



ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΟ ΤΡΙΓΩΝΟ ΠΡΕΣΠΩΝ
CULTURAL TRIANGLE OF PRESPA

CTP

Μη Κυβερνητική Οργάνωση | A Non Governmental Organization



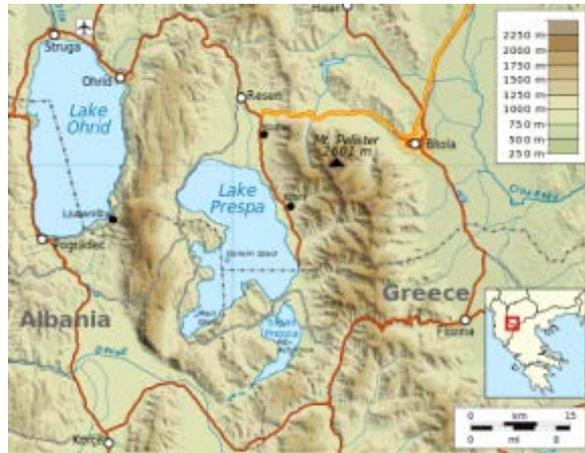
Guía Local de la región de los Lagos de Prespa



Breve descripción de la región

La región de los Lagos de Prespa está rodeada de montañas y situada en el extremo noroeste de Grecia, a 850 metros sobre el nivel del mar. Prespa es un parque transfronterizo natural, de gran importancia por su biodiversidad y por las especies endémicas que habitan en él. Se extiende por los territorios de Grecia, Albania y la Ex República Yugoslava de Macedonia (ERYM).

Al viajero receptivo sólo le toma unos momentos darse cuenta de que ha llegado a un lugar con una personalidad singular. Prespa es una zona para los amantes de la naturaleza y de las actividades al aire libre durante cualquier época del año. Es un sitio para ser percibido usando todos los sentidos; como si de alguna manera hubiera sido diseñado para atraernos y recordarnos que también somos parte de la naturaleza.



En Prespa la naturaleza, el arte y la historia giran en torno a dos lagos: Megali y Micri. Aquí abundan las aldeas con vecinos hospitalarios que merecen que nos detengamos a escuchar sus anécdotas y la historia sus lugares.

Los visitantes más afortunados pueden tomar parte en las actividades cotidianas de la gente del lugar, que están muy relacionadas con las estaciones del año. En gran medida, estas actividades han contribuido a dar forma a la vida en Prespa. Las tres ocupaciones principales y tradicionales son la agricultura, la ganadería y la pesca.

Hay muchos senderos que se adentran en la naturaleza y a veces nos llevan llevar montaña arriba; otras nos conducen hasta aldeas abandonadas que la naturaleza poco a poco vuelve a invadir.

Los visitantes de Prespa deben estar conscientes de la importancia que el entorno natural tiene en esta región. Pueden contribuir a preservar los recursos naturales de la zona y a mantener un ecosistema limpio y sostenible, de modo que cuando vuelvan a este rincón del mundo todo siga sorprendiéndoles como la primera vez. En Prespa, cada vez es como la primera.



Lugares de interés

Aldeas

Agios Achilios

Descripción: Agios Achilios es la única aldea de la única isla habitada de los lagos de Prespa, y a ella debe su nombre. No está permitida la circulación de automóviles en la isla, por lo que para llegar a la aldea hay que cruzar un largo puente peatonal de 850 metros. Esta tradicional aldea de pescadores es el hogar de una muy pequeña especie endémica de vaca. Además, según la tradición local, si se construye una sola casa más en la aldea todos sus edificios se vendrán abajo. Debido a que la isla está situada en medio del lago, la aldea es el lugar ideal para disfrutar de una espectacular vista panorámica de 360° que barca todo el lago de Prespa.

Población: 21 habitantes.

Lo que no debe perderse:

- Ⓢ Pasear alrededor de la isla y avistar las aves, especialmente cormoranes y pelícanos, desde el puente peatonal de acceso.
- Ⓢ El monasterio de Panayia Porphyra.
- Ⓢ La basílica de Agios Achilios.



Agios Germanos

Descripción: Agios Germanos está situada en el extremo oeste del valle, al pie del monte Varnoundas en la frontera con la ERY de Macedonia. Un riachuelo del mismo nombre atraviesa la aldea y desemboca en el Lago Megali de Prespa. Agios Germanos es muy conocido por la arquitectura tradicional de sus casas.

Población: 182 habitantes.

Lo que no debe perderse:

- Ⓢ La fiesta local 'Panigiri' del 11 y 12 de mayo
- Ⓢ La iglesia de Agios Germanos (de finales del siglo X)
- Ⓢ El centro de información del *Prespa National Park Management Body* (Organismo Nacional de Prespa para el Ordenamiento Sostenible de los Bosques), situado en la plaza, le ofrece información sobre toda la región.



