



# Guida intuitiva alla regione dei Laghi di Prespa



## Breve descrizione della regione

Situata nella parte nord-occidentale della Grecia, a 850 metri sul livello del mare, circondata da montagne, la regione dei Laghi di Prespa è un parco naturale di grande importanza per la sua biodiversità e per le specie endemiche che si trovano sul suo territorio. Prespa è un parco transfrontaliero che si estende sul confine tra Albania, Grecia e Repubblica di Macedonia.

Al visitatore attento bastano pochi minuti per capire di essere arrivato in un luogo dalla personalità unica. La regione di Prespa è adatta agli amanti della natura e a tutti coloro che amano praticare attività all'aria aperta durante tutto l'anno. Si tratta di un luogo da apprezzare con tutti i sensi, che sembra progettato appositamente per coinvolgerci e ricordarci che anche noi siamo parte della natura.



Nella regione di Prespa natura, arte e storia si fondono con e intorno ai laghi Mikri (Piccolo) e Magali (Grande). Inoltre, a Prespa è possibile trovare piccoli villaggi con abitanti davvero ospitali, vale sempre la pena di fermarsi lungo il cammino ad ascoltare i loro racconti e le loro storie su questi luoghi.

I visitatori più fortunati potrebbero avere l'occasione di condividere le attività quotidiane degli abitanti del posto, tutte direttamente legate al periodo dell'anno. Queste attività hanno in gran parte modellato la vita di Prespa. Le tre principali occupazioni nella regione sono l'agricoltura, la zootecnia e la pesca.

Numerosi sentieri guidano nel cuore della natura, sulle montagne o nei piccoli villaggi abbandonati che, piano piano, riemergono nell'abbraccio della natura.

I visitatori, consapevoli dell'importanza dell'ambiente naturale della regione, dovrebbero collaborare alla salvaguardia delle risorse naturali al fine di mantenere l'ecosistema di Prespa pulito e sostenibile, così che ad ogni nuova visita continueranno a provare lo stesso sentimento d'incanto della prima volta. Perché a Prespa è sempre la prima volta.



## Luoghi da visitare

### Villaggi

#### Agios Achilios

Descrizione: Agios Achilios è il solo villaggio presente sull'unica isola abitata dei Laghi di Prespa, dalla quale prende il nome. Le macchine non sono ammesse sull'isola, per arrivare al villaggio è dunque necessario attraversare un ponte pedonale di 850 m. Questo tradizionale villaggio di pescatori è il luogo di provenienza di una specie autoctona di piccole mucche. Secondo la tradizione locale, la costruzione di una sola nuova casa nel villaggio, provocherebbe il crollo di tutte le case! La collocazione dell'isola esattamente al centro del bacino, fa sì che il villaggio sia anche un ottimo luogo per ammirare una panoramica a 360 gradi dell'intero bacino di Prespa.

Popolazione: 21 abitanti

Da non perdere:

- ☉ Una passeggiata intorno all'isola, il bird watching dal ponte pedonale (alla ricerca di cormorani e pellicani)
- ☉ Il monastero di Panayia Porfyra
- ☉ La basilica di Agios Achilios



#### Agios Germanòs

Descrizione: Agios Germanòs è situato all'estremo ovest della valle, ai piedi del Monte Varnoyntas, lungo il confine con la Repubblica di Macedonia. Un corso d'acqua che porta lo stesso nome taglia in due il villaggio e confluisce nel Lago Grande di Prespa. Agios Germanòs è conosciuto soprattutto per le architetture tradizionali in pietra delle sue case.

Popolazione: 182 abitanti

Da non perdere:

- ☉ Festa popolare: 11 e 12 maggio
- ☉ La chiesa di Agios Germanòs (fine del X secolo)
- ☉ Il centro di informazioni della direzione del Parco è situato sulla piazza del paese e può fornire informazioni sull'intera regione di Prespa



## Antartiko

Descrizione: Antartiko è uno dei pochi villaggi della regione di Prespa a non beneficiare di una vista sui laghi. È situato ai piedi del Monte Vèrnon ed è attraversato dal fiume Ladhopotamos. Si tratta di uno dei villaggi più colpiti dallo spopolamento rurale causato dalla guerra civile greca subito dopo la seconda guerra mondiale. Il numero di abitanti è sceso progressivamente da 3000 a 150/180. Tuttavia, le numerose abitazioni antiche ancora presenti testimoniano l'importanza che questo villaggio aveva prima della guerra. L'architettura, una combinazione di pietra e mattoni di argilla, è davvero caratteristica della regione.

Popolazione: 84 abitanti.

Posizione: vedere la mappa.

Da non perdere:

- 🌀 Festa popolare: 12 giugno
- 🌀 La chiesa di Agios Athanàsios
- 🌀 La chiesa di Agios Nikòlaos



## Kallithea

Descrizione: Kallithea è situato ai piedi del Monte Varnoyntas. Questo villaggio ha una delle più belle viste sul Lago di Prespa, come suggerito dal suo nome che significa (Kalli=bello; Thea=vista). Il villaggio di Kallithea è dedito all'allevamento del bestiame. È circondato da fitte foreste di eccezionale bellezza e al suo interno si intersecano sentieri che portano alla montagna, da cui il panorama sul bacino di Prespa diventa ad ogni passo più spettacolare.

Popolazione: 117 abitanti.

Da non perdere:

- 🌀 La chiesa di Agios Athanàsios e la sua vista sul lago
- 🌀 Festa popolare: 26 luglio
- 🌀 La chiesa di Agios Georgios con una magnifica vista sui laghi

## Karies

Descrizione: situato in pianura nei pressi di Seltsa, il villaggio di Karies copre un'area ricca di risorse naturali di grande valore, come la flora endemica.

Popolazione: 56 abitanti.

Da non perdere:

- 📍 Una passeggiata in montagna sopra Karies
- 📍 La chiesa di Analipsis (chiusa)
- 📍 Festa popolare: 1 giugno

## Kottas

Il villaggio di Kottas è il luogo di nascita del Capitano Kottas (1863-1905), uno dei più antichi protagonisti della lotta greca per la Macedonia..

