα τέλη Αυγούστου, στη γιορτή του Αγ. Ιωάννου του Πρόδρομου (28-30 Αυγούστου). Συνήθως περιλαμβάνει συναυλίες και γλέντι με παραδοσιακή νησιώτικη μουσική, θεατρικές παραστάσεις και παραδοσιακά παιχνίδια. Οι εκδηλώσεις διεξάγονται στην πλατεία του Κοινοτικού Γραφείου και στο προαύλιο της εκκλησίας στον οικισμό Παναγία.

Το Φεστιβάλ **«Αγονη Γραμμή Γόνιμη»** διοργανώνεται συνήθως τον Μάρτιο κάθε χρονιάς. Είναι ένα τριήμερο που περιλαμβάνει δωρεάν εκπαιδευτικά εργαστήρια για παιδιά και μεγάλους, π.χ. εργαστήρι ψηφιδωτού, μουσικής, κοσμήματος, χορός, βίντεο κ.ά. Επίσης, γίνονται προβολές βραβευμένων ντοκιμαντέρ ή ταινιών, θεατρικές παραστάσεις και συναυλίες. Οι εκδηλώσεις γίνονται συνήθως στον χώρο του σχολείου.

Τα σπουδαιότερα **πανηγύρια** του νησιού είναι ο διήμερος εορτασμός της Παναγίας τον Δεκαπενταύγουστο στη Χώρα, του Αγίου Γεωργίου μετά το Πάσχα στο λιμάνι και του Αγίου Ιωάννη στις 28 Αυγούστου στο ομώνυμο σπήλαιο. Στις 15 Αυγούστου κάθε έτους μετά τη λειτουργία γίνεται πανηγύρι στην αυλή του ναού των **Εισοδίων της Θεοτόκου** που βρίσκεται στον οικισμό Παναγία. Προσφέρεται φαγητό, κρασί και γλυκά σε όλο τον κόσμο. Το απόγευμα της ίδιας μέρας συνήθως στήνεται παραδοσιακό γλέντι με ζωντανή μουσική σε κάποια από τις ταβέρνες του νησιού. Την ημέρα της εορτής του Αγίου Γεωργίου, στο ομώνυμο εκ-

κλησάκι που βρίσκεται στον οικισμό **Αγίου Γεωργίου** γίνεται πανηγύρι στο προαύλιο του με φαγητό και κρασί και γλυκά για όλους. Μετά συνήθως ακολουθεί παραδοσιακό νησιώτικο γλέντι σε κάποιο από τα μαγαζιά του χωριού. Στις 28 Αυγούστου, την παραμονή της εορτής του αποκεφαλισμού του **Αγίου Ιωάννου του Πρόδρομου**, γίνεται εσπερινός στην πρώτη μεγάλη αίθουσα του σπηλαιο του Αγίου Ιωάννου. Οι προσκυντές ξεκινούν για το σπήλαιο μεταφέροντας την εικόνα του Αγίου από νωρίς το πρωί. Όσοι φεύγουν το πρωί παίρνουν μαζί τους και το φαγητό τους, εξερευνούν το σπήλαιο, ανάβοντας εκατοντάδες κεριά τα οποία κολλούν σε διάφορα σημεία της αίθουσας. Γενικά όλοι απολαμβάνουν την παρέα και το πικνίκ μέχρι να έρθει ο Παπάς για να αρχίσει ο εσπερινός γύρω στις 4 το απόγευμα. Μετά τον εσπερινό γυρίζουν όλοι μαζί πίσω στο χωριό και συνήθως ακολουθεί παραδοσιακό νησιώτικο γλέντι στην πλατεία ή σε κάποια ταβέρνα. Επίσης, στην εορτή των **Ταξαρών** που γίνεται κάθε χρόνο στις 8 Νοεμβρίου, στον ομώνυμο ναό που βρίσκεται στον Άγιο Γεώργιο Ηρακλειάς, διοργανώνεται πανηγύρι στην αυλή όπου οι διοργανωτές μοιράζουν φαγητό, κρασί και πολλά χειροποίητα γλυκά. Τέλος, στις 9 Νοεμβρίου γιορτάζει το εκκλησάκι του **Αγίου Νεκταρίου** που βρίσκεται δίπλα στον ναό των Εισοδίων της Θεοτόκου στον οικισμό Παναγία. Μετά τη λειτουργία γίνεται πανηγύρι στην αυλή της εκκλησίας με δωρεάν φαγητό, γλυκά και κρασί για όλους.

Χρήσιμα τηλέφωνα

Κοινοτικό Γραφείο	2285071545 (Γ fax)
ΚΕΠ	2285077004 (Γ fax)
Αγροτικό Ιατρείο	2285071388, 2285071177

Πληροφορίες, που ενημερώνονται συνεχώς, για τη διαμονή στην Ηρακλεία, τις υπηρεσίες, τις δραστηριότητες, τις πολιτιστικές εκδηλώσεις κ.α. παρέχονται στο ιστότοπο **www.naxos.gr** καθώς επίσης και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Facebook: **[naxosislandgreece](#)**, twitter: **[@NaxosIslands](#)**, Google+: **[Naxos Island and Small Cyclades](#)**, flickR: **[Naxos Island and Small Cyclades](#)**, YouTube: **[Naxos Island and Small Cyclades](#)**





Σχοινοῦσα

Ν. ΣΧΟΙΝΟΥΣΑ



Ήρεμη δύναμη

Με μια παράξενη, ακατέργαστη ομορφιά και φύση που προκαλεί για εξερεύνηση, η Σχοινούσα είναι το νησί που υπόσχεται στον επισκέπτη ότι οι διακοπές του εκεί θα είναι αξέχαστες. Το νησί έχει πολλή χαρακτηριστικά που το κάνουν ένα υπέροχο «καταφύγιο»: Το λιμάνι του φημίζεται για την απανεμιά του, οι παραλίες με την χρυσή άμμο προσεγγίζονται κατά κανόνα χωρίς καμία δυσκολία, το κλίμα του νησιού είναι τόσο ήπιο που ακόμα και το χειμώνα θυμίζει καλοκαίρι. Η μικρή Σχοινούσα θέλει να αποζημιώσει τους επισκέπτες της για το ταξίδι τους μέχρι εκεί και φροντίζει να κάνει την παραμονή τους όσο πιο ευχάριστη γίνεται, από την πρώτη στιγμή που αγκυροβολούν στο λιμάνι της.



Η Σχοινούσα, κρυμμένη ανάμεσα στην Ηρακλεία και τα Κουφονήσια, υπόσχεται μοναδικές εμπειρίες στο απέραντο γαλάζιο των θαλασσών της, ρομαντικά νηλιοβασίλεμματα, παραμυθένιες νύχτες με πανσέληνο, συναρπαστικές πεζοπορίες αλλή και αξέχαστες γαστρονομικές απολαύσεις. Διατηρεί ανέγγιχτο τον παραδοσιακό χαρακτήρα της και προσφέρει τις χαλαρωτικές διακοπές που αναζητούν όσοι ψάχνουν τις απομακρυσμένες γωνιές του Αιγαίου.

Στο νησί δεν υπάρχουν δημόσια μέσα μεταφοράς, γεγονός που μάλλον προσθέτει στη γραφικότητά του. Άλλωστε η έκταση του αλλή και το ομαλό έδαφος επιτρέπουν να το γυρίσει κανείς εύκολα με τα πόδια. Ιστόσο υπάρχει δυνατότητα ενοικίασης ποδηλάτων και μηχανοκίνητων δικύκλων για διαδρομές στο εσωτερικό του νησιού, ενώ υπάρχει και εκδρομικό καΐκι που προσφέρεται για την εξερεύνηση των δαντελωτών ακτών του.

Φύση και γεωγραφία

Η Σχοινούσα δεν έχει ορεινούς όγκους. Τα υψώματά της είναι χαμηλά, με ψηλότερο σημείο τις Βάργιες στα 133μ.

Οι ακτές της ωστόσο είναι έντονα δαντελωτές με πολλούς όρμους, βραχώδεις και αμμώδεις, που φιλοξενούν πολλές πανέμορφες παραλίες. Όλο το νησί ανήκει στο δίκτυο βιοτόπων Natura 2000 και διαθέτει μια σπάνια χλωρίδα με πολλά ενδημικά φυτά και δέντρα που δίνουν μια διαφορετική εκδοχή του κυκλαδίτικου τοπίου.

Η αυτοφυής χλωρίδα της Σχοινούσας αποτελείται από δύο κυρίως Μεσογειακά είδη βλάστησης, της μακκίας (υψηλοί θάμνοι, όπως το πουρνάρι και το σκίνο) και της φρυγανικής (χαμηλοί θάμνοι, φασκόμυλο, κάπαρη, θυμάρι, λεβάντα και φρύγανα). Περιλαμβάνει όμως και δέντρα όπως η ελιά, η κουμαριά και η μυρτιά. Στις περισσότερες παραλίες υπάρχουν αψιμαχίες ενώ στις βόρειες ακτές τον Αύγουστο φυτρώνουν πανέμορφοι κρίνοι. Ολόκληρο το σύμπλεγμα των Μικρών Κυκλάδων είναι σημαντικό για τα μεταναστευτικά πουλιά, ενώ στο θαλάσσιο οικοσύστημα της περιοχής βρίσκεται καταφύγιο η φώκια *Monachus monachus*, θαλάσσιες χελώνες και έχει αναφερθεί η παρουσία δελφινιών (*Delphinus delphis*) καθώς και του θηλαστικού φαλαινοειδούς *Phocoena phocoena*. Στην Σχοινούσα έχουν εντοπιστεί και τα ερπετά *Elaphe quatuorlineata*, *Hemidactylus turcicus*, *Podarcis erhardii* και *Cyrtodactylus kotschy*.

Η σπηλιά του Μανιάτη

Στο δρόμο μεταξύ Χώρας και λιμανιού, βρίσκεται ένα ενδιαφέρον φυσικό αξιοθέατο, η σπηλιά του Μανιάτη με τα μαύρα βράχια. Η παράδοση λέει, ότι κάποτε ένας πειρατής από τη Μάνη βγήκε στη Σχοινούσα για πειρατεία και διάλεξε για τόπο της ληστείας του την εκκλησία της Παναγίας.

Την ώρα όμως της ληστείας είχε την αίσθηση ότι η εικόνα της Παναγίας τον παρακολουθούσε συνεχώς.

Ο ληστής θύμωσε, έβγαλε το όπλο του, πυροβόλησε την εικόνα και την τρύπησε.

Στη συνέχεια, αφού πήρε τη λεία του έφυγε τρέχοντας, αλλήλ στο δρόμο γλίστρησε κι έπεσε πλάι σε μια σπηλιά, και το σπλην του εκपुरσροκροτσε και τον σκοτωσε. Απο τότε μαύρισε η σπηλιά, κι ακόμα και σήμερα τα βράχια της είναι κατάνυρα. Όποια και να είναι η αλήθεια, σίγουρα αξίζει να επισκεφθείτε τη σπηλιά αυτή.



Μια θέση στην ιστορία

Ο Πλίνιος στα κείμενά του, την αναφέρει με το ίδιο όνομα, που σύμφωνα με τον γλωσσολόγο Στ. Μάνεση οφείλεται στο σκίνο (*pistacia lentiscus*), ένα θαμνώδες φυτό που ευδοκίμει σε όλο το νησί. Ωστόσο σύμφωνα με μια δεύτερη εκδοχή πήρε το όνομά της από τον Ενετό άρχοντα Σινότζα.

Λίγα πράγματα είναι γνωστά για την ιστορική διαδρομή της Σχοινούσας, ωστόσο τα ευρήματα των ανασκαφών στον κερασίο και στο θαλάσσιο χώρο του νησιού (τα περισσότερα από τα οποία εκτίθενται σήμερα στο Αρχαιολογικό μουσείο Νάξου), βεβαιώνουν ότι η Σχοινούσα υπήρξε σημαντική περιοχή του πρωτοκυκλαδικού πολιτισμού (3200-2800 π.Χ.) ενώ συνέχισε να κατοικείται και στους μετέπειτα αρχαίους χρόνους. Ο Γερμανός ελληνοιστής Λουδοβίκος Ρος (Ludwig Ross, 22 Ιουλίου 1806 - 6 Αυγούστου 1859, πρώτος καθηγητής αρχαιολογίας του Πανεπιστημίου Αθηνών, που διετέλεσε και γενικός έφορος αρχαιοτήτων στην Αθήνα) αναφέρει αρχαιολογικά κατάλοιπα διαφόρων περιόδων από τους αρχαίους χρόνους έως την Ενετική περίοδο. Ο ίδιος είχε παρατηρήσει αρχαίες αναβαθμίσεις και είναι δελεαστικός ο συσχετισμός με την αρχαιότητα του νεώτερου, καθαρά αγροτικού, χαρακτήρα της Σχοινούσας, όπου μέχρι πρόσφατα λειτουργούσαν παραδοσιακά ελαιοτριβεία και ανεμόμυλοι. Κατά τη διάρκεια της κατασκευής του νέου λιμανιού στην περιοχή Λιβάδι, ανακαλύφθηκε σημαντικός αρχαιολογικός χώρος Ελληνιστικής-ρωμαϊκής περιόδου, γεγονός που είχε σαν αποτέλεσμα να σταματήσουν οι εργασίες κατασκευής του λιμανιού μέχρι να ολοκληρωθεί η ανασκαφή και να γίνουν οι απαραίτητες τροποποιήσεις στη μελέτη. Το νησί συνέχισε να κατοικείται την Βυζαντινή περίοδο, οπότε και ανέπτυξε πλούσια εμπορική δραστηριότητα, όπως μαρτυρούν τα άφθονα κεραμικά ευρήματα και το πλήθος των ερειπωμένων βυζαντινών εκκλησιών (Άν Γιάννης, Άγιος Αντώνιος, Προφήτης Ηλίας, Σταυρός, Αγία Τριάδα).

Αργότερα οι όρμοι Μεραϊνή, Σιφνέικο, Λιόλιου, Μπαζαίου και Γερολιμνιώνα υπήρξαν ορμητήρια πειρατών, ενώ την περίοδο της Τουρκοκρατίας το νησί ερημώθηκε και περιήλθε διοικητικά και ιδιοκτησιακά, όπως και οι υπόλοιπες Μικρές Κυκλάδες, στη Μονή Χαζοβιώτισσας της Αμοργού. Μετά την απελευθέρωση οι καλόγεροι της Μονής εγκατέστησαν στο νησί οικογένειες από την Αμοργό και έτσι η Σχοινούσα άρχισε πάλι να κατοικείται. Οι καινούργιοι κάτοικοι, άρχισαν να καλλιεργούν τα χωράφια, να εκτρέφουν ζώα, να ψαρεύουν και να οικοδομούν. Με το πέρασμα του χρόνου τα λιγοστά αρχικά σπιτάκια έγιναν οικισμοί ολόκληροι με σχολεία και εκκλησίες, ενώ παρά τις αντίξοες συνθήκες οι κάτοικοι κατάφεραν να αναπτύξουν εμπορικές σχέσεις με τα γύρω νησιά.

Ωστόσο, στο πρώτο μισό του 20ου αιώνα οι δύσκολες οικονομικές, και κοινωνικές συνθήκες, ανάγκασαν μεγάλο μέρος του πληθυσμού να ξεντευθεί. Τα τελευταία 20 χρόνια, η ανάπτυξη του τουρισμού καθώς επίσης και η δημιουργία σχολείου δευτεροβάθμιας εκπαίδευσης φαίνεται ότι έχουν συμβάλει σημαντικά στην αύξηση του μόνιμου πληθυσμού.



Περιήγηση στο νησί

*Η πρώτη επαφή με τη Σχοινούσα ξεκινά από το λιμάνι της το **Μερσίνι**, που θεωρείται ένα από τα ασφαλέστερα λιμάνια μικρών σκαφών στο Αιγαίο. Τη λιτή εικόνα συνθέτουν λίγα σπιτάκια, μια όμορφη αμμουδιά που τη σκιάζουν πέντε - έξι αρμυρίκια και το ολόλευκο **εκκλησάκι του Αγίου Νικολάου** στο μυχό του όρμου. Το Μερσίνι διαθέτει κάποια ενοικιαζόμενα δωμάτια, δύο καλές ψαροταβέρνες και δίνει μια πρώτη αίσθηση της ατμόσφαιρας του νησιού, που γίνεται αμέσως αντιληπτή.*



Μια μικρή ανηφοριά μήκους 1,2 χλμ. οδηγεί στη **Παναγιά ή Χώρα**, που είναι ο μεγαλύτερος από τους δύο οικισμούς του νησιού, περίπου στο κέντρο του. Το χωριό, που πήρε το όνομά του από την εκκλησία της Παναγίας, αναπτύχθηκε σε ύψωμα με υπέροχη θέα στη θάλασσα σε εποχές που υπήρχε ακόμη ο φόβος των πειρατών, για να παρέχει τη δυνατότητα έγκαιρης προειδοποίησης. Η δόμηση είναι πυκνή, με παλιά κυκλαδίτικα σπίτια που στολίζονται από βασιλικούς και μπουκαμβίλλες - αλλιά και μερικά καινούργια, λιγότερο παραδοσιακά.

Στο κέντρο του οικισμού βρίσκεται η **εκκλησία των Εισοδίων της Θεοτόκου**, με την περίφημη εικόνα της Παναγίας, μια σπάνια απεικόνιση της Θεοτόκου από τον Ακάθιστο Ύμνο.

Κατά μήκος του κύριου δρόμου υπάρχουν αρκετά εμπορικά καταστήματα, ταβέρνες με καλό φαγητό και καφεενεία, ενώ ο οικισμός διαθέτει και αρκετά καταλύματα.

Από το ανατολικό άκρο του χωριού ξεκινούν δύο χωματόδρομοι που οδηγούν ο ένας προς τις παραλίες του **Αημιρού**, του **Λιόθιου** και της **Αλιγαριάς** και ο άλλος προς το **Λιβάδι**.

