

# GREECE

ALL TIME CLASSIC

Θεσπρωτία του Πράσινου και του Γαλάζιου  
Thesprotia. Green & Blue

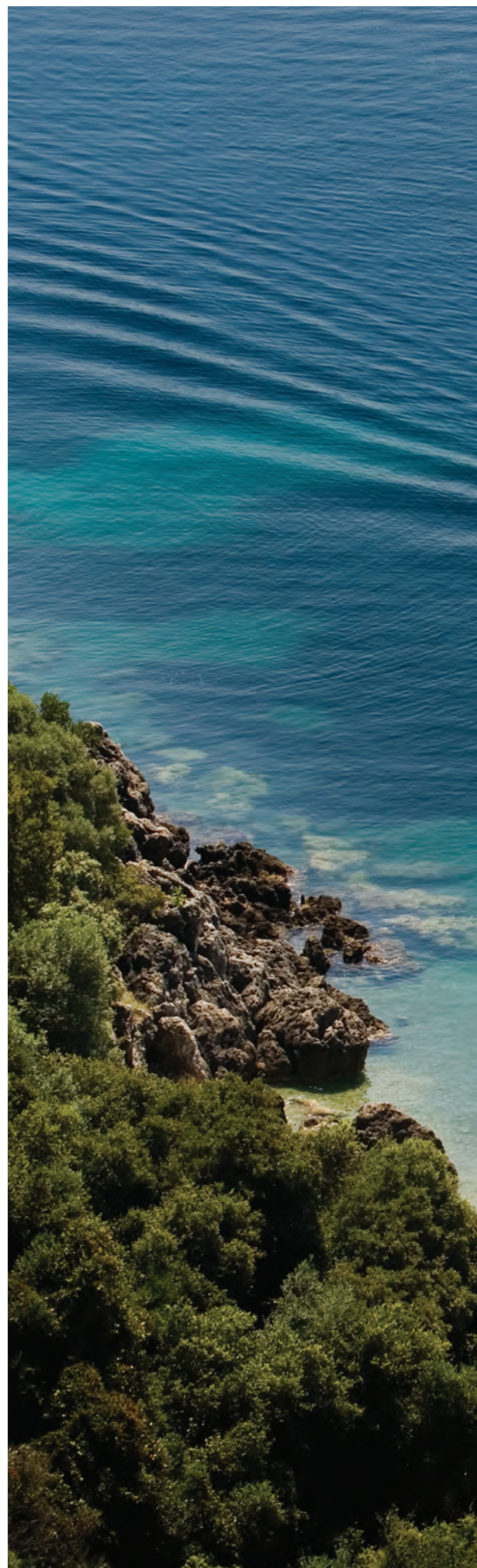


# WELCOME HOME

[www.visitgreece.gr](http://www.visitgreece.gr)



- 04 Γιατί αξίζει να ανακαλύψεις αυτή τη γη...  
Why this land is worth discovering...
- 06 Για την ιστορία που γεννιέται πριν την Ιστορία  
About the story that was born before History
- 08 Για τη σουλιώτικη ψυχή  
About the Souliot's soul
- 10 Για τους 3 δήμους, σήμερα  
The 3 municipalities that exist today
- 14 Για τα αρχαία και ρωμαϊκά μνημεία  
About the ancient Greek and Roman monuments
- 18 Για τα βυζαντινά μνημεία  
About the Byzantine monuments
- 20 Για τα μοναστήρια και τα ξωκλήσια  
About monasteries and chapels
- 24 Για τους παραδοσιακούς οικισμούς  
About the traditional settlements
- 26 Για τις πατροπαράδοτες γιορτές  
About the traditional feasts
- 27 Για τα προϊόντα της γης και της θάλασσας  
About land and sea products
- 28 Για τα μουσεία  
About museums
- 30 Για τις διαδρομές στη Φύση  
Natural treks in the countryside
- 31 Για τα σπορ στη Φύση  
About sports in Nature
- 32 Για τον μυθικό Αχέροντα  
About the mythical Acheron River
- 34 Για τον ποταμό-θρύλλο, Καλαμά  
About the legendary Kalama River
- 36 Για τη λίμνη με τα νούφαρα  
About the lake with the water-lilies
- 37 Για τους μύθους και τ' αγριοπούλουδα  
About myths and wild flowers
- 38 Για τις ειδυλλιακές ακρογιαλιές  
About idyllic beaches
- 42 Επικοινωνήστε...  
contact...
- 43 Ελάτε...  
Come...







# Γιατί αξίζει να ανακαλύψεις αυτή τη γη...

## Why this land is worth discovering...



Δήμος Παραποτάμου • Parapotamos Municipality

**Φ**ίλε ταξιδευτή, η Θεσπρωτική γη σε καλωσορίζει! Γη του προϊστορικού ανθρώπου της Παλαιολιθικής Περιόδου και των πρώτων ελληνόφωνων φύλων το 2000 π.Χ. περίπου, ύστερα των Μυκηναίων αποίκων, των Δωριέων κατά την κάθοδό τους, των Μολοσσών, των Ηλείων, των Κορινθίων και των Κερκυραίων, κτήση της “Pax Romana” στη συνέχεια, προπύργιο της Βυζαντινής Αυτοκρατορίας κατά τις επιδρομές γερμανοσλαβικών φύλων Νορμανδών κ.α., μετέπειτα στην κατοχή των Βενετών και υπό οθωμανικό ζυγό μέχρι το 1913, η Θεσπρωτία κινεί το ενδιαφέρον για την πλούσια ιστορική της διαδρομή, τους απελευθερωτικούς αγώνες της, την πολύτιμη φιλολογική και αρχιτεκτονική της παρακαταθήκη, τα αρχαία και βυζαντινά μνημεία της.

Λατρεύεται όμως για την ομορφιά της Φύσης: τα βουνά, τα ποτάμια, τους βιότοπους, τις λίμνες, τις πηγές, τα δάση, τα φαράγγια, τα σπήλαια, τους καταρράκτες... αλλά και τις αμμουδερές ακτές της που βρέχονται από τα γαλαζοπράσινα νερά του Ιονίου. Αφήνοντας τη Θεσπρωτία, φίλε ταξιδευτή, θα πάρεις μαζί σου **ευωδία** από αγριολούλουδα φυτρωμένα σε σχισμές βράχων, σε ακροποταμιές και γεφύρια, **εικόνες** από ερωδιούς και χρυσαετούς πάνω από λίμνες με νούφαρα που ανθίζουν το Μάη, **γεύση** από πορτοκάλια και μέλι μοναδικό και τον **απόηχο** από μουσικές και τραγούδια ανθρώπων ωραίων - που ξέρουν να χορεύουν και να γελούν όπως παλεύουν για τη ζωή. Με μνήμη και πάθος.

**F**ellow traveler, the Thesprotian land welcomes you! Land of the Paleolithic period's prehistoric man and the early Greek-speaking man around 2000 B.C., later of the Mycenaean settlers, the Dorian tribes after their decent, the Molossians, the Ilians, the Corinthians and the Corcyraeans, a dominion of “Pax Romana” in the following centuries, a stronghold of the Byzantine empire during the incursions of the Germanic and Slavic tribes, the Normans, etc. Afterwards, it was occupied by the Venetians and finally, it remained under the Ottoman yoke till 1913, the year that it was liberated and became part of Greece. Thesprotia excites interest for its rich historical course, its wars of independence, its valuable literary and architectural heritage and its classical and Byzantine monuments.

However, Thesprotia is also adored for its natural beauty: its mountains, rivers, biotopes, lakes, fountains, forests, gorges, caves and waterfalls... but also its sandy coasts, which are caressed by the crystal blue waters of the Ionian Sea. Leaving the land of Thesprotia, fellow traveler, you will have taken with you the **fragrance** of wild flowers, grown in rifts by river banks and under bridges, **images** of herons and golden eagles flying over lakes covered by water-lilies that blossom in May, the **taste** of oranges and unique honey, and the **echoes** from music and songs of wonderful people who know how to dance and laugh as well as life's struggles. With memories and passion!

# Για την ιστορία που γεννιέται πριν την Ιστορία

## About the story that was born before History



Παγάνιοι • Paganioi

**Ι**χνη ανθρώπου της **Παλαιολιθικής Περιόδου** ανακάλυψαν οι κατά καιρούς έρευνες στην περιοχή του Ελευθεροχωρίου της Θεσπρωτίας. Κατά τη **Νεολιθική Περίοδο** διαπιστώθηκε ανθρώπινη εγκατάσταση στις σπηλιές της Ψάκας και της Σίδερης, καθώς και στην κοιλάδα του Κωκυτού.

Συνεχής επιβεβαιώνεται η παρουσία προελληνικών φύλων στην πρώιμη **Εποχή του Χαλκού**. Τα πρώτα ελληνόφωνα φύλα εμφανίζονται το 2000 π.Χ. περίπου. Οι **Έλληνες Θεσπρωτοί**. Το 14ο και 13ο π.Χ. αι. φτάνουν οι Μυκηνναίοι άποικοι και ιδρύουν οχυρωμένες εγκαταστάσεις στις εκβολές του Αχέροντα και στον όρμο του Λύχνου. Γύρω στο 1100 π.Χ. έχουμε την **«Κάθοδο των Δωριέων»** και την εγκατάσταση των Μολοσσών ανατολικά της Δωδώνης. Ο αποικισμός των Ηλείων τον 8ο και των Κορινθίων και Κερκυραίων τον 7ο και 6ο π.Χ. αι. επανασυνέδεσε τις σχέσεις της Ηπείρου με τη Νότια Ελλάδα. Αρχές του **4ου π.Χ.** αι. οι Μολοσσοί επικρατούν στην ανατολική Θεσπρωτία. Το β' μισό του ίδιου αιώνα, **οι μικρές ατείχιστες κώμες συγκροτούν πόλεις με πλήρη οικιστική οργάνωση**, για λόγους αμυντικούς, οικονομικούς και διοικητικούς.