Antartiko

Descripción: Antartiko es una de las pocas aldeas de la región de Prespa que carece de vista al lago. Está situada en las faldas del monte Verno y lo atraviesa el río Ladhopotamos. Es una de las aldeas más afectadas por la deserción rural como consecuencia de la guerra civil griega, inmediatamente posterior a la II Guerra Mundial. La población se redujo de 3000 habitantes a entre 150 y 180, pero en la actualidad muchas casas antiguas continúan en pie como testimonio de la importancia de la aldea antes del conflicto. La arquitectura que combina piedra y adobe es muy característica de la región.

Población: 84 habitantes.

Ubicación: ver mapa.

Lo que no debe perderse:

- 📍 'Panigiri' el 12 de junio
- 📍 La iglesia de Agios Athanasios
- 📍 La iglesia de Agios Nikolaos



Kallithea

Descripción: Kallithea está situada a los pies del monte Varnoundas. Como su propio nombre lo indica (Kali = bella; Thea = vista), esta aldea posee una de las vistas más bellas del lago de Prespa. Kallithea es una aldea dedicada a la cría de ganado. Está rodeada por un denso bosque de excepcional belleza, y es surcada por senderos que llevan a la cima de la montaña, donde la vista de la cuenca de Prespa se hace más impresionante con cada paso.

Población: 117 habitantes.

Lo que no debe perderse:

- 📍 La iglesia de Agios Athanasios y sus vistas del lago
- 📍 'Panigiri' el 26 de julio
- 📍 La iglesia de Agios Georgios con su espléndida vista de los lagos.

Karies

Descripción: Situada en un llano cerca de Seltsa, un área de valiosos recursos naturales gracias a su flora endémica.

Población: 56 habitantes.

Lo que no debe perderse:

- 🌀 Un paseo por la montaña cercana a Karies
- 🌀 Visita a la iglesia de Analipsis (clausurada)
- 🌀 'Panigiri' el 1º. de junio

Kottas

La aldea de Kottas es el lugar donde nació el Capitán Kottas (1863-1905), uno de los primeros protagonistas de la Lucha Griega por Macedonia.

Población: 22 habitantes.

Lo que no debe perderse:

- 🌀 El museo del Capitán Kottas
- 🌀 La casa del Capitán Kottas
- 🌀 El museo de la raza macedonia
- 🌀 Las rutas espectaculares



Krystallopiqi

La palabra Krystallopiqi significa "fuente de cristal". La aldea está situada justo en la frontera con Albania.

Población: 314 habitantes.

Lo que no debe perderse:

- 🌀 Las rutas espectaculares
- 🌀 'Panigiri' durante la segunda semana de agosto
- 🌀 El valle de Ladhopotamos

Laimos y Milionas

Descripción: Laimos es el principal pueblo de Prespa y el centro administrativo de la región. Está situado en la zona más estrecha del valle (Laimos significa 'cuello') y lo divide en dos el río Agios Germanos. Milionas es una aldea semiabandonada que se halla muy cerca de Laimos. La población local lo utiliza para estabular ganado y como pastos. Dos parejas de Atenas han adquirido varias casas antiguas que en la actualidad están en proceso de restauración.



Población: 187 habitantes.

Lo que no debe perderse:

- 🌀 La iglesia bizantina de Hiypapandi (clausurada)
- 🌀 Un paseo por la aldea al anochecer, cuando la gente se reúne para hablar
- 🌀 El paseo hasta Milionas
- 🌀 'Panigiri' el 24 de junio

Lefkona

Descripción: Lefkona está situada en la llanura más extensa de Prespa. Desde allí se puede caminar hacia la colina de Kale y disfrutar de la calma reinante y de la vista panorámica. En verano está rodeada de campos de judías.

Población: 116 habitantes.

Lo que no debe perderse:

- 🌀 'Panigiri' el 26 de octubre
- 🌀 El paseo para subir la colina de Kale
- 🌀 Los emplazamientos de armas de la II Guerra Mundial
- 🌀 Diversas rutas para transitar el monte Varnoundas

Microlimni

Descripción: Esta tradicional aldea pesquera está situado a orillas del Lago Mikrí de Prespa. A su alrededor hay varias rutas de excursión y zonas muy protegidas debido al enorme valor de su naturaleza. Desde esta aldea se puede visitar el valle de Latsita, un buen sitio para descansar y respirar aire puro; y durante la época adecuada del año, avistar aves. Si continúa caminando hacia las montañas después de pasar Latsita, se llega a la aldea abandonada de Kranies.



Población: 46 habitantes.

Lo que no debe perderse:

- 📍 El tradicional barco de Prespa
- 📍 El valle de Latsita
- 📍 La iglesia de Agia Paraskevi



Oxia

Descripción: Oxia es una aldea pequeña cerca de Microlimni en la que hay unas cuadras de caballos. Desde allí se pueden hacer caminatas hasta Sfika, una aldea abandonada situada en el monte Triklario.

Población: 12 habitantes.

Lo que no debe perderse:

- 📍 La abandonada aldea de Skifa en las montañas
- 📍 La iglesia de Agios Athanasios

Pili

Descripción: Pili está situada a orillas del Lago Micri de Prespa, al pie del monte Devas. Desde Pili se puede llegar hasta la aldea abandonada de Daseri, a unos tres kilómetros, y a la cueva de Zachariade utilizada por los partisanos durante la guerra civil griega. Pili es un pueblo tranquilo, incrustado entre el bosque y el lago, y rodeado de campos de judías.