Όλες αυτές οι διαδρομές συνδέονται με περιφερειακό δρόμο ώστε να αποφεύγεται η είσοδος οχημάτων στον οικισμό.



Ακολουθώντας τον ασφαλιστωμένο δρόμο που οδηγεί στο βόρειο τμήμα του νησιού, σε περίπου 2 χλμ. θα συναντήσετε τον δεύτερο οικισμό της Σχοινούσας, τη **Μεσαριά**. Εδώ οι μόνιμοι κάτοικοι σε σχέση με τη Χώρα είναι αρκετά λιγότεροι αλλά το καλοκαίρι πολυπληθασιάζονται. Τα σπίτια είναι κυρίως παλιά και γραφικά αλλά υπάρχουν και αρκετά καινούργια που έχουν χτιστεί τα τελευταία χρόνια - κυρίως λόγω της αύξησης της τουριστικής κίνησης.

Ο **παλιός ανεμόμυλος** και η **εκκλησιά της Ευαγγελίστριας** με το ωραίο χρωματιστό τέμπλο του 1909 αξίζουν σίγουρα μια επίσκεψη, ενώ στην ψηλότερη, βραχώδη περιοχή της Μεσαριάς υπάρχει ένας **δευτερος ανεμόμυλος** και μερικές παλιές εγκα-

ταλειμμένες πετρόχτιστες κατοικίες, που αναδίδουν το άρωμα αθηοτινών εποχών. Μετά τη Μεσαριά υπάρχουν αμπελώνες και η μεγάλη, σχεδόν επίπεδη, έκταση του Κάμπου, που καλλιεργείται και είναι καλό βοσκοτόπι.

Επίσης από τη Μεσαριά ξεκινούν οι διαδρομές που οδηγούν στις παραλίες, **Γερολιμνιώνας**, **Φύκιο**, **Αυλάκι του Παπά** και **Ψιλή Άμμος** που από πολλούς θεωρείται η ωραιότερη παραλία του νησιού.

Το οδικό δίκτυο του νησιού είναι περιορισμένο και συνδέει κυρίως το λιμάνι με την Χώρα και τη Μεσαριά ενώ στις περισσότερες παραλίες καταλήγουν χωματόδρομοι που όμως είναι βατοί και σύντομοι.



Παραλίες

Οι παραλίες της Σχοινούσας είναι πολλές και πανέμορφες. Αμμώδεις ή βοτσαλωτές, έχουν όλες εύκολη πρόσβαση και ακόμα και με τα πόδια δεν απέχουν πάνω από 20 έως 30 λεπτά.

Προσφέρονται για θαλάσσια σπορ (ιδιαίτερα wind surf) και υποβρύχιο ψάρεμα, ενώ οι κολλησχοί στις νότιες και νοτιοανατολικές ακτές του νησιού θεωρούνται καλή αγκυροβόλεια.

Οι κοντινές νησίδες Οφιδούσα, Αγριλός, Ασπρονήσι έχουν κηρυχθεί περιοχές ιδιαίτερου φυσικού κάλλους και προσφέρονται για εκδρομές και καταδύσεις.

Τσιγκούρι

Το Τσιγκούρι είναι η πιο δημοφιλής παραλία της Σχοινούσας και απέχει μόλις 450 μέτρα από τη Χώρα. Μεγάλη με άνοιγμα 350 μέτρων, αμμώδης με μεγάλα αλμυρικά σε όλη της την έκταση και πεντακάθαρη νερά προσφέρεται για όλους.

Κοντά στην ακτή υπάρχουν καφέ-εστιατόρια, beach bar και πανέμορφα ενοικιαζόμενα δωμάτια με εκπληκτική θέα προς τα νησιά Βενέτικο, Οφιδούσα, Ηρακλεία και την χερσόνησο του Αγίου Βασιλείου. Έχει οδική πρόσβαση από χωματόδρομο με μεγάλη κλίση που ξεκινάει από τη Χώρα αλλά περιορισμένο χώρο για πάρκινγκ. Μπορείτε να φθάσετε και με τα πόδια σε 5 λεπτά ακολουθώντας το μονοπάτι που ξεκινάει από τη Χώρα.



Λιβάδι

Η παραλία Λιβάδι βρίσκεται στις νοτιοδυτικές ακτές του νησιού και απέχει μόλις 850 μέτρα από τη Χώρα. Είναι αρκετά μεγάλη (230 μ.), με βαθιά μπλε νερά και αμμώδη ακτή με μεγάλα αλμυρίκια. Στη γύρω περιοχή υπάρχουν ενοικιαζόμενα δωμάτια καθώς και ταβέρνα με πολύ καλό φαγητό. Η θέα προς τα νησιά της Ηρακλειδής και της Ύλου είναι καταπληκτική, ενώ από εδώ ξεκινάει και η χερσόνησος του Αη Βασίλη.

Έχει οδική πρόσβαση από χωματόδρομο που ξεκινάει από τη Χώρα και αρκετό χώρο για πάρκινγκ. Επίσης προσεγγίζεται με πεζοπορία 15 λεπτών από μονοπάτι που ξεκινάει από τη Χώρα.



Θολάρι

Μικρή και ήσυχη παραλία χωρίς δένδρα κοντά στην παραλία Λιβάδι.

Ιδανική για ζευγάρια και φυσιολάτρες. Θα φθάσετε μετά από πεζοπορία 5 λεπτών από την παραλία Λιβάδι.

Αμμουδάκι του Γαρμνή

Μικροσκοπική αμμώδης παραλία με πεντακάθαρα νερά, κοντά στην παραλία Λιβάδι. Δεν έχει δένδρα αλλά προσφέρεται για ησυχία και απομόνωση. Θα φθάσετε με τα πόδια ακολουθώντας το μονοπάτι που ξεκινάει κάτω από τον περισσότερωνα στο τέλος της παραλίας Λιβάδι.

Λιόθιο

Με σκηνικό που εναλλασσεται από αμμώδες σε βραχώδες, η παραλία του Λιόθιου, είναι ελκυστική για όλους αλλά προσφέρεται ιδιαίτερα για μικρά παιδιά αφού τα κρυστάλλινα νερά της είναι ρηχά. Δεν είναι πολύ μεγάλη αλλά είναι φαρδιά με πολλή αλμυρίκια για σκιό. Έχει οδική πρόσβαση από χωματόδρομο 2,7 χιλιομέτρων, που ξεκινάει από τη Χώρα και διαθέτει χώρο για πάρκινγκ. Υπάρχουν ενοικιαζόμενα δωμάτια καθώς και εστιατόριο με καταπληκτικό φαγητό πάνω στην παραλία.

Μπαζαίου

Ο Μπαζαίος είναι η συνέχεια της παραλίας του Λιόθιου με ενδιάμεση να μεσοθαβεί μια βραχώδης ακτή. Μικροσκοπική, με άνοιγμα 80μ. περίπου, είναι κατάφυτη με σάινα που φθάνουν κοντα στη θάλασσα και έχει υπέροχα γαλαζοπράσινα νερά. Έχει οδική πρόσβαση από χωματόδρομο 2,8 χιλιομέτρων, που ξεκινάει από τη Χώρα και διαθέτει χώρο για πάρκινγκ.

Φειδού

Αμμώδης παραλία χωρίς δένδρα με ωραίο βυθό και γαλαζοπράσινα νερά στο ομώνυμο νησάκι δίπλα στη Σχοινούσα, με την οποία χωρίζεται από ένα στενό θαλάσσιο πέρασμα. Ιδανική για απομόνωση και υποβρύχιο ψάρεμα. Έχει μόνο θαλάσσια πρόσβαση.

Μερσίνη ή Πίσω άμμος

Παραλία με άμμο και αλμυρίκια, δίπλα στο λιμάνι του νησιού το Μερσίνη. Στην ακτή υπάρχουν δυο καφέ - εστιατόρια, με νόστιμες σπεσιαλιτέ και όμορφη θέα προς τη θάλασσα.



Φουντάνα

Στον κόλπο της Φουντάνας, στις βορειοανατολικές ακτές του νησιού, σχηματίζονται δύο μικρές αμμώδεις παραλίες με υπέροχα γαλαζοπράσινα νερά και θέα το Κάτω Κουφονήσι, την Κέρο και την Αμοργό στα δεξιά.

Αξιοθέατο της περιοχής, το **μικρό ενετικό κάστρο** που φαίνεται από την παραλία. Για να φθάσετε ακολουθήστε το δρόμο για Αλμυρό και κάντε αριστερά στο μολλάκι, η ήρτε το μονοπάτι 1,5 χλμ. που ξεκινάει από τη Χώρα.

Γερολιμνιώνας

Μικροσκοπική (μόλις 15 μ.), αλλά πολύ όμορφη παραλία με χοντρή άμμο και γαλαζοπράσινα νερά στον κόλπο του Γερολιμνιώνα στις βορειοδυτικές ακτές του νησιού. Προσφέρεται ιδιαίτερα για φυσιολάτρες και ζευγάρια και είναι ιδανική για ψαροτούφεκο.

Για να φθάσετε ακολουθήστε το δρόμο προς Μεσαριά και λίγο πριν το χωριό θα δείτε το χωματόδρομο που πάει αριστερά. Στο πρώτο άνοιγμα αυτού του χωματόδρομου κάντε πάλι αριστερά. Τα τελευταία 300 μ. αυτού του δρόμου είναι λίγο δύσκολα για αυτοκίνητο γι' αυτό πολλοί το κάνουν με τα πόδια.



Αυλάκι του Παπά

Μικρή αμμώδης παραλία χωρίς δένδρα, κοντά στην παραλία της Ψιλής Άμμου στις βορειοανατολικές ακτές του νησιού. Ιδανική για όσους αναζητούν ησυχία και απομόνωση, καθώς και για υποβρύχιο ψάρεμα.

Έχει οδική πρόσβαση μέχρι την παραλία της Ψιλής Άμμου και από εκεί με τα πόδια από μονοπάτι 350 μέτρων.

Αλιγαριά 1

Η πρώτη από τις τρεις παραλίες του κόλπου της Αλιγαριάς στις νότιες ακτές του νησιού. Είναι πανέμορφη με χρυσαφένια λεπτή άμμο και διάφανα γαλαζοπράσινα νερά. Ιδανική για φυσιολάτρες και ζευγάρια.

Έχει οδική πρόσβαση από χωματόδρομο μήκους 1,7 χλμ. που ξεκινάει από τη Χώρα και διαθέτει χώρο για πάρκινγκ σε κοντινή απόσταση.



Αλιγαριά 2 ή Γκαγκάβι

Είναι η δεύτερη παραλία του κόλπου της Αλιγαριάς. Μικρότερη από την πρώτη, με μήκος 30 μ., έχει διάφανα μπλε νερά και μικρές ενάλιες σπηλιές για σκιά. Έχει οδική πρόσβαση από χωματόδρομο μήκους 2,2 χλμ. που ξεκινάει από τη Χώρα και στη συνέχεια με τα πόδια για άλλα 60 μ.

Αλιγαριά 3 ή Κάμπος

Ο Κάμπος είναι η τρίτη παραλία του κόλπου της Αλιγαριάς. Μικρή αμμουδιά (περίπου 40 μ. μήκος) που περιβάλλεται από βράχια, με κρυστάλλινα νερά και ενδιαφέροντα βυθό, ιδανικό για καταδύσεις και υποβρύχιο ψάρεμα. Έχει οδική πρόσβαση από χωματόδρομο μήκους 2,6 χλμ., που ξεκινάει από τη Χώρα.



Αγίου Βασιλείου

Πανέμορφη παραλία με ψιλό βότσαλο στην άκρη της χερσονήσου του Αγίου Βασιλείου. Έχει άνοιγμα 110 μ. και υπέροχα γαλαζοπράσινα νερά ιδανικά για υποβρύχιο ψάρεμα. Έχει μόνο θαλάσσια πρόσβαση.

Μόλοι

Όμορφη αμμουδερή παραλία χωρίς δένδρα, που προσεγγίζεται μόνο από τη θάλασσα, στη χερσόνησο του Αγίου Βασιλείου. Ιδανική για υποβρύχιο ψάρεμα.

Σαντοριναίικο

Παραλία με υπέροχη αμμουδιά και φοβερό βυθό επίσης στη χερσόνησο του Αγίου Βασιλείου. Έχει μόνο θαλάσσια πρόσβαση.

Φύκιο

Μικρή (30 μ. μήκος), αμώδης παραλία, με μικρά αλμυρίκια και τρκουάζ νερά στη βόρεια πλευρά του νησιού. Ιδανική για υποβρύχιο ψάρεμα. Έχει οδική πρόσβαση από ασφαλή δρόμο που ξεκινάει από τη Χώρα (με κατεύθυνση προς Μεσαριά) μήκους 2 χλμ. και στη συνέχεια από χωματόδρομο μήκους 1,1 χλμ. που καταλήγει στην παραλία.

Υπάρχει δυνατότητα για πάρκινγκ.

Αλμυρός

Η παραλία του Αλμυρού βρίσκεται στις ανατολικές ακτές του νησιού και απέχει περίπου 2 χλμ. από τη Χώρα. Μεγάλη, με άνοιγμα 350 μ. χωρίζεται στα δύο από ένα βραχώδη σχηματισμό στη μέση. Με χρυσή αμμουδιά, αλμυρίκια για σκιά και πεντακάθαρα ρηχά νερά, είναι ιδανική για μικρά παιδιά αλλά και για windsurfers εξ' αιτίας των βορειοανατολικών ανέμων που φυσούν στην περιοχή. Τους καλοκαιρινούς μήνες, κοντά στην παραλία λειτουργεί και ένα μικρό beach bar.

Έχει οδική πρόσβαση από χωματόδρομο 2 χιλιομέτρων που ξεκινάει από τη Χώρα και διαθέτει χώρο για πάρκινγκ. Θα φθάσετε με τα πόδια από μονοπάτι που ξεκινάει από τη Χώρα.

Πορί

Το Πορί είναι ένα μικρό κομμάτι αμμουδιάς με βράχια τριγύρω που σε κάποιο σημείο σχηματίζουν μια μεγάλη σπηλιά που προσφέρει σκιά όλη μέρα. Με χοντρή άμμο στην ακτή, γαλάζια κρυστάλλινα νερά και θέα την Αμοργό είναι ιδανική για ψαχιά και απομόνωση. Προσεγγίζεται οδικώς μέχρι την παραλία του Αλμυρού και από εκεί με τα πόδια ακολουθώντας το μονοπάτι 150 μ. που ξεκινάει από το τέλος της παραλίας του Αλμυρού.

Ψιλή Άμμος

Η Ψιλή Άμμος είναι μια από τις ομορφότερες παραλίες της Σχοινούσας, κοντά στον οικισμό της Μεσαριάς, στις βορειοανατολικές ακτές του νησιού. Δεν είναι πολύ μεγάλη (60 μ. μήκος) αλλά το τοπίο της είναι μοναδικό, με χρυσή αμμουδιά και αμμόλοφους που φτάνουν μέχρι τα βράχια. Έχει κρυστάλλινα νερά και πολλά αλμυρίκια για σκιά. Την πιάνει πολύ ο βορριάς αλλά η ομορφιά του τοπίου σε αποζημιώνει. Υπάρχει οδική πρόσβαση από ασφαλισμένο δρόμο 2,2 χλμ. που ξεκινάει από τη Χώρα και από χωματόδρομο 450 μ. από τη Μεσαριά.



Σιφνέικο

Ερημικός όρμος με άγρια ομορφιά στις δυτικές ακτές του νησιού. Υπήρξε κρησφύγετο πειρατών ενώ στις μέρες μας είναι δημοφιλές αγκυροβόλι ιστιοπλοϊκών. Εδώ βρίσκεται και η **σπηλιά Μαρουσά**.

Απέχει 2,2 χλμ. από τη Χώρα, από τα οποία το 1ο χλμ. είναι ασφαλή δρόμος και το υπόλοιπο χωματόδρομος που καταλήγει σε δύσβατο μονοπάτι.

Οι παραλίες στον κάβο του Μιχάλη

Στο ανατολικό τμήμα του νησιού, κοντά στην παραλία του Λιόλιου, σχηματίζονται τρεις μικρές παραλίες με κάτασπρα βότσαλα και υπέροχα νερά. Για να φθάσετε, μετά την παραλία του Λιόλιου συνεχίστε με τα πόδια ακολουθώντας το μονοπάτι που εκτείνεται κατά μήκος του κάβου στα δεξιά σας.

Δραστηριότητες

Μονοπάτια και Πεζοπορία



Οι ράχες της Σχοινούσας είναι χαμηλές και γεμάτες με πέτρινα ή χωμάτινα μονοπάτια που προσφέρονται για πεζοπορία. Άλλωστε για το γύρο του νησιού 3,5 ώρες είναι αρκετές, ακόμα και αν το περπάτημα δεν είναι το δυνατό σας σημείο. Από το λιμάνι, τη Χώρα και τη Μεσαριά ξεκινούν διαδρομές που διασχίζουν την ενδοχώρα και καταλήγουν άλλοτε σε όμορφες παραλίες και άλλοτε σε μαγευτικά σημεία με απεριόριστη θέα στο γαλάζιο του Αιγαίου.

Σας προτείνουμε:

1. Χώρα -Τσιγκούρι

Σύντομο κατηφορικό μονοπάτι 500 μ., που ξεκινάει από τη Χώρα και καταλήγει στην κοσμοπολίτικη παραλία Τσιγκούρι με την υπέροχη θέα προς τα γύρω νησιά. Στην περιοχή έχουν εντοπιστεί ερείπια οικισμού των ελληνιστικών και ρωμαϊκών χρόνων, καθώς και μια παλαιοχριστιανική βασιλική όπου μπορείτε να φθάσετε με τα πόδια.

2. Χώρα - Μεσαριά

Εύκολη διαδρομή 2 χλμ. που οδηγεί από τη Χώρα στον οικισμό της Μεσαριάς, διασχίζοντας την ενδοχώρα του νησιού.