Ιδρύεται το Κοινό των Θεσπρωτών γεγονός που αποτελεί σημαντικό σταθμό στην ιστορία της Θεσπρωτίας και της Ηπείρου γενικά, **πριν τη ρωμαϊκή κατάκτηση**. Ο ρωμαϊκός στρατός πυρπολεί εβδομήντα πόλεις της Ηπείρου συνολικά. Την καταστροφή της Θεσπρωτίας το 167 π.Χ. ακολουθεί μία μεγαλύτερη το 88/87 π.Χ., από τους Θράκες μισθοφόρους του Μιθριδάτη ΣΤ' Ευπάτορος. **Ο ρωμαϊκός αποικισμός όμως ευνόπη την ανάπτυξη ορισμένων πόλεων,**

όπως η Φωτική, βόρεια της Παραμυθιάς, τον 1ο π.Χ. αι. **Με την ίδρυση της Νικόπολης** από τον Αύγουστο, παρατηρείται μεγαλύτερη ερήμωση της υπαίθρου, καθώς μεταφέρθηκαν πληθυσμοί για το συνοικισμό της νέας πόλης. **Η Νικόπολη αποτέλεσε από τον 1ο μ.Χ. αι. δραστήρια χριστιανική κοινότητα.**

Η Θεσπρωτία καθ' όλη τη **βυζαντινή περίοδο**, λόγω της θέσης της στο δυτικό άκρο της αυτοκρατορίας, υπήρξε **προπύργιό της για τους εκάστοτε επιδρομείς**. Βαρβαρικά φύλα και μετά Νορμανδοί καταστρέφουν ολόκληρες πόλεις, διώχνουν πληθυσμούς, «αναγκάζουν» σε κατασκευή τειχών ή μετακίνηση σε περισσότερο φυσικά οχειρές θέσεις. Το 1294 ο Δεσπότης της Ηπείρου Νικηφόρος δίνει ένα τμήμα της Θεσπρωτίας ως προίκα στη θυγατέρα του, Θάμαρ, για το γάμο της με τον πρίγκιπα Φίλιππο τον Τάραντα. Εκατό χρόνια αργότερα οι **Βενετοί** καταλαμβάνουν τα παράλια της Θεσπρωτίας, με βάσεις στη Σαγιάδα, το Φανάρι και την Πάργα. Την **υστεροβυζαντινή περίοδο** ιδρύονται οι οικισμοί της Οσδίνας, της Ηγουμενίτσας και της Παραμυθιάς που γνώρισαν ιδιαίτερη ακμή στη συνέχεια.

Από την Παραμυθιά ξεκίνησε το 1611 το απελευθερωτικό κίνημα του «Σκυλοσόφου», που επικεφαλής άοπλου πλήθους κατέλαβε τα Ιωάννινα καταλύοντας για λίγο την **οθωμανική κυριαρχία**. Οι Θεσπρωτοί συνέχισαν τους αγώνες τους και μετά την ίδρυση του ελληνικού κράτους – 1854, 1878 και 1897 για την απελευθέρωση από τον τουρκικό ζυγό. Ο ελληνικός στρατός ελευθερώνει τη Θεσπρωτία στις 23 Φεβρουαρίου του 1913 στους βαλκανικούς πολέμους.



Marble relief sarcophagus from the Roman era, Ladohori, Igoumenitsa

**H**uman traces of the Paleolithic period were discovered during periodical archaeological surveys in the area of Eleutherochorion in Thesprotia. During the Neolithic period, human settlements were found in the Psaka and Sidere caves, as well as the Cocytos valley.

A continuous presence of pre-Hellenic tribes has been confirmed during the early Bronze Age. The first Greek-speaking tribes appeared around 2000 B.C., who became known as the Greek Thesprotians. In the 14th and 13th century B.C., Mycenaean settlers arrived and established fortified settlements by the banks of the Acheron River and the Lychnos bay. The “Dorian Descent” occurred around 1100 B.C. and was followed by the settling of the Molossians east of Dodone. The Ilions settled in the 8th century, while the Corinthians and the Corcyraeans settled in the 7th and the 6th centuries respectively, they facilitated the reestablishment of relations between Epirus and Southern Greece. In the early 4th century, the Molossians prevailed in eastern Thesprotia. During the second half of that century, the small, un-walled villages formed towns characterized by concrete, with residential organization to serve defensive, financial and administrative purposes.

The Thesprotian Commonwealth was founded at a later stage, an event that comprises an important landmark in the history of Thesprotia and Epirus in general, before the Roman conquest. The Roman army burned seventy towns of Epirus in total. The destruction of Thesprotia in 167 B.C. was followed by a graver one in 88/87 B.C. by the Thracians mercenaries of the Pontian king,

Mithridates VI Eupatoria. However, the Roman settlement favoured the development of certain towns, such as Photica, north of Paramythia, in the 1st century B.C. Following the foundation of Nikopolis by Octavian August, a large abandonment of the countryside occurred, since the local population was transferred to inhabit the new city. Nikopolis was an energetic Christian community since the 1st century A.D.

Thesprotia, during the whole Byzantine period, due to its strategic position at the western edge of the Empire, functioned as its stronghold against every invader. Barbarian tribes and later the Normans, destroyed entire cities, expelled peoples, “forced” the construction of walls or the relocation to stronger, naturally fortified positions. In 1294, the Despot of Epirus, Nicephorus gave a section of Thesprotia to his daughter Thamar, in the form of dowry, on the occasion of her wedding with Prince Philip of Taras. A century later, the Venetians captured the coasts of Thesprotia and established bases in Sagiada, Phanari and Parga. The settlements of Osdina, Igoumenitsa and Paramythia were established during the late Byzantine period, which flourished substantially over the following years.

The liberation movement of “Skylosophos” started from Paramythia in 1611. He, in charge of an unarmed crowd, captured the city of Ioannina overthrowing the Ottoman rule for a short period. The Thesprotians continued their struggle for freedom even after the establishment of the Hellenic state – in 1854, 1878 and 1897 – to overthrow the Turkish yoke. The Greek army liberated Thesprotia on 23 February, 1913, during the Balkan Wars.

# Για τη σουλιώτικη ψυχή

About the Souliot's soul



Κούγκι • Kougi

Οι αγώνες και οι θυσίες των Σουλιωτών κατά του φιλόδοξου Αλή, πασά των Ιωαννίνων, έχουν πάρει διαστάσεις μυθικές. Το 1803 λήγουν με το διωγμό τους από το **Σούλι**. Βουνά πετρώδη, γη κακοτράχαλη, η γη του Σουλίου. Τοπίο που αγκαλιάζει τον άνθρωπο. Και αυτός ριζωμένος πάνω του, το αντιγράφει. Σε μια ζωή λιτή, αυστηρή, ατίθαση και αδάμαστη. «...Γενεά σιδερένια ως τα σήμερα είναι / που από μάνες Δωριίδες λες και βγαίνει ακόμα...» γράφει ο Λόρδος Βύρων για τους Σουλιώτες.

Οπληρχηγοί και πολεμιστές από το Σούλι συμμετείχαν στην επανάσταση του 1821, με τη γνωστή φλόγα για λευτεριά που έκαιγε μέσα τους, άσβεστη πάντα.

The struggles and the sacrifices made by the Souliotes during their wars against the ambitious Ali, pasha of Ioannina, have reached legendary proportions. They ended in 1803, when they were forced to abandon **Souli**. Rocky mountains and rugged terrain define the land of Souli, a landscape that embraces man, and he, deeply rooted in it, copies it, living a life austere, strict, untamed and unbowed. “...An iron generation until today / which, some can say, is still bred by Dorian mothers,” writes Lord Byron about the Souliotes.

Souliotes chieftains and warriors took part in the War of Independence in 1821, inspired by the renowned flame for freedom that burned inside them, always undimmed.





Χάλκινη προτομή του αγωνιστή Φώτου Τζαβέλα • Bronze bust of independence hero Fotos Tzavelas



# Για τους 3 δήμους, σήμερα

The 3 municipalities that exist today



Ποταμός Αχέροντας • River Aherondas

Με έκταση 1525 τετρ. χλμ. και 46.000 κατοίκους, η σύγχρονη Θεσπρωτία είναι μια ορεινή περιοχή και σχηματίζεται από τις δυτικές οροσειρές της Πίνδου, που σταδιακά χαμηλώνουν προς τη θάλασσα, και από στενόμακρες κοιλάδες ανάμεσα στις οροσειρές. Καθώς και περιοχές που βρίσκονται κοντά στα παράλια, πεδιάδες που έχουν σχηματισθεί από τις προσχώσεις των ποταμών Καλαμά και Αχέροντα και κοιλάδες στην ενδοχώρα των ίδιων ποταμών και των παραποτάμων τους. Το κλίμα στα παράλια είναι μεσογειακό, με ήπιους χειμώνες και θερμά καλοκαίρια, ενώ στην ημιορεινή και ορεινή ενδοχώρα γίνεται ηπειρωτικό.

Στις εκβολές του Καλαμά και του Αχέροντα καλλιεργούνται εσπεριδοειδή, καλαμπόκι, τριφύλλι, ρύζι και ακτινίδια. Στα παράλια και στις χαμηλές κοιλάδες ευδοκίμει η ελιά. Στα παραποτάμια λιβάδια και στα ορεινά βοσκοτόπια αναπτύσσεται η κτηνοτροφία των αιγοπροβάτων και των βοοειδών. Υπάρχουν αξιόλογες βιοτεχνίες και ελάχιστες μικρού μεγέθους βιομηχανίες, ενώ μεγάλη ανάπτυξη παρουσιάζουν τα τελευταία χρόνια ο τουρισμός, το εμπόριο και οι μεταφορές.