Popolazione: 22 abitanti.

Da non perdere:

- 📍 Museo del Capitano Kottas
- 📍 Casa del Capitano Kottas
- 📍 Museo dei macedoni
- 📍 Bellissimi itinerari



## Krystallopigi

Krystallopigi significa "fonte di cristallo". Il villaggio si trova proprio sul confine con l'Albania.

Popolazione: 314 abitanti.

Da non perdere:

- 📍 Magnifici itinerari
- 📍 Festa popolare: seconda settimana di agosto
- 📍 Valle di Ladopotamos

## Lemos e Mileonas

Descrizione: Lemos è il villaggio principale di Prespa ed è il centro amministrativo della regione. Lemos è situato nel punto più stretto della valle - Lemos significa "collo" in greco - ed è diviso in due dal torrente Agios Germanòs. Mileonas è un villaggio quasi abbandonato molto vicino a Lemos. È utilizzato dagli abitanti del luogo per l'allevamento in stalla del bestiame. Due coppie di Atene vi hanno acquistato due vecchie case che sono attualmente in fase di ristrutturazione.



Popolazione: 187 abitanti.

Da non perdere:

- 📍 La chiesa bizantina di Hypapandi (chiusa)
- 📍 Una passeggiata serale intorno al villaggio, nel momento in cui le persone si incontrano e si fermano a parlare
- 📍 Una passeggiata a Mileonas
- 📍 Festa popolare: 24 giugno

## Lefkona

Descrizione: Lefkona è situato sulla più grande pianura di Prespa. Da Lefkona si può camminare fino alla collina Kalī per godere in tutta tranquillità di un magnifico panorama del luogo. In estate Lefkona è circondato da campi di fagioli.

Popolazione: 116 abitanti.

Da non perdere:

- 📍 Festa popolare: 26 ottobre
- 📍 Passeggiata sulla collina Kalī
- 📍 Postazioni di artiglieria della seconda guerra mondiale
- 📍 Vari itinerari sul Monte Varnoyntas

## Microlimni

Descrizione: questo tradizionale villaggio di pescatori è situato sulle rive del Lago Piccolo di Prespa. È circondato da diversi percorsi di trekking e da aree protette per via del loro immenso valore naturalistico. Da questo villaggio si può raggiungere la valle di Latsita, luogo ideale per trovare relax e respirare la purezza della natura. Nei periodi stagionali adatti è possibile praticare il bird watching. Avanzando verso le montagne, superato Latsita, si trova il villaggio abbandonato di Kranià.



Popolazione: 46 abitanti.

Da non perdere:

- 📍 Le barche tradizionali di Prespa
- 📍 La valle di Latsita
- 📍 La chiesa di Agia Paraskevi



## Oxia

Descrizione: Oxia è un piccolo villaggio vicino a Mikrolimni, con una stalla di cavalli. Da Oxia è possibile camminare fino a Sfika, un villaggio abbandonato sul Monte Triklario.

Popolazione: 12 abitanti.

Da non perdere:

- 📍 Il villaggio abbandonato di Sfika sulle montagne
- 📍 La chiesa di Agios Athanàsios

## Pili

Descrizione: il villaggio di Pili è situato sulle sponde del Lago Mikri di Prespa ai piedi del Monte Devas. Da Pili è possibile raggiungere il villaggio abbandonato di Daserī a circa 3 km e continuare per la grotta di Zachariadī utilizzata dai partigiani ai tempi della guerra civile greca. Circondato da campi di fagioli, Pili è un villaggio tranquillo stretto tra la foresta e il lago.

Popolazione: 89 abitanti.

Da non perdere:

- 📍 La grotta dei partigiani
- 📍 La piccola chiesa di Agios Nikolàoy
- 📍 Una visita a Daserī, un villaggio abbandonato, luogo di tranquillità e bellezza di cui rimangono ormai pochi resti; l'edificio meglio conservato è la scuola. Da qui si può godere di una vista ravvicinata dell'Isola Vidronīsi.

## Pisoderi

Descrizione: Pisoderi è situato su un pendio molto stretto del Monte Vernón, nei pressi del centro sciistico di Vigla. Da Vigla un sentiero conduce ad Agios Germanòs passando per la cima del Monte Varnoyntas.

Popolazione: 7 abitanti.

Posizione: vedere la mappa

Da non perdere:

- 📍 La vicina stazione sciistica di Vigla
- 📍 L'architettura tradizionale
- 📍 Il monastero di Agia Triada



## Plati

Descrizione: Plati è situato nella più grande pianura della regione di Prespa. Il villaggio è attraversato dal torrente Platiotiko. Dal villaggio si può godere di una vasta veduta del Lago Piccolo di Prespa. È inoltre possibile visitare l'esposizione permanente di antichi manufatti e utensili.

Popolazione: 73 abitanti.

Da non perdere:

- ☉ Chiesa di Agios Nikòlaos - Ayia Sotira (chiusa)
- ☉ Mostra di manufatti e utensili nell'hotel Platythéa
- ☉ Festa popolare: 5 e 6 agosto



## Prasino

Popolazione: 21 abitanti nel villaggio antico e 14 che si sono trasferiti sulla strada principale.



## Psarades

Descrizione: villaggio è situato sulle spiagge del Lago Megali di Prespa. Come suggerito dal nome - Psaras significa "pesce" – Psarades è un villaggio tradizionalmente legato alla pesca. Da qui è possibile effettuare una gita in barca e andare a visitare gli affreschi post-bizantini sulle rocce e gli eremi costruiti sulla scogliera del lago.

Popolazione: 83 abitanti.