3. Χώρα - Λιβάδι

Κατηφορική διαδρομή 1 χλμ. με υπέροχη θέα προς τα νησιά της Ηρακλειά και της Ίου, που οδηγεί στη όμορφη παραλία Λιβάδι. Από εδώ αρχίζει η χερσόνησος του Αγίου Βασιλείου, με τον βυζαντινού τύπου ολόκληρο ναό και την ομώνυμη παραλία στο άκρο της. Η συνολική διάρκεια της πεζοπορίας είναι περίπου 15 λεπτά.

4. Χώρα - Αλμυρός

Εύκολη διαδρομή 1,5 χλμ. που περνά από τον εγκαταλελειμμένο οικισμό του Σταυρού και συνεχίζει προς τους προποδες του Προφήτη Ηλία, όπου βρίσκεται φρούριο των κλασικών χρόνων. Καταλήγει στην όμορφη παραλία του Αλμυρού.

5. Χώρα - Λιόθλιου

Πεζοπορική διαδρομή 2,7 χλμ. που ξεκινάει από τη Χώρα και καταλήγει στην παραλία Λιόθλιου.

6. Χώρα - κορυφή Βάργιες - Γερολιμινώνας

Διαδρομή 3,5 χλμ. που οδηγεί στο ψηλότερο σημείο του νησιού, την κορυφή Βάργιες στα 133 μ. Εδώ ορθώνεται ο τρίτος ανεμόμυλος του νησιού από όπου η θέα προς τα γύρω νησιά είναι εκπληκτική.

Σε μικρή απόσταση βρίσκεται η όμορφη παραλία του Γερολιμινώνα.

7. Χώρα - Λιμάνι

Η πεζοπορική διαδρομή από τη Χώρα προς το λιμάνι είναι εύκολη και δεν διαρκεί πάνω από 10 λεπτά. Έχει μήκος 1,2 χλμ και περνάει από τη σπηλιά του Πειρατή που συνοδεύεται από το γνωστό θρύλλο. Το πανέμορφο πέτρινο μονοπάτι φωτίζεται το βράδυ και είναι μια ωραία πρόταση για απογευματινό περίπατο.

8. Μεσαριά - Κάμπος - Ψιλή Άμμος.

Από τη Μεσαριά ακολουθήστε το μονοπάτι που οδηγεί στους αμπελώνες και στη μεγάλη, σχεδόν επίπεδη έκταση του Κάμπου. Η διαδρομή καταλήγει στην παραλία του Φυκιού και από κει κατά μήκος του κάβου συνεχίζεται δύσβατο μονοπάτι ως την Ψιλή Άμμο.



Ιστιοπλοΐα

Η μικρή Σχοινούσα με τη δαντελωτή της ακτογραμμή προσφέρει πολλές δυνατότητες θαλάσσιων διαδρομών με ιστιοπλοϊκό. Αφιετηρία σας μπορεί να είναι το λιμάνι της Σχοινούσας, το Μεραΐνι, που βρίσκεται στο βάθος ενός όρμου με άνοιγμα προς τα νοτιοδυτικά. Η είσοδος του όρμου εντοπίζεται, μόλις αντικρίσει κανείς το μικρό γραφικό εκκλησάκι του Αγίου Νικολάου στα δυτικά του. Το Μεραΐνι θεωρείται ένα από τα καλύτερα καταφύγια μικρών σκαφών σε όλο το Αιγαίο.

Μπορείτε να πρυμνοδετήσετε στη Δ πλευρά του κρηνιδώματος σε βάθη 6-7 μ. Στο βάθος του όρμου, στη μέση της παραλίας, υπάρχει μικρό χαμηλό κρηνιδώμα όπου τα βάθη δεν ξεπερνούν τα 2 μ. Ο βυθός είναι αμμώδης με φύκια και λιάσση και αρκετά καλό κράτημα. Τα περισσότερα σκάφη αγκυροβολούν αράδο στο βάθος του όρμου (σε βάθη 4-8 μ.) μπροστά από τη μικρή πα-

ραλία. Ο πυθμένας είναι άμμος και φύκια και θα πρέπει κανείς να βεβαιώνεται ότι η άγκυρά του έχει «πιόσει». Ο όρμος προσφέρει πολύ καλό καταφύγιο από το μελτέμι, εκτός από ανέμους ΝΑ-ΝΔ. Από το λιμάνι μέχρι τη Χώρα υπάρχει ασφαλή διαδρομή, καθώς επίσης και ένα πανέμορφο πέτρινο μονοπάτι το οποίο φωτίζεται το βράδυ.

Υπάρχουν δύο ακόμη όρμοι νοτιότερα από το Μεραΐνι, στο Ταιγκούρι και το Λιβάδι, που προσφέρουν κάποιο καταφύγιο στους βοριάδες ενώ, ακόμη πιο νότια, είναι το νησάκι Οφιδούσα (Φειδού) που έχει απάνεμη παραλία.

Οι παραλίες του κόλπου της Αλιγαριάς είναι επίσης προστατευμένες από το μελτέμι. Στην ανατολική πλευρά του νησιού, προστατευμένοι από νότιους και νοτιοδυτικούς ανέμους βρίσκονται οι ορμίσκοι Αλμυρός και Λιόλιου, με αμμώδη βυθό, με βάθη περίπου στα 5 μ. και καλό κράτημα.



Θαλάσσιες Εκδρομές

Όσοι από τους επισκέπτες αγαπούν τις θαλάσσιες εκδρομές με τουριστικά σκάφη, θα έχουν την ευκαιρία να δουν ενδιαφέροντα σημεία στη Σχοινούσα με σκάφος που κάνει καθημερινές εκδρομές, ενώ λειτουργεί και ως θαλάσσιο ταξί και διατίθεται και προς ενοικίαση για ιδιωτικές εκδρομές. Έτσι, οι επισκέπτες μπορούν να απολαύ-

σουν όλες τις παραλίες του νησιού ακόμα και αυτές που δεν έχουν πρόσβαση από τη στεριά.

Επίσης, υπάρχουνδρομολόγια για τα γειτονικά νησιά (Ηρακλεία και Κουφονήσια), με επιστροφή το απόγευμα, όπως επίσης και ολόήμερη κρουαζιέρα στην Κέρο και στο Κάτω Κουφονήσι.

Καταδύσεις

Οι κοντινές νησίδες Οφιδούσα Αγριλός, Ασπρονήσι έχουν κηρυχθεί περιοχές ιδιαίτερου φυσικού κάλλους και προσφέρονται για καταδύσεις.

Αναρρίχηση

Από το καλοκαίρι του 2012 ξεκίνησε μια προσπάθεια ανάδειξης του φαραγγιού του Χάρρακα σε αναρριχτικό πεδίο, με στόχο τον εμπλουτισμό των δραστηριοτήτων των επισκεπτών της Σχοινούσας. Έως σήμερα έχουν ανοιχτεί περίπου 40 αναρριχτικές διαδρομές διαφορετικού μήκους και δυσκολίας.

Το πέτρωμα είναι ασβεστολιθικό κοφτερό σε μερικά σημεία, με κοιλονέτα και τρύπες ανάλογα την διαδρομή. Τα σαθρά τμήματα του πεδίου είναι ελάχιστα ωστόσο οι επίδοξοι αναρριχτές οφείλουν να είναι προσεκτικοί.

Στα πλαίσια αυτής της δραστηριότητας έγινε κατορθωτό να αναδειχθούν οι φυσικές ομορφιές του φαραγγιού όπως το δάσος, το τούνελ (μετρό), το μπαλκόνι (καζίνο) με θέα το Ταιγκούρι και την Φειδού.



Τοπικά προϊόντα

Η Σχοινούσα παράγει εξαιρετικά κτηνοτροφικά και γεωργικά προϊόντα (μυσάχρι, χοιρινό, κατσίκι, λαδοτύρι, ξινότυρο, κοπανιστή, φάβα, αμπελοφάσουλα, άνυδρα αγγουράκια, μέλι) αλλά φημίζεται κυρίως για το **κατακίσιο κρέας** της, τη **φάβα**, τα **αμπελοφάσουλα** και τα **άνυδρα αγγουράκια** της, που έχουν πολύ ιδιαίτερη γεύση. Θα τα δοκιμάσετε όλα στα τοπικά πιάτα, αλλά μπορείτε και να τα αγοράσετε από τα τοπικά μαγαζιά. Κορυφαία στη λίστα των πιάτων της Σχοινουσώτικης κουζίνας είναι το **πατατότο**

(κατακίσιο κρέας με πατάτες και μυρωδικά στην κατασρόλη), το **χταπόδι γιουβέτσι** και τα **πιταρίδια** (χειροποίητα ζυμαρικά βρασμένα σε κατακίσιο γάλα), αλλά οι γαστρονομικές απολαύσεις δεν σταματούν εδώ. Το Πάσχα ψήνουν στον ξυλόφουρνο **αρνί γεμιστό με ρύζι και μυρωδικά**, και σερβίρουν **μελιτίνια** (τυροπιτάκια με μυζήθρα, αυγό και ζάχαρη), ενώ στους γάμους και στις γιορτές προσφέρουν **παστέλι, ξεροτήγαννα** (δίηδες με μέλι) και **ρακόμελο** (ντόπια ρακί με μέλι), που σερβίρεται επίσης και στα μαγαζιά του νησιού.



Φάβα

Υλικά:

1 κιλό φάβα
2 κρεμμύδια
αλάτι
ελαιόλαδο
λεμόνι
κάπνιστο

Καθαρίζουμε τη φάβα, την πλένουμε και τη βάζουμε στην κατασρόλη. Για ένα κιλό φάβα βάζουμε 2 κιλά νερό. Στην αρχή τη βάζουμε σε δυνατή φωτιά μέχρι να πάρει μια βράση οπότε και την ξαφρίζουμε. Χαμηλώνουμε τη φωτιά, ρίχνουμε λίγο αλάτι και ένα ολόκληρο κρεμμύδι. Αν χρειαστεί νερό κατά τη βράση συμπληρώνουμε πάντα ζεστό. Ανακατεύουμε πάντα με ξύλινη κουτάλα για να μην κολλήσει. Όταν κυλινδρεί είναι έτοιμη. Σερβίρουμε με ωμό ελαιόλαδο, ψηλοκομμένο κρεμμυδάκι και αν θέλουμε λεμόνι και κάπνιστο.

Εκδηλώσεις - Πανηγύρια

Οι Σχοινουσιώτες είναι άνθρωποι ζεστοί και ανοιχτόκαρδοι που αγαπούν τα γλέντια και τιμούν τα έθιμα και τις παραδόσεις τους. Εκτός από τα πανηγύρια θρησκευτικού χαρακτήρα, ο Πολιτιστικός Σύλλογος Σχοινουσιωτών κάθε χρόνο διοργανώνει και άλλες εκδηλώσεις που θα σας μείνουν αξέχαστες αν έχετε την τύχη να βρίσκατε στο νησί.

Επίκεντρο της θρησκευτικής και κοινωνικής ζωής του νησιού είναι το μεγάλο πανηγύρι της Παναγίας στη Χώρα, που γίνεται το Σάββατο μετά την τελευταία Παρασκευή των Χαιρετισμών της Θεοτόκου. Μετά τη λειτουργία ακολουθεί γεύμα στο Πνευματικό Κέντρο. Συνήθως σερβίρεται χταποδάκι με ρύζι η σουπιές.

Στις 25 Μαρτίου κάθε χρόνου, στον **οικισμό της Μεσαριάς**, μετά τη λειτουργία στο **ναό της Ευαγγελιστρίας**, ακολουθεί η παρέλαση των μαθητών, ενώ προσφέρεται μπακαλιάρος σκορδαλιά σε όλο τον κόσμο στο προαύλιο της εκκλησίας, και το απόγευμα πραγματοποιούνται εκδηλώσεις από τα παιδιά του σχολείου, όπως ποιήματα, θεατρική παράσταση κ.ά.

Η **Κόμηση της Θεοτόκου**, γιορτάζεται κάθε χρόνο στις 15 Αυγούστου με προσφορά φαγητού στο Πνευματικό Κέντρο της Χώρας και το βράδυ με ζωντανή μουσική και παραδοσιακούς χορούς στις ταβέρνες του νησιού.

Στις 6 Δεκεμβρίου, γιορτάζει το **ξωκλήσι του Αγίου Νικολάου** στο Φάρο, όπου προσφέρεται ο πατροπαράδοτος μπακαλιάρος με σκορδαλιά στο προαύλιο της εκκλησίας. Η μεταφορά των ενδιαφερόμενων γίνεται με καΐκια που ξεκινούν από το λιμάνι του νησιού, ή με πεζοπορία 20 λεπτών από μονοπάτι που ξεκινάει από το λιμάνι.

Την Κυριακή του Πάσχα, οι κάτοικοι συγκεντρώνονται στην πλατεία της Χώρας και παίζουν **«μπήλους»**, παραδοσιακό παιχνίδι παρόμοιο του «μπόουλιγκ». Μέχρι τη δεκαετία του 1980 ο μόνος τρόπος μεταφοράς μέσα στο νησί ήταν τα γαϊδουράκια. Από τότε έγιναν δρόμοι και τα αυτοκίνητα έκαναν την

εμφάνισή τους. Τα γαϊδουράκια λιγόστεψαν σημαντικά και σήμερα τείνουν να γίνουν είδος υπό εξαφάνιση. Για το λόγο αυτό τα τελευταία χρόνια μια ομάδα εθελοντών από το χωριό της Σχοινούσας, διοργανώνει κάθε Αύγουστο μια γιορτή με **γαϊδουροδρομίες**, για να τιμήσει τη συνεισφορά τους στην τοπική οικονομία και κοινωνία. Η εκδήλωση ξεκινά με παρέλαση των αναβατών πάνω στα γαϊδουράκια τους και στη συνέχεια αρχίζει ο αγώνας! Σε όλους όσους παρακολουθούν προσφέρονται δώρα και κεράσματα, προσφορές όλων των επιχειρηματιών της Σχοινούσας.

Οι παραγωγοί φάβας μαζί με τον Πολιτιστικό Σύλλογο της Σχοινούσας και τους επιχειρηματίες του νησιού οργανώνουν κάθε χρόνο τη **γιορτή της φάβας** στο χώρο του σχολείου. Μια ομάδα εθελοντών οργανώνει όλο το στήσιμο της γιορτής και οι γυναίκες του νησιού αναλαμβάνουν το μαγείρεμα της φάβας που είναι προσφορά των παραγωγών της Σχοινούσας. Με ζωντανή παραδοσιακή μουσική, φαγητά και ποτά το γλέντι κρατά μέχρι το πρωί.

Στις αρχές Αυγούστου ο Πολιτιστικός Σύλλογος Σχοινούσας οργανώνει στο γραφικό δρομάκι μπροστά από την εκκλησία της Παναγίας στη Χώρα, ένα τριήμερο **παζάρι** με χειροποίητα προϊόντα και μια **έκθεση φωτογραφίας** με εικόνες και πορτρέτα από το παρελθόν. Στο προαύλιο της εκκλησίας προβάλονται ταινίες και ντοκιμαντέρ για μικρούς και μεγάλους. Τέλος την ίδια περίοδο στο **θεατράκι «Κατίνα Πολέμη»** ο σύλλογος πραγματοποιεί άλλη μια εκδήλωση με ζωντανή μουσική και παραδοσιακούς χορούς.

Χρήσιμα τηλέφωνα

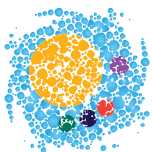
Κοινότητα	2285071170
ΚΕΠ	2285074250
Ιατρείο	2285071385
Σχολείο	2285074255
Ταχυδρομείο	2285071160 fax: 2285071957

e-mail πολιτιστικού συλλόγου: info@schinoua.net site: www.schinoua.net

facebook: [SylogosSxoinousioton](https://www.facebook.com/SylogosSxoinousioton)

Πληροφορίες, που ενημερώνονται συνεχώς, για τη διαμονή στη Σχοινούσα, τις υπηρεσίες, τις δραστηριότητες, τις πολιτιστικές εκδηλώσεις κ.α. παρέχονται στο ιστότοπο **www.naxos.gr** καθώς επίσης και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Facebook: **[naxosislandgreece](https://www.facebook.com/naxosislandgreece)**, twitter: **[@NaxosIslands](https://twitter.com/NaxosIslands)**, Google+: **[Naxos Island and Small Cyclades](https://plus.google.com/+NaxosIslandandSmallCyclades)**, flickR: **[Naxos Island and Small Cyclades](https://www.flickr.com/photos/naxosislandandsmallcyclades/)**, YouTube: **[Naxos Island and Small Cyclades](https://www.youtube.com/channel/UCNaxosIslandandSmallCyclades)**





Κουφονήσια



Ξυπνούν τις αισθήσεις

Όσο και αν έχετε
προετοιμαστεί από αυτά
που έχετε ακούσει για τις
παραλίες στα Κουφονήσια,
το συναίσθημα που νιώθει
κανείς όταν τις αντικρίζει
δεν περιγράφεται.

Κοιηπίσκοι με σμαραγδένια
νερά που μοιάζουν με
φυσικές πισίνες, με φόντο
μοναδικά σμιλευμένα από
το κύμα βράχια, συνθέτουν
μια μαγική εικόνα που
ξυπνά μονομιιάς όλες τις
αισθήσεις.

Για πολλά χρόνια τα
νησάκια υπήρξαν καταφύγια
των λίγων που το είχαν
ανακαλύψει, σήμερα όμως
αποτελούν αγαπημένο
τουριστικό προορισμό,
εξακολουθώντας να
διατηρούν την εξωτική
γοητεία τους.



Φύση και γεωγραφία

Τα Κουφονήσια αποτελούνται από το Άνω (ή Επάνω ή Απάνω) και το Κάτω Κουφονήσι (έκτασης 5,7 και 4,4 τ. χλμ. αντίστοιχα), που χωρίζονται μεταξύ τους από στενό πορθμό πλάτους 200 μ., και από το νησί της Κέρου.