Τη σύγχρονη εικόνα της πρωτεύουσας του Νομού, της Ηγουμενίτσας, συμπληρώνει το νέο Αρχαιολογικό Μουσείο, με στόχο να συμβάλλει τα μέγιστα στην πολιτιστική, τουριστική και οικονομική ανάπτυξη της περιοχής. Με την ολοκλήρωση της Εγνατίας Οδού, η πρόσβαση στη Θεσπρωτία έγινε πιο εύκολη. Η δημιουργία του νέου και υπεσύγχρονου λιμανιού διάνειξε τους θαλάσσιους δρόμους που ενώνουν τη Θεσπρωτία με την υπόλοιπη Ελλάδα και την Ευρώπη.

Modern Thesprotia, with an area of 1.525 sq. km in total and 46,000 inhabitants, is a mountainous area and is formed by the western mountain ranges of Pindos, which gradually comes down to the sea, and by long-narrow valleys amidst the ranges, as well as lands located close to the coasts, plains formed by the Kalamas and Acheron rivers' silt and valleys in the inland of these rivers and their tributaries. In coastal areas, the climate is mediterranean, predominated by mild winters and warm summers, while it becomes continental in the hilly and mountainous inland.

Citrus fruits, corn, wheat, clover, rice and kiwi are cultivated along the Kalamas and Acheron's estuaries. Olive groves flourish by the coast and the low valleys.

Goat, sheep and cattle husbandry has developed in the riverside meadows and on the mountainous pastures. A substantial number of small handicraft industries and a few small-size industries function, while tourism, trade and transportation show great development over the last years.

The modern image of the prefecture's capital, Igoumenitsa, is completed by its new Archaeological Museum, which aims to greatly contribute to the cultural, touristic and financial development of the area.

With the completion of the Egnatia Odos, access to Thesprotia has become much easier. The construction of new and modern port facilities opened the seaways that connect Thesprotia with the rest of Greece and Europe.



**ΔΗΜΟΣ ΗΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑΣ:** Ο μεγαλύτερος σε πληθυσμό δήμος με έδρα την πρωτεύουσα του νομού Θεσπρωτίας, περιλαμβάνει τις περιοχές γύρω από τον μεγάλο κόλπο της πόλης, μέχρι τις εκβολές του ποταμού Κалаμά. Διαθέτει σύγχρονο λιμάνι από το οποίο ξεκινά η Εγνατία Οδός.

**MUNICIPALITY OF IGOUMENITSA:** The largest municipality, in terms of population, is based on the capital town of the Thesprotia prefecture and includes the areas around the large bay of the town to the estuaries of the Kalamas River. It has a modern port, from which the Egnatia Odos starts.

**ΔΗΜΟΣ ΦΙΛΙΑΤΩΝ:** Ο μεγαλύτερος σε έκταση δήμος του νομού, βόρεια και δυτικά του ποταμού Κалаμά, με έδρα τους Φιλιάτες. Οι άνθρωποί του φιλόξενοι, υποδέχονται ευχάριστα τον επισκέπτη στα όλο ζωντάνια πανηγύρια του καλοκαιριού. Μια περιοχή γεμάτη φως, με παρθένα φύση που αλλάζει χρώματα από εποχή σε εποχή.

**MUNICIPALITY OF PHILIATES:** The largest municipality of the prefecture, in terms of area, is located to the north and west of the Kalamas River, and is based at Philiates. Its citizens are hospitable and eager to welcome visitors to the lively summer feasts. An area that is full of light and dominated by virgin nature that changes colours each season.



**ΔΗΜΟΣ ΣΟΥΛΙΟΥ:** Βρίσκεται ανάμεσα σε δύο ιστορικά ποτάμια, τον Αχέροντα και τον Κалаμά, στους πρόποδες του όρους Γκορίλα. Η πεδιάδα της Παραμυθιάς έχει μεγάλο πολιτισμικό και οικιστικό ενδιαφέρον λόγω του ότι κατοικείται πυκνά από τη Μέση Παλαιολιθική Εποχή μέχρι σήμερα.

**MUNICIPALITY OF SOULI:** It is located between two historical rivers, Acheron and Kalamas, by the foothills of the Gorila Mountain. The Paramythia plain has great cultural and residential interest, due to the fact that it was densely inhabited from the Middle Paleolithic period until today.

**Δ.Δ. ΣΥΒΟΤΩΝ:** Εκτείνεται σε πεδινές και λοφώδεις περιοχές. Τα Σύβοτα αποτελούν πόλο έλξης για επισκέπτες από όλο τον κόσμο, για την φυσική τους προίκα. Τις όμορφες ακρογιαλιές με τα καταγάλανα νερά. (ΔΗΜΟΣ ΗΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑΣ)

**MUNICIPAL DISTRICT OF SYVOTA:** Extends to lowlands and hilly areas. Syvota attracts many visitors from all over the world, due to its natural beauty, the wonderful beaches and the crystal blue waters. (MUNICIPALITY OF IGOUMENITSA)



**Δ.Δ. ΜΑΡΓΑΡΙΤΙΟΥ:** Τμήμα της αρχαίας Ελίνας. Με χωριά στις παρυφές της ομώνυμης πεδιάδας και την σπάνιας ομορφιάς «Λίμνη με τα νούφαρα». Στο Μαργαρίτι, που χτίστηκε από τους Βενετούς στα μέσα του 16ου αιώνα σώζεται επιβλητικό βενετοϊάνικο κάστρο. (ΔΗΜΟΣ ΗΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑΣ)

**MUNICIPAL DISTRICT OF MARGARITI:** It is a section of ancient Elina, with villages on the fringes of the homonymous plain and the "Lake with the water-lilies", famous for its rare beauty. An impressive Venetian castle is preserved in Margariti, that was built by the Venetians in the middle 16th century. (MUNICIPALITY OF IGOUMENITSA)



Δ. Δ. ΑΧΕΡΟΝΤΑ: Το φυσικό του όριο με την Πρέβεζα είναι ο ποταμός Αχέροντας, στη ροή του οποίου ο μύθος θέλει να σμίγουν για πάντα θεοί και θνητοί. Ένα μοναδικής αξίας και ομορφιάς οικοσύστημα προστατευόμενο από το Δίκτυο «Φύση 2000». (ΔΗΜΟΣ ΣΟΥΛΙΟΥ)

MUNICIPAL DISTRICT OF ACHERON: Thesprotia's natural boundary with Preveza is the Acheron River, where myth says that Gods and Mortals always meet. A unique ecosystem, of unique value and beauty, is protected by the "Nature 2000" network. (MUNICIPALITY OF SOULI)

Δ. Δ. ΣΑΓΙΑΔΑΣ: Καταλαμβάνει τη βόρεια περιοχή της παλαιάς κοίτης του ποταμού Καλαμά μέχρι την Ελληνοαλβανική μεθόριο. Έχει πλούσια πολιτιστική παράδοση ενώ ιδιαίτερη ανάπτυξη γνωρίζει η ιχθυοκαλλιέργεια (τσιπούρα και λαυράκι). (ΔΗΜΟΣ ΦΙΛΙΑΤΩΝ)

MUNICIPAL DISTRICT OF SAGIADA: It occupies the northern area of the Kalamas River's old riverbed, up to the Greek-Albanian border line. It has a rich cultural tradition, while fish-breeding (sea bream and sea bass) shows substantial development. (MUNICIPALITY OF PHILIADES)



Δ. Δ. ΠΑΡΑΠΟΤΑΜΟΥ: Είναι χτισμένος στους πρόποδες του λόφου Βασιλάκη (Ντούλκα) και δίπλα στον ποταμό Καλαμά. (ΔΗΜΟΣ ΗΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑΣ)

MUNICIPAL DISTRICT OF PARAPOTAMOS: Built on the foothills of the Vasilaki hill (also known as Doulka), and near the Kalamas River. (MUNICIPALITY OF IGOUMENITSA)



Δ. Δ. ΣΟΥΛΙΟΥ: Από τις πιο ορεινές περιοχές της Θεσπρωτίας, με άγρια ομορφιά, φημισμένη για το αδούλωτο πνεύμα των ανθρώπων και τους αγώνες τους για την απελευθέρωση του γένους. (ΔΗΜΟΣ ΣΟΥΛΙΟΥ)

MUNICIPAL DISTRICT OF SOULI: It is one of the most mountainous areas of Thesprotia, with wild natural beauty, famous for the freedom-loving spirit of its people and their struggle for the liberation of the Greek nation. (MUNICIPALITY OF SOULI)



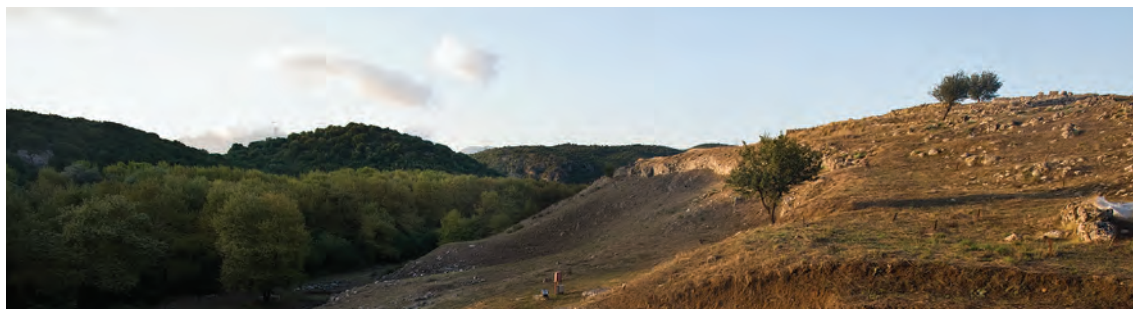
Δ. Δ. ΠΕΡΔΙΚΑΣ: Ακόμα ένας ελκυστικός προορισμός χάρη σε μερικές από τις ομορφότερες παραλίες της Ελλάδος που διαθέτει. (ΔΗΜΟΣ ΗΓΟΥΜΕΝΙΤΣΑΣ)

MUNICIPAL DISTRICT OF PERDIKA: It is one more attractive destination, thanks to the fact that it has some of the most beautiful beaches in Greece. (MUNICIPALITY OF IGOUMENITSA)



# Για τα αρχαία και ρωμαϊκά μνημεία

## About the ancient Greek and Roman monuments



Τα Γίτανα • Gitana

### ΤΑ ΓΙΤΑΝΑ

Πολιτικό κέντρο των Θεσπρωτών και δεύτερη, κατά σειρά αρχαιότητας, πρωτεύουσα της Θεσπρωτίας και έδρα του Κοινού των Θεσπρωτών.

