



ΜΟΥΣΕΙΟ ΦΥΣΙΚΗΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΚΡΗΤΗΣ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ

ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΩΝ ΟΙΚΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΣΤΑΘΙΟΣ



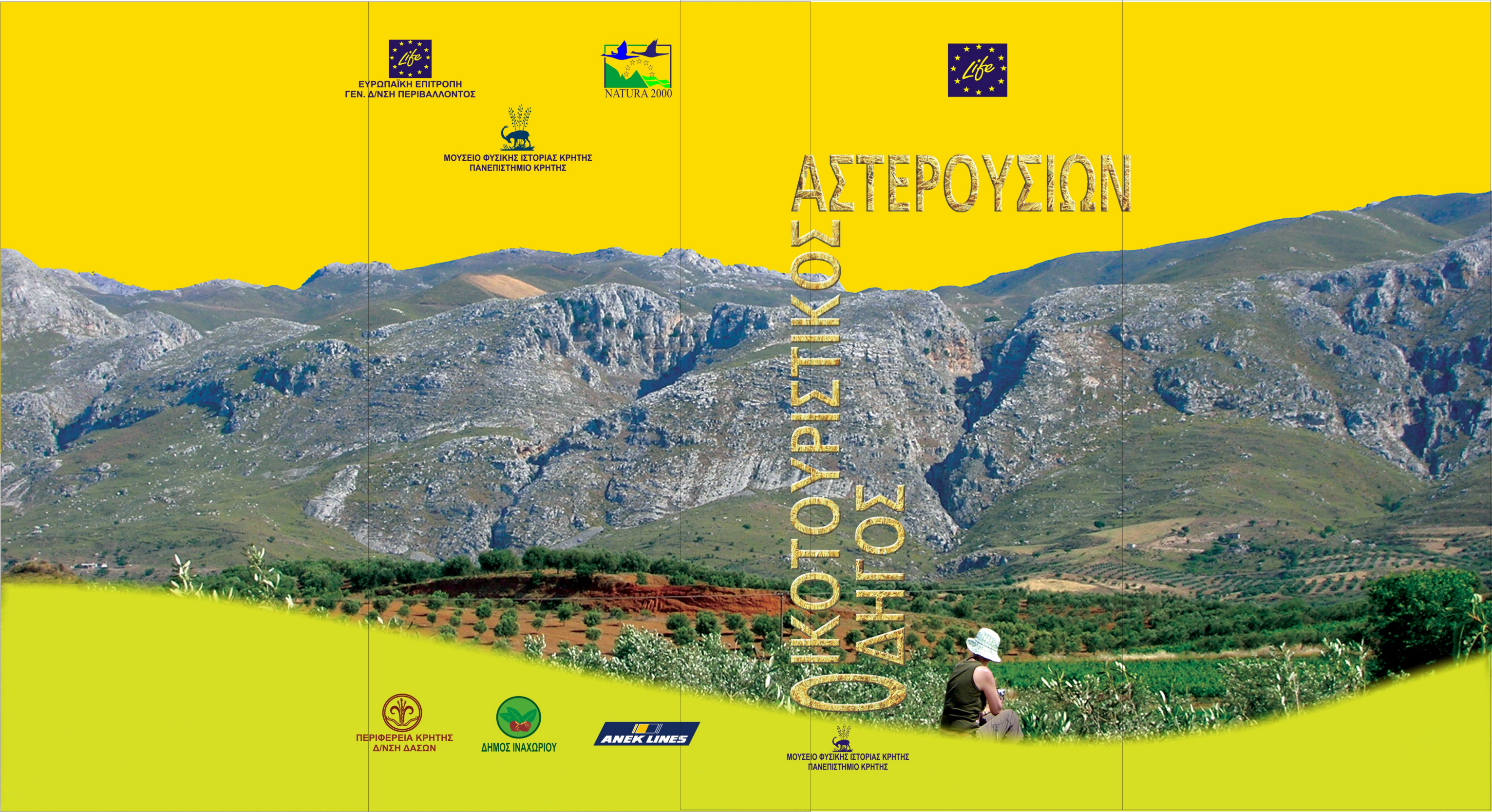
ΠΕΡΙΦΕΡΕΙΑ ΚΡΗΤΗΣ
Δ/ΝΣΗ ΔΑΣΩΝ



ΔΗΜΟΣ ΙΝΑΧΩΡΙΟΥ



ΜΟΥΣΕΙΟ ΦΥΣΙΚΗΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΚΡΗΤΗΣ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ





ΟΙΚΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΘΑΛΗΓΟΣ

ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΩΝ



© ΜΟΥΣΕΙΟ ΦΥΣΙΚΗΣ ΙΣΤΟΡΙΑΣ ΚΡΗΤΗΣ
ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΚΡΗΤΗΣ

Τ.Θ. 2208, 714 09 Ηράκλειο
Τηλ/ Fax: 2810 324366

Ιστοσελίδα Μ.Φ.Ι.Κ.: <http://www.nhmc.uoc.gr>
Ιστοσελίδα LIFE: http://www.nhmc.uoc.gr/life_gypaetus

ISBN: 960-367-025-1

ΟΙΚΟΤΟΥΡΙΣΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΩΝ

Κείμενα: Σπυριδάκης Γιώργος

Επιμέλεια: Δημητριάδη Μαρίνα, Ξηρουχάκης Σταύρος Προμπονάς Μιχάλης
Μ.Φ.Ι.Κ.

Χάρτες: Νικολακάκης Μανώλης Μ.Φ.Ι.Κ.

Σκίτσα: Δουγαλής Πασχάλης

Γραφιστική επιμέλεια: Λιαδάκη Ιωάννα, Μ.Φ.Ι.Κ.

Εκτύπωση: ΤΥΠΟΚΡΕΤΑ, ΒΙ.ΠΕ. Ηρακλείου, Κρήτη
Τηλ./Fax 2810 380882

Απαγορεύεται η μερική ή ολική αναπαραγωγή, χρήση ή επανέκδοση χωρίς την άδεια του Μουσείου Φυσικής Ιστορίας Κρήτης.

ΠΡΟΛΟΓΟΣ

Το καθεστώς διατήρησης ειδών της πανίδας και της χλωρίδας της Κρήτης, είναι αποδέκτης έντονων πιέσεων από τη δεκαετία του 1990 και μετά, κυρίως λόγω της έλλειψης μέτρου και περιορισμών στις ανθρώπινες παρεμβάσεις σε ολόκληρη την Κρήτη. Ειδικότερα για την ορνιθοπανίδα, οι κυριότερες ανθρωπογενείς απειλές είναι συνοπτικά οι ακόλουθες: κυνηγετικές πιέσεις που μειώνουν τους πληθυσμούς ορισμένων θηρεύσιμων ειδών, μη επαρκής εκπαίδευση των κυνηγών, κτηνοτροφικές πιέσεις συνδυασμένες με την υπερβόσκηση, κάψιμο των βοσκοτόπων και συμπίεση του εδάφους που οδηγούν τελικά στην ερημοποίηση, περιορισμός της εκτατικής κτηνοτροφίας και σταβλισμός των ζώων, εκτεταμένη, παράνομη και ανεξέλεγκτη σπλοφορία στο νησί και εξάσκηση της σκοποβολής πάνω στα πουλιά. Επίσης, χρήση δηλητηριασμένων δολωμάτων που συμβάλλει στις δευτερογενείς δηλητηριάσεις των πτωματοφάγων αρπακτικών, εγκατάλειψη των ορεινών καλλιεργείων που διατηρούσαν σε ικανοποιητικό επίπεδο την ποικιλότητα της πανίδας και συντηρούσαν την τροφική αλυσίδα, μείωση του ζωτικού χώρου και ενόχληση στους τόπους φωλεοποίησης των πουλιών από την κακώς εννοούμενη οικιστική ανάπτυξη, ή άλλα «αναπτυξιακά» οδικά έργα κ.ά.