Είναι και τα δύο ενταγμένα στο δίκτυο Φύση (Natura) 2000, και διαθέτουν ποικιλόμορφες ακτές από μαλακό παρόλιθο, που έχουν διαβρωθεί από τη θάλασσα και τη βροχή και σχηματίζουν εντυπωσιακούς γεωλογικούς σχηματισμούς. Το έδαφος τους ομαλό και πετρώδες, έχει χαμηλή βλάστηση που στο ανατολικό τμήμα του Απάνω Κουφονησιού γίνεται πυκνότερη. Σύμφωνα με μια άποψη, το σημερινό τους όνομα οφείλεται στα κοιλώματα και στις σπηλιές των ακτών τους, που παλιότερα φάνταζαν τεράστιες στα μάτια των κουράρων, και τους έκαναν να πιστεύουν ότι τα νησιά είναι «κούφια».

Στις μέρες μας αυτοί οι γεωλογικοί σχηματισμοί, άλλοτε παιχνιδιάρικοι και άλλοτε αγριωποί, αποτελούν φυσικά αξιοθέατα που παρεμβάλλονται ανάμεσα σε μαγευτικές παραλίες και εντυπωσιάζουν.

Θαλασσινές σπηλιές

Στο ανατολικότερο άκρο του νησιού, βόρεια από την παραλία Πορί, στην περιοχή «Ξυλομπάτης» βρίσκονται οι «**σπηλιές του Ξυλομπάτη**» φωλιασμένες στον ομώνυμο όρμο. Η πρώτη είναι μακρόστενη και διαμπερής ενώ η δεύτερη έχει μια μικρή παραλία στο εσωτερικό της που είναι ιδανική για χαλάρωση.

Επίσης από το Πορί, ξεκινά ένα μονοπάτι που οδηγεί στο «**Γάλα**», ένα παράξενο

γεωλογικό σχηματισμό που καταλήγει σε μια μικροσκοπική παραλία η οποία εισχωρεί κάτω από τον βράχο και δημιουργεί μια φυσική πισίνα. Το πραγματικό όνομα του χώρου είναι «Τρυπητή». Την ονόμασαν «**γάλα**», οι επισκέπτες, λόγω της χρωματικής απόχρωσης του νερού η οποία οφείλετε στην σύσταση του εδάφους.

Δίπλα στην παραλία Πορί, στην αντίθετη κατεύθυνση από το «Γάλα» θα συναντήσετε το «**Μάτι του Διαβόλου**». Πρόκειται για μια σπηλιά στα βράχια με μια τεράστια τρύπα στο εσωτερικό της, από όπου περνάει με δύναμη το θαλασσινό νερό που φέρνουν τα θαλάσσια ρεύματα.

Στην ίδια περιοχή υπάρχουν και άλλοι παρόμοιοι γεωλογικοί σχηματισμοί, αλλά το Μάτι του Διαβόλου είναι το πιο εντυπωσιακό. Άλλο ένα φυσικό αξιοθέατο ανάμεσα στις παραλίες Πλάτια Πούντα και Πορί είναι η «**Πισίνα**». Ένα αρκετά ευρύχωρο πεδίο περικυκλωμένο με βράχια, επικοινωνεί με την θάλασσα, και γίνεται μία φυσική πισίνα.



Μια θέση στην ιστορία

Κατοικημένα από την Προϊστορική εποχή, τα Κουφονήσια υπήρξαν κέντρα του Κυκλαδικού Πολιτισμού, όπως αποδεικνύεται από τα αρχαιολογικά ευρήματα που ήρθαν στο φως στην περιοχή Επάνω Μύλοι του Άνω Κουφονησιού.

Ένα τριγώνισμα αγγείων, που φέρει χαραγμένο ένα εννεάκτινο αστέρι, θεωρείται το σημαντικότερο από αυτά τα ευρήματα που φυλάσσονται σήμερα στο αρχαιολογικό μουσείο Νάξου.

Επιπλέον, στο Άνω Κουφονήσι έχουν βρεθεί δύο **Πρωτοκυκλαδικό οικισμοί**, ο πρώτος στην ανατολική πλευρά του σημερινού χωριού και ο δεύτερος κοντά στο εκκλησάκι του Αγίου Νικολάου στη θέση Ποταμιά.

Η μόνη ανασκαφή που έχει γίνει στο Κάτω Κουφονήσι είναι σε θέση της πρώιμης Υστεροκυκλαδικής περιόδου. Εντούτοις, επιφανειακά ευρήματα αποδεικνύουν την ύπαρξη Πρωτοκυκλαδικών οικιστικών και ταφικών εγκαταστάσεων στην Παναγιά και στο Νερό, στην βόρεια και τη νότια πλευρά του νησιού αντίστοιχα.

Το αρχαίο όνομα ή τα αρχαία ονόματα των Κουφονησίων δεν τα γνωρίζουμε με ββαιότητα, αν και στο Corpus των Επιγραφών καταγράφονται ως «Φακκούσαι νήσοι». Η θαλάσσια περιοχή ανάμεσα στο Άνω και στο Κάτω Κουφονήσι ήταν γνωστή ως «Κωφός Λιμνήν», χαρακτηρισμός που προσδιορίζει ένα λιμάνι που είναι κλειστό και επομένως απόνεμο και ασφαλές.

Εκτός από δύο ρωμαϊκές ταφικές επιγραφές, που σήμερα βρίσκονται στην Αρχαιολογική Συλλογή της Χώρας Αμοργού, δεν υπάρχουν γραπτές πηγές για την κατοίκηση των νησιών στους ιστορικούς χρόνους. Ωστόσο έχουν

βρεθεί «όστρακα» (σπασμένα πήλινα κομμάτια) ρωμαϊκών αγγείων, ενώ ορατά είναι μέχρι σήμερα καριάκας κατάλοιπα στη τοποθεσία Λουτρά, δίπλα στη θάλασσα.

Σημαντικά είναι τα ευρήματα στην ακατοίκητη σήμερα Κέρο, που βρίσκεται απέναντι από τα Κουφονήσια. Στην αρχαιότητα ονομαζόταν Κέρεια ή Κερεία ή Κερία, με την πρώτη αναφορά του ονόματός της να γίνεται το 425 π.Χ., σε επιγραφή με τα ονόματα των φορολογουμένων συμμάχων της Αθηναϊκής Δημοκρατίας. Σύμφωνα με την επιγραφή το νησί είχε κατοίκους και κατά τους κλασσικούς χρόνους.

Κατά την περίοδο του Μεσαίωνα έως την σύσταση του νέου Ελληνικού κράτους χρησιμοποιούνταν ως ορμητήριο πειρατών. Η παλαιότερη γνωστή αρχαιολογική αναφορά είναι αυτή του U. Kohler το 1884, ο οποίος αποδίδει σε τάφο του νησιού (χωρίς ωστόσο να προσδιορίζει τη θέση) τα δύο διάσημα ειδώλια του Εθνικού Αρχαιολογικού Μουσείου, τον αρπιστή («τριγωνιστή») και τον αυλητή μαζί με δύο γυναικεία ειδώλια του κανονικού τύπου με διπλωμένα τα χέρια, που όπως γνωρίζουμε σήμερα, ανήκουν στην Πρωτοκυκλαδική II περίοδο. Ένα ακόμη ειδώλιο αρπιστή, σήμερα στο Μητροπολιτικό Μουσείο της Νέας Υόρκης, φέρεται να έχει προέλθει από εκεί, όπως επίσης και μια μεγάλη κεφαλή ειδωλίου, η οποία εκτίθεται στο Λούβρο. Η συνέχεια της ιστορίας των Κουφονησίων είναι κοινή με αυτή των υπόλοιπων Κυκλάδων. Γνώρισαν την κυριαρχία των Ενετών και των Τούρκων, που κατά τη διάρκεια κυρίως του 17ου αιώνα συγκρούστηκαν αρκετές φορές για την εξουσία των νησιών του Αιγαίου Πελάγους.

Οι κάτοικοι, άλλοτε από ανάγκη και άλλοτε κατ' επιλογή, συνέπρητταν συχνά με Μανιάτες ή με άλλους πειρατές, οι οποίοι χρησιμοποιούσαν τον πορθμό ανάμεσα στο Άνω και το Κάτω Κουφονήσι ως ασφαλή καταφύγιο. Απελευθερώθηκαν και ενσωματώθηκαν στο νεοσύστατο ελληνικό κράτος μαζί με τις υπόλοιπες Κυκλάδες το 1830.

Περιήγηση στο νησί

Άνω Κουφονήσι

Στο Κουφονήσι δεν χρειάζεται να πάρετε μεταφορικό μέσον. Μπορείτε να κάνετε το γύρο του νησιού με τα πόδια μέσα σε λίγες ώρες, να νοικιάσετε ποδήγατο ή να επιδοθείτε σε θαλάσσιες εκδρομές με δικό σας σκάφος ή ναυλωμένο καΐκι.



Οστόσο υπάρχει και οδικό δίκτυο που συνδέει το λιμάνι με τις περισσότερες παραλίες του νησιού.

Μοναδικός επίσημα χαρακτηρισμένος οικισμός του νησιού είναι ο **Άγιος Γεώργιος** ή **Χώρα**, κτισμένος περιμετρικά του λιμανιού. Είναι ένα τυπικό κυκλαδίτικο ψαροχώρι, με κατάλευκα σπιτάκια και γραφικά καλντερίμια και με τον χαρακτηριστικό λευκό ανεμόμυλο στην είσοδο του λιμανιού να καλωσορίζει τους επισκέπτες. Στον οικισμό και γύρω από αυτόν μπορείτε να δείτε ερείπια ρωμαϊκών λουτρών, παραδοσιακό καρνάγιο, γραφικούς ανεμόμυλους, κ.ά., ενώ το κέντρο του στολίζει η όμορφη **εκκλησιά του Αγίου Γεωργίου**, που θεωρείται και προστάτης του νησιού.

Η Χώρα συγκεντρώνει το 90% της τουριστικής υποδομής του Κουφονησιού, με αρκετά ενοικιαζόμενα δωμάτια, ξενοδοχεία, ταβέρνες, μπαράκια, καφέ καθώς και ταχυδρομικό πρακτορείο με ΑΤΜ, συνδεδεμένο με το διατραπεζικό σύστημα Δίας.

Στο κεντρικό καλντερίμι του οικισμού, επισκεφθείτε τη **Λαογραφική Συλλογή του Κουφονησιού**, που είναι το αποτέλεσμα μιας πολύχρονης προσπάθειας διάσωσης της μνήμης, από πλήθος φίλων και κατοί-



κων του νησιού, που εργάστηκαν εθελοντικά ή δώρισαν αντικείμενα από τα σπίτια τους. Η συλλογή περιλαμβάνει χρηστικά και μαγειρικά σκεύη, αγροτικά εργαλεία, παραδοσιακές ενδυμασίες, έπιπλα, κεντήματα, εξαρτήματα και στολίδια, που οι κάτοικοι προσέφεραν πρόθυμα, ώστε να εκτεθούν, με στόχο τη διατήρηση της ιστορίας, των εθίμων και της παράδοσης του νησιού.

Πολύ ενδιαφέρουσα είναι και η **Λαογραφική & Αρχαιολογική Συλλογή** του Νικήτα Σίμου, που εκτίθεται στον κήπο της Villa Ostria, στον οικισμό του Αγίου Γεωργίου. Μικρή αλλά αξιόλογη, προσφέρει πολλές πληροφορίες για το παρελθόν της περιοχής. Σε ένα καλά διατηρημένο πέτρινο κτίσμα του 1852, που διατέλεσε το πρώτο δημοτικό σχολείο του Κουφονησιού, στεγάστηκε σήμερα το καφέ – μπαρ «Σχολειό». Ο χώρος προσφέρει πολλές πληροφορίες για την αρχιτεκτονική της εποχής. Στην περιοχή Λουτρώ, στην άκρη του οικισμού σώζονται ερείπια **ρωμαϊκών λουτρών**. Οι ανασκαφές που έγιναν στην περιοχή αλληλά και σε άλλα μέρη του νησιού έχουν φέρει στο φως αντικείμενα των Ελληνιστικών και Ρωμαϊκών χρόνων. Οι επιστήμονες συμπεραίνουν ότι το σημερινό χωριό έχει κτιστεί στη θέση μεγάλου ρωμαϊκού οικισμού που εκτεινόταν από τη Χώρα έως τον ορμίσκο των Λουτρών.



Εκεί υπάρχει και το γραφικό **εκκλησάκι του Αγίου Νικολάου** κοντά στον παλιό γραφικό ανεμόμυλο. Στην ίδια περιοχή βρίσκεται και ένα **παραδοσιακό καρνάγιο** που έγινε στις αρχές του 1980 από τον σημερινό ιδιοκτήτη μετά τη συνταξιοδότηση του προηγούμενου. Είναι το δεύτερο καρνάγιο που φτιάχτηκε στο νησί το οποίο για πολλά χρόνια λειτουργούσε ταυτόχρονα με ένα παλαιότερο που υπήρχε στο νησί. Η επίσκεψη στο καρνάγιο θα σας ταξιδέψει σε άλλες εποχές, καθώς οι εργασίες συντήρησης των αλιευτικών σκαφών γίνονται με τον ίδιο ακριβώς τρόπο, που χρησιμοποιούσαν οι παραδοσιακοί τεχνίτες αρκετές δεκαετίες πριν.

Το αμέσως επόμενο χωριουδάκι στις νοτιοανατολικές ακτές του νησιού, είναι το **Χαρακόπου**, κτισμένο γύρω από τις παραλίες Χαρακόπου και Φανός. Δεν είναι επίσημα χαρακτηρισμένος οικισμός, παρόλο που είναι αρκετά παλιός. Λίγα παλιά σπίτια δι-

στηρούνται ακόμα, ενώ υπάρχουν αρκετά καινούργια καθώς και ενοικιαζόμενα δωμάτια και ταβέρνες.

Στη βορειοανατολική πλευρά του νησιού, κτισμένο αμφιθεατρικά πάνω από την ομώνυμη παραλία βρίσκεται το **Πορί**, ένας πολύ μικρός και νέος σχετικά οικισμός, που όπως και οι προηγούμενοι δεν είναι επίσημα χαρακτηρισμένος. Έχει λίγα παλιά σπίτια και κάποια καινούργια εξοχικά ενώ τους καλοκαιρινούς μήνες λειτουργούν και δύο καφέ - εστιατόρια.

Ο **Παριανός** το αλιευτικό καταφύγιο του νησιού, στις νοτιοδυτικές ακτές. Έχει πολύ λίγα παλιά σπίτια, μερικά νέα εξοχικά, λίγα ενοικιαζόμενα δωμάτια και μια ταβέρνα. Αξιοθέατο στο Κουφονήσι αποτελεί και η **εκκλησία-βωμός Προφήτη Ηλία**, σε υψόμετρο 114 μέτρα, που έχει στηθεί από απομεινάρια παλαιότερου ναού της πρωτοβυζαντινής περιόδου.

Η σημερινή Αγία Τράπεζα αποτελείται από δύο κίονες και ένα κομμάτι μάρμαρο που προέρχονται από τον παλιό βυζαντινό ναό, ενώ και ο τοίχος όπου ακουμπά η εικόνα του Προφήτη έχει στηθεί με πέτρες από τον παλαιότερο ναό. Κάθε χρόνο, το απόγευμα της γιορτής του Προφήτη Ηλία, οι κάτοικοι του νησιού, έρχονται μέχρι εδώ πεζοί, και παραθέτουν εσπερινό και αρτοκλασία.

Οι βραδιές με πανσέληνο στο Άνω Κουφονήσι, προσφέρουν μια επιπλέον εμπειρία, τη **θέα της κορυφογραμμής της γειτονικής Κέρου**, που στο σελινόφως φαντάζει σαν περίγραμμα ξαπλωμένου ζευγαριού. Η γυναίκα έγκυος, είναι νωχελικά ξαπλωμένη, ακουμπώντας το κεφάλι της στο κεφάλι του άντρα, η προτομή του οποίου διαγράφεται καθαρά.

Το θέαμα είναι ορατό από παντού, ωστόσο το καλύτερο σημείο είναι η πλευρά πάνω από τη μαρίνα σκαφών.



Κάτω Κουφονήσι

Το Κάτω Κουφονήσι είναι σχεδόν έρημο, αλλά διαθέτει μικρό λιμάνι και πολλές μικρές και απομονωμένες παραλίες.

Ενδιαφέρον αξιοθέατο του νησιού είναι το μικρό **εκκλησάκι της Παναγίας**, που είναι κτισμένο πολύ κοντά σε παλαιότερη βυζαντινή εκκλησία. Το εκκλησάκι χτίστηκε το 1561. Για να μην υπάρχουν προβλήματα με τους Τούρκους, αλλά και για να προστατευθεί από τους πειρατές, η εκκλησία έπρεπε να φαίνεται όσο το δυνατόν λιγότερο, γι' αυτό επί Τουρκοκρατίας ήταν σχεδόν ημι-υπόγειο. Ο χώρος γύρω από την εκκλησία διευρύνθηκε πολύ αργότερα, το 1970, ενώ το 1990 δημιουργήθηκε ημιυπαίθριο τμήμα και υψώθηκε καμπαναριό. Κάθε χρόνο το Δεκαπενταύγουστο, μετά τη λειτουργία, διοργανώνεται στο λιμάνι του Κάτω νησιού, μεγάλο πανηγύρι. Θα φθάσετε με ναυλωμένο καΐκι από το Πάνω Κουφονήσι, που το καλοκαίρι εκτελεί καθημερινά συχνά δρομολόγια.



Κέρος

Η Κέρος, βρίσκεται ανάμεσα στα Κουφονήσια και την Αμοργό και στην κυκλαδική περίοδο υπήρξε τόσο σημαντική όσο η Δήλος στην κλασική αρχαιότητα.

Πλούσια σε λευκό λεπτόκοκκο μάρμαρο, αποτέλεσε σημαντικό κέντρο του κυκλαδικού πολιτισμού με την αρχαία πόλη της κτισμένη στο κομμάτι που την ένωνε με τη γειτονική νησίδα Δασκαλειό, που σήμερα είναι βυθισμένο στη θάλασσα.