Εσωτερικά των τειχών διακρίνονται ίχνη μεγάλων δρόμων. Εξω από τα τείχη υπάρχει θέατρο χωρητικότητας 4-5χιλ. θεατών.

### GITANA

This was a cultural centre of the Thesprotians and the second successive capital of Thesprotia. It also functioned as the base of the Thesprotian Commonwealth (Koinon of the Thesprotians). Traces of wide roads can still be seen by the internal side of the ancient walls. A theatre holding approximately 4000 to 5000 spectators still stands outside the walls.

### ΕΛΕΑ

Η Ελέα γνώρισε μεγάλη ακμή τον 4ο αι. π.Χ., καθώς υπήρξε το πρώτο πολιτικό κέντρο των Θεσπρωτών. Με εντυπωσιακή οχύρωση και μνημειώδη είσοδο – πύλη βρίσκεται πάνω σε φυσικά οχυρωμένο πλάτωμα, κοντά στο χωριό Χρυσσαυγή. Από τη θέση αυτή εποπτεύεται ολόκληρος ο εύφορος κάμπος της Παραμυθιάς.

### ELEA

Elea thrived greatly during the 4th century B.C., due to the fact that it had been the first political centre of the Thesprotian people. It is defined by impressive walls and a monumental entrance-gate, which is located on a naturally fortified plateau, close to the Chrysaugi village. The whole fertile plain of Paramythia can be looked upon from this position.

### ΧΕΡΣΟΝΗΣΟΣ ΛΥΓΙΑΣ - ΠΥΡΓΟΣ ΡΑΓΙΟΥ

Βόρεια του κόλπου της Ηγουμενίτσας, με τρία κάστρα και στο κέντρο το κάστρο του Πύργου Ραγίου. Έχει ταυτιστεί με την Τορώνη, αποικία πιθανότατα των Κερκυραίων. Σώζεται μεταβυζαντινός πύργος, που χτίστηκε πάνω στα ερείπια του αρχαίου.

### PENINSULA OF LYGIA - RAGHION TOWER

Three castles, and the castle of the Raghion Tower being in the centre, are located north of the Igoumenitsa bay. It has been identified with Torone, most likely a Corcyraean colony. A post-Byzantine tower is also preserved, which was built over the remains of the ancient one.



Πύργος της Λυγιάς • Tower of Lygia





## ΔΥΜΟΚΑΣΤΡΟ

Τειχισμένος παράλιος οικισμός, σε πλαγιά βουνού που καταλήγει στο Ιόνιο, στο νότιο άκρο της παραλίας Καραβοστάσι. Έχει ταυτιστεί με την αρχαία Ελίνα (όνομα παράγωγο του εθνικού «Ελινοί», θεσπρωτικού φύλου, που ζούσε στην περιοχή Μαργαριτίου – Δυμοκάστρου).

## ΝΤΟΛΙΑΝΗ (ΦΑΝΟΤΗ)

Ο λόφος της Ντόλιανης, κοντά στο χωριό Γεροπλάτανος κατοικήθηκε από την Αρχαϊκή εποχή (7ος αι. π.Χ.) έως την Οθωμανική Περίοδο.

Η θέση του παρέχει τη δυνατότητα ελέγχου όλης της περιοχής προς βορρά και νότο, ενώ η νότια και δυτική πλευρά του προστατεύεται από απότομη χαράδρα, την οποία περιζώνει ο ποταμός Καλαμάς. Ο ελληνιστικός οικισμός (4ο αι. π.Χ.) - ο οποίος πιθανότατα ταυτίζεται με την αρχαία Φανοτή - προστατευόταν από εντυπωσιακά τείχη.

## ΠΟΛΥΝΕΡΙ

Στις ανατολικές πλαγιές του βουνού «Βραχωνάς» βρίσκεται αρχαίος οικισμός που ελέγχει την πεδιάδα της Πλαταριάς.

## DYMOKASTRON

This is a coastal walled settlement, which lies on a mountain's slope that ends at the Ionian Sea, on the southern edge of the Karavostasi coast. It is identified with ancient Elina (a derivative of Elinoi), a Thesprotian tribe, which lived in the area Margariti - Dymokastron).

## DOLIANE (PHANOTE)

The hill of Doliane, close to the village of Gero-platanos, was inhabited from archaic times (7th century B.C.) to the Ottoman period.

Its position provides the possibility of controlling the whole area from the north to the south, while the southern and western sides are protected by a steep gorge, which is surrounded by the Kalamas River. The Hellenistic settlement (4th century B.C.) which most likely is identified with the ancient town of Phanote was protected by impressive walls.

## POLYNERI

An ancient settlement, which controls the Plataria plain, is located by the eastern slope of the Vrachonas Mountain.



# Για τα βυζαντινά μνημεία

## About the Byzantine monuments



Κούλια • Koulia



Όσδινα • Osdina

### ΚΟΥΛΙΑ

Οχυρωματική κατοικία, ΒΔ της Παραμυθιάς αποτελεί ένα από τα καλύτερα σωζόμενα δείγματα οχυρωματικής κατοικίας στην ΒΔ Ελλάδα.

### ΟΣΔΙΝΑ

Κάτω από το χωριό Πέντε Εκκλησιές στην ανατολική όχθη του ποταμού Καλαμά. Ιδρύθηκε μετά την εγκατάλειψη του ελληνιστικού οικισμού, η βυζαντινή Όσδινα. Η πόλη γνώρισε μεγάλη ακμή κατά τη διάρκεια των υστεροβυζαντινών και πρώτων μεταβυζαντινών αιώνων.

### ΚΟΥΛΙΑ

It was a fortified residence, northwest of Paramythia, which comprised one of the best maintained examples of a fortified residence in northwestern Greece.

### OSDINA

It is located under the Pente Ekklisies (Five Churches) village, by the eastern bank of the Kalamas River. The Byzantine town of Osdina was established after the abandonment of the Hellenistic settlement. This town thrived greatly during the late-Byzantine and the first post-Byzantine periods.



Φωτική • Fotiki

## ΦΩΤΙΚΗ

Η ρωμαϊκή και Παλαιοχριστιανική Φωτική τοποθετείται, στη θέση «Λιμπόνι» 4 χλμ ΒΔ της Παραμυθιάς, στους πρόποδες του όρους Γκορίλα. Πρόκειται για μια σημαντική πόλη που βρισκόταν στον δυτικό άξονα της Εγνατίας οδού και οδηγούσε στη Νικόπολη πρωτεύουσα της Επαρχίας Epirus Vetus (Παλαιά Ήπειρος).

## PHOTIKE

The Roman and the Paleochristian Photike are located at the position of "Limponi," 4km north-western of Paramythia, on the foothills of the Gorila Mountain. It was an important town, which was located by the western axis of Via Egnatia that led to Nikopolis, capital of the Roman province of Epirus Vetus (Old Epirus).



Το Κάστρο της Παραμυθιάς • The Castle of Paramythia

## ΚΑΣΤΡΟ ΠΑΡΑΜΥΘΙΑΣ

Το κάστρο της Παραμυθιάς ταυτίζεται με το γνωστό από πηγές φρούριο του Αγίου Δονάτου το οποίο ανακατασκεύασε τον 6ο αι. ο αυτοκράτορας Ιουστινιανός και βρίσκεται ανατολικά της Παραμυθιάς, στους πρόποδες του όρους Γκορίλα.

## KASTRO OF PARAMYTHIA

The castle of Paramythia is identified with the fortress of Aghios Donatos, known from various historical sources and was reconstructed by the Byzantine Emperor Justinian in the 6th century A.D. It is located east of Paramythia, on the foothills of the Gorila Mountain.

# Για τα μοναστήρια και τα ξωκλήσια

## About monasteries and chapels



Αγιογραφία Ιερής Μονής Παγανίων • Icon of Holy Monastery of Paganio

**Ι.Μ. ΚΟΙΜΙΣΕΩΣ ΘΕΟΤΟΚΟΥ ΓΙΡΟΜΕΡΙΟΥ:** Ιδρύθηκε γύρω στα 1310 μ.Χ από τον Όσιο Νείλο τον Εριχιώτη. Λειτουργησε Κρυφό Σχολείο και ιερατική σχολή. Το καθολικό, είναι ναός τετρακίονος σταυροειδής με τρούλο και βυζαντινές τοιχογραφίες του 16ου και λαϊκότερες του 17ου αιώνα. Το τέμπλο είναι του 1824.

**HOLY MONASTERY OF THE THEOTOKOS IN GIROMERIO:** The Monastery was founded by Osios Neilos the Erichiotes around 1310 A.D. It functioned as a secret school and hieratic school. The catholicon is a four-columned, cross-in-square church with vault and Byzantine wall-paintings of the 16th century and folklorist ones of the 17th century A.D. The iconostasis dates back to 1824.



**Ι.Μ. ΑΓΙΟΥ ΓΕΩΡΓΙΟΥ ΚΑΜΙΤΣΙΑΝΗΣ:** Το έτος ίδρυσης της Μονής είναι άγνωστο. Ανακαινίσθηκε τον 18 αιώνα από τον ιερομόναχο Παΐσιο με τοιχογραφίες και ξυλόγλυπτο διάκοσμο. Είχε μεγάλη περιουσία και σπουδαία βιβλιοθήκη. Σήμερα σώζεται μόνο το καθολικό, σε ρυθμό τετρακίονων σταυροειδών.