Da non perdere:

- ☉ Una passeggiata nel villaggio
- ☉ Un viaggio in barca fino agli eremi e agli affreschi sulle rocce
- ☉ In estate una nuotata nelle acque tiepide del lago



## Trigono

Descrizione: Trigono è un piccolo villaggio situato all'incrocio delle strade Florina-Prespa-Kastoria ai piedi del Monte Vernón. "Trigono" significa "triangolo" in greco ed il villaggio prende il suo nome proprio dalla sua forma triangolare. Il villaggio originariamente era posizionato più in alto sulla montagna e, di fatto, è stato spostato per ben due volte più a valle fino alla sua attuale posizione. Alcuni resti degli insediamenti precedenti sono ancora visibili sulla montagna.



Popolazione: 29 abitanti.

Da non perdere:

- ☉ La tradizionale architettura in mattoni di argilla
- ☉ La chiesa di Profithis Ilias (1920) situata in mezzo alla foresta (chiedere le chiavi ad Antonis Papadopoulos sulla piazza del paese: telefono 23850-45985)
- ☉ La chiesa di Agios Nikolàoy del 1866

## Vatochori

Descrizione: Vatochori è un villaggio molto piccolo creato a partire da insediamenti sparsi di coltivatori e pastori.

Popolazione: 23 abitanti.

Da non perdere:

- ☉ La vecchia scuola elementare e l'esposizione della sua collezione sul folklore locale.
- ☉ La chiesa di Agios Nikòlaos
- ☉ Bellissimi itinerari che portano ai villaggi di Oxia e Microlimni

## Vrondero

Descrizione: situato ai piedi del Monte Vrondero al confine con l'Albania, Vrondero è uno dei pochi villaggi di Prespa che non ha una vista sui laghi. Da qui si può visitare il villaggio abbandonato di Angathoto e la grotta che, durante la guerra civile greca, veniva utilizzata come ospedale. Vrondero è un villaggio principalmente dedicato all'agricoltura e si trova vicino alle rovine dell'antico insediamento umano di Pyxos.

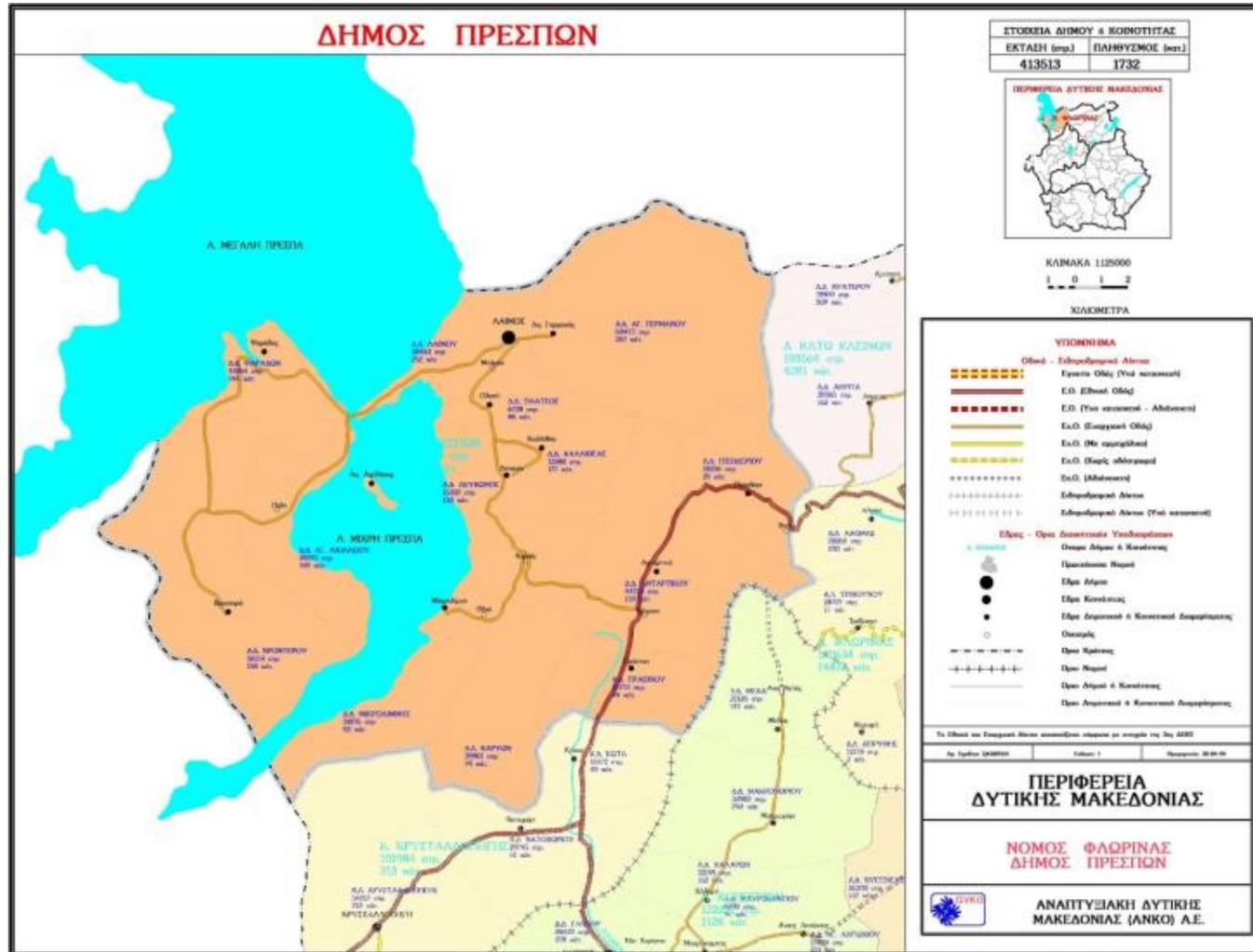
Popolazione: 78 abitanti.

Da non perdere:

- ☉ Il piccolo museo situato sulla piazza del villaggio che espone fossili e monete
- ☉ La grotta utilizzata come ospedale durante la guerra civile
- ☉ Le rovine di Pyxos



Vincitore del Concorso fotografico 2012 indetto dal CTP



La regione di Prespa è la regione più densamente popolata della Grecia con una densità di popolazione pari a 3.05 abitanti per km<sup>2</sup>..  
**Mappa dei villaggi della regione di Prespa**

## Chiese

La maggior parte delle chiese, delle basiliche e dei monasteri della regione sono in stile bizantino e post-bizantino. Nonostante alcune chiese non siano aperte al pubblico, è comunque possibile ammirarne le architetture esterne.