Οι ανασκαφές στο δυτικό τμήμα του νησιού, έχουν φέρει στο φως ευρήματα εξαιρετικής σημασίας που περιλαμβάνουν πάνω από 100 μαρμάρινα ειδώλια, μεταξύ των οποίων τα αγαλματίδια σύμβολα του αρπαστή και του αυλητή, που φυλάσσονται στο αρχαιολογικό μουσείο της Αθήνας καθώς και το εντυπωσιακό σε μέγεθος ειδώλιο της Μεγάλης Μητέρας ύψους 1,40 μέτρων.

Στα κλασικά χρόνια ήταν γνωστή με το όνομα Κέρεια και υπήρξε μέλος της Αθηναϊκής Συμμαχίας. Τον μεσαίωνα υπήρξε ορμητήριο πειρατών, ενώ αργότερα πέρασε στην ιδιοκτησία της μονής της Παναγίας Χοζοβιώτισσας της Αμοργού. Σήμερα χρησιμοποιείται ως βοσκότοπος και ανήκει στα Κουφονήσια.

Θα φθάσετε με ναυλωμένο καΐκι από το Πάνω Κουφονήσι.

Παραλίες

Άνω Κουφονήσι

Σ' όλο το μήκος της νότιας ακτογραμμής του νησιού, από τον «Παριανό» στα δυτικά ως το «Πορί» στα ανατολικά, οι παραλίες διαδέχονται η μία την άλλη και μαγεύουν. Ένα μονοπάτι παράλληλο με τη νότια ακτογραμμή του νησιού σας επιτρέπει να δείτε και να διαλέξετε (πράγμα όχι και τόσο εύκολο) την παραλία που σας ταιριάζει. Εναλλακτικά υπάρχει η εξίσου, ωραία χειραία διαδρομή, από το χωριό ως την ανατολική πλευρά στην παραλία «Πορί». Η διαδρομή προσφέρει εκπληκτική θέα στο εσωτερικό του νησιού.

Άμμος

Η παραλία του οικισμού που βρίσκεται δίπλα στο λιμάνι, είναι από τις μεγαλύτερες του νησιού και διαθέτει υπέροχη αμμουδιά και ρηχά γαλαζοπράσινα νερά. Με θέα τα ψαροκάικα που βρίσκουν καταφύγιο στο λιμάνι και αρκετά μαγαζάκια τριγύρω, επιλέγεται συνήθως απ' τους ντόπιους για τις βουτιές τους.

Λουτρό

Μικρή βοτσαλωτή παραλία στις νότιες ακτές του νησιού.

Χαρακόπου

Είναι η πρώτη παραλία που συναντά κανείς ακολουθώντας το παραλιακό μονοπάτι του νησιού. Μεγάλη και πολυσύχναστη, με χρυσή αμμουδιά, σμαραγδένια νερά και παραδοσιακή ταβέρνα.



Φανός

Η παραλία του Φανού βρίσκεται δίπλα στην παραλία του Χαρακόπου, στις ανατολικές ακτές του νησιού. Είναι μεγάλη, αμμώδης και πολυσύχναστη.

Λόγω της ύπαρξης σύγχρονου καφέ - εστιατορίου, συγκεντρώνει κυρίως νέους.



Πορί

Το Πορί είναι η πιο απομακρυσμένη αλλή και η ομορφότερη παραλία του νησιού. Μεγάλη σε μήκος, με λευκή άμμο και υπέροχα σμαραγδένια νερά, δικαίως θεωρείται μία από τις κορυφαίες παραλίες των Κυκλάδων. Είναι ιδιαίτερα αγαπητή στους

σέρφερς, στους καλλιτέχνες της άμμου, και γενικότερα στους φυσιολάτρες.

Τα δύο καφέ - εστιατόρια που λειτουργούν στην ακτή καλύπτουν τις ανάγκες των λουομένων, ενώ κάποιες φορές το καλοκαίρι διοργανώνουν και μουσικές βραδιές.



Χοντρός Κάβος

Μικρή παραλία, στις ανατολικές ακτές του νησιού, ιδανική για όσους προτιμούν ησυχία και απομόνωση. Με χοντρό βότσαλο και μεγάλες πέτρες.

Πόρτα

Μικρή και ήσυχη παραλία, με άμμο και ψιλό βότσαλο, στις ανατολικές ακτές του νησιού.

Παριανός

Πλατιά, αμμώδης παραλία, στον απάνεμο κόλπο του Παριανού στα νοτιοδυτικά του νησιού. Έχει διαυγή ρηχά νερά και είναι αρκετά γραφική με θέα τα ψαροκάικα που βρίσκουν καταφύγιο στο λιμάνι.

Σπηλιδιά

Μικρή παραλία με χοντρό βότσαλο στις δυτικές ακτές του νησιού.

Πλατιά Πούντα ή Ιταλίδα

Η φήμη της ξεπερνάει τα στενά όρια του τόπου. Η παραλία της Πλατιάς Πούντας, απέχει μόλις 5 λεπτά με τα πόδια από την παραλία του Φανού, και θεωρείται η πιο πολυσύχναστη και δημοφιλή παραλία του νησιού. Είναι γνωστή σε πολλούς και σαν Ιταλίδα, από το παρτσούκλι της ιδιοκτή-

τριας του σπιτιού που βρίσκεται ακριβώς πίσω από την παραλία. Η παραλία δεν είναι πολύ μεγάλη σε μήκος, αλλά είναι πολύ όμορφη με χρυσή άμμο και καθαρά νερά, ενώ ο μικρός όρμος στην αρχή της (το Ιταλιδάκι) προσφέρεται για μεγαλύτερη απομόνωση.



Κάτω Κουφονήσι

Οι παραλίες στο Κάτω Κουφονήσι, με χοντρή άμμο και υπέροχα γαλαζοπράσινα νερά, προσφέρονται για απομόνωση και ακόμα μεγαλύτερη επαφή με τη φύση. Θα φθάσετε με δικό σας σκάφος ή με ναυλωμένο καΐκι από το Άνω Κουφονήσι, που τους καλοκαιρινούς μήνες εκτελούν καθημερινά δρομολόγια.

Νερό

Είναι η μεγαλύτερη παραλία του κάτω νησιού, στις ανατολικές ακτές του. Δημοφιλής, με χοντρή άμμο και πολύ ψηλό βότσαλο στην ακτή και ψηλή άμμο στη θάλασσα.

Δέτνς

Είναι η κοντινότερη παραλία στο λιμάνι του νησιού. Δεν είναι πολύ μεγάλη, αλλά έχει το προσόν να βρίσκεται πολύ κοντά στη ταβέρνα που λειτουργεί στο νησί τους καλοκαιρινούς μήνες.

Πεζούλια

Όλα τα μονοπάτια οδηγούν νότια σε μια απ' τις ομορφότερες παραλίες του νησιού. Με εντυπωσιακά βράχια τριγύρω και κρυστάλλινα νερά, προσφέρεται για απομόνωση. Σε κοντινή απόσταση βρίσκεται η θέση Αιώνι, ένα μεγάλο πλάτωμα που θυμίζει αρχαίο θέατρο.

Φύκιο

Αν έχετε σκάφος θα δέσετε εδώ, πεζοπορώντας θα φτάσετε ακολουθώντας το μονοπάτι Δέτνς - Πεζούλια.

Λάκκοι

Μικρή αλλά εντυπωσιακή παραλία στις νότιες ακτές του νησιού. Με βοτσαλωτή ακτή και κρυστάλλινα νερά, είναι ιδανική για απομόνωση, ενώ είναι και η κοντινότερη στη μοναδική ταβέρνα του νησιού.



Δραστηριότητες

Διαδρομές



Ένα νησί που μπορεί να το γυρίσει κανείς όλο με τα πόδια μέσα σε μερικές ώρες, προκαλεί ακόμα και τον πιο «τεμπέλη» επισκέπτη να το περπατήσει. Άλλωστε στο Κουφονήσι δεν υπάρχει καλύτερος τρόπος για να γνωρίσει κανείς τις μοναδικές ακτές του.

Σας προτείνουμε:

1. Χώρα - Λουτρό - Παριανός - Λιμενάρι - Ξυλομπάτης - Πορί - Πλατιά Πούντα (Ιταλίδα) - Φανός - Χαρακόπου - Γιαλός

Διαδρομή που κάνει το γύρο του νησιού ακολουθώντας την ακτογραμμή. Ξεκινάει από το Λουτρό, ένα πολύ γραφικό μέρος δίπλα στη Χώρα, με το παραδοσιακό καρ- νάγιο, όπου θα έχετε την ευκαιρία να παρακολουθήσετε τους τεχνίτες να εργάζονται με τον πατροπαράδοτο τρόπο, και συνεχίζει προς τα δυτικά με δεύτερη στάση τον



κόλπο του Παριανού όπου θα θαυμάσετε τον αλιευτικό στόλο του νησιού: το Κουφονήσι, αναλογικά με τον πληθυσμό του, διαθέτει τον μεγαλύτερο αλιευτικό στόλο στην Ελλάδα!

Στη συνέχεια της διαδρομής θα συναντήσετε μαγευτικές αμμουδιές που εναλλάσσονται με σπηλιές που έχει σκάψει το κύμα στα βράχια, και θα γοητευθείτε από τις αμ-

μοθίνες με τα λευκά κρινάκια που απλώνονται δίπλα στο μονοπάτι. Στον Ξυλομπάτη βρίσκεται μια περίφημη θαλάσσινη σπηλιά όπου φωλιάζουν αγριοπερίστερα, ενώ μετά την Πλατιά Πούντα με τα πράσινα νερά θα συναντήσετε τις «πισίνες», μικρούς κλειστούς κόλπους και ανοίγματα πάνω στα βράχια, όπου το κοχύλιμπι γίνεται μια ξεχωριστή εμπειρία.



Χώρα - Προφήτης Ηλίας - Πάνω

Διαδρομή με απίθανη θέα που ακολουθεί τα εσωτερικά μονοπάτια του νησιού και οδηγεί στο ψηλότερο σημείο του όπου βρίσκεται η γραφική εκκλησία-βωμός του Προφήτη Ηλία.



Είτε αγαπάτε την ιστιοπλοΐα, είτε τα πιο μοναχικά θαλάσσια σπορ το Κουφονήσι δεν θα σας απογοητεύσει, ενώ για τους φίλους των στεριανών αθλημάτων υπάρχουν μονοπάτια για πεζοπορία σε πανέμορφα σημεία. Επίσης, έχουν κατασκευαστεί γήπεδα 5Χ5, καθώς και γήπεδο μπάσκετ και βόλεϊ.



Οι βραχώδεις ακτές στο Πάνω αηλιά και στο Κάτω Κουφονήσι είναι ιδανικοί ψαρότοποι και θα ενθουσιάσουν τους ερασιτέχνες **ψαράδες**, ενώ ο βυθός είναι μαγευτικός και όσο πλησιάζουμε προς την Κέρο γίνεται ανεπανάληπτος και προκαλεί για **καταδύσεις**. Για τους φίλους του **σερφ** ιδανικές θεωρούνται οι παραλίες Πορί και Πλατιά Πούντα.

Ιστιοπλοΐα

Με δικό σας σκάφος μπορείτε να επισκεφθείτε το ακρωτήρι του **Ξυλομπάτη** στις βόρειες ακτές του νησιού όπου θα συναντήσετε πολλές θαλάσσιες σπηλιές, τις απομεινμένες παραλίες του **Κάτω Κουφονήσιου**, τις όμορφες βραχονησίδες **Πρασούρα, Πλάκες, Τσουλούφι, Βούληγερης, Λάζαρος** και **Γληρονήσι** που έχουν κηρυχθεί περιοχές ιδιαίτερου φυσικού κάλλους όπως

επίσης και τον αρχαιολογικό χώρο της διπλανής **Κέρου**.

Θα δέσετε στο λιμάνι όπου υπάρχει και βενζινάδικο για την τροφοδοσία των σκαφών, αηλιά και στον Παριανό, ένα γραφικό κόλπο στα νοτιοδυτικά του νησιού, όπου δίπλα στο καρνάγιο υπάρχει ασφαλές αλιευτικό καταφύγιο.

Τοπικά προϊόντα

Τα **φρέσκα ψάρια** και τα **θαλασσινά** είναι τα χαρακτηριστικά προϊόντα των νησιών και ένας κύριος πόλος έλξης επισκεπτών, που καταφθάνουν ακόμη και με σκάφη από τα γύρω νησιά για να απολαύσουν ένα ολόφρεσκο και καλομαγειρεμένο πιάτο με ψάρια και θαλασσινά. Ωστόσο, η περιοχή έχει μια μικρή κτηνοτροφική παραγωγή, με

κύριο προϊόν την **ξυνομυζήθρα**.

Η κουφονησιώτικη κουζίνα έχει αρκετές επιρροές από την ναξιώτικη και αμοργιανή κουζίνα. Το **«πατατάτο»** (κρέας κοκκινιστό με πατάτες) είναι πολύ δημοφιλές σε γιορτές και επίσημα τραπέζια, όπως και τα πατροπαράδοτα γλυκίσματα **παστέλι** σε φύλλα λεμονιάς και **ξεροτήγανα** (δίηδες).



Κουφονησιώτικο ξεροτήγανο

Υλικά:

- 1 κιλό αλεύρι για όλες τις χρήσεις
- Νερό, όσο πάρει
- 1 φλιτζάνι του καφέ λάδι
- 1 κουτάλι γλυκού αλάτι
- 1 κουτάλι γλυκού ζάχαρη
- Λίγο γαρύφαλλο και κανέλλα

Βάζουμε σε μια λεκάνη το αλεύρι και ανοίγουμε μια λακούβα στο κέντρο. Ρίχνουμε μέσα λίγο-λίγο το νερό και ανακατεύουμε, μέχρι να γίνει μια ζύμη σχετικά σφιχτή. Αφήνουμε 30 λεπτά τη ζύμη να «ξεκουραστεί».

Παίρνουμε ένα κομμάτι ζύμη, ανοίγουμε λεπτό φύλλο σε λωρίδα και το κόβουμε με το μαχαίρι σε μικρότερες. Βάζουμε σε ένα τηγάνι να καεί το λάδι.

Όταν καεί, τυλίγουμε μια - μια τις λωρίδες στα δάκτυλά μας, και τις ρίχνουμε στο καυτό λάδι. Όταν ροδίσει το ξεροτήγανο, το βγάζουμε και το ακουμπάμε σε πιπέτσια με απορροφητικό χαρτί, για να φύγει το περιττό λάδι και συνεχίζουμε το τηγάνισμα.

ΣΙΡΟΠΙ: Βράζουμε 15 λεπτά 1 κιλό μέλι με λίγο νερό, ζάχαρη, γαρύφαλλο και κανέλλα. Στο τέλος προσθέτουμε το λεμόνι. Βάζουμε σε στρώσεις τα ξεροτήγανα σε πιπέτσια, τα περικλύουμε με το σιρόπι και τα πασαλίζουμε με το ½ κιλό σουσάμι που το έχουμε πρώτα καθαυρίσει.

Εκδηλώσεις - Πανηγύρια

Οι Κουφονησιώτες, άξιοι ψαράδες, είναι επίσης φιλόξενοι και ανοιχτόκαρδοι άνθρωποι και δεν χάνουν ευκαιρία για γλέντι.

Την ημέρα της γιορτής **του Αγίου Γεωργίου** που είναι και προστάτης του νησιού, μετά τη λειτουργία, ο «πανηγυράς», ένας νησιώτης ταγμένος στον Άγιο, κάνει το γύρο του νησιού κρατώντας την εικόνα στα χέρια του, ενώ όλα τα καϊκια του νησιού τον συνοδεύουν παραπλέοντας την ακτή. Η πομπή καταλήγει στο χωριό όπου ακολουθεί παραδοσιακό πανηγύρι με φαγητό και ποτό. Το βράδυ το γλέντι συνεχίζεται στις ταβέρνες του νησιού.

Το Σάββατο πριν τη Δευτέρα του Αγίου Πνεύματος, γίνεται η **«γιορτή του ψαρά»**. Προσφέρονται νόστιμοι θαλασσινοί μεζέδες και κρασί, ενώ οι νέοι χορεύουν παραδοσιακούς χορούς στους δρόμους και την πλατεία, υπό τους ήχους ζωντανής μουσικής.

Στις 20 Ιουλίου, του **Προφήτη Ηλία**, οι «Ηλιάδες» κερνούν τον κόσμο και στήνουν νησιώτικους χορούς με τη συνοδεία βιολιού και λύρας.

Τον **Δεκαπενταύγουστο**, όλοι οι κάτοικοι του νησιού ταξιδεύουν με καϊκια στο Κάτω Κουφονήσι για το πανηγύρι της Παναγίας. Μετά τη λειτουργία προσφέρονται τοπικά εδέσματα που συνοδεύουν τις αρτοκλασίες των πιστών. Στην επιστροφή γίνεται αγώνας ταχύτητας μεταξύ των καϊκιών και ακολουθούν κεράσματα υπό τους ήχους των βιολιών.

Στις 6 Δεκεμβρίου, του **Αγίου Νικολάου**, μετά τη λειτουργία προσφέρονται θαλασσινοί μεζέδες και ψημένα ρακή (ηδύποτο με ρακή, μέλι και βότανα), ένα πολύ γευστικό ξεκίνημα για το γλέντι που ακολουθεί.

Με ξεχωριστή κατανάλωση και νησιώτικο χρώμα γιορτάζεται και η περίοδος του **Πάσχα** στο Κουφονήσι.

Η περιφορά του επιταφίου γίνεται στο φωταγωγημένο με δάδες λιμάνι, ενώ στην Ανάσταση οδοκόληρο το νησί σείεται από τα βεγγαλικά.

Παλαιότερα μια ιδιαίτερη στιγμή στη ζωή του κουφονησιώτικου σπιτιού ήταν ο **γάμος**. Αρχικά γίνονταν το προξενιά και ακολουθούσε ο αρραβώνας. Μετά από λίγο καιρό άρχιζε η προετοιμασία του γάμου.