**HOLY MONASTERY OF AGHIOS GEORGIOS AT KAMITSIANI:** The foundation year of the Monastery is still unknown. It was renovated with wall-paintings and wood-carved decoration by the monk Paisios in the 18th century. It was a very rich monastery with an outstanding library. Today, only the four-columned, cross-in-square catholicon is still preserved.





**Ι.Μ. ΠΑΝΑΓΙΑΣ ΠΑΡΑΜΥΘΙΑΣ:** Κτίστηκε στο β' μισό του 13 αιώνα και το καθολικό της ανήκει στον τύπο του δίστηλου σταυροειδούς με νάρθηκα. Εδώ διαφυλάχτηκαν για λίγο τα λείψανα του Αγ. Σπυρίδωνος και της Αγ. Θεοδώρας, κατά τη διαδρομή τους από την Κωνσταντινούπολη στην Κέρκυρα. Εδώ επίσης τάφηκε το λείψανο του Αγ. Αναστασίου Παραμυθιάς.

**HOLY MONASTERY OF PANAGHIA AT PARAMYTHIA:** It was built in the second half of the 13th century and its catholicon belongs to the two-columned, cross-in-square with narthex type. According to local tradition, the relics of Aghios Spyridon and Aghia Theodora were kept there for a while, on their way from Corfu to Constantinople. The remains of Aghios Anastasios of Paramythia are also buried here.



**Ι.Μ. ΚΟΙΜΗΣΕΩΣ ΘΕΟΤΟΚΟΥ ΡΑΓΙΟΥ:** Κτισμένη στα αριστερά του δρόμου της Ηγουμενίτσας προς Σαγιάδα, ιδρύθηκε πιθανώς τον 12ο ή 13ο αιώνα. Λεηλατήθηκε πολλές φορές. Ανακαινίσθηκε το 1865 από τον ηγούμενο Ναθαναήλ. Σήμερα σώζεται το καθολικό, ιδιαίτερου αρχιτεκτονικού τύπου, με πρόναο, τρούλο και χώρους στον κυρίως ναό με τοιχογραφίες.

**HOLY MONASTERY OF THE THEOTOKOS AT RAGHIO:** It was built to the left of the road that connects Igoumenitsa with Sagjada and was possibly founded in the 12th or the 13th century. It was plundered many times and finally renovated by Abbot Nathaniel. Today, only the catholicon is preserved, which is characterized by a particular architectural type, with a vestibule, dome and areas decorated with wall-paintings in the main temple.



**Ι.Μ. ΠΑΓΑΝΙΩΝ:** Κοντά στο χωριό Καλλιθέα Παραμυθιάς σε πανοραμική τοποθεσία. Κτίστηκε το 1652 από τον ιερομόναχο Ιωακείμ. Υπήρξε πλούσια Μονή με σημαντική δράση. Το μονόχωρο καθολικό της είναι αγιογραφημένο την εποχή της ίδρυσης, ενώ το υπόλοιπο κτηριακό συγκρότημα είναι προσφάτως ανακαινισμένο. Λειτουργεί την τελευταία Κυριακή κάθε μήνα.

**HOLY MONASTERY OF PAGANION:** It is located close to the village of Kallithea at Paramythia and has a panoramic view. It was built in 1652 by the monk Joachim. It was a rich monastery with a significant history. Its single-aisled catholicon is decorated with icons that date back to the period it was founded, while the rest of the building complex has been recently renovated. A Mass takes place here on the last Sunday of each month.



**Ι.Μ. ΑΓΙΟΥ ΑΘΑΝΑΣΙΟΥ ΒΑΒΟΥΡΙΟΥ:** Βρίσκεται κοντά στο χωριό Βαβούρι, κτισμένη πάνω σε χαμηλό λόφο στα βουνά της Μουργκάνας. Πιθανότητα δεν είναι παλαιότερο του 18ου αιώνα. Πρόσβαση από χωματόδρομο 3χλμ.

**HOLY MONASTERY OF AGHIOS ATHANASIOS AT VAVOURI:** It is located close to the village of Vavouri, built on a low hill, part of the Mourgana Mountains. Most likely, it dates back to the 18th century. It is accessible via a dirt road, 3kms long.

**Ι.Μ. ΑΓΙΟΥ ΜΗΝΑ ΚΟΚΚΙΝΟΛΙΘΑΡΙΟΥ:** Μονόωρος ναΐσκος του 18ου αιώνα, στο δρόμο Φιλιάτες - Ιωάννινα, μέσω Κεραμίτσας και Βροσύνας. Καλύπτεται από πλήθος θρύλων και παραδόσεων. Είναι Μετόχι. Ανήκει στη Μονή Γιρομερίου, τουλάχιστον από το 1667.

**HOLY MONASTERY OF AGHIOS MENAS AT KOKKINOLITHARI:** It is a single-aisled small temple of the 18th century, which is located by the Philiates road in Ioannina, via Keramitsa and Vrosyna. It is connected with a large number of legends and traditions. Today, it is a monastery dependency and belongs to the monastery of Giromerio, at least since 1667.



**ΑΣΚΗΤΑΡΙΟ ΑΓΙΟΥ ΑΡΣΕΝΙΟΥ ΤΟΥ ΕΡΗΜΙΤΗ, ΜΟΡΦΑΤΙ:** Σε μια μικρή σπηλιά, που βρίσκεται στην Ν.Α απότομη πλαγιά του μικρού βουνού Ερημίτης (518μ.) και σε μικρή απόσταση από το χωριό Μόρφη Μαργαριτίου, είναι κτισμένο το εκκλησάκι – ασκηταριό. Σύμφωνα με επιγραφή στο κτιστό τέμπλο, ιστορήθηκε από τους Χιοναδίτες αγιογράφους Αναστάσιο και Παντούλη, το 1872.

**HERMITAGE OF AGHIOS ARSENIOS THE HERMIT, MORPHATI:** The small church–hermitage is built in a small cave, which is located at the northeastern steep slope of the small mountain known as Eremitis (518m.), and a small distance from the village of Morphe Margaritiou. According to an inscription on the iconostasis built there, it was decorated by the Chionadites hagiographers Anastasios and Pantoules, in 1872.



**ΑΣΚΗΤΑΡΙΟ ΟΣΙΟΥ ΝΕΙΛΟΥ:** Σπηλαιώδης ναός στη βάση βράχου. Βρίσκεται πάνω από το δρόμο Φιλιάτες-Τσαμαντάς. Στην εξωτερική πλευρά του τοίχου στην είσοδο της σπηλιάς, σώζεται τοιχογραφία Αρχάγγελου και άλλες στο εσωτερικό της, του 14ου αιώνα.

**HERMITAGE OF OSIOS NEILOS:** It is a hollow temple on the base of a rock. It is located over the Philiates–Tsamantas road. A wall-painting of an Archangel and many others, dated back to the 14th century, are preserved on the external side of the wall by the cave entrance.



**ΑΣΚΗΤΑΡΙΟ ΑΓΙΟΥ ΑΡΣΕΝΙΟΥ ΠΑΡΑΜΥΘΙΑΣ:** Στα βουνά της Παραμυθιάς, σε μια απόκρημνη τοποθεσία πάνω από το χωριό Βέλλιανη, βρίσκεται το ασκηταριό του Αγίου Αρσενίου, που τιμάται ιδιαίτερα από τους περίοικους στις 8 Μαΐου.

**HERMITAGE OF AGHIOS ARSENIOS PARAMYTHIA:** On a steep hill of the mountains of Paramythia, near the village Velliani, stand the hermitage of Agios Arsenios, who is commemorated by the locals on the 8th of May.





I.M. Αγίου Γεωργίου Καμίτσανης • Monastery of Saint Georgios of Kamitsani

# Για τους παραδοσιακούς οικισμούς

## About the traditional settlements



Πετρόχτιστο γεφύρι, περιοχής Φιλιατών • Stone-built bridge, Filiates area

Παραδοσιακά χωριά απλώνονται σε συγκροτήματα πέτρινων σπιτιών, πλακόστρωτους δρόμους και περιποιημένες αυλές, σε ένα σφιχτοδεμένο ιστό. Οι θύρες, οι «καμάρες» ή τα «πορτόνια» συγκέντρωσαν την προσοχή και το μεράκι των μαστόρων. Τα πετρόχιστα γεφύρια ξεπηδούν από τοπία εξαιρετικής ομορφιάς, ζωντανεύουν θρύλους και μύθους της περιοχής. Παραδοσιακές ροοκρήνες και νεροτριβές που στέκουν αγέρωχες στο πέρασμα των χρόνων, συμπληρώνουν μαγευτικά το τοπίο.

Traditional villages are spread in complexes of stone houses, paved ways and trim yards, forming a firm web. The doors, the “Kamares” (arches) or the “portonia” (outer yard doors) attract the attention and the artistry of craftsmen. The stone-built bridges spring out of exceptionally beautiful landscapes and bring the local legends and myths to life. Traditional drinking fountains and “nerotribes” (water-driven installations and mechanisms), which stand in a lofty manner, enchantingly complete the landscape.



Πλάισιο, πέτρινο σπίτι • Plaisio, stone house



Φοινίκη, πέτρινο σπίτι • Foiniki, stone house



Μύλοι Σουλήου • Myloi, Souli



Ελευθεροχώρι, πέτρινες κρήνες • Eleftherohori, stone fountains

# Για τις πατροπαράδοτες γιορτές

## About the traditional feasts



Νέοι με τοπικές φορεσιές • Young people with local costumes

**Μ**ε πολιτιστικές εκδηλώσεις και γιορτές που διοργανώνονται κυρίως κατά τους ανοιξιάτικους και θερινούς μήνες, αναβιώνουν οι παραδόσεις του τόπου.

Το Βράσιμο Σταριού στο Πλαίσιο, η Γιορτή Λαδιού και Ελιάς στην Πέρδικα, η Γιορτή Ψαριού στη Σαγιάδα, η Γιορτή Μοσχαριού στον Τσαμαντά, το αντάμωμα του Αγρότη με τοπικά προϊόντα στον Άγιο Αρσένιο Φιλιατών.