⊗ Chiesa di Agios Germanòs

(XI secolo)

⊗ Chiesa di Agios Athanàsios

(fine del XVIII secolo)

Situate nel villaggio di Agios Germanòs, entrambe le chiese sono rinomate soprattutto per i loro affreschi ben conservati.

⊗ Basilica di Agios Achilios

(976-1014 a.C.)

Situata sull'isola di Agios Achilios sul Lago Piccolo di Prespa, la basilica di Agios Achilios rappresenta un esempio di architettura primitiva cristiana sopravvissuta in epoca bizantina.

⊗ Resti della Chiesa dei 12 Apostoli

(XI-XII secolo)

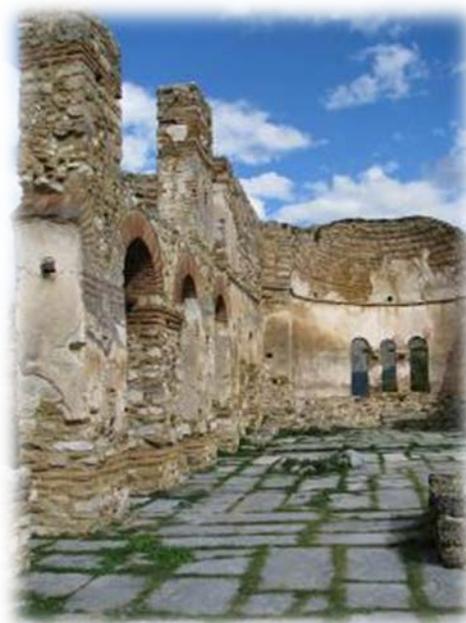
⊗ Chiesa di Agios Georgios

(fine XV secolo), Chiesa di Agios Dimìtrios, monastero diroccato di Panagia Porfyra (metà XVI secolo).

**Basilica di Agios Achilios**

Tutte situate sull'isola di Agios Achilios.

⊗ Rovine di Agios Nikòlaos a Pili



**Chiesa di Agios Germanòs**

## Eremiti e affreschi

Gli affreschi a Prespa si trovano sia nelle chiese sia negli eremi o sulle scogliere vicine agli eremi. Questi ultimi possono essere agevolmente ammirati durante una gita in barca sul Lago Grande di Prespa, che si può organizzare partendo dal villaggio di Psarades.

### Ⓢ Eremo di Panagia Eleoysa

(inizio del XV secolo).

È il più grande e ospitava il gruppo più numeroso di monaci. Gli affreschi al suo interno rappresentano un esempio particolare della pittura prodotta in questo angolo del Lago Grande di Prespa.

### Ⓢ Eremo di Metamòrfōsīs

(XIII secolo).

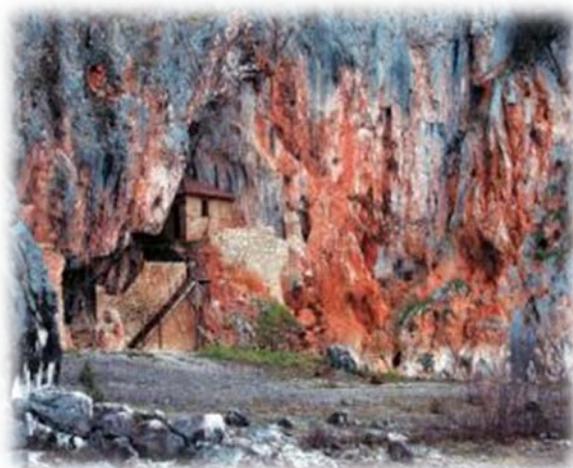
Allontanandosi in barca da Psarades in direzione dell'eremo di Panagia Eleoysa, si passa vicino a un piccolo tratto di spiaggia con una baia dove si erge, protetto dalle rocce, l'eremo di Metamòrfōsīs.

### Ⓢ Eremo di Piccolo Analipsis

(XV secolo).

Il secondo eremo che si incontra lungo la costa del lago dopo gli affreschi sulle rocce è quello di Piccolo Analipsis. Si erge su una cavità della roccia ed è difficile da raggiungere.

### Metamòrfōsīs



Panagia of Eleoysa

## Panorami

### Sopra il villaggio di Agios Germanòs

Posizione: nei pressi della piccola chiesa vicino al “potistra” (stazione balneare), dietro Agios Germanòs sulla piccola collina Isvoro (Mt. Moytsara) di Agios Germanòs.  
Momento migliore: la sera al tramonto e il mattino presto per i colori migliori.  
Vista migliore: i due laghi in una vista unica mentre si sale a piedi sulla montagna.  
Come arrivare: il sentiero è agevole e percorribile in un’ora, con partenza dal villaggio di Agios Germanòs.



### Kalī

Posizione: in cima alla piccola collina di Kalī, vicino alle sponde del Lago Mikri di Prespa e nelle vicinanze del villaggio di Lefkona.  
Momento migliore: durante il tramonto o l’alba.  
Vista migliore: a metà del sentiero, vista dell’isola Agios Achilios. Dalla cima, vista panoramica del Lago Piccolo di Prespa.  
Come arrivare: è possibile raggiungere l’inizio del sentiero in auto.  
Descrizione: questo breve e ripido sentiero è percorribile in soli 15 minuti a piedi, ed è adatto a tutta la famiglia.

## Rovine dei villaggi abbandonati

Le rovine dei villaggi abbandonati sono una buona opportunità per i visitatori di passeggiare e scoprire i luoghi meno conosciuti e più tranquilli di Prespa, nascosti tra le montagne.