Población: 89 habitantes.

Lo que no debe perderse:

- ☉ La cueva de los partisanos
- ☉ La pequeña iglesia de Agios Nikolaou
- ☉ Visita al pueblo abandonado Daseri, remanso de paz y belleza. Sólo algunas ruinas permanecen, de las cuales la más conservada es el edificio de la escuela. Desde allí se puede ver de cerca la isla de Vidhronisi

Pisoderi

Descripción: Pisoderi está situada en una empinada ladera del monte Verno, cerca de la estación de esquí de Vigla. Desde allí hay un camino que lleva a Agios Germanos pasando por la cima del monte Varnoundas.

Población: 7 habitantes.

Ubicación: ver mapa.

Lo que no debe perderse:

- ☉ El pueblo más cercano a la estación de esquí de Vigla
- ☉ Su tradicional arquitectura
- ☉ El monasterio de Agia Triada



Plati

Descripción: Plati está situada en la llanura más amplia de Prespa. El arroyo Platiotiko atraviesa la aldea. Desde Plati hay una vista preciosa y amplia del Lago Mikri de Prespa. También se puede visitar la exposición permanente de artefactos y herramientas antiguos.

Población: 73 habitantes.

Lo que no debe perderse:

- Ⓢ La iglesia de Agios Nikolaos - Ayia Sotira (clausurada)
- Ⓢ La exposición de antiguos artefactos y herramientas de Presta, del hotel Platythea
- Ⓢ 'Panigiri' durante los días 5 y 6 de agosto



Prasino

Población: 21 habitantes en la parte antigua de la aldea y 14 a lo largo de la carretera principal.



Psarades

Descripción: Psarades está situado en a orillas del Lago Megali de Prespa. Como lo indica su nombre ('psaras' significa 'pescador') es un pueblo tradicional de pescadores. Desde Psarades se puede hacer un viaje en barco para apreciar los frescos post-bizantinos pintados en las rocas, y las ermitas construidas en los acantilados del lago.

Población: 83 habitantes.

Lo que no debe perderse:

- ⊗ Un paseo alrededor de la aldea
- ⊗ Una excursión en barco hasta las ermitas y los frescos en las rocas
- ⊗ En verano, un baño en las aguas templadas del lago



Trigono

Descripción: Trigono es un pueblecito situado en el cruce de la carretera Florina-Prespa-Kastoria al pie del monte Vernon. 'Trigono' significa 'triángulo', y la aldea escogió este nombre por su forma geométrica. La población estaba originalmente situada algo más arriba de la ladera de la montaña, pero se trasladó hacia tierras más bajas en dos distintas ocasiones, hasta establecerse definitivamente en el lugar donde se encuentra hoy. Todavía se pueden ver las ruinas de los asentamientos previos en las montañas.



Población: 29 habitantes.

Lo que no debe perderse:

- ⊗ La tradicional arquitectura de adobe
- ⊗ La iglesia del Profeta Elías (1920) situada en medio del bosque (se deben pedir las llaves a Antonis Papadopoulos en la plaza de la aldea: teléfono 23850-45985)
- ⊗ La iglesia de Agios Nikolaou, 1866

Vatoxori

Descripción: Vatoxori es una aldea muy pequeña formada a partir de asentamientos dispersos de granjeros y pastores.

Población: 23 personas

Lo que no debe perderse:

- ☉ La antigua escuela primaria con su exposición sobre el folclore
- ☉ La iglesia de Agios Nikolaos
- ☉ Las espectaculares rutas hacia las aldeas de Oxia y de Mikrolimni

Vrontero

Descripción: Situada al pie del Monte Vrontero en la frontera con Albania, Vrontero es una de las pocas aldeas de Prespa que carece de vista a los lagos. Desde allí se puede visitar la aldea abandonada de Angathoto y la cueva utilizada como hospital improvisado durante la guerra civil griega. Vrontero es una aldea principalmente agrícola y está cerca de las ruinas de Pyxos, un antiguo asentamiento.

Población: 78 habitantes.

Lo que no debe perderse:

- ☉ El pequeño museo de fósiles y monedas situado en la plaza del pueblo
- ☉ La cueva que se utilizó como hospital durante la guerra civil
- ☉ Las ruinas de Pyxos



Fotografía ganadora del concurso organizado por el *Cultural Triangle of Prespa* (CTP), edición 2012

Iglesias

Muchas de las iglesias, de las basílicas y de los monasterios de Prespa son de estilo bizantino y post-bizantino. A pesar de que algunas de las iglesias no están abiertas al público, se puede admirar la arquitectura exterior de los edificios.