Οι ανθρώπινες παρεμβάσεις οδηγούν ακόμα και σήμερα σε υποβάθμιση μεγάλα τμήματα της φυσικής κληρονομιάς της Κρήτης, με σχετικά γρήγορους ρυθμούς. Το έντονο ανάγλυφο του νησιού δεν φαίνεται να είναι πια αποτρεπτικός παράγοντας, καθώς η δυσκολία πρόσβασης σε πολλά σημεία των βουνών έχει ουσιαστικά αρθεί χωρίς όρους και περιορισμούς. Όσο η ανθρώπινη ανάπτυξη θα επεκτείνεται ανεξέλεγκτα στα βουνά της Κρήτης – μη λαμβάνοντας υπόψη τις ιδιαιτερότητες των ορεινών οικοσυστημάτων – τόσο η Κρήτη θα έχει λιγότερες πιθανότητες να διατηρήσει το φυσικό κεφάλαιο που της έχουν κληρονομήσει οι προηγούμενες γενιές και να αναπτυχθεί με βιώσιμο τρόπο.

Η πολλαπλή επιβάρυνση και υποβάθμιση του περιβάλλοντος από ανθρωπογενή αίτια μπορεί ως έναν βαθμό να αντιμετωπιστεί με τη λήψη αντισταθμιστικών μέτρων που θα επαναφέρουν τους οικοτόπους αλλά και τους πληθυσμούς των ειδών σε ένα ικανοποιητικό επίπεδο διατήρησης. Αυτό είναι και το νόημα της διαχείρισης, η οποία διαφοροποιείται από την απλή «προστασία» της φύσης στο ότι δεν αρκείται απλώς στην παύση των αρνητικών παραγόντων αλλά ενεργοποιείται δυναμικά στην υπέρβαση και την εξομάλυνσή τους. Πάντως, οι αρνητικές ανθρωπογενείς επιδράσεις είναι δύσκολο να ελαχιστοποιηθούν σε σημείο που να μη δημιουργούν επιπτώσεις. Απομένει μόνο η αντισταθμιστική, ενεργητική παρέμβαση – με άλλα λόγια, ένα διαρθρωμένο σύνολο διαχειριστικών μέτρων για τον περιορισμό των επιπτώσεων.

Μια από τις σημαντικότερες όψεις της διαχείρισης είναι η πολύπλευρη ενημέρωση του κοινού, με στόχο την ευαισθητοποίησή του γύρω από την

ωφέλεια, τη σημασία, το καθεστώς διατήρησης και τις απειλές που αντιμετωπίζει η φυσική μας κληρονομιά, ευελπιστώντας σε διαφοροποίηση των στάσεων και των συμπεριφορών προς όφελος του περιβάλλοντος.

Η ανάπτυξη του τουρισμού στις ορεινές περιοχές της Κρήτης δημιουργεί αναμφίβολα ευνοϊκές κοινωνικές συνθήκες για τη διατήρηση των υπαρχόντων φυσικών ενδιαιτημάτων και των ειδών προτεραιότητας, αλλά παράλληλα προϋποθέτει την άμεση λήψη μέτρων για το βιώσιμο σχεδιασμό των τουριστικών δραστηριοτήτων και τον περιορισμό των πιθανών αρνητικών επιδράσεων από την πρόσβαση επισκεπτών σε ευαίσθητες περιοχές, ιδιαίτερα για ευπαθή είδη όπως ο γυπαετός (*Cypaetus barbatus*). Από την εδραίωση των οικοτουριστικών δραστηριοτήτων στην Κρήτη μπορούν αναμφίβολα να προκύψουν σημαντικά αποτελέσματα, όπως:

- Αύξηση του βαθμού ενημέρωσης – ευαισθητοποίησης των τοπικών κοινοτήτων και ενεργή συμμετοχή τους σε δράσεις διαχείρισης και προστασίας ειδών προτεραιότητας στην Κρήτη.
- Αναπροσανατολισμός των υπαρχόντων μοντέλων μη βιώσιμης ανάπτυξης στις ορεινές περιοχές της Κρήτης, μέσω της υλοποίησης μακροπρόθεσμων και ολοκληρωμένων αγροπεριβαλλοντικών μέτρων και της ανάπτυξης μικρής κλίμακας οικοτουριστικών δραστηριοτήτων.

Ο «Οικοτουριστικός Οδηγός των Αστερουσίων» εκδόθηκε από το Μουσείο Φυσικής Ιστορίας του Πανεπιστημίου Κρήτης (Μ.Φ.Ι.Κ.) στο πλαίσιο του προγράμματος LIFE – Φύση 2002, με τίτλο: «Δράσεις για τη Διατήρηση – Προστασία του Γυπαετού και της Βιοποικιλότητας στην Κρήτη» (LIFE02 NAT/GR/8492). Στόχος του οδηγού είναι να παρουσιάσει τα οικοτουριστικά και πολιτισμικά στοιχεία αυτής της ορεινής περιοχής της Κρήτης, μέσα από τα ορεινά μονοπάτια και τις πεζοπορικές και ποδηλατικές διαδρομές, τα σημεία παρατήρησης πουλιών, καθώς και τα ιστορικά μνημεία και τις παραδοσιακές δραστηριότητες στην ευρύτερη περιοχή. Επίσης, φιλοδοξεί να συμβάλλει στην ανάδειξη των οικοτουριστικών δυνατοτήτων των Αστερουσίων και στην επίτευξη του στόχου της βιώσιμης διαχείρισης και ανάπτυξης της περιοχής.

Μιχάλης Προμπονάς

Δρ. Φυσικός - Περιβαλλοντολόγος

Συντονιστής δράσεων ενημέρωσης προγράμματος LIFE

Σταύρος Ξηρουχάκης

Δρ. Βιολόγος - Ορνιθολόγος

Επιστημονικός Υπεύθυνος Προγράμματος LIFE

**Ένα μωσαϊκό
από φυσιολατρικές και
πολιτισμικές εμπειρίες**





ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ

Ενα εμπόδιο ή μια ευχή; Μια κατάρρα ή μια ευλογία; Τι είναι σήμερα τα Αστερούσια για τον σύγχρονο Κρητικό; Ποια είναι σήμερα η αξία τους για τον άνθρωπο και για τα υπόλοιπα είδη; Και ποιο μπορεί να είναι το μέλλον τους;

Σίγουρα, δεν είναι από τα χλιοτραγουδισμένα βουνά, τα ορόσημα στο γεωμυθολογικό πάρκο της Κρήτης, τα βουνά με έναν κεντρικό ρόλο στην κρητική παράδοση. Ελάχιστοι τα γνωρίζουν έξω από την Κρήτη, ενώ και μέσα σ' αυτήν δεν είναι και τόσο γνωστά.

Θα έλεγε κανείς ότι τα Αστερούσια μοιάζουν με την Κρήτη, είναι μια μικρογραφία της, δρομικά όπως και εκείνη, μια μακρόστενη μονοκοντυλιά στο χάρτη, μια αργόσυρτη πινελιά σκούρου καφέ πάνω στο γαλάζιο...

Μια ορεινή αλυσίδα που κλείνει από νότια το νομό Ηρακλείου, ένας αδιάσπαστος προμαχώνας από βουνά και λόφους άλλοτε πετρώδεις και άλλοτε χωμάτινους. Η ύπαρξή της χαρίζει ηπειρωτική μορφολογία και μια πρωτόγνωρη αίσθηση σε μια μεγάλη περιοχή της Κρήτης, σε εκείνη της πεδιάδας της Μεσαράς, που δε θα ονομαζόταν έτσι αν δεν υπήρχαν τα Αστερούσια. Εδώ, οι άνθρωποι δεν είναι εξοικειωμένοι με τη θάλασσα, ζούνε αγναντεύοντας τους επιβλητικούς και αγέρωχους ορεινούς όγκους της Ίδης και των Λασιθιώτικων Ορέων, που άλλοτε προβάλλουν χιονισμένοι και άλλοτε γκριζοί και ξεθωριασμένοι μέσα στο λιοπύρι και την εξάτμιση.

Μπροστά σ' αυτήν τη σύγκριση, μέσα σ' αυτήν την ακατάλυτη ανημποριά, πρέπει να ψάξει κανείς άλλους λόγους, άλλα κριτήρια, άλλες αξίες για να τα εκτιμήσει. Και αυτές υπάρχουν. Δεν είναι όμως εύκολο να τις βρεις, ιδιαίτερα όταν δεν ξέρεις πού να ψάξεις.