- ◆ Il più facile da raggiungere è Daseri, nei pressi di Pili. Rimangono soltanto le mura della scuola e le fondamenta in pietra delle abitazioni.
- ◆ Ad Agathoto si trovano i resti della piccola chiesa nascosta dietro le rocce e gli alberi.

- ◆ Dell'insediamento di Latsista, situato tra le piccole colline dietro Microlimni, non rimane quasi niente. È un posto ideale per il bird watching grazie alla zona paludosa che lo caratterizza. Kranya è situato pochi chilometri più avanti ed è ormai costituito da poche case. Lungo la strada per raggiungerlo si può godere di una straordinaria vista sul lago.



- ◆ Sfika, tra le montagne sopra Oxia, era una volta un villaggio abbastanza grande, come lo si può intuire dalle dimensioni della sua chiesa, al cui interno non è rimasto che un affresco. La chiesa è nascosta nella foresta ed è una piacevole sorpresa scoprirla così lontana dalla zona abitata.

## La natura di Prespa



**LA FLORA E LA FAUNA:** un gran numero di specie faunistiche e floreali concentrate in un'area relativamente piccola, rendono Prespa una delle più importanti aree protette del mondo. Molte di queste specie sono rare e per questo protette da leggi internazionali, europee e nazionali.

Prespa è tra le dieci aree più importanti del Mediterraneo per quanto riguarda i pesci d'acqua dolce. Otto delle undici specie di pesce che si trovano nell'area sono endemiche. Le 22 specie di rettili presenti nella regione di Prespa comprendono tartarughe, tartarughe d'acqua dolce, lucertole, serpenti e vipere. Più di 45 specie di mammiferi vivono nella zona di Prespa compresi pipistrelli, topi selvatici, scoiattoli, ricci, tassi, cinghiali, volpi, gatti selvatici e i quattro mammiferi più rari del territorio europeo: il lupo, l'orso bruno, le lontre e i camosci. Infine, la Centaurea prespana è una pianta endemica caratteristica della regione di Prespa.

## Gli uccelli

Ad oggi, nella regione di Prespa, sono state individuate più di 260 specie di uccelli; di cui circa 140 nidificano in questa area. Purtroppo molte delle specie sono rare e a rischio di estinzione.

Il Pellicano dalmata e il Pellicano bianco vengono normalmente associati all'immagine di Prespa.

I Marangoni minori sono la varietà più piccola e rara delle tre specie di cormorani individuate in Europa.

L'Airone bianco maggiore è il più grande delle sette specie di aironi presenti nella regione di Prespa.



Il Mignattaio è una specie caratteristica degli ambienti umidi.

Nel 2005 è tornato a nidificare nella regione di Prespa, a seguito del risanamento delle paludi effettuato dalla Società per la Tutela di Prespa.

L'oca selvatica che nidifica a Prespa, è l'ultima specie a riprodursi in Grecia.



## Sentieri

### Pili-Daserī

**Posizione:** da Pili fino al villaggio abbandonato di Daserī, lungo la riva del Lago Mikri (Piccolo) di Prespa.

**Vista migliore:** a Daserī. Da lì è possibile godere di una vista panoramica sulle due isole che si trovano sul lago e, nelle giornate serene, è possibile vedere anche tutti i villaggi da Microlimni (a destra) ad Agios Germanos (a sinistra, sulla montagna).

**Come arrivare:** Pili è raggiungibile in auto e, una volta lì, è sufficiente girare a sinistra appena lasciata la strada principale al limite del villaggio che si incontra arrivando da Agios Achilios. È possibile lasciare lì la macchina e proseguire a piedi.

**Descrizione:** all'inizio il sentiero passa attraverso i campi di fagioli e prosegue lungo la base delle colline nei pressi della riva. Ci vuole circa un'ora per arrivare da Pili fino a Daserī. A Daserī si trovano quattro edifici in rovina; l'edificio sul lato destro del sentiero, nella parte più alta della collina, una volta era la scuola del villaggio. È possibile proseguire ancora per un tratto, oppure tornare verso Pili.

### Microlimni-Krani

**Posizione:** parte da Microlimni e sale fino al villaggio abbandonato di Krani.

**Vista migliore:** è possibile godere di una bella vista del Lago Piccolo di Prespa, un po' più in alto rispetto alla riva.

**Come arrivare:** si può raggiungere Microlimni in auto e poi attraversare a piedi la base della montagna sul lato sud-occidentale del villaggio; una volta oltrepassata una piccola cava è possibile ritrovare il sentiero che sale.

**Descrizione:** il terreno è molto roccioso e il sentiero si restringe in diversi punti. È un percorso lungo che presenta alcune difficoltà, ma vale la pena tentare. Basta seguire la riva del lago. A metà strada, lungo il percorso, si passa attraverso una piccola valle, perfetta per riposare; se non si fa troppo rumore, è possibile vedere o udire gli uccelli che nidificano nei dintorni. Per tornare a Microlimni si ripercorre lo stesso sentiero.

Ci sono molti altri sentieri, percorsi e strade forestali. Per maggiori informazioni rivolgersi al CTP.

## **Luoghi di interesse naturalistico**

### Il “fungo di pietra”

**Posizione:** a 10 minuti dal villaggio di Agios Germanòs, nella valle, lungo la strada che segue il fiume, sulla destra.

**Descrizione:** si tratta di due pietre che formano un “fungo”. Si trova sulla via che porta al sentiero che gira intorno al villaggio e che conduce ad una zona da cui si ha una vista panoramica del villaggio.

### L’“albero-roccia”

**Posizione:** sul sentiero che porta a Daserī. Lo si trova nella prima parte del percorso, sulla sinistra arrivando da Pili e prima della torre per il birdwatching.

**Descrizione:** si tratta di una pianta rampicante che cresce da dietro una roccia somigliante a un tronco pietrificato.

### L’albero orizzontale

**Posizione:** a metà del sentiero che corre lungo la base delle colline tra Laimos e Agios Germanòs, verso la parte nord del torrente.

**Descrizione:** si tratta di un albero caduto che ora sembra crescere orizzontalmente dal fianco della collina. Il tronco è orizzontale, mentre i rami sono completamente verticali.