- Ⓜ Iglesia de Agios Germanos
(siglo XI)
- Ⓜ Iglesia de Agios Athanasios
(finales del siglo XVIII)
Ambas están situadas en la aldea de Agios Germanos. Son muy conocidas por sus frescos en excelente estado de conservación
- Ⓜ Basílica de Agios Achilios (976-1014)
Situada en la isla de Agios Achilios en el Lago Menor de Prespa. Es un ejemplo de pervivencia del estilo arquitectónico paleocristiano durante el periodo bizantino
- Ⓜ Ruinas de la Iglesia de los Doce Apóstoles
(siglos XI y XII)
- Ⓜ Iglesia de Agios Georgios
(Finales del siglo XV), Iglesia de Agios Dimitrios, ruinas del Monasterio de Panagia Porphyra (mediados del siglo XVI). Todas ellas situadas en la isla de Agios Achilios.
- Ⓜ Ruinas de Agios Nikolaos en Pili



Basílica de Agios Achilios



Iglesia de Agios Germanos

Las ermitas y los frescos

En Prespa se pueden encontrar frescos dentro de las iglesias y ermitas, así como en las rocas que hay cerca de éstas. Los frescos de las rocas se pueden observar fácilmente durante un paseo en barco al Lago Mayor de Prespa, La excursión se puede organizar desde el pueblo de Psarades.

Ⓜ Ermita de Panagia Eleousa

(principios del siglo XV)

Es la más grande y albergó a la mayor comunidad de monjes de la región. Los frescos de su interior son un ejemplo del tipo de pintura que se realizaba en esta zona del Lago Mayor de Prespa.

Ⓜ Ermita de la Metamorfosis

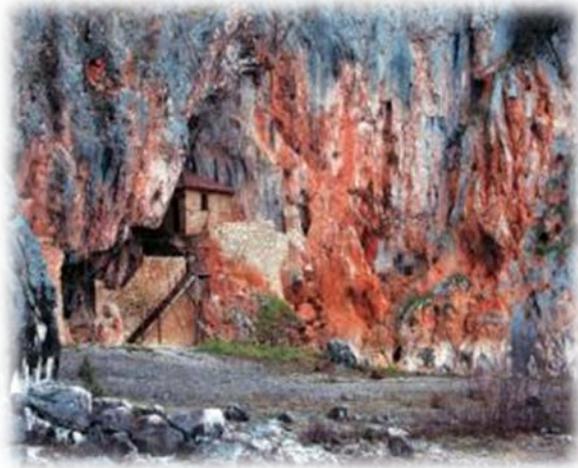
(siglo XIII)

Al salir de Psarades en barco hacia la ermita de Panagia Eleousa se pasa frente a la orilla de una bahía donde se encuentra la ermita Metamorfosis protegida por rocas.

Ⓜ Ermita de Mikrí Analipsis

(siglo XV)

La segunda ermita que se encuentra en la orilla del lago, después de los frescos en las rocas, es la de Mikrí Analipsis. Está en la parte superior de una pequeña cavidad de la roca y es difícil llegar hasta ella.



Metamorphosis



Panagia de Eleousa

Panoramas

Vista de la aldea de Agios Germanos

Ubicación: Cerca de la pequeña iglesia que se alza junto al 'potistra' o abrevadero detrás de Agios Germanos, en la colina de Isvoro (monte Mutsara) en Agios Germanos.

Mejor momento: Al atardecer durante la puesta de sol o por la mañana temprano, es cuando se aprecian los mejores celajes.

Mejor vista: Admirar los dos lagos al ir subiendo la montaña.

Cómo llegar: Se trata de una caminata fácil de aproximadamente una hora de duración, desde el pueblo de la aldea Agios Germanos.



Kale

Ubicación: En la cima de la pequeña colina de Kale, cerca de la orilla del Lago Mikri de Prespa y no lejos del pueblo de Lefkona.

Mejor momento: Durante la puesta de sol y al amanecer.

Mejor vista: A mitad del camino subiendo se puede apreciar una vista de la isla de Agios Achilios. Desde la cima se disfruta de una vista panorámica del Lago Mikri de Prespa.

Cómo llegar: En coche hasta donde empieza el sendero.

Descripción: Se trata de un breve sendero en espiral, que toma recorrerlo unos 15 minutos y muy apropiado para toda la familia.

Ruinas de las aldeas abandonadas

Las ruinas de aldeas abandonadas son una buena oportunidad para pasear y descubrir, escondidas entre las montañas, las zonas menos conocidas y más tranquilas de Prespa.

- ◆ La de más fácil acceso es Daseri, cerca de Pili. Allí sólo queda en pie una de las paredes de la escuela, y los cimientos de las casas de piedra
- ◆ En Agathoto, hay algunas ruinas de una pequeña iglesia oculta entre las rocas y los árboles.

- ◆ No queda casi nada del asentamiento de Latsista, que se encuentra entre las colinas detrás de Mickrolimni. Es el sitio ideal para el avistamiento de aves gracias a sus humedales. Krania está a unos cuantos kilómetros. Sólo quedan unos pocos vestigios de la aldea. Por el camino que lleva hasta allí, se puede disfrutar de una espectacular vista del lago.



- ◆ Skifka, localizada en las montañas cerca de Oxia, fue una vez un pueblo bastante grande como se puede apreciar por el tamaño de la iglesia, donde sólo un fresco se conserva. La iglesia está escondida en el bosque y el descubrirla allí tan lejos de las zonas habitadas, causa una maravillosa sorpresa.