Μ' αυτό το έργο, προσπαθούμε να προβάλλουμε τα Αστερούσια ως μια «δεξαμενή» ερεθισμάτων προς την ανάδυση μιας ψυχαγωγικής αλληλεπίδρασης ανθρώπου, φύσης και πολιτισμού.

Ο νοτιότερος ορεινός όγκος της Ευρώπης

Η οροσειρά

Η μακρόστενη ορεινή και ημιορεινή ραχοκοκαλιά των Αστερουσίων, στο ανατολικό της όριο ακουμπά πάνω στις παρυφές των Λασιθιώτικων ορέων, ενώ στο δυτικό της άκρο χαμηλώνει σε ύψος και «σβήνει» ομαλά στον κόλπο της Μεσαράς.

Συγκριτικά με άλλες οροσειρές ή ορεινές περιοχές της Κρήτης, το μέσο ύψος των Αστερουσίων είναι αρκετά πιο χαμηλό, η δε κορυφογραμμή τους κάθε άλλο παρά ενιαία: μικρά πλατώματα, φαράγγια, χαράδρες και διαπλάσεις με διαφορετικές κατευθύνσεις, διαμορφώνουν μια ποικιλία από ημιορεινά και ορεινά πλέγματα παρά έναν ενιαίο και συμπαγή ορεινό όγκο. Υψηλότερη κορυφή ο Κόφινας στα 1231 μέτρα, βασιλιάς χωρίς βασίλειο, μια και σ' αυτά τα διαδοχικά πυκνώματα και αραιώματα της ορεινής μάζας μπορεί κανείς να διακρίνει τουλάχιστον πέντε ορεινές και ημιορεινές ενότητες, η καθεμιά με τις κορυφές της.

Στα ανατολικά, ο Χούσακας (629 μ.) επιθεωρεί από ψηλά το Δεματιανό φαράγγι και τους μαιανδρισμούς του Αναποδάρη ποταμού. Γύρω του οι λόφοι δεν ξεπερνούν τα 500 μέτρα. Φυσικά όρια αυτής της ενότητας είναι το Δεματιανό φαράγγι και το Φαράγγι του Μίντρη.

Λίγο πιο δυτικά, η Ασφεντυλιά (941 μ.), η Κοπράνα, ο Σπασμένος Βόλακας, η Αγκινάρα, ο Κάστελλος και η Βίγλα, σχηματίζουν ένα χωνί και κλείνουν μέσα τους την Εθιά και τον Αχεντριά. Μέχρι τους Παρανύμφους μεσολαβεί μια σειρά από μικρά πλατώματα που τεμαχίζονται από διάσπαρτες βουνοκορφές 750 έως 800 μέτρων.

Το κεντρικό ορεινό τμήμα, το πιο ενδιαφέρον από ορειβατική άποψη, αρχίζει δυτικά του οροπεδίου των Παρανύμφων το οποίο σχηματίζεται

Γενική άποψη των Αστερουσίων



ανάμεσα στα δύο μεγαλύτερα ορεινά συμπλέγματα. Σ' αυτό δεσπόζουν η Παρανυφανή Μαδάρα (1.132 μ.), ο Κόφινας (1.231 μ.), νοτιότερά του τα Λιμνιά (846 μ.), λίγο βορειότερα το όρος Οξυκέφαλο (799 μ.) και ακολουθούν οι κορυφές που βρίσκονται πιο δυτικά από τον Κόφινά: το Μάρμαρο (890 μ.), οι Λάκκοι (934 μ.), που αποκλείουν από βόρεια τα Καπετανιανά, το Καλαμάκι (719 μ.), που γειτνιάζει με την πεδιάδα της Μεσαράς, κ.ά.

Τα Αστερούσια χαμηλώνουν αισθητά σε ύψος από το φαράγγι της Τρυπητής προς τα δυτικά. Το ανάγλυφο διαμορφώνουν λόφοι σχετικά χαμηλού ύψους που διαδέχονται ο ένας τον άλλο με καταγιστικό ρυθμό. Αυτό επιτρέπει στον Κόφινά, με το χαρακτηριστικό οξύληκτο σχήμα του, να δεσπόζει μέχρι το δυτικό σχεδόν άκρο των Αστερουσίων. Σημαντικότεροι από αυτούς τους λόφους: η Λαμνασσός (488 μ.) πάνω από το νοτιοδυτικό τοίχωμα του φαραγγιού της Τρυπητής, νοτίως της Βασιλικής η Πλακούρα (428 μ.) και ο Χριστός (515 μ.), λίγο δυτικότερα από την Κανδήλα η Καμαριανή Χαλέπα (531 μ.) και τα Καστελλάκια (555 μ.), τέλος νοτιοδυτικά του Κρότου οι υψηλότερες κορυφές με 683 και 682 μέτρα υψόμετρο.

Ορόσημα στο δυτικό τμήμα, η Γριά Βίγλα (657 μ.) πάνω από την Πόμπια, η Λισταροκορφή (459 μ.) πάνω από τον οικισμό Λίσταρος, η Χαρκοκεφάλια (373 μ.) λίγο πιο δυτικά από τη Μονή Οδηγήτριας και ο λόφος Κεφάλι (388 μ.) στην νοτιοδυτική άκρη των Αστερουσίων.

Ρέματα και χείμαρροι



Μικρά δίκτυα περιοδικών ρεμάτων αναπτύσσονται στο εσωτερικό των Αστερουσίων, εκβάλλοντας άλλοτε βόρεια και άλλοτε νότια. Οι λεκάνες απορροής του Αναποδάρη και του Γεροποτάμου, τα δύο μεγάλα υδρογραφικά συστήματα της ενδοχώρας του νομού Ηρακλείου, συγκεντρώνουν τα επιφανειακά νερά από τα βόρεια πρηνή των Αστερουσίων.

Το σύστημα του Αναποδάρη αναπτύσσεται προς τα ανατολικά ξεκινώντας από το υψηλότερο σημείο της πεδιάδας της Μεσαράς, το οποίο τοποθετείται στον πεδινό χώρο ανάμεσα στα χωριά Ασήμι και Στέρνες. Στην πορεία του προς τον κόλπο της Δέρματου, ο Αναποδάρης συγκεντρώνει και τις επιφανειακές απορροές του νοτιοδυτικού τμήματος του ορεινού συγκροτήματος των Λασιθιώτικων Ορέων. Το τελευταίο τμήμα της διαδρομής του μέσα στο Δεματιανό φαράγγι, οριοθετεί τα Αστερούσια από ανατολικά.

Από την πεδινή ζώνη Ασημίου - Στερνών ξεκινάει την αντίστροφη πορεία του προς τα δυτικά και ο Γεροπόταμος. Ίσως γι' αυτό το λόγο, η περιοχή αυτή έχει κωδικοποιηθεί στην προφορική παράδοση ως το «φάλι» (ομφαλός) της Μεσαράς. Ο Γεροπόταμος δέχεται τις απορροές λεκανών που σχηματίζονται στη νοτιοανατολική ζώνη του Ψηλορείτη.

Η θάλασσα

Εκβολή Γεροποτάμου



Το μεγαλύτερο όμως υδάτινο δίκτυο των Αστερουσίων το προσφέρει η θάλασσα του νότου, το Λιβυκό ή νότιο Κρητικό Πέλαγος. Η επίδρασή του είναι καταλυτική στη διαμόρφωση των ακτών, στο χαρακτήρα του κλίματος, στο διαθέσιμο φυσικό κεφάλαιο και γενικότερα στην ιστορία των Αστερουσίων. Σε κανένα άλλο μέρος της Κρήτης, αν εξαιρέσει κανείς τα Σφακιά, τις χερσονήσους Βούξα και Σπάθα στην Κίσαμο και το Κάβο Σίδερο, στο νοτιοανατολικό άκρο της Κρήτης, η τραχύτητα ενός βουνού δεν συνδυάστηκε με μια εξίσου απρόβλεπτη θάλασσα. Οι απότομες παραλίες του νότου δεν διαθέτουν παρά ελάχιστους όρμους που να μπορούν να θεωρηθούν ασφαλείς για λιμενισμό και σε πολλές περιπτώσεις, εκεί, δεν σχηματίζονται ούτε καν ζώνες ακτών.