### Attività per i visitatori

Le attività comprendono:

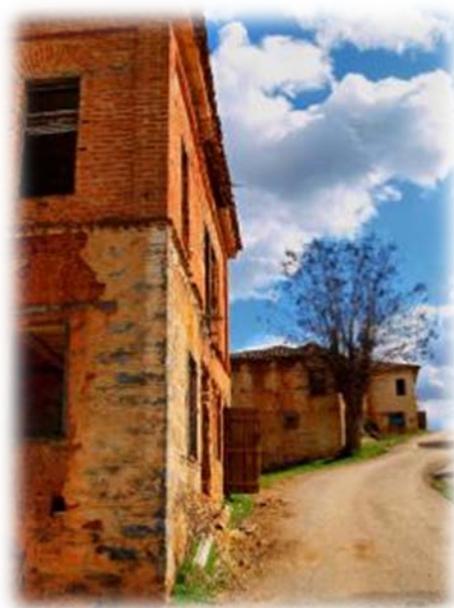
<http://www.spiritofdiscovery.gr>

<http://www.prespana.gr>

<http://www.spp.gr>

<http://www.ctp.gr>

- Corsi di cucina
- Pesca
- Escursionismo
- Gite in barca
- Birdwatching
- Cacce al tesoro (per i bambini)
- Passeggiate a cavallo
- Escursioni in bici
- Sci (durante la stagione invernale)



## Eventi importanti

### Panigiri

Il 'Panigiri' è una festa tradizionale che si svolge all'aria aperta, di solito nella piazza principale di un villaggio, per celebrare il santo patrono. Durante la giornata una banda suona musica tradizionale dal vivo, si balla e si mangia.

Date	Villaggio
11 e 12 maggio	Agios Germanòs
1 giugno	Karies
12 giugno*	Andartiko
24 giugno	Laimos
26 luglio	Kallithea
26 luglio	Vrondero
5 e 6 agosto	Plati
14 e 15 agosto	Psarades
26 ottobre	Lefkona

*\*si prega di verificare con il CTP [info@ctp.gr](mailto:info@ctp.gr) se la festa avrà luogo*



### Festival di Prespa

**Luogo:** di fronte alla Basilica di Agios Achilios, sull'isola di Agios Achilios

**Data:** ultimo fine settimana di agosto

**Descrizione:** il Festival di Prespa si tiene ogni anno ed è uno degli eventi culturali più importanti dei Balcani. Diversi eventi hanno luogo sull'isola di Agios Achilios sul Lago Piccolo di Prespa e in alcuni villaggi della prefettura di Florina. Il festival attira un gran numero di visitatori provenienti dalla Grecia e da molti paesi vicini.

### Scambio giovanile internazionale

**Luogo:** Laimos

**Data:** verificare con il CTP [info@ctp.gr](mailto:info@ctp.gr)

**Descrizione:** dal 2003 il CTP [www.ctp.gr](http://www.ctp.gr) organizza ogni anno in estate uno scambio giovanile internazionale (incontro)



## Cosa fare a Prespa

### PROPOSTE PER UN SOLO GIORNO

- Visitare il villaggio di Psarades sulle rive del lago, con i suoi edifici tradizionali, la tradizione della pesca e i bovini nani.
- Fare una gita in barca sul Lago Grande di Prespa, per visitare gli eremi lungo la costa partendo da Psarades.
- Visitare le affascinanti rovine di una basilica del X secolo che si trova sull'isola di Agios Achilios, sul Lago Piccolo di Prespa.
- Esplorare la meravigliosa architettura tradizionale in pietra del villaggio di Agios Germanos e la chiesa dell' XI sec. con i suoi affreschi originali; fermarsi al centro informazioni che si trova nella piazza per ricevere tutte le informazioni di cui si ha bisogno.

### PROPOSTE PER DUE O TRE GIORNI

- Fare una breve passeggiata immersi nel favoloso paesaggio di Prespa, magari attraversando la baia, partendo da Psarades, per arrivare al promontorio di Roti da cui si può scorgere l'Albania attraverso il Lago Grande di Prespa, oppure salendo sulla piccola collina di Kalī, fuori dalla strada principale vicino a Lefkona, da cui si può ammirare una fantastica vista del Lago Piccolo di Prespa.
- Assaggiare una delle specialità locali in una delle tante taverne in riva al lago: la carpa al forno con contorno di cipolle. È possibile godersi questa specialità mentre si guarda il sole tramontare dietro le montagne.
- In estate ci si può rilassare sulla spiaggia, o magari andare in kayak, fare beach volley o nuotare nelle rinfrescanti acque del Lago Grande di Prespa.
- In inverno si può approfittare dei pendii di Vigla - Pisoderi per sciare o fare snowboard, o semplicemente osservare quello che succede fuori da uno degli accoglienti bar "après-ski".

### PROPOSTE PER UNA SETTIMANA O DIECI GIORNI

- Esplorare l'isola di Agios Achilios. Recarsi al meraviglioso monastero della Vergine di Porphyra risalente al XVI sec. e passeggiare per le viuzze del villaggio dell'isola.
- Visitare il caratteristico villaggio pastorale di Vrondero e fermarsi per un bicchiere di "tsipouro" nella piazza del villaggio. Da lì è possibile scendere fino al villaggio abbandonato di Angathoto, sulle rive del lago, passando accanto alla vecchia grotta che i partigiani utilizzarono come ospedale, fino ad riemergere nella valle che si apre sul Lago Piccolo di Prespa.
- Godersi il pranzo in una delle numerose taverne tradizionali che servono specialità locali. Da non perdere i fagioli cotti al forno, in particolare i fagioli bianchi di Prespa, ed altri deliziosi piatti al peperoncino cucinati secondo le ricette tradizionali della nonna.
- Dal villaggio di Pili salire fino alla grotta di Zachariadī, un vecchio quartier generale dei partigiani durante la guerra civile.