Ενδιαφέρον έχουν οι γιορτές Σουλίου το τελευταίο Σαββατοκύριακο του Μάη και το Πάσχα που γιορτάζεται παραδοσιακά σε χωριά της Θεσπρωτίας όπως στο Γιρομέρι, Φοινίκι, Σίδερι Φιλιατών. Εξίσου σημαντικές είναι οι Γιορτές του ποταμού Αχέροντα στην Γλυκή. Παραδοσιακά πανηγύρια σε όλη τη Θεσπρωτία με πολυφωνικά τραγούδια και παραδοσιακούς χορούς.



**Τ**he local traditions are revived with cultural events and feasts, which occur mainly during the spring and summer months. The boiling of wheat at Plaisio, the Feast of Olive and Oil at Perdika, the Feast of Fish at Sagiada, the Feast of Veal at Tsamanta, and the gathering of farmers with local products at Aghios Arsenios in Philiates are some typical examples.

The feast at Souli in the last weekend of May each year and Easter, which is celebrated in a traditional way in villages such as Giromeri, Phoiniki and Sideri at Philiates are of great interest. Equally important are festivities such as those by the Acheron River at Glyke. Traditional feasts, with polyphonic songs and traditional dances, take place in the whole region of Thesprotia.

# Για τα προϊόντα της γης και της θάλασσας

## About land and sea products

Ψάρεμα στα ρηχά • Shallow fishing



Μάζεμα της ελιάς • Olive picking

**Μ**ην παραλείψεις, φίλε επισκέπτη, να δοκιμάσεις τα εσπεριδοειδή που οι ντόπιοι καλλιεργούν με μεγάλη φροντίδα. Γνωστοί για τις καλές ψαριές τους είναι οι ψαράδες της Θεσπρωτίας. Τα ολόφρεσκα και πεντανόστιμα ψάρια τους μοσχοβολούν θάλασσα! Η θεσπρωτική γη υπήρξε πάντα γενναιοδωρή με τους φιλοξενούμενούς της. Πρόσφερε τα αγαθά που χρειαζόταν για να φάνε και να πιούνε, στις καλές και τις δύσκολες στιγμές.

Ελιές, τυρί, γάλα, εξαιρετικό μέλι, κρασί, τσίπουρο, αρωματικά φυτά και βιολογικά προϊόντα, εύγευστα όλα, με ιδιαίτερα ευεργετικές ιδιότητες.

**D**o not neglect, fellow traveler, to try citrus fruits cultivated with great care by locals. Renowned for their great hauls are the fishermen of Thesprotia. Their fresh and delicious fish send forth a scent of sea!

The Thesprotian land has always been generous to its guests. It has offered the goods needed to eat and drink, in prosperous and difficult times.

Goods such as olives, cheese, milk, exceptional wines, tsipouro, aromatic plants and biological products; all of them delectable with particular beneficial qualities.

## Για τα μουσεία About museums



Μουσείο Ηγουμενίτσας • Igoumenitsa Museum

Πλούσιες συλλογές προστατεύονται στα Λαογραφικά Μουσεία στα χωριά Νεοχωρίου, Παραμυθιάς, Φοινικίου, Πολύδροσου, Τσαμαντά, Σουλίου, Πλαισίου, Πέρδικας και η Λαογραφική συλλογή Δημητρίου & Βικτωρίας Μίτση στην Ηγουμενίτσα. Τα ευρήματα αρχαιολογικών χώρων φυλάσσονται στο νέο και υπερούγχρονο Αρχαιολογικό Μουσείο της Ηγουμενίτσας.

Rich collections are maintained in the folklore museums of Neochorion, Paramythia, Phoiniki, Polydroso, Tsamantas, Plaisio, Perdikas, and the folklore collection of Demetrios and Victoria Mitsi at Igoumenitsa. Findings of archaeological places are kept in the new, modern Archaeological Museum of Igoumenitsa.



Μαρμάρινη ανάγλυφη σαρκοφάγος ρωμαϊκών χρόνων, Λαδοχώρι Ηγουμενίτσας  
Marble relief sarcophagus from the Roman era, Ladohori, Igoumenitsa



Παραδοσιακός αργαλιός • Traditional loom

# Για τις διαδρομές στη Φύση

## Natural treks in the countryside



Σκάλη Τζαβέλενας • Skala Tzevelenas

**Π**οτάμια, πηγές, λίμνες, σπήλαια, δάση. Θεσπρωτική γη καταπράσινη. Περιδιαβαίνοντας τα στενά και τα μονοπάτια που ξεπηδούν μέσα από κατάφυτα δάση και θρυλικά ποτάμια.

Εδώ, φίλε επισκέπτη, αντικρίζεις μαγευτικές εικόνες, το ίδιο το μεγαλείο της Φύσης: Στενά Κόζιακα - Καλντερίμι του Λάγγαρη - Παλιά Σαγιάδα - Γκορίλας - Άγιος Αρσένιος - Στενά Αχέροντα - Στενά Καλαμά - Σύβοτα - Πολυνέρι - Στενά της Λαγγαβίτσας - Δέλτα Καλαμά - Πάρκο Αναψυχής Πέρδικας.



**R**ivers, fountains, lakes, caves and forests abound in the green land of Thesprotia!

Strolling around the passes and on the footpaths, which spring within from green forests and legendary rivers, fellow traveler, you may see enchanting views, the magnificence of nature itself at the Straits of Koziakas, the Kalderimi of Laggaris, the Old Sagiada, the Gorilas Mountain, the Aghios Arsenios area, the Straits of the Acheron River, the Straits of the Kalamas River, Syvota, Polyneri, the Straits of Laggavitsa, the Kalamas Estuary and the Perdika Park.

# Για τα σπορ στη Φύση

## About sports in Nature



Ποταμός Αχέρωντας • River Aherondas

**Τ**α τοπία και οι ομορφιές της Θεσπρωτικής γης δίνουν τη δυνατότητα, φίλε επισκέπτη, για κάθε είδους δραστηριότητα. Στον Αχέρωντα και τον Καλαμά μπορείς να περιηγηθείς κάνοντας rafting και κανό - καγιάκ. Ο συνδυασμός της κωπηλασίας και των θαλάσσιων σπορ (ισιοπλοΐα, καταδύσεις, windsurfing, θαλάσσιο σκι κ.ά.) στα γαλαζοπράσινα νερά του Ιονίου, το αλεξίπτωτο πλαιγιάς, καθώς και η ιππασία, γυμνάζουν σώμα και πνεύμα.



**F**ellow traveler, the beautiful lands of Thesprotia offer the possibility of every kind of outdoor activity.

You may wander around the Acheron and the Kalamas rivers, while rafting and paddling your canoe or kayak. The combination of rowing and water sports (sailing, diving, windsurfing, water/jet skiing, etc.) in the crystal blue waters of the Ionian sea, as well as parachuting and horseback riding, exercise your body and mind.



Ποταμός Αχέροντας, λήψη από ελικόπτερο • River Aherondas, shot from helicopter



# Για τον μυθικό Αχέροντα

## About the mythical Acheron River



Ποταμός Αχέρωντας • River Aherondas

**Μ**εγάλο οικολογικό και φυσιολατρικό ενδιαφέρον έχει ο ποταμός Αχέρωντας, ο οποίος παρουσιάζει σε όλη την έκτασή του μία υπέροχη εναλλαγή τοπίων. Πρόκειται για έναν από τους πιο όμορφους βιότοπους της Ελλάδας. Τα στενά του ποταμού έχουν ενταχθεί στις περιοχές προστασίας της φύσης, του δικτύου “Φύση 2000”. Λειτουργεί Κέντρο Πληροφόρησης στην Γλυκή.

**T**he Acheron River shows a great ecological and naturalist interest and presents a wonderful succession of landscapes, throughout the entire area that it extends across.

It is one of the most beautiful biotopes in Greece. The river straits have been integrated into the natural areas protected by the network “Nature 2000.” An information centre operates in Glyke.

# Για τον ποταμό-θρύλο, Καλαμά

## About the legendary Kalama River



Δέλτα ποταμού Καλαμά • Estuary of Kalamas River

**Υ**πάρχει ένα φαράγγι ξεχασμένο από το χρόνο, που το διασχίζει ο Καλαμάς. Το απεργάδιαστο τοπίο που πλαισιώνει τον ευλογημένο αυτό ποταμό, δημιουργεί ένα αίσθημα γαλήνης και ευφορίας. Στην αρχή και στο τέλος του στέκουν φύλακες οι ακροπόλεις της Οσδίνας και της Ραβενίς.

Στο σημείο των εκβολών του στο Ιόνιο, δημιουργήθηκε στη διάρκεια της μακραίωνης πορείας του, το Δέλτα, που ορίζεται περίπου από το τρίγωνο Ηγουμενίτσα - Ράγιο - Σαγιάδα.

Δέλτα Καλαμά: ανακηρύχτηκε και αυτό προστατευμένη περιοχή λόγω του σημαντικού υγρότοπου στον οποίο φωλιάζουν σπάνια είδη πουλιών. Στη παραλία της Σαγιάδας λειτουργεί το κέντρο πληροφόρησης.

Στενά Καλαμά: Προστατευμένη περιοχή ανάμεσα στη Βροσύνα και στις Πέντε Εκκλησιές. Σπάνια είδη πουλιών και σπανιότατα είδη λουλουδιών μέσα στο φαράγγι.

**T**here is a gorge, forgotten by time, which is crossed by the Kalamas River. The flawless landscape, which surrounds this blessed river, creates a sense of euphoria and serenity. The acropolis of Osdina and Raveni stand as guards at the beginning and the end of the river.

The estuary, which is defined by the triangle Igoumenitsa – Raghio – Saghida, was created during its long-lasting course at the river mouth by the Ionian Sea.

Estuary of Kalamas: It has also been declared a protected area, due to its important water biotope, in which rare species of birds make their nests. An information centre operates on the coast of Saghida. The area between Vrosyna and Pente Ekklesies is also protected. Rare species of birds and flowers exist in the gorge.