Το ηπιότερο κλίμα της Κρήτης

Απέραντο γαλάζιο, Λιβυκό πέλαγος



Τα Αστερούσια ανήκουν στις περιοχές με το ηπιότερο κλίμα στην Κρήτη. Αν και έχουν μεσογειακό θαλάσσιο μεταβατικό κλίμα, μπορεί να διακρίνει κανείς κλιματικές διαφοροποιήσεις, που ακολουθούν μια κατανομή παράλληλη με την ανάπτυξη της μακρόστενης οροσειράς.

Τα χωριά της βόρειας πλαγιάς έχουν το κλίμα της πεδιάδας της Μεσαράς με ορισμένες διακυμάνσεις που εξαρτώνται από την απόσταση και την υψομετρική διαφορά τους από αυτήν.

Το εσωτερικό ορεινό και ημιορεινό τμήμα βιώνει σε μικρότερη ένταση τα καιρικά φαινόμενα που επηρεάζουν τις ορεινές ζώνες των μεγάλων όγκων της Κρήτης. Εκεί, η μέση βροχόπτωση κυμαίνεται από 600 έως 800 χιλ. ετησίως, δηλαδή κατά 200 χιλ. αυξημένη σε σχέση με τις βροχοπτώσεις στις βόρειες και τις νότιες παραφές τους. Η πιο υγρή περιοχή των

Κουμάσα



Αστερουσιών είναι ο Αχεντριάς. Στα Αστερούσια οι χιονοπτώσεις είναι σπάνιες και όταν παρατηρούνται είναι μικρής διάρκειας και εξασθενημένες.

Οι περιοχές με νότια έκθεση έχουν μικρότερες θερμοκρασιακές διακυμάνσεις στη διάρκεια του έτους. Η μέση ετήσια θερμοκρασία είναι εκεί αυξημένη κατά 1° C από ότι στα βόρεια πρηνή των Αστερουσιών και φτάνει τους 17° C. Οι ισχυροί ζεστοί νότιοι άνεμοι, που πνέουν από το Λιβυκό κατά τη χειμερινή και εαρινή περίοδο, έχουν ως αποτέλεσμα, οι χαμηλές θερμοκρασίες στα νότια ειδικά παράλια, να έχουν πολύ μικρή χρονική διάρκεια.

Το καλοκαίρι οι πιο συνηθισμένοι άνεμοι είναι οι βορειοδυτικοί, οι οποίοι το χειμώνα δίνουν τη θέση τους στους νοτιοδυτικούς. Οι υψηλές θερμοκρασίες, σε συνδυασμό με τις ελάχιστες βροχοπτώσεις, χαρακτηρίζουν την περιοχή ως ξηροθερμική, με μια μεγάλης διάρκειας και μεγάλης έντασης ξηρή περίοδο από τα μέσα Μαρτίου έως τα μέσα Σεπτεμβρίου. Οι βροχοπτώσεις σταματούν σχετικά απότομα την άνοιξη, για να επανακάμψουν με ομαλότερο ρυθμό αύξησης το φθινόπωρο, ενώ η εξάτμιση είναι περίπου τριπλάσια από το ετήσιο ύψος τους. Η μέση ημερήσια διάρκεια ηλιοφάνειας κατά τη θερινή περίοδο φτάνει τις 7 ώρες και συγκαταλέγεται στις υψηλότερες της Κρήτης.

Πάντως, το μικροκλίμα της κάθε περιοχής μπορεί να έχει μια σημαντική επίδραση στον τρόπο που γίνονται αισθητές οι γενικότερες κλιματικές συνθήκες.

Ιστορία του παλιόψου βουνού

Ανθισμένη αυλή στην Εθιά



Η ιστορική παρουσία και δράση του ανθρώπου στα Αστερούσια άρχισε από πολύ νωρίς να επιδρά λιγότερο ή περισσότερο καταλυτικά στο τοπίο. Η διαρκής κατοίκηση και η αδιάκοπη χρήση του βουνού από τα προϊστορικά χρόνια, μας έχει κληρονομήσει διαδοχικές, παλίμψηστες περιοχές ιχνών και μια ποικιλία από υλικά κατάλοιπα.

Αυτό το μάλλον φιλικό βουνό δεν έπαυσε ποτέ να είναι επισκέψιμο από τους Μινωίτες. Το μινωικό ιερό κορυφής στη θέση Μετζολατί και οι απίστευτοι αριθμοί ευρημάτων που βρέθηκαν εδώ, ενισχύουν αυτήν την υπόθεση.

Κατά την ελληνιστική και ρωμαϊκή περίοδο, ισχυροποιούνται στο νότο των Αστερουσίων σημαντικές ναυτικές βάσεις, οι οποίες συνοδεύονται από υπολογίσιμα για την εποχή αστικά κέντρα. Η εποχή αυτή έχει αφήσει τα ίχνη της και στα βόρεια πρηνή του βουνού: έχουν βρεθεί αρκετές εγκαταστάσεις διαχείρισης υδατικών πόρων που κατά πάσα πιθανότητα φανερώνουν την αυξανόμενη αγωνία των κατοίκων της Μεσαράς να ικανοποιήσουν τις βασικές τους ανάγκες. Η Μεσαρά ήταν τότε η πιο πυκνοκατοικημένη περιοχή του νησιού, η δε Γόρτυνα πρωτεύουσα ενός μεγάλου τμήματος της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας το οποίο περιλάμβανε και τμήμα της Αφρικανικής Ηπείρου (Κυρηναϊκή).

Η οριστική παρακμή της ναυτικής οικονομίας και το πέρασμα σε μια σχετικά «σκοτεινή» (με την έννοια της ασάφειας) περίοδο, επήλθε με το τέλος της ρωμαϊκής εποχής και της ρωμαϊκής ειρήνης. Τα μεγάλα αστικά

Αρχαιότητες Γόρτυνας



κέντρα και τα λιμάνια του νότου ατόνησαν, οι πληθυσμοί αποτραβήχτηκαν εντελώς από τα Αστερούσια ή μετοίκησαν στο εσωτερικό του βουνού, το οποίο σε όλη τη διάρκεια της κατοπινής ιστορίας του θα συνεχίσει να δέχεται πληθυσμιακές εισροές από άλλα μέρη του νησιού. Στο εσωτερικό του ορεινού συστήματος μπόρεσαν να ακμάσουν μόνο μικροί οικισμοί.

Κατά τη βυζαντινή περίοδο, η διάδοση του μοναχισμού ακολούθησε τη σταδιακή μερική απομόνωση των Αστερουσίων από τον κοινωνικό και οικονομικό κορμό της υπόλοιπης Κρήτης, την ανάπτυξη σημαντικότερων αστικών κέντρων στα βόρεια παράλια του νησιού και τη σταδιακή μετατόπιση του κέντρου βάρους της οικονομικής δραστηριότητας σε άλλα λιμάνια. Τα νότια παράλια των Αστερουσίων ποτέ πια δεν θα κατοικηθούν συστηματικά. Ο αναχωρητισμός, ελεύθερος από τα δεσμά της κοσμικότητας, οριοθέτησε εκεί το ζωτικό του χώρο.

Το χριστιανικό κίνημα, ο αναχωρητισμός και ο ερημητισμός πρέπει να αναζωπυρώθηκαν και πάλι μέσα στον 10^ο αιώνα, με το τέλος της πρόσκαιρης αραβικής κατάκτησης της Κρήτης.

Κατά τη μεταβυζαντινή περίοδο, οργανωμένα μοναστικά κέντρα θα επιχειρήσουν για πρώτη φορά την «έξοδο» από την απομόνωση του ερημιτισμού και θα εγκατασταθούν σε απόσταση αναπνοής από την κοιλάδα της Μεσαράς.