- Prendere parte a una delle attività di Spirit of Discovery, azienda che organizza avventure all'aperto, la cui sede si trova nel villaggio di Agios Germanos. Le attività vanno dalle gite in bicicletta alle camminate sulla neve, ai giochi d'orientamento di gruppo e per bambini. Si consiglia di fermarsi di tanto in tanto a osservare le bellezze naturali uniche di Prespa.
- Ci sono torri per il birdwatching in tutta Prespa, da cui è possibile osservare alcune delle specie rare presenti in quest'area, tra cui i pellicani bianchi e dalmata per cui Prespa è famosa. La Società per la Tutela di Prespa che si trova a Laimos organizza giornate per il birdwatching e anche tour.
- Visitare le distillerie di Agios Germanos e Platy, specialmente durante la stagione di produzione del liquore locale, il "tsipouro", nei mesi di novembre e dicembre. Alcune di queste organizzano anche serate di musica e balli davanti al fuoco, accompagnate da tanto tsipouro per sopportare le fredde notti d'inverno!
- Percorrere tutto, o anche una parte, del sentiero E6 che supera i villaggi di Agios Germanos e Laimos e si inerpica su per le montagne che circondano i due laghi. In primavera i prati di montagna regalano una sontuosa vista di fiori selvatici, tra cui le delicate orchidee con cui si prepara la bevanda tonica tipica di Salepi.
- Far salire ulteriormente la temperatura durante le notti estive visitando uno dei bar o caffè. La musica è di vario genere ma i balli tradizionali sono sempre presenti, e se non ci sono piatti rotti allora sicuramente ci si ritroverà a ballare sui tavoli al ritmo della miglior musica, fino al mattino.

### **ESCURSIONI IN GIORNATA DA PRESPA, PER PERMANENZE PIÙ LUNGHE**

- Il villaggio abbandonato di Ano Kranionas, che sembra dormire quietamente sulle colline, e i villaggi di Korestia. Questo villaggio rappresenta un esempio dello stile di vita in passato tipico tra le montagne della Grecia Settentrionale. Qui i campi vengono ancora arati senza trattori ed è ancora possibile trovare la calorosa e tradizionale ospitalità dei greci.
- Nymphaio, con la sua insolita architettura tradizionale fatta di ardesia e pietra e il famoso santuario dell'orso, gestito da Arktouros, dove è possibile vedere gli orsi che sono stati salvati e imparare tutto su di loro..
- Per i più avventurosi la vicina città albanese di Korca, con il suo enorme mercato quotidiano e le molte case in vecchio stile. L'antico villaggio di Voskopoje con le sue chiese bizantine e i villaggi della Prespa albanese situati sulla riva del lago all'interno di un parco nazionale. Al confine è possibile noleggiare un taxi per tutto il giorno, e farsi portare a visitare tutti i luoghi più interessanti.
- Passare per Florina, con le sue taverne situate lungo il fiume, sulla strada per Bitola e Ohrid, nella Repubblica di Macedonia. Bitola ha un vecchio quartiere dove c'è un mercato vivace il venerdì, oltre a molti caffè, chiese e antiche moschee. La città di Ohrid è famosa in tutto il mondo per la sua eredità bizantina; lungo le rive del Lago Ohrid si possono visitare il castello e le molte chiese, o semplicemente passeggiare per le stradine ombreggiate, prima di degustare i deliziosi vini locali.

- L'affascinante città di Kastoria è situata su una penisola sul Lago Kastoria dove molti pellicani di Prespa vanno alla ricerca di cibo. Si consiglia una passeggiata intorno alle antiche ville o una visita al Museo del Folklore, oltre a un giro della penisola, fermandosi a visitare i monumenti e le chiese bizantine, per poi godersi il pranzo e gustare un po' di vino "retsina" spillato direttamente dalla botte o fare semplicemente sosta in uno dei caffè in riva al lago.

## Comportamento responsabile

### Fate del vostro viaggio un'occasione per imparare.

La regione di Prespa è sia un Parco Nazionale che un parco transfrontaliero, ed è inserito nell'elenco dei Siti di Interesse Comunitario di NATURA 2000. Informatevi sulle caratteristiche uniche di questa regione, le misure adottate per la sua protezione e le regole da osservare durante la vostra permanenza.

### Aiutate a preservare la flora, la fauna e la biodiversità

Informatevi sulle specie floreali e faunistiche rare che si trovano nella regione; imparate quali sono le loro caratteristiche e abitudini e quali sono i pericoli che corrono a causa dell'inquinamento ambientale e del comportamento negligente delle persone.

### Esplorate le bellezze della regione

Spostatevi lungo la regione e imparate qualcosa sulla storia, la cultura e la vita quotidiana degli abitanti. Spesso i luoghi migliori non si trovano sulle guide turistiche ma nei cuori delle persone. Visitate i villaggi remoti, le gemme nascoste e i luoghi più tranquilli, oppure i paesi confinanti: l'Albania e la Repubblica di Macedonia. Gli operatori turistici sono ben informati sull'area e possono darvi informazioni, quindi non esitate a chiedere.

### Usate i mezzi di trasporto pubblici e altri metodi ambientalmente sostenibili per spostarvi

Per piccoli viaggi in zona usate la bicicletta o andate a piedi. Siate rispettosi nei confronti della fauna e non disturbatela, prestate attenzione alla natura, perché persino il fiore più piccolo potrebbe essere un raro esemplare.

### Imparate a conoscere la cultura locale e regionale

Informatevi sui costumi locali, i giorni festivi, gli eventi e le feste, le tradizioni rurali e lo stile di vita dei residenti. Gli operatori turistici possono fornirvi tutte le informazioni necessarie e saranno lieti di rendere la vostra permanenza piacevole e memorabile, per cui non esitate a fare loro domande.



### Sostenete l'economia locale

Acquistate prodotti locali come: fagioli, pesce salato, "tsipouro" (liquore che si ottiene dalla vinaccia, molto simile alla grappa), frutta sciropata, miele, marmellate e pasta (tagliatelle e "trakhanas") nei piccoli negozi che vendono prodotti tradizionali. Tutto è

prodotto seguendo la tradizione, grazie all'amorevole maestria di uomini e donne di tutta la regione.