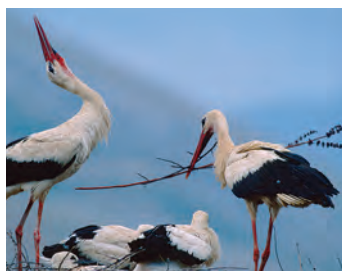
Ποταμός Καλαμάς • River Kalamas

## Για τη λίμνη με τα νούφαρα About the lake with the water-lilies



Η λίμνη με τα νούφαρα • The lake with the water lilies

**Ε**λος Καλοδικίου... η λίμνη με τα νούφαρα! Στα νότια του νομού Θεσπρωτίας αποτελεί, μέσα στο όμορφο τοπίο, άλλο ένα σταθμό για μεταναστευτικά πουλιά. Πολλά υδρόβια πουλιά (ερωδιοί, πάπιες, ποταμίδες) βρίσκουν καταφύγιο στα καλάμια. Αρπακτικά πουλιά, όπως χρυσαετοί, τσίφτιδες, γερακίνες έρχονται από τα γύρω βουνά για να κυνηγήσουν. Στο βόρειο τμήμα του μια μεγάλη έκταση καλύπτεται από νούφαρα. Τον Μάη που ανθίζουν, το θέαμα είναι μοναδικό.



**Κ**alodiki Marsh... the lake with the water-lilies! It is one more station for migrating birds, in a beautiful landscape, to the south of the prefecture of Thesprotia. Many aquatic birds (herons, ducks, and nightingale) find shelter in reeds. Prey birds, such as golden eagles, falcons and buzzards come down from the surrounding mountains for hunting. A large area is covered by water-lilies in its northern part, which blossom in May, offering a spectacle of unique beauty.

# Για τους μύθους και τ' αγριολούλουδα

## About myths and wild flowers



Κάμπος με αγριολούλουδα • Valley with wild flowers

**Σ**τη Θεσπρωτία η θεά Φύση σκόρπισε απλόχερα ευωδιαστά αγριολούλουδα, σε κάθε λογής σχέδια και χρώματα.

Αυτά τα λουλούδια, φυτρωμένα σε σχισμάδες βράχων, σε ακροποταμιές και γεφύρια σε κάμπους ή δίπλα στα ακρογιάλια, υπήρξαν πηγή έμπνευσης για λαϊκούς καλλιτέχνες να γράψουν ποιήματα, τραγούδια, παραμύθια και η Ηπειρώτισσα γυναίκα τα αποτύπωσε σε κεντίδια, φορεσιές, στρωσίδια και προικιά.



**I**n Thesprotia, the Goddess Nature scattered lavishly sweet-scented wild flowers, in all sorts of patterns and colours.

These flowers, grow in the cracks of rocks, on river banks and bridges, in plains or next to coasts and were a source of inspiration for folklore artists to write poems, songs and fairy-tales; which were embroidered on apparel, costumes, bed-covers and dowry clothes by the women of Epirus.

# Για τις ειδυλλιακές ακρογιαλιές

## About idyllic beaches

**ΔΡΕΠΑΝΟ:** σε απόσταση αναπνοής από την πόλη της Ηγουμενίτσας. Η τεράστια σε μήκος παραλία, 7 χιλιομέτρων, εκτείνεται στην χερσόνησο του Δρέπανου. Άσπρη ψιλή άμμος, καθαρά, ρηχά νερά και ευκάλυπτοι κατά μήκος της, συνθέτουν την εικόνα της παραλίας. Έχει κάμπινγκ, ταβέρνες, καφέ και δυνατότητα θαλάσσιων σπορ.

**DREPANO:** it is located at a very close distance to the town of Igoumenitsa. The long beach is 7 km long and extends along the Drepano peninsula. White, thin sand, clean, shallow waters and eucalyptus alongside the peninsula compose the image of a fine coast. It has camping facilities, restaurants, cafés and water sports.



**ΚΕΡΑΜΙΔΙ:** βρίσκεται στην Σαγιάδα. Μικρή σε πλάτος παραλία, ήσυχη με άσπρα βότσαλα και καθάρια γαλάζια νερά. Το γαλάζιο της θάλασσας και το πράσινο της βλάστησης που την περιβάλλει δημιουργούν μια μαγευτική εικόνα. Οργανωμένη παραλία, προσφέρει δυνατότητα φαγητού, καφέ, ποτού.

**KERAMIDI:** it is located in Sagiada. It is a narrow beach, tranquil, with white pebbles and crystal blue waters. The blue colour of the sea and the green one of the plantation that surrounds it create a breathtaking image. The beach is well-organised. There are restaurants, cafés and bars.

**ΚΟΚΚΙΝΟΣ ΒΡΑΧΟΣ:** 2,5 χιλιόμετρα από την Πλαταριά, στο δρόμο προς Ηγουμενίτσα. Μικρή ήσυχη παραλία, χωρισμένη σε δύο μέρη, με άσπρα βότσαλα και γαλάζια καθάρια νερά. Γύρω της, πράσινη βλάστηση.

**ΚΟΚΚΙΝΟΣ ΒΡΑΧΟΣ (RED ROCK):** it is located 2.5 km from Plataria, on the way to Igoumenitsa. It is a small, tranquil beach, divided into two parts, with white pebbles and clean blue waters. Green vegetation has grown around the beach.



**ΝΑΥΤΙΛΟΣ:** 2 χιλιόμετρα από την Πλαταριά, στο δρόμο προς Σύβοτα. Παραλία με άσπρα βότσαλα και καθαρά καταγάλανα νερά. Δίπλα της, κάμπινγκ, ενοικιαζόμενα δωμάτια, ταβέρνα.

**NAUTILOS:** it is a beach located 2 km from Plataria, on the way to Syvota, with white pebbles and clear, blue waters. Camping facilities, rooms to let and a local tavern are next to this beach.





**ΚΑΛΑΜΙ:** 4 χιλιόμετρα από την Πλαταριά, στο δρόμο προς Ηγουμενίτσα. Μικρή παραλία με άσπρα βότσαλα, καθαρά νερά και πράσινη βλάστηση, ιδανική για οικογενειακές διακοπές. Ταβέρνα και κάμπινγκ.

**KALAMI:** it is a small beach, with white pebbles, crystal blue waters and green vegetation, an ideal place for family holidays. It is located 4 km from Plataria, on the way to Igoumenitsa and there are camping facilities and a tavern.

**ΜΕΓΑ ΑΜΜΟΣ:** 1,5 χιλιόμετρα από το χωριό των Συβότων, στο δρόμο προς Πέρδικα. Απάνεμη παραλία, με άσπρα βότσαλα και καθαρά γαλαζοπράσινα νερά μέσα στο πράσινο της Φύσης. Οργανωμένη, με ταβέρνα και καφέ. Δυνατότητα θαλάσσιων σπορ.

**MEGA AMMOS:** it is a beach protected from winds, with white pebbles and clear, blue waters, surrounded by greenery and located 1.5 km from the village of Syvota, on the way to Perdika. It is well organised with a tavern, cafés and water sports facilities.



**ΜΠΕΛΛΑ ΒΡΑΚΑ:** Στο νησάκι Μουρτερένο (νησιωτικό σύμπλεγμα των Συβότων). Πρόσβαση με βάρκα και με τα πόδια, διασχίζοντας μικρή απόσταση με πολύ ρηχά νερά. Μικρή παραλία με άσπρη άμμο και καθαρά καταγάλανα νερά, στην αγκαλιά πράσινης βλάστησης.

**BELLA VRAKA:** this beach is on a small island known as Mourtemeno (part of the Syvota island complex). It is accessible by boat and on foot, covering a small distance with very shallow waters. This small beach is defined by white sand and crystal blue waters, embraced by green vegetation.

**ΜΙΚΡΗ ΜΕΓΑ ΑΜΜΟΣ:** 2 χιλιόμετρα από το χωριό των Συβότων δίπλα στη Μέγα Άμμο. Καθαρά, γαλαζοπράσινα νερά και άσπρα βότσαλα. Ταβέρνα. Από πίσω, ελαιόδεντρα.

**SMALL MEGA AMMOS:** this beach is next to that of Mega Ammos, 2 km from the village of Syvota, with crystal, transparent, blue waters and white pebbles. There is also a tavern, with olive trees in the background.



**ZABIA:** 700 μέτρα από το χωριό των Συβότων. Μικρή, απάνεμη και γαλήνια παραλία με άσπρα βότσαλα και καθαρά γαλιανά νερά. Δίπλα, μικρός ελαιώνας.

**ZAVIA:** it is a small, tranquil, beach, protected from winds, with white pebbles and crystal blue waters, only 700 m from the village of Syvota. A small olive grove is next to it.



**ΠΙΣΙΝΑ:** Στο νησιωτικό σύμπλεγμα των Συβότων, στο νησάκι Μανρονόρος. Πρόσβαση μόνο με καΐκι. Όμορφη παραλία με άσπρη άμμο και βότσαλα, βαθειά μπλε νερά και πυκνή πράσινη βλάστηση να την αγκαλιάζει.

**PISINA:** this beach is at the island complex of Syvota, on the small island of Mavronoros and is accessible only by small boats. It is very beautiful, with white sand and pebbles, crystal blue waters and is embraced by thick, green vegetation

**ΖΕΡΗ:** Βορειοδυτικά από το χωριό των Συβότων. Μικρή παραλία, απάνεμη με ρηχά, πεντακάθαρα νερά και ψιλή άμμο. Ταβέρνα - καφέ.

**ZERI:** it is located northwest of the village of Syvota. This beach is small, protected from winds, with shallow, clear waters and thin sand. There is also a tavern/café.



**ΓΑΛΛΙΚΟΣ ΜΟΛΟΣ:** Στο χωριό των Συβότων. Παραλία με άσπρα βότσαλα και άμμο, καθαρά γαλανά νερά μέσα σε πράσινη βλάστηση. Κάμπινγκ, ταβέρνες, καφέ, ενοικιαζόμενα δωμάτια.