La naturaleza en Prespa



FLORA Y FAUNA: La gran diversidad de especies de flora y fauna que existe dentro de esta zona tan relativamente pequeña hace de Prespa una de las áreas protegidas más importantes del mundo. Muchas especies de flora y fauna son poco comunes y están custodiadas por la legislación nacional, internacional y europea.

Prespa es una de las diez áreas más importantes del Mediterráneo por sus peces de agua dulce. Ocho de las once especies de peces que se encuentran aquí son endémicas. Entre las veintidós especies de reptiles de Prespa hay tortugas terrestres y de agua dulce, y también lagartos, serpientes y víboras. En Prespa viven más de cuarenta y cinco especies de mamíferos, incluyendo murciélagos, ratones de campo, ardillas, erizos, tejones, jabalíes, zorros, gatos silvestres, y las cuatro especies de mamíferos europeos menos comunes: el lobo, el oso pardo, la nutria y el rebeco. La *centaurea prespana* es una especie vegetal endémica característica de Prespa.

Las aves

Se han registrado más de 260 especies de aves hasta la fecha, de las cuales aproximadamente 140 anidan aquí. Muchas de estas especies son raras y están en peligro de extinción.

El pelícano ceñudo y el pelícano común se identifican con la imagen de Prespa.

El cormorán pigmeo es la especie más pequeña y rara de las tres especies de cormoranes que se encuentran en Europa.



La garza blanca es la más grande de las siete garzas que se hallan en Prespa.

El morito común es una especie característica de las praderas húmedas.

En 2005 esta especie volvió a anidar en Prespa, tras la restauración de las praderas húmedas que la *Society for the Protection of Prespa* (Asociación para la Conservación de Prespa) llevó a cabo.

El ánsar común anida en Prespa y representa la última población reproductora de Grecia.



Senderos

Pili-Daseri

Ubicación: desde Pili hasta la aldea abandonada Daseri a lo largo de la orilla del lago Mikri Prespa.

Mejor vista: al llegar a Daseri. Desde allí conseguirá una vista panorámica de las dos islas en el lago y, si el día está despejado, también podrá ver todas las aldeas, desde Mikrolimni (a la derecha) a Agios Germanos (a la izquierda, en la montaña).

Cómo llegar: puede llegar a Pili en coche. Una vez allí, gire a la izquierda con dirección a la carretera principal que está al final de la aldea y que parte de Agios Achilios. Puede aparcar allí y continuar a pie.

Descripción: al principio el camino atraviesa campos de judías y pasa al pie de las colinas cercanas a la orilla. Se tarda alrededor de una hora desde Pili a Daseri. Cuando llegue a Daseri encontrará cuatro edificios antiguos en ruinas; el que está a la derecha del camino, el más alto de la colina, era la escuela de la aldea. Podrá llegar un poco más lejos o volver a Pili.

Mikrolimni-Krania

Ubicación: comienza en Mikrolimni y llega hasta la aldea abandonada de Kranie.

Mejor vista: un poco más arriba de la orilla hay una buena vista del Lago Pequeño Prespa.

Cómo llegar: puede ir en coche hasta Mikrolimni y luego seguir caminando hasta el pie de la montaña, al lado sudoeste de la aldea. Justo después de pasar una pequeña cantera encontrará el camino que lleva a la montaña.

Descripción: el suelo es muy rocoso y hay partes en que el sendero puede llegar a ser muy estrecho. Es un camino largo y no siempre fácil de seguir, pero merece la pena intentarlo. Si sigue por la orilla del lago, atravesará un pequeño valle a mitad de camino, el cual es perfecto para descansar. Si mantiene silencio, puede que vea o escuche pájaros anidando cerca. Vuelva a Mikrolimni por el mismo camino.

Hay más senderos, caminos y veredas de bosques. Pida información adicional en el CTP.

Lugares de interés natural

La piedra «champiñón»

Ubicación: a diez minutos de la aldea de Agios Germanos, en la carretera a lo largo de la cuenca del río, a la derecha.

Descripción: se trata de dos piedras que forman un «champiñón». Se encuentra en dirección al sendero que rodea la aldea, el cual lleva a un lugar que ofrece una vista panorámica.

El «árbol de piedra»

Ubicación: en el sendero que lleva a Daseri. Lo encontrará en la primera parte del camino, a su izquierda, alejándose de Pili y antes de llegar al observatorio de aves.

Descripción: se trata de una planta trepadora que crece por detrás de una roca y que parece ser un tronco petrificado.

El árbol horizontal

Ubicación: a medio camino entre Laimos y Agios Germanos que continua a lo largo del pie de las colinas, directamente al norte del río.

Descripción: un árbol que, después de haberse caído, parece estar creciendo de nuevo de forma horizontal al costado de la colina. El tronco es horizontal y todas las ramas son completamente verticales.