Πληθυσμιακές εισροές

Οι πληθυσμιακές εισροές από τους μεγάλους ορεινούς όγκους της (δυτικής κυρίως) Κρήτης, συνδιαμόρφωσαν την ανθρωπογεωγραφία των Αστερουσίων τουλάχιστον κατά τους τρεις

Αστερίωνας: Ο πρώτος Αστερουσιανός...

Το όνομα των Αστερουσίων προέρχεται ετυμολογικά από τον μυθικό Αστερίωνα, που ανήκει - όπως και ο Μίνωας - στο οικογενειακό δέντρο που δημιουργήθηκε από το Δία και την Ευρώπη.

τελευταίους αιώνες. Όπως καταδεικνύουν διάφορα στοιχεία, αρκετές φορές η μετακίνηση αυτή δεν ήταν ατομική ή μόνον οικογενειακή αλλά αφορούσε μετακίνηση μεγαλύτερων ομάδων. Ολόκληρα χωριά στην ορεινή ζώνη των Αστερουσίων (Καπετανιανά, Παράνυμφοι, Κρότος, Αχεντριάς) έλκουν την καταγωγή τους από τη δυτική Κρήτη και τα Σφακιά.

Αρχιτεκτονικός πλούτος

Τα Αστερούσια διαφυλάσσουν ένα σημαντικό αρχιτεκτονικό απόθεμα της προβιομηχανικής Κρήτης, όταν ο οικιακός χώρος φιλοξενούσε παραγωγικές και μεταποιητικές δραστηριότητες. Σε αρκετούς οικισμούς σώζονται ακόμα παλαιοί οικιστικοί πυρήνες, μετασκευασμένοι πια για να ικανοποιήσουν διαφορετικές χρήσεις, ενσωματωμένοι σε νεότερες κατασκευές ή τεμαχισμένοι για να μοιραστούν σε περισσότερες μικρότερες ιδιοκτησίες. Ο οικιστικός ιστός έχει κι αυτός διατηρήσει τη φυσιογνωμία του, παραμένοντας σε μεγάλο βαθμό αναλλοίωτος σε γειτονίες μεγάλων ή μικρότερων οικισμών.

Οι αρχιτεκτονικές επιλογές των οικισμών της ορεινής ζώνης τείνουν προς μια περισσότερο αδρή, λειτουργική αρχιτεκτονική. Την ίδια στιγμή, στα χωριά του κάμπου της Μεσαράς, οι διακοσμητικές ανησυχίες αλλά και οι εκλαϊκευμένες εκφράσεις λόγιων αρχιτεκτονικών κινημάτων, κάνουν αισθητή, έστω και αχνά, την παρουσία τους. Αρκετά είναι και τα εγκαταλειμμένα χωριά των Αστε-ρουσίων, που χρήζουν υποδειγματικής αποκατάστασης.

Η οικοδομική ένταση εκτονώνεται, εδώ και πολλά χρόνια, στη βόρεια πεδινή

Παλιά πετρόκτιστη κατοικία στους Βώρους



ζώνη των Αστερουσίων (κυρίως στα μεγάλα κέντρα αυτής της περιοχής) και στην παράλια ζώνη, όπου αναπτύσσεται η τουριστική αγορά. Έτσι, ένα μεγάλο μέρος του οικιστικού και αρχιτεκτονικού αποθέματος, έχει παραμείνει σε ερειπιώδη μορφή αλλά ωστόσο ανέπαφο από τον άνθρωπο και αποκαταστήσιμο – αν υπάρξει η πολιτική βούληση – στην αρχική του μορφή.



Παραδοσιακή αρχιτεκτονική στα Βασιλικά Ανώγεια

Παράλια και ημιορεινή τουριστική και παραθεριστική δόμηση

Κατά μήκος της νότιας παράλιας των Αστερουσίων, εμφανίζονται σποραδικά οικισμοί παραθεριστικής κατοικίας (Τσούτσουρος, Λέντας, Τρεις Εκκλησιές), καθώς και κάποιοι που σκοπεύουν να τους μοιάσουν (Άγιος Ιωάννης). Σε όλους είναι έντονα τα προβλήματα της αυθαίρετης δόμησης και της μη αρμονικής ένταξης των κατοικιών στον περιβάλλοντα χώρο. Δυστυχώς, από κατεστημένη νοοτροπία και κεκτημένη ταχύτητα, οι καινούργιοι οικισμοί που δημιουργούνται εκφράζουν το γνωστό σε όλους μας κατασκευαστικό τουριστικό μοντέλο οικογενειακής κλίμακας, με μικρές τουριστικές μονάδες ή εξοχικά να ξεφυτρώνουν εδώ και εκεί, στη μέση του πουθενά. Την ίδια στιγμή, σε αρκετά σημεία της περιοχής, προγραμματίζονται οικοδομικές επεμβάσεις μεγάλης κλίμακας για την κατασκευή ξενοδοχειακών μονάδων κλειστού τύπου και για την πολεοδόμηση νέων ζωνών με απώτερο σκοπό την πώληση παραθεριστικών κατοικιών.

Αποτέλεσμα όλων αυτών είναι να αλλοιώνεται χρόνο με το χρόνο η ιστορία και η μορφολογία του χώρου.

Η όλο και επιδεινούμενη κατάσταση συνιστά άγρια ανάπτυξη για τα δεδομένα της παράλιας και νότιας ημιορεινής ζώνης των Αστερουσίων και μειώνει τελικά τη συνολική προστιθέμενη φυσιολατρική και ιστορική αξία του τοπίου.



Λέντας

Αρχαιολογικά κινητά

ευρήματα

Πολλά είναι τα αρχαιολογικά ευρήματα από τις ανασκαφές σε αρχαιολογικές θέσεις των Αστερουσίων, που φυλάσσονται στο Αρχαιολογικό Μουσείο Ηρακλείου. Ενδεικτικά αναφέρουμε τα ευρήματα του Ιερού Κορυφής στη θέση Μετζολατί στον Κόφινα και το σύνολο κεραμικής από τους τάφους της Κουμάσας, που λόγω των ιδιαιτεροτήτων του δικαιολόγησε την επωνομασία ενός νέου κεραμικού ρυθμού «Ρυθμός της Κουμάσας». Ο αρχαιολογικός πλούτος Αστερουσίων και Μεσαράς δικαιολογεί τη δημιουργία όχι ενός, αλλά δύο ή τριών θεματικών αρχαιολογικών μουσείων...

Λατρευτική παράδοση

Τα Αστερούσια είναι ευρέως γνωστά διαμέσου των εποχών ως λατρευτική περιοχή. Αυτή η ιδιότητα των Αστερουσίων παραμένει ακέραια από τα προϊστορικά χρόνια, καθώς για κάθε εποχή από τότε μέχρι και σήμερα υπάρχουν σημαντικοί χώροι σε λατρευτική χρήση, οι οποίοι περιβάλλονται με ιερότητα.

Αρχαιολογικός χώρος Κουμάσας



Διοικητικός καταμερισμός, Πληθυσμιακά στοιχεία, Οικονομικές δομές και Χρήσεις Γης

Διοικητικός καταμερισμός



Γόρτυνα: Ναός Αγίου Τίτου



Αρχαιοίτητες Γόρτυνας

Τοιχογραφία του 15^{ου} αιώνα στη Μονή Οδηγήτριας



Την οροσειρά των Αστερουσίων διοικούν έξι Δήμοι της ενδοχώρας του νομού Ηρακλείου: Οι οικισμοί Πιτσιδία, Καμηλάρι, Σίβας, Λίσταρος και Μάταλα, ανήκουν στο Δήμο Τυμπακίου (έδρα Τυμπάκι).

Οι οικισμοί Πόμπια, Κουσές, Αντισκάρι, Πέρι, Πετροκεφάλι, Πηγαϊδάκια, Καλοί Λιμένες, Αληθινή και Πετροκεφάλι ανήκουν στο Δήμο Μοιρών (έδρα Μοίρες).

Οι οικισμοί Άγιος Κύριλλος, Απεσωκάρι, Βασιλική, Κανδήλα, Βασιλικά Ανώγεια, Μιαμού, Πλώρα, Φλαθιάκες, Λέντας, Πλάτανος και Λούκια ανήκουν στο Δήμο Γόρτυνας (έδρα Άγιοι Δέκα).