Οι συμπέθεροι πρόσφεραν μισά - μισά τα προϊόντα τους, κρέας, γλυκά, παραδοσιακό παστέλι, ξεροτήγανα και την ημέρα του γάμου έβγαιναν και καθούσαν τον κόσμο. Πρώτα έπαιρναν τους μουσικούς, στη συνέχεια τον κουμπάρο και την κουμπάρα και στο τέλος καθούσαν το γαμπρό και τη νύφη και έμπαιναν όλοι μαζί στην εκκλησία. Το γλέντι κρατούσε δύο ημέρες.

Μετά από 8 ημέρες το γλέντι του γάμου επαναλαμβανόταν με μια γιορτή που ήταν γνωστή παλιότερα και ως **«αντιγάμος»**.



Χρήσιμα τηλέφωνα

Κοινότητα	22850 71379
Κ.Ε.Π.	22850 29243 - 74188
Αστυνομία	22850 71375
Λιμεναρχείο	22850 22300
Ιατρείο	22850 71370
Φαρμακείο	6947929292
Ταχυδρομείο	22850 74214

Πληροφορίες, που ενημερώνονται συνεχώς, για τη διαμονή στα Κουφονήσια, τις υπηρεσίες, τις δραστηριότητες, τις πολιτιστικές εκδηλώσεις κ.α. παρέχονται στο ιστότοπο **www.naxos.gr** καθώς επίσης και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Facebook: **[naxosislandgreece](#)**, twitter: **[@Naxosislands](#)**, Google+: **[Naxos Island and Small Cyclades](#)**, flickR: **[Naxos Island and Small Cyclades](#)**, YouTube: **[Naxos Island and Small Cyclades](#)**





Δονούσα



Μικρή και Αυθεντική



Εκπέμπει μια αύρα μοναδική αυτό το νησάκι, που μοιάζει να κολλυμπάει μόνο του στην άκρη των Κυκλάδων. Ίσως γι' αυτό το διάλεξε ο Διόνυσος για να κρύψει εκεί την Αριάδνη, ίσως γι' αυτό όσοι το επισκέπτονται δηλώνουν ερωτευμένοι. Φιλόξενη, πολυποίκιλη και αυθόρμητη, η Δονούσα, κόντρα στο ρεύμα που επικρατεί στα πολυσύχναστα τουριστικά θέρετρα, προσφέρει την αυθεντικότητα, την ηρεμία και την απλότητα, που κάποτε ήταν συνώνυμα με τις διακοπές στις Κυκλάδες. Γραφικά χωριά, ειδυλλιακές τοποθεσίες, συγκλονιστικές ακτές και παραλίες που προσφέρουν οπτική και ηχητική χαλάρωση, συνθέτουν ένα επίγειο παράδεισο που θα σας γοητεύσει.



Το νησί έχει επιφάνεια 13 τετραγωνικά χιλιόμετρα και 140 περίπου μόνιμους κατοίκους, που νιώθουν ευτυχείς για τον τόπο διαμονής τους και ασχολούνται με την αλιεία, την κτηνοτροφία και, τα τελευταία χρόνια, με τον τουρισμό. Ο κεντρικός δρόμος που ενώνει τον Σταυρό, λιμάνι και πρωτεύουσα του νησιού, με τους υπόλοιπους τρεις λιλιπούτειους οικισμούς τη Μεσαριά, το Μερσίνι και την Καλοταρίτισσα έχει μήκος 13 χλμ. ενώ υπάρχει και μικρότερος περιφερειακός δρόμος στο δυτικό τμήμα.

Τη Δονούσα όμως θα τη γνωρίσετε πραγματικά μέσα από τα μονοπάτια της και κάνοντας το γύρο των ακτών της.

Η τουριστική υποδομή που τα τελευταία

χρόνια εξελίσσεται καλύπτει προς το παρόν τις ανάγκες του νησιού, ενώ δεν έχει αλλοιώσει ούτε στο ελάχιστο την αυθεντικότητά του. Οι περισσότερες ταβέρνες και τα ουζερί με τους αξέχαστους θαλασσινούς μεζέδες και όχι μόνο, είναι συγκεντρωμένα στο λιμάνι, αλλά υπάρχουν μερικές ακόμα στο Μερσίνι και σε κάποιες παραλίες.

Οι εποχές που το ταξίδι μέχρι τη Δονούσα ήταν τόσο... περιπετειώδες, που συγκρινόταν με το ταξίδι του Οδυσσέα στην Ιθάκη, έχουν περάσει ανεπιστρεπτή. Σήμερα το νησί συνδέεται ακτοπλοϊκά με τη Νάξο και τις υπόλοιπες Μικρές Κυκλάδες, ενώ όλο το χρόνο υπάρχουν και συχνά δρομολόγια από τον Πειραιά.

Φύση και γεωγραφία

Το έδαφος της Δονούσας είναι ημιορεινό και πετρώδες με θαμνώδη βλάστηση και υψηλότερη κορυφή το όρος Πάπας με υψόμετρο 385μ. Οι ελάχιστες πεδινές της εκτάσεις φωλιάζουν ανάμεσα σε ρεματιές και χαράδρες ταξινομημένες σε αναβαθμίδες με πεζούλες, όπου καλλιτεργούνται κυρίως ελιές, αμπέλια και οπωροκηπευτικά.

Το υπέδαφός της παλιότερα έδινε σίδηρο, χαλκό, αλουμίνιο και αμύριδα.

Οι ακτές της διαθέτουν μια απίστευτη ποικιλία εικόνων, καθώς δημιουργούν άλλοτε βραχώδη και απόκρημνα ακρωτήρια όπου βρίσκουν καταφύγιο αγριοπερίστερα, γεράκια και κορμοράνοι, και άλλοτε φιλόξετους όρμους που κρύβουν όμορφες παραλίες με κρυστάλλινα νερά.

Στον απόκρημνο κάβο Μοσχονά στις ανατολικές ακτές του νησιού σε ένα σημείο η συνοχή των βράχων έχει διασπαθεί βίαια από μια γεωλογική ρωγμή και έχει δημιουργήσει ένα σπήλαιο εξαιρετικής φυσικής ομορφιάς τη **Φωκοσπηλιά**. Πρόκειται για ένα τεράστιο τριγωνικό άνοιγμα πλάτους 40 μέτρων και ύψους 10 μέτρων, με τοιχώματα που κοσμούνται από «κοράλια» και νερά διάφανα με γαλάζιες ανταύγειες. Στο μεσαίωνα υπήρξε ορμητήριο πειρατών, ενώ παλιότερα έβρισκαν εδώ καταφύγιο οι φώκιες. Το μοναδικό ατμοσφαιρικό σκηνικό της σε συνδυασμό με το γεγονός ότι υπήρξε κρησφύγετο πειρατών, πυροδοτεί χρόνια τώρα τη φαντασία των κατοίκων του νησιού, γι' αυτό και υπάρχουν πολλοί θρύλοι που συνδέονται με το όνομά της. Εάν δεν έχετε δικό σας σκάφος

μπορείτε να ναυλώσετε καΐκι που θα σας φέρει μέχρι εδώ.

Άλλο ένα φυσικό αξιοθέατο με μεγάλο γεωλογικό ενδιαφέρον είναι η **Σπηλιά του τούκου** στην περιοχή «Άσπρος Κάβος» στις βορειοδυτικές ακτές του νησιού.

Πρόκειται για ενάμιλιο σπήλαιο με ύψος που ξεπερνάει τα είκοσι μέτρα από την επιφάνεια της θάλασσας. Από την τέλεια καμπύλη του θόλου του κρέμονται εντυπωσιακοί σταλακτίτες πάνω από διάφανα νερά που δίνουν την αίσθηση μιας φυσικής πσίνας. Έχει μόνο θαλάσσια πρόσβαση και μπορείτε να την επισκεφθείτε με ναυλωμένο καΐκι.

Γύρω από τη Δονούσα βρίσκονται πολλές ακατοίικτες βραχονησίδες, που έχουν εξαιρετικό ενδιαφέρον: ανατολικά βρίσκεται το **Σκουληνήσι** ένα νησάκι με τριγωνικό σχήμα, που σύμφωνα με την πλόνε επικρατούσα άποψη πήρε το όνομά του από το βοήθό «σκούλο», που ευδοκίμει στις πλαγιές του. Δυτικά βρίσκονται οι βραχονησίδες **Μάκαρες**. Στη μεγαλύτερη από αυτές, τον **Άγιο Νικόλαο ή Μεγάλο νησί**, οι κάτοικοι της Δονούσας σε παλαιότερες εποχές καλλιτεργούσαν σιτηρά, ενώ διατηρείται ακόμα η υπόγεια μεγάλη δεξαμενή όπου μάζευαν το βρόχινο νερό μέσω αυτοσχέδιων ηλιακοστρωμένων σωλήνων. Επίσης από εδώ έπαιρναν τις Μακαριανές πλάκες που μοιάζουν με τις πλάκες Καρύστου.

Η δεύτερη βραχονησίδα που ονομάζεται **Πρασίνη ή Αγία Παρασκευή**, χωρίζεται με τον Άγιο Νικόλαο από μια στενή λωρίδα θάλασσας που έχει βάθος μόλις 1,5 μέτρα. Τα νερά στο σημείο αυτό είναι υπέροχα, αλλά το βάθος επιτρέπει τον διάπλου μόνο σε μικρά σκάφη, με μικρή ταχύτητα και ιδιαίτερη προσοχή. Το τρίτο νησάκι ονομάζεται Στρογγυλή, ή Στρογγυλή προφανώς λόγω του σχήματός του. Τέλος, στα βορειοανατολικά της Δονούσας βρίσκονται οι νησίδες **Μελάντιοι ή Χτένια ή Βούβες**, που αποτελούν ιδανικό ψαρότοπο για επαγγελματίες αλιείς και ερασιτέχνες ψαράδες.

Μια θέση στην ιστορία

Τα πρώτα ίχνη κατοίκησης της Δονούσας - Δόνουσσας ή Δονουσίας όπως αναφερόταν στην αρχαιότητα - ανήκουν στην 3η χιλιετία π.Χ., και βρέθηκαν στις θέσεις Αχτιά των Αγριλίων και Μύτη του Τράχυλα.

Πρόκειται για δύο μικρές κοινότητες ενταγμένες στον ευρύ πολιτιστικό ορίζοντα του Πρωτοκυκλαδικού πολιτισμού, που στηρίζονταν στην κτηνοτροφία και την αλιεία.

Η μεγάλη ακμή του νησιού ωστόσο, χρονολογείται στα Γεωμετρικά χρόνια (10ος – 7ος αι.π.Χ.), περίοδο κατά την οποία το νησί αποτέλεσε σημαντικό αγκυροβόλιο στο κεντρικό Αιγαίο και χώρο διακίνησης εμπορευμάτων από την κυρίως Ελλάδα προς τα Δωδεκάνησα και τις Δυτικές Μικρασιατικές ακτές. Εμπορικός σταθμός αυτής της περιόδου υπήρξε και ο οχυρωμένος οικισμός που βρέθηκε στη θέση **Βαθύ Λιμενάρι**, στα ΝΑ του νησιού, πολύ κοντά στη Μύτη του Τράχυλα. Τα σημαντικά ευρήματά του, δείχνουν μεγαλύτερη επιρροή από τα Δωδεκάνησα παρά από τις Κυκλάδες, και περιλαμβάνουν μεγάλη ποικιλία κεραμικών που σήμερα φυλάσσεται στο Αρχαιολογικό Μουσείο της Νάξου. Παρά την οχύρωση του όμως, φαίνεται ότι ο οικισμός αυτός εγκαταλείφθηκε σχετικά γρήγορα από τους ναυτικούς για άλλο καλύτερο σημείο επάνω στον ίδιο θαλάσσιο δρόμο, ίσως στις δυτικές ακτές της Άνδρου. Στο δεύτερο μισό του 1ου π.Χ.

αιώνα, οι Ρωμαίοι παραχώρησαν τη Δονούσα στους Ρόδιους που τη χρησιμοποίησαν σαν ναυτικό αγκυροβόλιο, αναφέρεται δε και από τον Βιργίλιο σαν σταθμός στην πορεία του Αινεία από την Τροία στην Ιταλία. Την περίοδο του Μεσαίωνα και της Οθωμανικής κυριαρχίας, εξαιτίας της θέσης της και των πολυσιχιδών ακτών της, χρησιμοποιήθηκε σαν πειρατικό καταφύγιο. Μετά την απελευθέρωση, η Δονούσα έγινε γνωστή στα Ελληνικά πολιτικά δρώμενα όταν την επισκέφθηκε ο βασιλιάς Γεώργιος Α΄ και οι κάτοικοι της έμαθαν για την έξωση του Όθωνα, γεγονός που είχε συμβεί 14 χρόνια νωρίτερα. Αργότερα στη διάρκεια του Α΄ Παγκόσμιου Πολέμου, έγινε σταθμός εφοδιασμού με κάρβουνο των Γερμανικών θωρηκτών Γκαίμπεν και Μπρεσλάου στο Ακρωτήριο Άσπρος Κάβος, ενώ κατά το τέλος του Β΄ Παγκοσμίου Πολέμου οι Άγγλοι σύμμαχοι βομβάρδισαν και βύθισαν γερμανικό πλοίο χωρητικότητας 2.500 τόνων στην παραλία του Κέδρου. Απομεινάρια του γερμανικού ναυαγίου είναι ορατά στο βυθό της θάλασσας μέχρι σήμερα. Στο πλαίσιο της κατοχής των ελληνικών εδαφών από τις δυνάμεις του Άξονα, το νησί εντάχθηκε αρχικά στην ιταλική διοίκηση. Μετά τη συνθηκολόγηση της Ιταλίας το 1943, περιήλθε σε γερμανική κατοχή μέχρι την απελευθέρωση του το 1944.



Περιήγηση στο νησί

*Η γνωριμία με τη Δονούσα
ξεκινάει από το **Σταυρό ή
Κάμπο** όπως τον ονομάζουν
οι ντόπιοι, που είναι
το λιμάνι και
η πρωτεύουσα του νησιού.*



Κτισμένος σε απάνεμο κόλπο στις νοτιοδυτικές ακτές, αποσπνέει μια φιλόξενη αύρα που σε κάνει να νιώθεις οικεία από την πρώτη στιγμή.

Με άσπρα σπιτάκια και πηλακόστρωτα σοκάκια, που ξεκινούν από τη θάλασσα και σκαρφαλώνουν μέχρι τα ψηλότερα σημεία των γύρω λόφων, έχει αυθεντικό κυκλαδίτικο χρώμα και συγκεντρώνει το μεγαλύτερο μέρος της τουριστικής κίνησης του νησιού. Οι όμορφες εκκλησίες του Τιμίου Σταυρού και της Παναγίας-Αν Γιάνην είναι ξεχωριστά στολίδια στο Σταυρό, και όταν γιορτάζουν, στις 14 Σεπτεμβρίου και στις 15 Αυγούστου αντίστοιχα, διοργανώνονται μεγάλα πανηγύρια. Ο **Τίμιος Σταυρός**, που θεωρείται και παλιούχος του νησιού, είναι μια ήευκη εκκλησία, λιτής αρχιτεκτονικής, με μπλε τρούλο και περίτεχνο καμπαναριό που βρίσκεται στο κέντρο του οικισμού.

Κτίστηκε το 1902, μετά από έρανο που οργάνωσε ο Δημήτριος Σκοπελίτης, για να αντικαταστήσει την προηγούμενη εκκλησία του Τιμίου Σταυρού που ήταν κτισμένη λίγο χαμηλότερα και καταστράφηκε εντελώς από δυνατή καταιγίδα στα τέλη του 19ου αιώνα. Λέγεται ότι το μόνο που σώθηκε από εκείνη την εκκλησία ήταν η εικόνα του «Σταυρού», που βρέθηκε σε αμμουδιά της Αμοργού από ντόπιους ψαράδες.

Σε ύψωμα στην ανατολική μεριά του οικισμού, δεσπόζει η **εκκλησία της Παναγίας-Αν Γιάνην**, ένα ιδιαίτερο αρχιτεκτονικό σύμπλεγμα δύο βασιλικών που ενώνονται κάτω από μικρό καμπαναριό. Πρώτη κτίστηκε η εκκλησία της Παναγίας στα τέλη



του 19ου αιώνα, και στη συνέχεια προστέθηκε δίπλα της η εκκλησία του Αγ - Γιάννη. Ο Σταυρός διαθέτει όλες τις δημόσιες υπηρεσίες, αρκετά ενοικιαζόμενα δωμάτια, καθώς και ταβέρνες, ουζερί και μπαράκια κυρίως γύρω από το λιμάνι που τις καθορίζουν νύχτες σφύζουν από ζωή.

Η ομώνυμη παραλία δίπλα στο λιμάνι είναι από τις ομορφότερες του νησιού, ενώ ο μικρότερος μόλος στο εσωτερικό του λιμανιού θεωρείται πολύ ασφαλές αγκυροβόλιο.

Ο κεντρικός δρόμος του νησιού συνδέει τον Σταυρό με τους άλλους τρεις οικισμούς την Μεσαρήν, το Μεραήνι και την Καλοταρίτσια. Επίσης από εδώ ξεκινούν αρκετά μονοπάτια, που καταλήγουν σε μαγευτικά σημεία και παραλίες, με μεγαλύτερο αυτό που φθάνει μέχρι την Καλοταρίτσια στα βόρεια. Ένα από αυτά θα σας οδηγήσει στον **Τρούλο**, ένα ορεινό οικισμό σε μικρή απόσταση από το Σταυρό, σχεδόν εγκαταλειμμένο πλέον με μόνο ένα κατοικημένο σπίτι.

Ακολουθώντας τον κεντρικό δρόμο ή το πανέμορφο παλιό καλντερίμι που άφησε συνδέει τα χωριά μεταξύ τους, θα φθάσετε στο παραδοσιακό οικισμό της **Μεσαριάς** με τη μοναδική θέα προς την Αμοργό, τις Μάκρες και την πίσω πλευρά της Νάξου.