**GALLIKOS MOLOS:** this beach is near Syvota, with white pebbles and sand, crystal blue waters and green vegetation. There are camping facilities, taverns, cafés and rooms to let.



**ΑΓΙΑ ΠΑΡΑΣΚΕΥΗ:** 9 χιλιόμετρα από το χωριό της Πέρδικας, στο δρόμο προς Σύβοτα. Γραφική και ήσυχη παραλία με χοντρή άμμο και βότσαλα, καθαρά και ελαφρώς βαθειά νερά. Καφέ-μπαρ. Ελαιόδεντρα από πίσω και το καταπράσινο νησάκι της Αγίας Παρασκευής μπροστά, όπου πας κολυμπώντας.

**AGHIA PARASKEVI:** it is located 9 km from the village of Perdika, on the way to Syvota. It is a picturesque and tranquil beach with thick sand and pebbles, clear and slightly deep waters. There is a café/bar and olive trees in the background, and the small green island of Aghia Paraskevi opposite the beach, accessible only by swimming.



**ΣΤΑΥΡΟΛΙΜΕΝΑΣ:** 5 χιλιόμετρα από το χωριό της Πέρδικας, ανάμεσα στις παραλίες Καραβοστάσι και Αρίλλα. Γραφική, μικρή και ήσυχη ακρογιαλιά με γαλανά, καθάρια νερά, άσπρα βότσαλα, δίπλα σε ελαιώνα.

**STAVROLIMENAS:** it is located 5km from the village of Perdika, between the beaches of Karavostasi and Arilla. It is a picturesque, small and tranquil beach with blue, clear waters and white pebbles, next to an olive grove.







**ΑΡΙΛΛΑΣ:** 5,6 χιλιόμετρα από το χωριό της Πέρδικας. Μεγάλη παραλία με σκούρα ψιλή άμμο, με πολύ ρηχά νερά και μαγευτική βλάστηση πίσω της. Λιμανάκι, ταβέρνες και ενοικιαζόμενα δωμάτια με εξαιρετική θέα.

**ARILLAS:** it is a long beach located 5.6 km from the village of Perdika, with dark, thin sand, shallow waters and enchanting vegetation in the background. There is also a small port, taverns and rooms to let with a spectacular view.

**ΚΑΡΑΒΟΣΤΑΣΙ:** 7 χιλιόμετρα από το χωριό της Πέρδικας. Μεγάλη παραλία με χοντρή άσπρη άμμο, τουρκουάζ κρυστάλλινα νερά, σχετικά βαθειά. Στις άκρες της, δύο πράσινοι λόφοι. Ενοικιαζόμενα δωμάτια, ξενοδοχειακά συγκροτήματα, ταβέρνες, αναψυκτήριο.

**KARAVOSTASI:** it is long beach located 7 km from the village of Perdika, with thick, white sand, crystal turquoise waters that are relatively deep. Two green hills stand at both of its edges. There are also rooms to let, hotel complexes, taverns and a refreshment stand.



**ΜΕΓΑ ΝΤΡΑΦΙ:** 10 χιλιόμετρα από το χωριό της Πέρδικας, στο δρόμο προς Σύβοτα. Μικρή, ήσυχη παραλία, χωρισμένη στα δύο από ένα βραχώδη λόφο, με καθαρά καταγάλανα νερά, άσπρα βότσαλα και άμμο. Στην αγκαλιά πράσινων βράχων.

**MEGA DRAFI:** it is small, tranquil beach located 10 km from the village of Perdika, on the way to the Syvota. It is divided into two parts by a rocky hill, with crystal, blue waters, thick sand and pebbles, embraced by green rocks.

**ΣΟΦΑΣ:** Απέχει 5 χιλιόμετρα από το χωριό της Πέρδικας και βρίσκεται στον δρόμο προς Σύβοτα. Παραλία ήσυχη, με καθαρά νερά, χοντρή άμμο και βότσαλα. Πίσω από την αμμουδιά, ελαιόδεντρα. Διαθέτει ταβέρνα και κάμπινγκ.

**SOPHAS:** it is located 5 km from the village of Perdika, on the way to Syvota. It is a quiet beach, with crystal waters, thick sand and pebbles. There are olive trees in the background, with a tavern and camping.



**ΚΕΝΤΡΟ ΠΗΛΟΘΕΡΑΠΕΙΑΣ ΣΑΓΙΑΔΑΣ:** Ένα υπέροχο φυσικό spa με θέα το Ιόνιο στην παραλία της Σαγιάδας, που παρέχει ευεργετικά λασπόλουτρα για υγεία και ομορφιά.

**SPA CENTRE AT SAGHIADA:** this is a wonderful natural spa, with a view toward the Ionian Sea, by the beach of Saghiada, which provides refreshing health & beauty mud baths.

# Επικοινωνήστε...

## Contact...

Περιφερειακή Ενότητα Θεσπρωτίας	26653 60103	Regional Unit of Thesprotia	26653 60103
Δ/νση Πολιτισμού-Τουρισμού	26653 60154	Department of Culture / Tourism	26653 60154
ΕΟΤ	26650 27757	National Organisation of Tourism	26650 27757
Σύλλ. Τουριστικών & Ναυτικών Πρακτόρων Ομοσπονδία Τουριστικών και Αγροτικών Καταλυμάτων	26650 22158	Association of Tourist & Maritime Agents Federation of Tourist and Rural Lodgings	26650 22158
ΛΒ' Εφορία Κλασικών Αρχαιοτήτων	26650 29177	32nd Ephorate of Classical Antiquities	26650 29177
Αρχαιολ. Μουσείο Ηγουμενίτσας	26650 28539	Igoumenitsa Archaeological Museum	26650 28539
Επιμελητήριο Θεσπρωτίας	26650 29480	Thesprotia Chamber of Commerce	26650 29480
Ιερά Μητρόπολη Παραμυθιάς	26660 22377	Bishopric of Paramythia	26660 22377
Οργανισμός Λιμένος Ηγουμενίτσας	26650 99300	Igoumenitsa Port Authority	26650 99300

ΕΚΑΒ	166	AMBULANCE	166
Νοσοκομείο Φιλιατών	26643 60222	Philiates Hospital	26643 60222
Κ.Υ. Ηγουμενίτσας	26650 24420	Health Centre of Igoumenitsa	26650 24420
Κ.Υ. Παραμυθιάς	26660 22124	Health Centre of Paramythia	26660 22124
Κ.Υ. Μαργαριτίου	26653 60700	Health Centre of Margariti	26653 60700
Περιφερειακό Ιατρείο Πέρδικας	26650 91290	Peripheral Surgery at Perdika	26650 91290
Περιφερειακό Ιατρείο Πλάταριάς	26653 61506	Peripheral Surgery at Plataria	26653 61506
Περιφερειακό Ιατρείο Συβότων	26650 93075	Peripheral Surgery at Syvota	26650 93075

Αστυνομία	100, 26650 29600	Police	100, 26650 29600
Τροχαία	26650 29624	Traffic Police	26650 29624
Πυροσβεστική Υπηρεσία	26650 23201	Fire Brigade	26650 23201
Λιμεναρχείο Ηγουμενίτσας	26650 99400	Igoumenitsa Port Authority	26650 99400

Δρομολόγια Πλοίων	26650 99460	Ferry Schedules	26650 99460
ΚΤΕΛ	26650 22309	ΚΤΕΛ - Bus Services	26650 22309
ΤΑΞΙ Ηγουμενίτσας	26650 23200	Igoumenitsa - TAXI Services	26650 23200

Δήμος Ηγουμενίτσας	26653 61100	Municipality of Igoumenitsa	26653 61100
Δήμος Φιλιατών	26643 60100	Municipality of Philiates	26643 60100
Δήμος Σουλίου	26663 60100	Municipality of Souli	26663 60100
Δ.Δ. Συβότων	26653 61500	Municipal district of Syvota	26653 61500
Δ.Δ. Μαργαριτίου	26653 61700	Municipal district of Margariti	26653 61700
Δ.Δ. Σαγιάδας	26643 60003	Municipal district of Saghiada	26643 60003
Δ.Δ. Αχέροντα	26650 41021	Municipal district of Acheron	26650 41021
Δ.Δ. Παραποτάμου	26653 61400	Municipal district of Parapotamos	26653 61400
Δ.Δ. Πέρδικας	26650 91282	Municipal district of Perdika	26650 91282
Δ.Δ. Σουλίου	26660 24613	Municipal district of Souli	26660 24613
Δ.Δ. Πλάταριάς	26653 61500	Municipal district of Plataria	26653 61500





www.thesprotia-holidays.gr



www.thesprotia.gr

## Τουριστικός Οδηγός ΔΙΑΝΕΜΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ

© Περιφερειακή Ενότητα Θεσπρωτίας  
Επιμέλεια κειμένων: Τούλα Λιβιεράτου  
Μετάφραση: Paspertut ranslation services  
Επιμέλεια εντύπου: Κωστής Δρίμτζας  
Φωτογραφίες: Κωστής Δρίμτζας

Ανατύπωση & επικαιροποίηση εντύπου της  
Π.Ε. Θεσπρωτίας από το Επιμελητήριο Θεσπρωτίας  
στα πλαίσια του έργου INTACTPLAN (03/2014)

## Tourist Guide PROVIDED FREE OF CHARGE

© Regional Unit of Thesprotia  
Redaction: Toula Livieratou  
Translation: Paspertut translation services  
Editing: Kostis Drimtziias  
Photographs: Kostis Drimtziias

Reproduced & updated format of Regional  
Unit of Thesprotia, by the Chamber of Thesprotia  
within the project INTACTPLAN (03/2014)



The Project is co-funded by the European Union and by National Funds of Greece & Albania under the IPA Cross-Border PROGRAMME "Greece - Albania 2007-2013"