Οι οικισμοί Ασήμι, Στέρνες, Παναγιά, Καπετανιανά και Φουρνοφάραγγο, ανήκουν στο Δήμο Κόφινα (έδρα Ασήμι).

Οι οικισμοί Μεσοχωριό, Ροτάσι, Εθιά, Αχεντριάς, Πρινιάς, Μουρνιά, Τρεις Εκκλησιές, Παράνυμφοι, Πλατανιάς, Μαριδάκι, Αμύγδαλος, Πύργος, Χάρακας και Αγιά Φωτιά ανήκουν στο Δήμο Αστερουσίων (έδρα Πύργος).

Οι οικισμοί Δεμάτι, Φαβριανά, Άνω και Κάτω Καστελλιανά, Φίλιπποι και Τσουτσουρος ανήκουν στο Δήμο Αρκαλοχωρίου (έδρα Αρκαλοχώρι).

Οι εγκάρσιες δομές υποστήριξης και διοίκησης των Αστερουσίων, όπως φανερώνονται εύγλωττα και από το σημερινό καταμερισμό του διοικητικού έργου, αντανακλούν την τοπική ιστορία των Αστερουσίων. Τα περισσότερα κοινωνικά, εμπορικά και πολιτισμικά δίκτυα που έχουν αναπτυχθεί διαχρονικά, έχουν ακολουθήσει και ταυτόχρονα ισχυροποιήσει έναν εγκάρσιο καταμερισμό βορρά – νότου, τεμαχίζοντας τα Αστερούσια σε μικρότερες ενότητες, ανθρωπογεωγραφικές, πολιτισμικές και οικονομικές.

Οδική σύνδεση

Η περιοχή συνδέεται οδικά μέσω των αξόνων Ηρακλείου – Αγίων Δέκα και Ηρακλείου – Χάρακα. Μικρότεροι ασφάλτινοι δρόμοι συνδέουν τα χωριά των βόρειων πρσανών με εκείνα της ορεινής και ημιορεινής ζώνης και με τους παράλιους οικισμούς στο νότο.

Πληθυσμιακά στοιχεία

Μεσοχωριό



Αστερούσια και “Αστερουσιανοί”

Ο εγκάρσιος καταμερισμός που επιβάλλουν τα μεγάλα ορεινά συμπλέγματα στα Αστερούσια, υποβοηθά έναν ανάλογο εγκάρσιο καταμερισμό της αντίληψης των ίδιων των Αστερουσιανών για τα Αστερούσια, ο οποίος δεν αποτελεί σημερινό μόνο φαινόμενο. Οι ορεινές κοινότητες ανέκαθεν διατηρούσαν την ετερογένειά τους, υπαγόμενη η κάθε μια σε διαφορετικά πολιτιστικά, οικονομικά και κοινωνικά σύνολα. Οι τοπικές ταυτότητες του κάθε οικισμού παρέμειναν και παραμένουν ακόμα ισχυρές, επικοινωνώντας προνομιακά και επιλεκτικά με τα χωριά του κάμπου χωρίς ποτέ να κατασκευάσουν και να υπαχθούν σε μια κοινή ταυτότητα του ορεινού όγκου των Αστερουσίων.



Ο πληθυσμός που ζει γύρω από και πάνω στον ορεινό όγκο, φτάνει σύμφωνα με την πρόσφατη απογραφή (2001) τις 12.000. Η πληθυσμιακή πυκνότητα στις ορεινές και ημιορεινές περιοχές είναι πολύ μικρή, αφού εκεί δεν συγκεντρώνονται πάνω από 2.500 κάτοικοι, οι περισσότεροι μάλιστα εποχιακοί ή προσωρινοί. Η μέση πληθυσμιακή πυκνότητα φτάνει τους 35 κατοίκους ανά τ.χλμ. και βρίσκεται στο μισό της μέσης πληθυσμιακής πυκνότητας της Κρήτης (68 κάτοικοι ανά τ.χλμ.).

Ο πληθυσμός των Αστερουσίων συγκεντρώνεται στη βόρεια περίμετρο του ορεινού όγκου. Μέχρι πριν από μερικές δεκαετίες δεν υπήρχαν καν μόνιμοι κάτοικοι στο νότιο παραλιακό τμήμα των Αστερουσίων. Οι ορεινοί οικισμοί έχουν απολέσει ένα μεγάλο μέρος της δυναμικότητάς τους. Λίγα είναι τα χωριά που μπόρεσαν να κρατήσουν τον πληθυσμό τους και αυτό το κατάφεραν εκσυγχρονίζοντας – όχι πάντα με περιβαλλοντικά ωφέλιμο τρόπο – τη γεωργική και κτηνοτροφική οικονομία.

Ο εποχιακά μετακινούμενος πληθυσμός των Αστερουσίων αφορά ένα μικρό αριθμό κατοίκων της βόρειας ζώνης και του ορεινού κορμού, που μετακομίζουν κατά τη θερινή περίοδο στα νότια παράλια, κυρίως λόγω απασχόλησης στον τουριστικό κλάδο.

Οικονομικές δομές και χρήσεις γης

Το 80% περίπου του πληθυσμού των Αστερουσίων απασχολείται στον πρωτογενή τομέα, με μικρά ποσοστά στο δευτερογενή και τον τριτογενή.

Οι καλλιεργούμενες εκτάσεις τοποθετούνται στη βόρεια ρίζα των Αστερουσίων, ενώ θερμοκηπιακές καλλιέργειες έχουν αναπτυχθεί την τελευταία δεκαετία στην περιοχή του Αντισκαρίου. Ελάχιστες είναι οι καλλιέργειες σε ορεινές και ημιορεινές περιοχές (κυρίως κήποι και αμπελοκαλλιέργειες). Ωστόσο, οι πρακτικές που ακολουθούνται εκεί, χαρακτηρίζονται από μεγάλο βαθμό διατήρησης της παραδοσιακής γνώσης.

Οι οικισμοί στα βόρεια ριζά του βουνού μοιράζονται τον εύφορο κάμπο της Μεσαράς μαζί με τα αντικρινά χωριά. Εκεί έχει σημειωθεί εντατικοποίηση των δενδρωδών καλλιεργειών και πολλαπλασιασμός των αρδευόμενων.



Καλλιέργεια ελιάς
γεωργίας, μέσα από βاریά μηχανήματα, έχει αποφέρει ομογενοποίηση του

Ελαιοκαλλιέργειες έχουν εμφανιστεί και σε επικλινείς εκτάσεις της βόρειας πλευράς των Αστερουσίων, σε χωράφια που έχουν εκχερσωθεί πρόχειρα χωρίς καθόλου αναβαθμίσεις ή με αναβαθμίσεις που έχουν λειτουργικά προβλήματα. Η εγκατάλειψη των παραδοσιακών καλλιεργειών σιτηρών, η απομάκρυνση από τις παραδοσιακές γεωργικές πρακτικές και η εντατικοποίηση της εκμηχανισμένης



Εγκαταλειμμένος μύλος

Η κτηνοτροφική οικονομία είναι ένας τομέας ιδιαίτερα δυναμικός στα Αστερούσια και λειτουργεί συμπληρωματικά προς τη γεωργική οικονομία της Μεσαράς. Τον προηγούμενο αιώνα, το μεγαλύτερο μέρος του βουνού χαρακτηρίστηκε κτηνοτροφική ζώνη.

Την αύξηση των κτηνοτροφικών ζωνών, σε βάρος των καλλιεργούμενων εκτάσεων, ακολούθησε πολύ γρήγορα η αλλοίωση της αναλογίας αριθμού αιγοπροβάτων προς τους διαθέσιμους βοσκοτόπους, πολύ πιο πάνω από τη βοσκοϊκανότητά τους. Αυτό είχε ως αποτέλεσμα την υπερβόσκηση και τη συνεπαγόμενη πτώση της δυναμικότητας των βοσκότοπων.

Ορισμένες κοινότητες ακόμη και σήμερα είναι σχεδόν εξ' ολοκλήρου κτηνοτροφικές.