Actividades para los visitantes

Estas actividades incluyen:

<http://www.spiritofdiscovery.gr>

<http://www.spp.gr>

<http://www.ctp.gr>

- Talleres de cocina
- Pesca
- Senderismo
- Paseos en bote
- Avistamiento de aves
- Búsqueda de tesoros (para niños)
- Equitación
- Ciclismo
- En invierno: esquí



Actividades importantes

Panigiri

El 'Panigiri' es un festival tradicional al aire libre que suele tener lugar en la plaza principal para celebrar la onomástica del santo patrón de la aldea. En el festival encontrará una banda que toca música tradicional de la zona en vivo, además de bailes y comida.

Date	Village
11 y 12 de mayo	Agios Germanos
1 de junio	Karyes
12 de junio*	Andartiko
24 de junio	Laimos
26 de julio	Kallithea
26 de julio	Vrondero
5 y 6 de agosto	Platy
14 y 15 de agosto	Psarades
26 de octubre	Lefkona

* Consulte con el CTP info@ctp.gr si la actividad se llevará a cabo.



Festival de Prespes

Ubicación: frente a la Basílica de Agios Achilios, en la isla del mismo nombre

Fecha: el último fin de semana de agosto

Descripción: el festival de Prespia, uno de los acontecimientos culturales más importantes de los Balcanes, se celebra anualmente. Tiene lugar en la isla de Agios Achilios, en el Lago Menor de Prespa, así como en varias aldeas de la prefectura Florina. Este evento atrae a un gran número de visitantes procedentes de Grecia y de muchos países vecinos.

Intercambio Internacional entre Jóvenes

Ubicación: Laimos

Fecha: consúltelo con el CTP info@ctp.gr

Descripción: Desde 2003, cada verano el *Cultural Triangle of Prespes* www.ctp.gr organiza el encuentro Intercambio Internacional entre Jóvenes.



Qué hacer en Prespa

EN UN DÍA

- Visite la aldea de Psarades a orillas del lago, con sus edificios tradicionales, rebosante de historia de la pesca y del ganado autóctono enano.
- Dé un paseo en bote por el Gran Lago Prespa para visitar los monasterios que se encuentran a lo largo de la costa desde Psarades.
- Visite las asombrosas ruinas de la basílica del siglo X, en la isla de Agios Achilios en el Lago Mayor de Prespa.
- Explore la excelente y tradicional arquitectura de piedra de la aldea de Agios Germanos. Visite su iglesia del siglo XI, con sus frescos originales. Acuda al centro de información de la plaza para obtener toda la información que necesite.

EN UN FIN DE SEMANA O TRES DÍAS

- Dé un breve paseo en medio del increíble escenario de Prespa. También puede salir en dirección al cabo Roti, desde Psarades a través de la bahía, para contemplar el Gran Lago Prespa con dirección a Albania. O admirar la pequeña colina de Kale, en la carretera principal cercana a Lefkona, para obtener unas vistas espectaculares del Lago Menor Prespa.
- Disfrute de las especialidades locales en una de las muchas tabernas al lado del lago. Pruebe la carpa encebollada al horno mientras contempla la puesta de sol tras las montañas.
- Tómese su tiempo durante el verano para descansar en la playa. Podrá hacer piragüismo, jugar al vóley-playa y nadar en las aguas refrescantes del Gran Lago Prespa.
- En época de invierno, diríjase a las nevadas pistas de esquí de Vigla para esquiar o hacer *snowboard*. Tras esto, puede sentarse a ver el mundo pasar en uno de nuestros acogedores bares.

EN UNA SEMANA O DIEZ DÍAS

- Explore la isla de Agios Achilios. Acérquese al monasterio de la Virgen de Porphyra del siglo XVI y dé un paseo por las estrechas calles de esta aldea isleña.
- Viaje a la tradicional aldea de pastores de Vrondero y tómese una copa de *tsipouro* en la plaza de la aldea. Desde allí podrá llegar a la aldea abandonada de Angathoto, al lado del lago, pasando por la cueva del antiguo hospital partisano hasta llegar a un valle que da paso al Lago Menor Prespa.
- Disfrute de la comida en una de las muchas tabernas tradicionales donde sirven platos típicos de la zona. No deberá irse sin probar las judías al horno acompañadas de las famosas judías blancas de Prespa o cualquiera de los sabrosos platos de pimientos rojos cocinados siguiendo las recetas tradicionales.
- Diríjase a la cueva de Zachariades desde la aldea de Pili y a los antiguos cuarteles generales para los partisanos durante los tiempos de la guerra civil.
- Participe en una de las actividades organizadas por *Spirit of Discovery*, una compañía de deportes de aventura al aire libre cuya sede está en la aldea de Agios Germanos. Podrá realizar actividades que van desde el ciclismo hasta los paseos por

la nieve, así como juegos de orientación para grupos y niños. Modere su ritmo y deténgase a admirar la extraordinaria vida natural de Prespa.