#### Riducete l'inquinamento ambientale

Esponete le vostre proposte per ridurre l'inquinamento ambientale agli abitanti della regione, in modo da sentirvi ancora più coinvolti in questo tentativo.

#### Proteggete la natura e la regione che visitate

Scegliete delle attività che non danneggino la flora, la fauna e il paesaggio naturale e che non lascino segni o tracce del vostro passaggio. Raccogliete i vostri rifiuti e lasciateli in appositi contenitori; altrimenti, qualunque cosa lascerete dietro di voi, la ritroverete alla vostra prossima visita, anche se dovesse trascorrere un intero anno.

#### Dimostrate che il turismo e lo sviluppo sostenibile possono essere compatibili

Grazie all'applicazione di queste regole, alla vostra partecipazione attiva nella vita della regione di Prespa e alle attività rivolte alla sua tutela, dimostrerete che il turismo non sempre significa deterioramento delle caratteristiche locali e degrado ambientale, ma può essere anche un mezzo per proteggere meglio la regione e integrare i turisti nella vita locale.

## Centro informazioni

Ente per la gestione del Parco Nazionale di Prespa

Sito web: <http://www.fdedp.gr>

Tel: 23850- 51870

## Come raggiungere Prespa

### Autobus:

Orari degli autobus da Florina a Prespa, ultima fermata: Agios Germanòs

Tel:+30-23850-22430

Mercoledì:

Partenza: 7.30 e 13.00

### Taxi:

TAXI AG.GERMANÒS: +30-23850-51207, +30-6945-377954

TAXI LEFKONA: +30-6977-795809

TAXI LAIMOS: +30-23850-51247, +30-6942-704496

### Auto a noleggio:

è possibile noleggiare un'automobile a Salonicco o a Kastoria tel. +30-24670-84000

### Informazioni relative agli orari degli autobus:

KTEL Florina, Atene: +30-210-5130427

Stazione degli autobus a Florina: +30-23850-22430

Salonicco: +30-2310-595418

### **Informazioni**

Triangolo Culturale di Prespa

Laimos, 53077 Prespa, Grecia

tel. 30-23850-51332, fax 30-23850-51332

info@ctp.gr, www.ctp.gr

## **Il Triangolo Culturale di Prespa**

Il Triangolo Culturale di Prespa (Cultural Triangle of Prespes - CTP) è un'organizzazione non governativa locale indipendente, senza scopo di lucro, situata nella Grecia nord-occidentale, al confine con l'Albania e la Repubblica di Macedonia. Siamo attivi a livello locale, regionale, transfrontaliero ed europeo e svolgiamo attività nei settori della Gioventù, della Cultura e dello Sviluppo del Turismo.

Fondato nel 2000, il CTP è fondato su azioni che mirano a rafforzare lo sviluppo paritario e qualitativo, contribuiscono alla mobilitazione delle persone di Prespa – in particolare dei giovani e degli operatori turistici – e fanno delle frontiere un vantaggio.

Da più di 11 anni il CTP è un punto di riferimento per i giovani, soprattutto europei, grazie allo Scambio giovanile, l'accoglienza di volontari europei per lunghi periodi, l'invio di volontari greci ed anche grazie all'organizzazione di attività di educazione informale per bambini e giovani.

Inoltre il CTP contribuisce all'applicazione di programmi che riguardano la ricerca, la conservazione e l'utilizzo dell'eredità culturale, la mobilitazione dei cittadini e delle istituzioni e le loro reciproche collaborazioni, e lo sviluppo di un modello alternativo di turismo in una regione ricca di bellezze naturali ed eredità culturali.

Nel giugno 2011 abbiamo inaugurato a Laimos un centro polifunzionale all'interno della vecchia biblioteca comunale, che funziona sia come una biblioteca che offre servizi di prestito, con uso gratuito dei computer e libero accesso alla rete wi-fi, sia come punto informativo per visitatori e turisti, dove è possibile trovare moltissimo materiale audiovisivo e stampato. Il centro ospita anche workshop e attività di istruzione atipica, e organizza eventi, incontri e seminari in collaborazione con il Comune di Prespa.

Il nostro obiettivo è fare in modo che questo luogo diventi un punto di incontro, educazione e presa di coscienza per la popolazione locale, i volontari stranieri, i visitatori e i turisti. La biblioteca sarà arricchita ulteriormente con libri sull'ambiente e sulla cultura generale, e con ricerche e pubblicazioni sulla regione, in modo da attirare studenti, scienziati e altri gruppi interessati.

L'obiettivo principale delle nostre azioni è il miglioramento della coscienza sociale della nostra società e la sua partecipazione attiva. Le attività quotidiane (dal lunedì alla domenica) di educazione non-formale, il contatto con volontari provenienti da tutta Europa e la cooperazione a livello regionale di organismi, giovani e operatori turistici, diminuiscono il senso di isolamento e allo stesso tempo accrescono l'autostima e il rispetto verso la nostra comunità. La cooperazione con i Paesi vicini dimostra che le frontiere possono essere semplicemente "la porta" attraverso cui accedere ad un'altra area anziché una linea di confine.

Per maggiori informazioni riguardanti la nostra organizzazione, visitate il sito:

<http://www.ctp.gr>

## Alcuni link utili

-  [http://en.wikipedia.org/wiki/Lake\\_Prespa](http://en.wikipedia.org/wiki/Lake_Prespa)
-  [http://en.wikipedia.org/wiki/Prespa\\_\(medieval\\_town\)](http://en.wikipedia.org/wiki/Prespa_(medieval_town))
-  <http://wikitravel.org/en/Prespa>
-  Parco Nazionale di Prespa: <http://www.fdedp.gr/English/>
-  Società per la Tutela di Prespa: <http://www.spp.gr/spp/>
-  Comune di Prespa: <http://www.prespes.gr/>