Κομός, καλλιέργεια αμπελιού

Οι ανάγκες της κτηνοτροφικής οικονομίας συνδέονται και με τη διάνοιξη χωμάτινων δρόμων στις περισσότερες περιοχές της οροσειράς. Το πυκνό δίκτυο δρόμων (κυρίως χωματόδρομων) ξεπερνάει σε μήκος τα 250 χλμ.

Ερημοποίηση

Οι διαχειριστικές πρακτικές που εντατικοποιήθηκαν τα τελευταία χρόνια στα Αστερούσια απειλούν ένα μεγάλο τμήμα του ορεινού όγκου, ιδίως στα βόρεια πρηνή, με ερημοποίηση. Το φαινόμενο της ερημοποίησης αφορά στις συνδυασμένες επιδράσεις του ανθρώπου και των φυσικών παραγόντων στην κατάσταση διατήρησης και τα μετρήσιμα χαρακτηριστικά του εδάφους (βάθος, σύσταση, ποσότητα, γονιμότητα, υδατοαπορροφητικότητα, κλίση κ.ά.). Παρεμβάσεις όπως η αφαίρεση της φυτοκάλυψης με μηχανικά μέσα, η απογύμνωση του εδάφους σε επικλινείς εκτάσεις, η διαμόρφωση υψηλών αναβαθμίδων που δεν υποστηρίζονται από ξερολιθιές ή αναλήμματα, η καύση της επιφανειακής βλάστησης, η ισοπέδωση και η συμπίεση του εδάφους από κτηνοτροφικές χρήσεις κ.ά.,



Ορεινή καλλιέργεια σιτηρών



Κτηνοτροφία



Θερμοκηπιακές καλλιέργειες

Να τα εκατοστήσουμε....

Τις 78.000 φτάνουν τα αιγοπρόβατα (ημιοικόσιτα, νομαδικά και κοπαδιάρικα) που εκτρέφονται και διαβιούν στον ορεινό όγκο των Αστερουσίων. Υπάρχουν επίσης και κάποια φουριάρικα, αδιευκρίνιστου αριθμού, που ζουν σε ημιάγρια κατάσταση, τα οποία ουσιαστικά συντηρούν τους πληθυσμούς των μεγάλων αρπακτικών της περιοχής.

υποβοηθούν και επιταχύνουν τη διάβρωση και την απόπλυση των εδαφών από τη δράση του νερού και του αέρα. Λόγω δε του ξηροθερμικού κλίματος των Αστερουσίων (συνδυασμός υψηλών θερμοκρασιών με χαμηλά ύψη βροχοπτώσεων), οι όποιες παρεμβάσεις στη φυτοκάλυψη δεν αποκαθίστανται με ικανοποιητικό ρυθμό, με αποτέλεσμα το έδαφος να μένει απροστάτευτο και να μειώνεται χρόνο με το χρόνο.

Οι σχετικά αργές αλλαγές στα χαρακτηριστικά του εδάφους, δύσκολα γίνονται αντιληπτές από τους κατοίκους και ακόμα πιο σπάνια συνδέονται με τις διαχειριστικές πρακτικές που εφαρμόζονται στη γεωργία και την κτηνοτροφία.

Στην Ελλάδα υπάρχει κατατιθέμενο και νομικά ενσωματωμένο Εθνικό Σχέδιο Δράσης κατά της Ερημοποίησης, το οποίο όμως παραμένει ανενεργό.

Αιγοπροβατοτροφία και περιβάλλον

Η υπέρμετρη αύξηση του αριθμού των αιγοπροβάτων επιδρά αρνητικά στο σύνολο των Αστερουσίων, με κύριες επιπτώσεις την υπερβόσκηση, τη συμπίεση των εδαφών, τη διάνοιξη πυκνού δικτύου αγροτικών δρόμων και την απουσία ουσιαστικά «παρθένων» περιοχών οι οποίες να λειτουργούν ως καταφύγια και πηγές «τροφοδοσίας» ειδών προς τις άλλες περιοχές.

Χλωρίδα και Πανίδα

Με μια απλή επίσκεψη στην ορεινή αλυσίδα των Αστερουσίων, κάποιος θα έφτανε αβίαστα στο συμπέρασμα ότι ο ορεινός όγκος είναι ένας μεγάλος φρυγανότοπος (2/3 της συνολικής έκτασης), όπου σχηματίζονται μικρότερες και απομονωμένες μεταξύ τους χλωριδικές

Τοπίο των Αστερουσίων με έντονη ερημοποίηση



ενότητες (ή κηλίδες) θαμνώδους (1/6 της έκτασης) ή δενδρώδους βλάστησης (7% της συνολικής επιφάνειας) στις νότιες πλαγιές της οροσειράς και σε δυσπρόσιτες θέσεις. Οι φυτοκοινωνίες αγκαθωτών και αρωματικών φυτών, με κυριαρχία αστοιβίδων (*Sarcopoterium spinosum*), ενός από τους πιο χαρακτηριστικούς τύπους φρυγάνων της Κρήτης, έχουν ευρεία εξάπλωση και στα Αστερούσια. Οι διαπλάσεις αυτές είναι προσαρμοσμένες στη βόσκηση και στην πυρκαγιά. Στις δεντρώδεις διαπλάσεις στο κεντρικό και νότιο μέρος της οροσειράς κυριαρχούν η τραχεία πεύκη, το κυπαρίσσι και η χαρουπιά.



Η υπέρμετρη αύξηση αιγοπροβάτων στα Αστερούσια και η διάνοιξη πυκνού οδικού δικτύου οδηγούν σε αρνητικές επιπτώσεις



Φρυγανότοποι πλούσιοι σε βιοποικιλότητα

Αντίθετα από ό,τι πιστεύεται, τα φρύγανα είναι ο “πλουσιότερος” σε βιοποικιλότητα τύπος οικοτόπου στη Μεσόγειο. Στην περιοχή των Αστερουσίων βρίσκονται σε μεγάλη ποικιλία διαμορφώσεων και συνδυασμών, σε γειτνίαση ή επικάλυψη με άλλους τύπους οικοτόπων. Η μεσογειακή βιοποικιλότητα είναι προφυλαγμένη καλά εδώ μέσα.

Όσον αφορά τα είδη της ορνιθοπανίδας που χρησιμοποιούν τα φρύγανα, το μεγαλύτερο μέρος τους είναι επιδημητικά. Τους φρυγανότοπους, όμως, επισκέπτονται και τα μεγάλα αρπακτικά, τα πτωματοφάγα και τα γεράκια της περιοχής (όρνιο, γυπαετός, χρυσαετός, φιλάδελφος, χρυσογέρακο, πετρίτης), που αρέσκονται να αναζητούν τροφή σε μεγάλες ανοικτές εκτάσεις.

Στο μεγαλύτερο μέρος του ορεινού όγκου των Αστερουσίων επικρατεί ένας συγκεκριμένος, ανθεκτικότερος τύπος φρυγάνων, οι αστοιβίδες. Η



Χαρουπιά



Έβενος

φαινομενική «φυσικότητα» αυτού του τύπου οικοτόπου δεν πρέπει να μας εμποδίζει να αναγνωρίσουμε ότι η καθολική σχεδόν επικράτησή του οφείλεται σε μια σειρά ανθρωπογενών πιέσεων, τις οποίες ήρθαν να ενισχύσουν ως προς τα αποτελέσματά τους οι κλιματικοί παράγοντες (ξηροθερμικές συνθήκες). Η σημερινή εικόνα θεωρείται αποτέλεσμα της αλληπάλληλης εκούσιας καύσης της επιφανειακής βλάστησης σε συνδυασμό με την υπερβόσκηση.

Στα Αστερούσια απαντώνται 22 ενδημικά φυτά της Κρήτης, με τα μισά από αυτά να είναι αποκλειστικά χασμόφυτα και έναν μεγάλο αριθμό από τα υπόλοιπα να αναπτύσσεται και στις φρυγανικές διαπλάσεις.

Alkanna sieberi σε ξερά φρύγανα και πευκοδάση.