- Encontrará observatorios de aves por toda la zona de Prespa, desde los cuales podrá observar un gran número de especies muy poco comunes. Entre estas se incluyen el pelícano ceñudo y el pelícano común, los cuales hacen que Prespa sea un lugar conocido. La *Society for the Protection of Prespa* (Sociedad para la Protección de Prespa) con sede en Laimos, organiza días de avistamiento de aves y también excursiones.
- Visite las destilerías de Agios Germanos y Platy, especialmente en noviembre y diciembre, la estación ideal para fabricar *tsipouro*, bebida local. Algunas ofrecen música y baile en las noches frías de invierno, alrededor del flameante fuego de la destilería, además de mucho *tsipouro* para mantenerle despierto.
- Siga total o parcialmente la ruta de senderismo E6, a medida que sube por las aldeas de Agios Germanos y Laimos, hasta adentrarse en las montañas que rodean los dos lagos. Durante la primavera, las praderas de la montaña tienden un suntuoso manto de flores silvestres, incluyendo las delicadas orquídeas que se utilizan para fabricar la bebida tónica local Salepi.
- Aumente el calor de las noches de verano visitando los bares y cafés. La música es variada pero siempre hay algún baile tradicional. Y aunque no llegue a ver ningún plato hecho añicos, seguro que estará bailando encima de las mesas a medida que despunta el alba

VIAJES DE UN DÍA DESDE PRESPA PARA ESTANCIAS MÁS PROLONGADAS

- El pueblo deshabitado de Ano Kranionas para dormir tranquilamente en las colinas y los pueblos de Korestia. Este pueblo muestra un modo de vida que parece haberse paralizado en las montañas del norte de Grecia, donde los campos todavía se labran sin tractores y donde aún podrá encontrar la hospitalidad tradicional de los griegos.
- Nymphaio, con su tradicional e inusual arquitectura de pizarra y piedra y el famoso santuario de osos de Arctouros, donde podrá ver a osos rescatados y aprender sobre ellos.
- Los más aventureros podrán visitar la ciudad albanesa de Korçë, que organiza todos los días un mercado enorme y está llena de casas de estilo antiguo. Visite el viejo pueblo de Moscopole, con sus iglesias bizantinas, y los pueblos de la Prespa albana, situados al lado del lago, dentro del parque nacional. Alquile un taxi en la frontera y dé una vuelta por todos estos lugares durante el día.
- Atraviese Florina y contemple sus tabernas al lado del río con dirección a Bitola y Ohrid en la República de Macedonia. Bitola posee un barrio antiguo en el que podemos encontrar un mercado muy animado los viernes, así como numerosos cafés, iglesias y mezquitas. La ciudad de Ohrid, situada en la orilla del lago Ohrid, es conocida mundialmente por su herencia bizantina. Allí podrá visitar el castillo y varias iglesias o simplemente dar un paseo por las sombreadas calles al lado del lago antes de probar los deliciosos vinos locales.
- La fascinante ciudad de Kastoriá, situada en una península en el lago Kastoriá, donde muchos de los pelícanos de Prespa acuden para alimentarse. Camine por las antiguas mansiones o por el Museo del Folklore. Recorra la península deteniéndose en los monumentos bizantinos y las iglesias. Disfrute de la comida y el *retsina* de barril, o haga una parada en una de las muchas cafeterías al lado del lago mientras mira la vida pasar.

Turismo responsable

Haga de su viaje una oportunidad para aprender

La región de Prespes constituye tanto un Parque Nacional como un parque transfronterizo, y está incluida en la lista de sitios de importancia comunitaria de NATURA 2000. Infórmese de las singulares características de la zona, de las medidas que se han llevado a cabo para su protección y de las normas que debe tener en cuenta durante su estancia.

Colabore con la preservación de la flora y la fauna y de la biodiversidad

Infórmese de las especies pocos comunes de flora y fauna que existen en la zona. Conozca sus características y costumbres, así como los peligros a los que éstas se enfrentan debido a la contaminación del medio ambiente y al comportamiento imprudente de las personas.

Explore las bellezas de la zona

Visite varios lugares de la región e infórmese de la historia, la cultura y la vida diaria de la población local. La mayoría de las veces los mejores lugares no se encuentran en las guías turísticas, sino en los corazones de la gente. Visite pueblos remotos, joyas escondidas y lugares más tranquilos, o incluso países vecinos como Albania o la República de Macedonia. Quienes trabajan para empresas turísticas son expertos en el área y podrán informarle, así que no dude en preguntar.

Utilice el transporte público y otros medios respetuosos con el medio ambiente

Camine o use la bicicleta para viajes cortos. No olvide ser considerado y no perturbar la fauna de la zona. Preste atención al medio ambiente, puesto que incluso la planta más pequeña puede ser una especie rara.

Documentétese sobre la cultura local y la cultura de la zona

Infórmese de las costumbres locales, de los días festivos, de los eventos y fiestas, de las prácticas rurales y del modo de vida de los residentes. Quienes trabajan para empresas turísticas podrán proporcionarle la información necesaria y desearán que su estancia sea grata y memorable, así que no dude en hacer preguntas.



Apoye la economía local

Compre productos locales como las judías, el pescado salado, el *tsipouro* local (una bebida alcohólica destilada de la uva), las frutas en conserva, la miel, las mermeladas y la pasta (*noodles* y «trakhanas») que se vende en las pequeñas tiendas. Estos se producen de manera tradicional con la cuidadosa destreza de hombres y mujeres de toda la región.