Πολλά από τα χαμηλά πέτρινα σπίτια του χωριού, είναι σήμερα ερειπωμένα και το χειμώνα οι κάτοικοι είναι ελάχιστοι. Μέχρι το 1970 όμως, η Μεσαριά που τότε ονομαζόταν Χαραυγή, ήταν ο κεντρικός οικισμός του νησιού, με σιδηρουργείο και ξυλόφουρνο που εξυπηρετούσε όλους τους κατοίκους. Απομεινάρια του παρελθόντος είναι και οι δύο εγκαταλειμμένοι ανεμόμυλοι, λίγο πιο έξω από το χωριό, που έχουν σταματήσει να λειτουργούν από τη δεκαετία του '70. Έχουν πρόσβαση από μονοπάτια που ξεκινούν από το χωριό ενώ καλύτερα διατηρημένοι είναι αυτοί που βρίσκεται πάνω από τη θέση Βαθύ Λιμενάρι. Στη χερσόνησο που ορθώνεται στα ανατολικά του κόλπου **Βαθύ Λιμενάρι**, όπου θα φθάσετε συνεχίζοντας το μονοπάτι που οδηγεί και στον ανεμόμυλο, βρέθηκαν ερείπια **γεωμετρικού οικισμού**, που είχε κτισθεί πάνω στα απομεινάρια παλαιότερου οικισμού της εποχής του Χαλκού. Οι ανασκαφές, που έγιναν σταδιακά από το 1968 έως το 1973, έφεραν στο φως μέρος του οχυρωματικού τείχους, καθώς και 12 ορθογώνια κτήρια, από τα οποία τα περισσότερα ήταν δίκωπα, με επίπεδη στέγη.

Ο συγκεκριμένος οικισμός είναι ένας από τους λίγους αυτής της περιόδου στις Κυ-

κλάδες που είναι οχυρωμένοι, ενώ μεγάλο μέρος του στη νότια πλευρά, φαίνεται ότι βυθίστηκε στη θάλασσα. Η πλούσια συλλογή των κεραμικών που βρέθηκαν εδώ, περιλαμβάνει μεγάλα αγγεία για αποθήκευση και μεταφορά υγρών, μικρότερα επιτραπέζια αγγεία, μαγειρικά σκεύη κ.ά. και φυλάσσεται στο αρχαιολογικό μουσείο Νάξου.

Το οδικό δίκτυο του νησιού στη συνέχεια οδηγεί στο **Μεραήνι**, ένα ορεινό χωριό, γαντζωμένο σε μια απότομη πλαγιά στα ανατολικά, με καταπληκτική θέα προς το πέλαγος και την Αμοργό. Με χαμηλά, πέτρινα σπίτια και ειδικά τοποθεσίες τριγύρω, το Μεραήνι προσελκύει πολλούς επισκέπτες που εκτός από την ομορφιά του τόπου, μπορούν να απολαύσουν και καλό φαγητό στις δύο ταβέρνες του χωριού που τους καλοκαιρινούς μήνες λειτουργούν όλη μέρα.

Η εκκλησία του οικισμού, **η Αγία Σοφία**, λευκή με μπλε τρούλο, ξεχωρίζει από μακριά, κτισμένη σε ένα ύψωμα με υπέροχη θέα στην άκρη του οικισμού. Το Μεραήνι ωστόσο φημίζεται κυρίως για την **τοποθεσία με τον αιωνόβιο πλάτανο δίπλα στην πηγή με τα τρεχούμενα νερά**, θέαμα που θεωρείται σπάνιο στις Κυκλά-

δες. Για το νερό που αναβλύζει από την πηγή, οι παλιοί έλεγαν ότι ερχόταν από την Ικαρία, ενώ εδώ γίνεται κάθε χρόνο στις 17 Σεπτεμβρίου το όμορφο πανηγύρι της Αγίας Σοφίας.

Από το Μεραήνι επίσης ξεκινάει μονοπάτι που οδηγεί σε δύο από τις ομορφότερες παραλίες της Δονούσας, το **Λιβάδι** και το **Φύκιο**. Ο κεντρικός δρόμος καταλήγει στην **Καλοταρίτσια**, ένα γραφικό ψαροχώρι, κτισμένο στους πρόποδες του βουνού Πάπας στην βορειοανατολική άκρη του νησιού. Τα λιγοστά σπίτια του χωριού στολισμένα με βασιλικούς και βουκαμβίλιες είναι χαμηλά και πετρόκτιστα, με μπλε και πράσινες πόρτες και παράθυρα, ενώ οι γέρικοι κέδροι που ορθώνονται στα γύρω υψώματα εντυπωσιάζουν. Το ίδιο λιτό ύφος έχει και το κατάλευκο εκκλησάκι του χωριού, ο Άγιος Γεώργιος με το όμορφο καμπαναριό, που κτίστηκε μόλις το 1985. Τους καλοκαιρινούς μήνες, που η Καλοταρίτσια ζωντανεύει, λειτουργεί ταβέρνα με παραδοσιακά φαγητά. Μπροστά από το χωριό απλώνεται ο ομώνυμος κόλπος με τις όμορφες παραλίες **Σαπουνόχωμα**, **Βλυχός**, **Μέσα Άμμος** και **Τρυπητή**, ενώ στη βορειοανατολική άκρη του, ξεπροβάλλει ο όγκος της βραχονησίδας **Σκουλονήσι**.



Παραλίες

Οι όμορφες παραλίες της Δονούσας, αμμώδεις νοτιότερα και βοτσαλωτές πιο βόρεια, απέχουν πολύ από το ύψος των οργανωμένων πηλζ και προσφέρουν μοναδική επαφή με τη φύση, κρυστάλλινα νερά και υπέροχους βυθούς.

*Ακόμα πιο ερημικές και ανέγγιχτες είναι οι παραλίες στις κοντινές βραχονησίδες **Σκουλονήσι**, **Μάκαρες** και **Μελάντιοι** ιδανικές επίσης για ψάρεμα και καταδύσεις, όπου θα φθάσετε με ιδιωτικό σκάφος ή ναυλωμένο καΐκι.*

Σταυρός

Η παραλία δίπλα στο λιμάνι είναι αμμώδης με αρμυρίκια και πεντακάθαρα νερά. Επειδή έχει πολύ εύκολη πρόσβαση είναι από τις πιο πολυσύχναστες του νησιού, ενώ τριγύρω υπάρχουν αρκετά μαγαζιά για καφέ και φαγητό, καθώς και ταιμεντένια προβλήτα για βουτιές.



Βαθύ Λιμενάρι

Μικρή και ήσυχη παραλία με βαθυπηράσινα νερά και λευκά βότσαλα στα νότια του νησιού. Στα γύρω υψώματα ανακαλύφθηκαν τα υπολείμματα **αρχαίου οχυρωμένου Γεωμετρικού οικισμού**, ενώ από την παραλία διακρίνεται ο ένας από τους δύο **ανεμόμυλους** του νησιού. Επειδή δεν έχει εύκολη πρόσβαση δεν συγκεντρώνει

πολύ κόσμο και έτσι παραμένει για λίγους και ρομαντικούς.

Η πρόσβαση είναι εφικτή είτε από τη θάλασσα ή από μονοπάτι που ξεκινάει από τον κεντρικό δρόμο της Μεσαριάς. Η πεζοπορία διαρκεί περίπου 20 λεπτά.

Επίσης υπάρχει μονοπάτι που συνδέει το Βαθύ Λιμενάρι με την παραλία του Κέδρου.

Κέδρος

Μία από τις ομορφότερες παραλίες της Δονούσας, προστατευμένη σε έναν μικρό κόλπο στα νότια του νησιού. Είναι αμμώδης με καταγάλανα νερά και τους καλοκαιρινούς μήνες συγκεντρώνει αρκετό κόσμο. Στο βυθό της - περίπου στην μέση του κόλπου - διακρίνεται το **ναυάγιο ενός γερμανικού πολεμικού πλοίου** που βυθίστηκε από τους συμμάχους στο Β'

Παγκόσμιο Πόλεμο. Θα την προσεγγίσετε οδικώς από τον περιφερειακό δρόμο που σταματάει πάνω από την παραλία και από εκεί μέσω λιθόστρωτου μονοπατιού που καταλήγει στην αμμουδιά. Επίσης από τη θάλασσα με τοπικά καΐκια.

Για όσους αγαπούν το περπάτημα υπάρχει μονοπάτι που συνδέει την παραλία με τον οικισμό της Μεσαριάς.



Λιβάδι

Για πολλούς το Λιβάδι είναι η ωραιότερη παραλία του νησιού με υπέροχα βαθυπηράσινα νερά και λευκή άμμο.

Βρίσκεται σε απάνεμο κόλπο κάτω από τον οικισμό Μερσίνι.

Υπάρχουν αρμυρίκια για φυσική σκιά ενώ στην αριστερή πλευρά της παραλίας γοητεύουν τα γραφικά «σύρματα», θέσεις

όπου οι κάτοικοι φυλάνε τις βάρκες τους το χειμώνα.

Η πρόσβαση είναι εφικτή είτε από τη θάλασσα ή με πεζοπορία από μονοπάτια. Το ένα μονοπάτι ξεκινάει από τη Μερσίνι και καταλήγει στην παραλία μετά από περπάτημα περίπου 10 λεπτών, ενώ το δεύτερο ξεκινάει από τη Μεσαριά.



Λίμνη

Με βράχια τριγύρω, μεγάλη βότσαλο στην ακτή και καθαρά νερά που ταράζονται όταν φυσούν τα Αυγουστιάτικα μελτέμια, η Λίμνη είναι η μικρή παραλία του ομώνυμου κόλπου που βρίσκεται στις ΝΔ ακτές του νησιού. Ήσυχη και απομονωμένη προσφέρεται για λίγους και αποφασισμένους να φθάσουν μέχρι εδώ με τα πόδια από το μονοπάτι που ξεκινάει από τον οικισμό του Σταυρού.



Φύκιο

Μικρή και ήσυχη παραλία στο νοτιοανατολικό άκρο της Δονούσας, πολύ κοντά στην παραλία Λιβάδι με την οποία συνδέεται με μικρό μονοπάτι. Περιτριγυρισμένη από βράχια με σπηλιές, έχει άμμο στην ακτή και πεντακάθαρα γαλαζοπράσινα νερά. Ιδανική για όσους αναζητούν ηρεμία και απομόνωση.

Πρόσβαση από τη θάλασσα ή από το μονοπάτι που ξεκινάει από το Μερσίνι.



Μέσα Άμμος

Είναι η μεγαλύτερη και η πιο απόμακρη από τις παραλίες του όρμου της Καλοταρίτισσας. Αμμώδης, με υπέροχα νερά και θέα την ψηλότερη κορυφή της Δονούσας, τον Πάπα προσφέρεται για λίγους και ρομαντικούς.

Με βόρειους ανέμους δεν είναι η καλύτερη επιλογή.

Πρόσβαση από τη θάλασσα ή οδικώς μέχρι τον οικισμό της Καλοταρίτισσας και μετά ακολουθώντας το μονοπάτι που ξεκινάει από την παραλία Βλυχός.



Σαπουνόχωμα

Η πρώτη από τις τρεις παραλίες του φιλόξενου όρμου της Καλοταρίτισσας, στα βορειοανατολικά του νησιού.

Το άνοιγμά της δεν ξεπερνά τα 40 μέτρα, έχει χοντρό βότσαλο στην ακτή και πεντα-

κάθαρα παγωμένα νερά, ιδανικά για τις ζεστές μέρες του καλοκαιριού.

Εύκολη πρόσβαση από τον κεντρικό δρόμο του νησιού που καταλήγει στον οικισμό της Καλοταρίτισσας.

Βλυχός

Είναι η κεντρική παραλία στον όρμο της Καλοταρίτισσας, με ψιλό βότσαλο και γαλήνια γαλαζοπράσινα νερά. Συνήθως απάνεμη, είναι ιδανική για οικογένειες με παιδιά και αποτελεί ιδανικό αραξοβόλι για σκάφη.

Έχει εύκολη πρόσβαση είτε από τον κεντρικό δρόμο του νησιού που καταλήγει στον οικισμό της Καλοταρίτισσας, ή από τη θάλασσα με ιδιωτικό σκάφος ή τοπικό καΐκι.

Δραστηριότητες

Πεζοπορία



Διαδρομές

Γεμάτη με γραφικά καλντερίμια που παλιά χρησιμοποιούσαν καθημερινά οι κάτοικοι, η Δονούσα είναι ιδανική για περπάτημα και εξερεύνηση. Γνήσια κυκλαδίτικα τοπία, μυρωδιές από θρούμπι και δεντρολίβανο και μαγευτική θέα θα σας αποζημιώσουν για την όποια σωματική κόυραση μπορεί να νιώσετε και θα σας δώσουν την ευκαιρία να γνωρίσετε στα αλήθεια το νησί.

Τα περισσότερα μονοπάτια έχουν πλέον σηματοδοτηθεί και είναι εύκολο να τα ακολουθήσετε.

Σας προτείνουμε:

1. Σταυρός - Καλοταρίτισσα

Το μονοπάτι έχει κόκκινο-άσπρο σήμα, αριθμό 1, μήκος 4,40 χλμ. και διαρκεί περίπου 1,30 ώρα.

Είναι η μεγαλύτερη και ίσως η πιο ενδιαφέρουσα πεζοπορική διαδρομή του νησιού. Ξεκινάει από την κεντρική πλατεία του Σταυρού, διασχίζει όλη τη Β-ΒΔ πλευρά του νησιού, και καταλήγει στο γραφικό οικισμό της Καλοταρίτισσας.

Περίπου στο μέσο της διαδρομής, κινηθεί-

τε αριστερά για να απολαύσετε την απίστευτη θέα που προσφέρει ο κόλπος του Ξυλοπόταμ.

Στη συνέχεια και αφού έχετε μπει στο χωματόδρομο, στα δεξιά σας θα διακρίνετε τις εισόδους των παλιών μεταλλείων σιδήρου, αλουμινίου, χαλκού και σμύριδας.

Προς το τέλος της διαδρομής και πριν το κατέβασμα της Καλοταρίτισσας, στα δεξιά



βρίσκεται η ψηλότερη κορυφή του νησιού ο Πάππας, σε υψόμετρο 385μ.

Η ανάβαση στην κορυφή προσφέρει μερικές από τις πιο συναρπαστικές εικόνες του Αιγαίου. Η διαδρομή μέχρι τον οικισμό είναι ίσως η εντυπωσιακότερη του νησιού, καθώς περνά κατά μήκος της κορυφο-

γραμμής των «Φτερών» ενώ δεξιά απλώνεται κάθετα η πλαγιά του Πάππα.

Το μονοπάτι συνεχίζει μετά τον οικισμό της Καλοταρίτισσας και την παραλία Βλυχός και καταλήγει στη παραλία της Τρυπητής με τα βράχια από τα οποία πήρε και το όνομά της.

2. Κέδρος-Μεσαριά

Το μονοπάτι έχει κόκκινο-άσπρο σήμα, αριθμό 2, μήκος 1,10 χλμ. και διαρκεί περίπου μισή ώρα.

Η διαδρομή αυτή αποτελεί μέρος της διαδρομής που ένωνε τον Κάμπο με το Μερσήνη έχοντας σαν ενδιάμεσο προορισμό τους οικισμούς της Άνω και της Κάτω Μεσαριάς.

Ξεκινάει από τον κεντρικό δρόμο λίγο μετά από τη στροφή για το χωματόδρομο που οδηγεί στην παραλία του Κέδρου και ανηφορίζει με σχηματισμό Z στην κορυφή του Μπιτίλη. Όταν φυσάει, η κορυφή δέχεται εξαιρετικά ισχυρές ριπές ανέμων και χρειάζεται προσοχή.

Στη συνέχεια η διαδρομή εξελίσσεται ομαλά προς τους δυο οικισμούς της Άνω και Κάτω Μεσαριάς.

Τα δύο χωριά κάποτε ήταν ιδιαίτερα πυκνοκατοικημένα καθώς η περιοχή αποτελούσε το «βιομηχανικό» κέντρο του νησιού, με την παρουσία των δύο μύλων που άλεθαν το μίγδα (μίγμα σιταριού και κριθαριού) για την παραγωγή αλεύρου και την ύπαρξη σιδηρουργείου.

Στο τέλος του μονοπατιού έχει κατασκευαστεί πέτρινη σκάλα που βγάζει στον κεντρικό δρόμο του νησιού, από όπου μπορείτε να συνεχίσετε προς το Μερσήνη και την παραλία Λιβάδι.

3. Μερσίνι - Λιβάδι

Το μονοπάτι έχει κόκκινο-άσπρο σήμα, αριθμό 3, μήκος 0,9 χλμ. και διαρκεί περίπου μισή ώρα.

Διαδρομή με μεγάλη υψομετρική διαφορά και αρκετά έντονη κλίση η οποία ενώνει το Μερσίνι με την παραλία Λιβάδι.

Παρακλάδι της οδηγεί στη μικρή παραλία Φύκιο και στο μικρό λιμανάκι του Μερσινίου.

Στην αρχή του μονοπατιού επιβάλλεται η παράκαμψη αριστερά για μια επίσκεψη στην πηγή του Μερσινιού με τον τεράστιο πλάτανο και την πέτρινη ψίδα. Το καλντερίμι προς την πηγή και η λιθόστρωτη κλιμακωτή πρόσβαση στην ακτή "Λιβάδι" κατασκευάστηκαν από τη Νομαρχιακή Αυτοδιοίκηση Κυκλάδων το 2010.

4. Κέδρος - Κάτω Μύλος

Το μονοπάτι έχει κόκκινο-άσπρο σήμα, αριθμό 4, μήκος 1,8 χλμ. και διαρκεί περίπου 40 λεπτά.

Η διαδρομή είναι πολύ όμορφη και είναι η ίδια που ακολουθούσαν κάποτε οι κάτοικοι του Κάμπου προς τον Κάτω Μύλο προκειμένου να αλέσουν το μισό (μείγμα σιταριού και κριθαριού).