Reduzca la contaminación del medioambiente

Lleve sus propuestas para mejorar estas prácticas a los vecinos de la zona. De esta manera, usted también participará activamente en este proceso de mejora.

Proteja la naturaleza y la región que visita

Elija actividades que no tengan un impacto sobre la flora, la fauna o el paisaje natural, y no deje huellas en los lugares por los que pasa. Recoja su basura y llévela al sitio adecuado, de lo contrario, en su próxima visita volverá a encontrar cualquier cosa que haya dejado atrás, incluso cuando haya pasado un año entero.

Demuestre que el turismo y el desarrollo sostenible pueden ser compatibles

Aplicando estas normas y participando de manera activa en la vida de Prespes y en las actividades destinadas a su protección, demostrará que el turismo no siempre está ligado al deterioro de las características locales y a la degradación del medioambiente, sino que puede contribuir a proteger la región de manera eficaz y a integrar a los turistas en el modo de vida local.

Centros de información

Prespa National Forest Management Body (Organismo Nacional de Prespa para el Ordenamiento Sostenible de los Bosques)

Página web: <http://www.fdedp.gr>

Tel.: 23850- 51870

Cómo llegar a Prespa

En autobús:

Horario de autobuses desde Florina a Prespa, última parada en Agios Germanos

Tel: +30-23850-22430

Miércoles:

Salida: 7.30 y 13.00

En taxi:

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

TAXI LEFKONAS: +30-6977-795809

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

En coche privado:

Alquile un coche en Tesalónica o Kastoria. Tel. 30-24670-84000

Información sobre los horarios de autobuses:

KTEL Florina en Atenas: +30-210-5130427

Estación de autobús en Florina: +30-23850-22430

Tesalónica: +30-2310-595418

Información

Cultural Triangle of Prespes

Laimos, 53077 Prespes, Grecia

Tel. 30-23850-51332 Fax 30-23850-51332

info@ctp.gr, www.ctp.gr

The Cultural Triangle of Prespa

El *Cultural Triangle of Prespa* (CTP) es una organización independiente, no gubernamental local y sin fines de lucro, situada en el noroeste de Grecia, en la frontera con Albania y la República de Macedonia. Estamos activos en el plano local, regional, transfronterizo y europeo, y ponemos en marcha actividades relacionadas con los sectores de la juventud, la cultura y el desarrollo turístico.

Fundada en el año 2000, el CTP se centra en fortalecer un desarrollo equilibrado y cualitativo, en contribuir a la movilización de los pueblos de Prespes (haciendo hincapié en los jóvenes y aquellos interesados en el turismo) y en hacer de las fronteras una ventaja comparativa.

Con más de once años de experiencia, el CTP es un punto de referencia para la juventud, sobre todo la de los países europeos, por medio de su programa de Intercambio de Jóvenes, su programa de bienvenida para los voluntarios europeos a largo plazo, y el envío de voluntarios griegos, así como por la organización de actividades para la educación no formal de niños y jóvenes.

Asimismo, el CTP pone en marcha programas relacionados con la investigación, la conservación y la explotación del patrimonio cultural, la movilización de los ciudadanos y las instituciones y la colaboración entre ellos, así como el desarrollo de un modelo alternativo de turismo en una región rica en belleza natural y en patrimonio cultural.

En junio de 2011 inauguramos en Laimos el centro para usos múltiples que está ubicado en las instalaciones de una antigua biblioteca comunal y funciona como biblioteca de préstamos, ofreciendo el uso de ordenadores y servicio wi-fi de manera gratuita. Además, sirve como punto de información con una amplia gama de material audiovisual e impreso para los visitantes y turistas. En el centro también se llevan a cabo talleres y actividades de educación no formal, y se organizan eventos, encuentros y seminarios en colaboración con la municipalidad de Prespa.

Nuestra misión es hacer que este lugar actúe como punto de encuentro e iniciativa para la educación y la concienciación de sus ciudadanos, de los voluntarios extranjeros y de los visitantes y turistas. Se mejorará el servicio de biblioteca con libros sobre temas medioambientales y culturales, así como investigaciones y publicaciones de la zona con el fin de atraer a estudiantes, científicos y a otros interesados.

El principal objetivo de nuestras actividades es crear una mayor concienciación social e impulsar la participación activa. Las actividades diarias (lunes-domingos) de educación no formal, el contacto con voluntarios de toda Europa y la cooperación a nivel regional de organizaciones, juventud e interesados en el turismo disminuye la sensación de aislamiento al mismo tiempo que aumenta la autoestima y el respeto hacia nuestra comunidad. La cooperación con los países vecinos nos enseña que las fronteras pueden constituir una «puerta» a otra zona, en lugar de una línea fronteriza.

Para saber más sobre nuestra organización, visite la siguiente página web:

<http://www.ctp.gr>



Algunos enlaces importantes

- ✎ 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>
- ✎ *Prespa National Park* (Parque Nacional de Prespa): <http://www.fdedp.gr/English/>
- ✎ *Society for the Protection of Prespa* (Sociedad para la Protección de Prespa): <http://www.spp.gr/spp/>
- ✎ *Municipality of Prespa* (Municipalidad de Prespa): <http://www.prespes.gr/>