Ξεκινάει από την ανατολική πλευρά της παραλίας του Κέδρου και διασχίζει όλη την αριστερή πλευρά του κόλπου για να καταλήξει στο Μύλο.

Στον βυθό της θάλασσας του Κέδρου διακρίνονται πολύ καθαρά τα ύφαθα του γερμανικού πλοίου που βυθίστηκε εκεί στον Β' παγκόσμιο πόλεμο.

Στην πορεία της διαδρομής θα συναντήσετε

το σιδηροκάμινο όπου κατέληγαν τα μεταλλεύματα των ορυχείων για να φορτωθούν στα πλοία.

Στη συνέχεια θα περάσετε από το μικρό κόλπο με τις σπηλιές του Γεραντών και τα εκπηκτικά νερά και θα ανηφορίσετε προς τα Χωρισταριά, όπου παλιότερα οι μυλωνάδες έβαζαν τις βάρκες τους.

Τέλος, μετά από μια μικρή ανηφορική διαδρομή θα καταλήξετε στο Μύλο.

Από εκεί μπορείτε να δείτε στα αριστερά σας τον κόλπο Βαθύ Λιμενάρι και τον οικισμό Γεωμετρικής Περιόδου που ανασκάφτηκε το 1967 από την αρχαιολόγο Φωτεινή Ζαφειροπούλου.

5. Σταυρός - Λίμνη - Άσπρος Κάβος

Το μονοπάτι έχει κόκκινο-άσπρο σήμα, αριθμό 5, μήκος 2,1 χλμ. και διαρκεί περίπου 40 λεπτά.

Αυτή η διαδρομή διασχίζει ολόκληρη τη Δυτική πλευρά του νησιού και καταλήγει στη Λίμνη, ένα κλειστό φυσικό κόλπο με μικρή αμμουδιά και βοτσαλωτό βυθό που πριν την κατασκευή του λιμανιού ήταν το αγκυροβόλιο για τις βάρκες των κατοίκων της Δονούσας. Ξεκινάει από τον κεντρικό δρόμο του νησιού στο σημείο που στρίβει προς χωματερή. Αριστερά και δεξιά

βρίσκονται τα απομεινάρια του παλιού οικισμού Ζαλή. Βγαίνοντας από το χωματόδρομο περνάει πάνω από την περιοχή Πλάκες και διασχίζει την περιοχή Συκιά. Στα αριστερά σας θα βρείτε τον κόλπο του Γερογιάννη και μετά από λίγο θα καταλήξετε στη Λίμνη. Μετά τη Λίμνη η διαδρομή οδηγεί στο ακρωτήρι του Άσπρου Κάβου, ένα από τα πιο απόκοσμα τοπία του Αρχιπελάγους. Περιπλανηθείτε στο κατάλευκο τοπίο και απολαύστε τη θέα προς την βόρεια ακτογραμμή του νησιού.

Ιστιοπλοΐα

Η Δονούσα είναι ιδανική για θαλάσσιες διαδρομές με ιστιοπλοϊκό, καθώς εκτός από τις ακτές και τους κολληίσκους της, διαθέτει πολύ κοντά της και βραχονησίδες που έχουν κρηκωθεί περιοχές ιδιαίτερου φυσικού κάλλους (**Μάκαρες, Μοσχονάς, Σκουληνήσι και Μελάντιοι**).

Στη δυτική ακτή του νησιού, στον όρμο του Σταυρού όπου βρίσκεται και το λιμάνι που δένουν τα πλοία της γραμμής, μπορείτε να αγκυροβολήσετε αρόδο μπροστά από την παραλία του χωριού, σε βάθος 4-5 μέτρων, με αμμώδη βυθό με καλό κράτημα. Στο εσωτερικό του μόλου που δένουν τα πλοία υπάρχουν λίγες θέσεις ελλιμενισμού, όμως τα βάθη είναι μικρά, 1,5-2,5μ. και δεν ενδείκνυνται για μεγάλα σκάφη. Ο όρμος είναι γενικά ευχάριστος όχι όμως και ασφα-

λής από δυνατούς ανέμους. Στο λιμάνι θα ανεφοδιαστείτε σε νερό και θα βρείτε παντοπωλεία, καφεενία και ταβέρνες.

Ανατολικότερα του Σταυρού καλύτερη προστασία από το μετέμι, με ισχυρές όμως σπηλιάδες, προσφέρει **ο όρμος Δέντρο ή Κέδρος**. Στο ακρωτήρι Δέντρο και στο μέσο της δυτικής ακτής του όρμου υπάρχουν ύφαλοι, ενώ στο μυκό του όρμου σε βάθος 5μ. περίπου υπάρχει ναυάγιο. Μπορείτε να αγκυροβολήσετε αρόδο σε βάθος 5-8μ. σε αμμώδη βυθό με καλό κράτημα.

Στο ΒΑ άκρο του νησιού **ο όρμος Ρούσσα ή Καλοταρίτσασσα** προσφέρει σχετικά καλό καταφύγιο από το μετέμι. Καλύτερα να αγκυροβολήσετε στο βάθος του όρμου στη δυτική ακτή σε βάθος 8-10μ. με σχετικά καλό κράτημα.



Τοπικά προϊόντα

Από τις ντόπιες σπεσιαλιτέ, ξεχωρίζει το **πατατάτο** (κατσίκι κοκκινιστό με πατάτες), όπου εκτός από τις παραδοσιακές ταβέρνες θα το βρείτε να σερβίρεται στα τοπικά πανηγύρια αλληλά σε άλλες εκδηλώσεις όπως σε γάμους και βαφτίσια.

Πολύ καλό είναι επίσης το ντόπιο κόκκινο ημίγλυκο κρασί και η ρακί που οι ντόπιοι σερβίρουν με ξερά σύκα. Στις γιορτές προσφέρουν **ξεροτήγανα** (δίπλες με μέλι) και το παραδοσιακό στις Κυκλάδες **παστέλι**.



Πατατάτο (κατσικίσιο κρέας με πατάτες)

Υλικά:

2 ½ κιλά κατσικίσιο κρέας (σπάλα ή μπούτι), κομμένο σε κομμάτια με το κόκαλο,

1 φλιτζάνι εξαιρετικά παρθένο ελαιόλαδο,

2 κρεμμύδια ψιλοκομμένα,

6 σκελίδες σκόρδο ψιλοκομμένες,

2 πατάτες ξεφλουδισμένες και χοντροκομμένες,

2 φλιτζάνια ντομάτες κομμένες σε κύβους,

αλατοπίπερο,

2 φύλλα δάφνης.

Αλατοπιπερώνουμε το κρέας, και το ροδίζουμε καλά από όλες τις πλευρές σε μια μεγάλη κατσαρόλα, όπου προηγουμένως έχουμε κάψει το λάδι.

Προσθέτουμε τα κρεμμύδια και αφού καραμελώσουν ρίχνουμε το σκόρδο και τις πατάτες ανακατεύοντας πολύ καλά.

Στη συνέχεια, προσθέτουμε τις ντομάτες, τα φύλλα δάφνης, και αρκετό νερό ώστε να καλυφθούν όλα τα υλικά μας.

Βράζουμε σε σιγή φωτιά για 1 ½ - 2 ώρες, ώπου το κρέας μας να γίνει πολύ μαλακό.

Προσθέτουμε αλάτι και πιπέρι αν λείπει, κατεβάζουμε από τη φωτιά και σε λίγη ώρα σερβίρουμε.

Πανηγύρια και εκδηλώσεις

Τα πανηγύρια στη Δονούσα είναι ιδιαίτερη εμπειρία για όλους όσους παρευρίσκονται, που συνήθως είναι πολλοί αφού τυχαίνει να γίνονται Αύγουστο και Σεπτέμβριο, μήνες που το νησί σφύζει από ζωή.



Το μεγαλύτερο πανηγύρι του νησιού γίνεται τον Δεκαπενταύγουστο στο Σταυρό όπου γιορτάζει η εκκλησία της **Παναγίας**. Μετά την πρωινή θεία λειτουργία μοιράζεται άρτος, ρακί και κρασί στην αυλή του ναού και το βράδυ ακολουθεί μεγάλο γλέντι στο λιμάνι. Εκτός από όλους όσους βρίσκονται στο νησί, στη γιορτή συμμετέχουν και πολλοί ακόμα που έρχονται από τα γύρω νησιά των Μικρών Κυκλάδων, για να γευτούν το εξαιρετικό πατατάτο, να πιούν άφθονο κρασί και να ξεφαντάσουν με ζωντανή παραδοσιακή μουσική και χορό, μέχρι τις πρώτες πρωινές ώρες.

Μεγάλο πανηγύρι στο Σταυρό, γίνεται επίσης και την παραμονή της **«Υψώσεως του Τιμίου Σταυρού»** που είναι και πολυήχοος του νησιού.

Το απόγευμα της παραμονής της 14 Σεπτεμβρίου, τελείται στην εκκλησία εσπερινός και στη συνέχεια προσφέρεται άρτος, κρασί και ρακί στο προαύλιο ενώ στην αίθουσα του πνευματικού κέντρου της εκκλησίας σερβίρεται το παραδοσιακό πατατάτο. Ακολουθεί γλέντι στο λιμάνι με ζωντανή παραδοσιακή

μουσική και χορό.

Ανήμερα το πρωί του Σταυρού μετά την θεία λειτουργία γίνεται περιφορά της εικόνας του Σταυρού που καταλήγει στο λιμάνι. Στη συνέχεια ένας ντόπιος κρατώντας την εικόνα μπαίνει σε όλα τα καΐκια και τις βάρκες που βρίσκονται στο λιμάνι για ευλογία. Η εικόνα του Σταυρού θεωρείται θαυματουργή, γι αυτό και στη γιορτή της υπάρχει μεγάλη προσέλευση προσκυνητών από όλα τα γύρω νησιά.

Ξεχωριστή ομορφιά έχει **το πανηγύρι της Αγίας Σοφίας** στις 17 Σεπτεμβρίου στο Μεροήνι. Μετά την πρωινή λειτουργία μοιράζεται άρτος και φαγητό (κρέας βραστό) στην αυλή της Εκκλησίας και στη συνέχεια συγκεντρώνονται όλοι στην γραφική τοποθεσία με την πηγή που αναβλύζει κάτω από τον πλάτανο, όπου ακολουθεί γλέντι με μουσική, χορό άφθονο κρασί και ψητούς μεζέδες.

Εάν τύχει και βρίσκεστε στο νησί τον Ιούλιο λάβετε μέρος στο «Κυνήγι του Θουσαυρού» και ίσως ανακαλύψετε πρώτοι τα λάφυρα των πειρατών.

Χρήσιμα τηλέφωνα

	ΤΗΛΕΦΩΝΟ	FAX	E-MAIL
Κοινότητα	2285051600	2285051639	
ΚΕΠ	2285029107	2285051639	k.donousis@kep.gov.gr
Ιατρείο	2285051506	2285051506	
Ιερός Ναός	2285051595	2285051595	
Δημοτικό / Νηπιαγωγείο	2285051572	2285051295	mail@dim-donous.kyk.sch.gr
Γυμνάσιο / Λύκειο	2285051826	2285051596	mail@gym-donous.kyk.sch.gr
Αστυνομικός Σταθμός	2285073320	2285073320	
Λαγκάδας Αμοργού			
Λιμεναρχείο Νάξου	2285022300	2285024549	

Πληροφορίες, που ενημερώνονται συνεχώς, για τη διαμονή στη Δονούσα, τις υπηρεσίες, τις δραστηριότητες, τις πολιτιστικές εκδηλώσεις κ.α. παρέχονται στο ιστότοπο **www.naxos.gr** καθώς επίσης και στα μέσα κοινωνικής δικτύωσης. Facebook: **[naxislandgreece](#)**, twitter: **[@NaxosIslands](#)**, Google+: **[Naxos Island and Small Cyclades](#)**, flickR: **[Naxos Island and Small Cyclades](#)**, YouTube: **[Naxos Island and Small Cyclades](#)**



Πώς να φτάσετε στις Μικρές Κυκλάδες

Εδώ είναι ένας σύντομος οδηγός, για να σας βοηθήσει να προγραμματίσετε το ταξίδι σας. Τα τέσσερα νησάκια που περιβάλλουν τη Νάξο, είναι προσβάσιμα μόνο από τη θάλασσα, με εξαίρεση τα Κουφονήσια και τη Σχοινούσα, που διαθέτουν και ελικοδρόμιο. Έχουν, όμως, ένα σημαντικό κοινό στοιχείο: υπέροχες παραλίες και χαλαρή και ξέγνοιαστη εμπειρία διακοπών.

Εάν θέλεται να τα επισκεφθείται, ο ευκολότερος τρόπος είναι μέσω της Ναξου, αφού από εκεί ξεκινάει το καθημερινό τοπικό ενδοκυκλαδικό δρομολόγιο.

Μερικά είναι πιο κοντά στη Νάξο, ενώ άλλα είναι πιο απομακρυσμένα, ωστόσο όλα προσφέρουν κάτι διαφορετικό.

Ηρακλειά

Το νησί που βρίσκεται πιο κοντά στη Νάξο είναι η Ηρακλειά, το μεγαλύτερο νησί των Μικρών Κυκλάδων.

Μπορείτε να φθάσετε στην Ηρακλειά με τα πλοία (ferries) τοπικών ενδοκυκλαδικών γραμμών, που συνδέουν καθημερινά τη Νάξο με τις Μικρές Κυκλάδες. Το ταξίδι διαρκεί 1 ώρα και 30 λεπτά.

Επιπλέον, ορισμένες φορές την εβδομάδα υπάρχει πλοίο που συνδέει τον Πειραιά με την Ηρακλειά, με ενδιάμεση στάση και στη Νάξο. (Το ταξίδι από την Νάξο διαρκεί 55 λεπτά).

Σχοινούσα

Ο επόμενος σταθμός της τοπικής ενδοκυκλαδικής γραμμής που ξεκινά από την Νάξο είναι η Σχοινούσα. Το ταξίδι διαρκεί περίπου 1 ώρα και 50 λεπτά. Το πλοίο από τον Πειραιά, μετά την Ηρακλειά, σταματά και στην Σχοινούσα, με μια διάρκεια ταξιδιού από την Νάξο μιας 1 ώρας και 15 λεπτών.

Κουφονήσια

Μετά τη Σχοινούσα το πλοίο σταματά στα Κουφονήσια. Το ταξίδι διαρκεί περίπου 2 ώρες και 30 λεπτά (από την Νάξο). Το πλοίο από τον Πειραιά επίσης σταματά στα Κουφονήσια κάποιες ημέρες την εβδομάδα, με διάρκεια ταξιδιού από την Νάξο 2 ώρες.

Δονούσα

Η Δονούσα, το πιο απομακρυσμένο νησί από την Νάξο, είναι προσβάσιμο μέσω του τοπικού ενδοκυκλαδικού δρομολογίου που διαρκεί 4 ώρες από την Νάξο. Επίσης, το πλοίο από τον Πειραιά σταματά στη Δονούσα κάποιες φορές την εβδομάδα, με διάρκεια ταξιδιού 1 ώρα και 10 λεπτά από την Νάξο.

Έχετε κατά νου ότι ιδιωτικές ταξιδιωτικές εταιρείες με έδρα τη Νάξο προσφέρουν επιπλέον πρόσβαση στα νησιά των Μικρών Κυκλάδων, πραγματοποιώντας ημερήσιες εκδρομές και διαδρομές στα τέσσερα νησιά, όπως και σε άλλα νησιά των Κυκλάδων.

** Σημείωση - Οι παρακάτω πληροφορίες μπορεί να αλλάζουν. Παρακαλούμε να επικοινωνήσετε με τον ταξιδιωτικό σας πράκτορα ή με τις εταιρείες αεροπορικών ή ακτοπλοϊκών γραμμών για συγκεκριμένες πληροφορίες και δρομολόγια.*

Η διάρκεια του ταξιδιού από τον Πειραιά στη Νάξο κυμαίνεται από 4 έως 6 ώρες ανάλογα τον τύπο του πλοίου που θα επιλέξετε.





ΕΚΔΟΣΗ:
ΔΗΜΟΣ ΝΑΞΟΥ ΚΑΙ ΜΙΚΡΩΝ ΚΥΚΛΑΔΩΝ
Ιούλιος 2013

Ελληνικά Κείμενα: Ελένη Καψή

Μεταφράσεις: Ζαχαρίας Αργυρόπουλος

Σχεδιασμός και σελιδοποίηση: Ευαγγελία Ρεφενέ

Φωτογράφιση: Χρήστος Δράζος

Θερμά ευχαριστήρια στους:

- Εκπροσώπους της κοινότητας Ηρακλειάς, Σχοινούσας, Κουφονησίων, Δονούσας
- κ. Γιάννη Γαβαλά για τη συνδρομή του στα κείμενα και τις φωτογραφίες της Ηρακλειάς
- Πολιτιστικό Σύλλογο Σχοινοουσιωτών και την κα Ελένη Μαρκουλή

Χάρτες: Εκδόσεις Ανάβαση

Εκτύπωση: Βιβλιοσυνεργατική Α.Ε.

Copyright: Δήμος Νάξου και Μικρών Κυκλάδων

Διατίθεται δωρεάν

ΔΗΜΟΣ ΝΑΞΟΥ ΚΑΙ ΜΙΚΡΩΝ ΚΥΚΛΑΔΩΝ

www.naxos.gr
www.naxos.gr/gr/irakleia/
www.naxos.gr/gr/shoinousa/
www.naxos.gr/gr/koufonisia/
www.naxos.gr/gr/donousa/



Δήμος Νάξου
και Μικρών Κυκλάδων

Μικρές Κυκλάδες 84300, Κυκλάδες, Ελλάδα

• τ +30 22853 60100 • f +30 22850 23570

• e mail: naxos@naxos.gov.gr

• www.naxos.gr

• www.facebook.com/naxosislandgreece

GREECE