Allium bourgeaoui ssp. *creticum* σε ασβεστολιθικούς βράχους.

Asperula pubescens σε σχισμές βράχων και φρύγανα.



Γυπαετός



Όρνιο

Campanula jaquinii σε σχισμές βράχων.

Campanula spatulata ssp. filicaulis σε φρύγανα, μέσα σε αγκαθωτούς θάμνους και βράχους.

Κενταύρια (**Centaurea idaea**) σε φρύγανα.

Crocus oreocreticus σε φρύγανα.

Dianthus fruticosus ssp. creticus σε ασβεστολιθικούς τοίχους βράχων.

Αρχοντόξυλο ή πλουμί ή κρητικός έβενος (**Ebenus cretica**) σε φρύγανα.

Galium fruticosum σε σχισμές βράχων.

Herniaria parnassica ssp. cretica σε βράχους.

Hypericum jovis σε σχισμές βράχων.

Lomelosia minoana ssp. asterusica σε ασβεστολιθικούς τοίχους βράχων (στενοενδημικό του Κόφινα).

Δίκταμος ή έρωντας ή σταμόχορτο ή σταθώρι (**Origanum dictamnus**) σε ασβεστολιθικούς τοίχους βράχων, σε βραχώδη και πετρώδη εδάφη.

Πετρομαρούλα (**Petromarula pinnata**) σε σχισμές βράχων, σε παραποτάμια δάση και σε αναχώματα δρόμων.



Λαδανιά (*Cistus creticus*)

Αγκαραθιά (**Phlomis lanata**) σε φρύγανα και ανοικτά εύφωτα δάση.

Scariola alpestris σε φρύγανα.

Scutellaria sieberi σε σκιερές, υγρές σχισμές βράχων.

Sedum praesidis σε ασβεστολιθικούς βράχους και φρύγανα.

Stachelina petiolata σε σχισμές βράχων.

Τεύκριο (**Teucrium alpestre**) σε σχισμές βράχων και φρύγανα.

Tulipa cretica σε φρύγανα και βράχους.

Η πανίδα των Αστερουσίων είναι αντιπροσωπευτική της πανίδας της Κρήτης.

Στα Αστερούσια απαντώνται και τα τρία είδη βατράχων της Κρήτης, ανάμεσά τους ο ενδημικός δενδροβάτραχος (*Rana cretensis*).

Επίσης διατηρούν πληθυσμούς τα 8 από τα 11 είδη ερπετών στο νησί, με πιο πολυπληθή την πράσινη σαύρα (*Lacerta trilineata*) και το λιακόνη (*Chalcides ocellatus*). Από τα 11 θηλαστικά της Κρήτης ξεχωρίζει η παρουσία του αγριόγατου (*Felis silvestris cretensis*), ενδημικού της Κρήτης.



Τσόχος (*Sonchus oleraceus*)



Πλουμί ή κρητικός έβενος
Όσον αφορά την ορνιθοπανίδα, τα Αστερούσια αποτελούν έναν από τους

σημαντικούς δείκτες της οικολογικής κατάστασης στην Κρήτη. Ο συνολικός αριθμός των ειδών της περιοχής είναι πολύ υψηλός σε σχέση με την έκτασή της, κάτι που οφείλεται τόσο στην ετερογένεια των οικοσυστημάτων των Αστερουσίων, όσο και στη γεωγραφική θέση τους. Η ύπαρξη αρκετών τύπων οικοτόπων αλλά και η γειννίαση με την ανοιχτή θάλασσα, επιτρέπουν την άμεση στάθμευση μεγάλης ποικιλίας μεταναστευτικών ειδών ανεξαρτήτως ταξινομικής κατηγορίας ή



Ασκελετούρα (*Drimys maritima*)



Πετρομάρουλα (*Petromarula pinnata*)



Θρύμπα (*Satureja thymbra*)



Αγριογαύφαλο (*Dianthus* sp.)

Πεύκο (*Pinus brutia*)





Αγκαθοποντικός (*Acomys minous*)



Δεντροβάτραχος (*Hyla arborea*)



Βάτραχος (*Rana cretensis*)



Πράσινη σαύρα (*Lacerta trilineata*)

οικολογικής προτίμησης.

Συνολικά στα Αστερούσια έχουν παρατηρηθεί 192 διαφορετικά είδη πουλιών, αριθμός που αντιστοιχεί στο 55% των ειδών που επισκέπτονται ή φωλιάζουν στην Κρήτη. Οκτώ (8) από αυτά είναι αρπακτικά που φωλιάζουν στην οροσειρά: ο γυπαετός, που κατατάσσεται στα κινδυνεύοντα είδη, ο σπιζαετός, ο χρυσαετός, το όρνιο και το χρυσογέρακο, που ανήκουν στα τρωτά είδη (τα ενδiciaτμήματά τους βρίσκονται υπό συνεχή πίεση), η αετογερακίνα (που έχει χαρακτηριστεί σπάνιο είδος), ο πετρίτης και ο μαυροπετρίτης. Ας σημειωθεί ότι οι μαυροπετρίτες που μεταναστεύουν στην Ελλάδα κάθε καλοκαίρι, αποτελούν το 75% του παγκόσμιου πληθυσμού του είδους.

Ο συνολικός αριθμός των ειδών της ορνιθοπανίδας στα Αστερούσια (192 είδη πουλιών) σε σχέση με τη σχετικά περιορισμένη έκτασή τους είναι εντυπωσιακός. Οφείλεται στην ετερογένεια και την ποικιλία των οικοσυστημάτων τους αλλά κυρίως στη γεωγραφική τους θέση, μια και τούτο το βουνό αποτελεί το νοτιότερο ορεινό όγκο της ευρωπαϊκής ηπείρου, στο δρόμο των μεταναστευτικών πουλιών για την Αφρική και – αντίστροφα – την πρώτη στεριά στο ταξίδι για την Ευρώπη.

Νησί μέσα στο νησί...

Τα Αστερούσια παρουσιάζουν χαρακτηριστικά νησιωτισμού, είναι δηλαδή γεωγραφικά ξεκομμένα και απομονωμένα από τους μεγάλους ορεινούς όγκους της κεντρικής και ανατολικής Κρήτης, διασώζοντας μια επιπλέον νησίδα φυσικού κεφαλαίου, τουλάχιστον για κάποια από τα είδη που φιλοξενούν.

Η Κρήτη διαθέτει το 70- 80% του πληθυσμού όρνιων της Ελλάδας. Τα Αστερούσια και πιο συγκεκριμένα τα τοιχώματα του φαραγγιού του Αμπά, φιλοξενούν τη μεγαλύτερη αποικία όρνιων στην Κρήτη και στην Ελλάδα, καθώς και τη νοτιότερη στην Ευρώπη.



Όφις (*Telescopus fallax*)

Η Κρήτη φιλοξενεί τον πιο εύρωστο πληθυσμό στην Ελλάδα και τα Βαλκάνια, ενώ έχει το μεγαλύτερο νησιωτικό πληθυσμό στον κόσμο.

Άλλα σπονδυλωτά των Αστερουσιών είναι:

Αμφίβια

Φρύνος (*Bufo viridis*), δενδροβάτραχος (*Hyla arborea*), βάτραχος (*Rana cretensis*), που είναι ενδημικό είδος.

Ερπετά

Σαμιαμίθι (*Hemidactylus turcicus*), πράσινη σαύρα (*Lacerta trilineata*), λιακόνι (*Chalcides ocellatus*), δενδρογαλιά (*Coluber gemonensis*), όφις (*Telescopus fallax*), νερόφιδο (*Natrix tessellata*), όχεντρα (*Elaphe situla*).

Θηλασικά

Αγκαθοποντικός (*Acomys minous*), ποντικός (*Apodemus sylvaticus*), αρουραίος (*Rattus rattus*), ποντικός (*Mus domesticus*), μυγαλή (*Crocidura suaveolens*), σκαντζόχοιρος (*Erinaceus concolor*), αγριόγατα (*Felis silvestris cretensis*), λαγός



Λιακόνι (*Chalcides ocellatus*)



Ο γυπαετός των Αστερουσίων

Στα Αστερούσια ζει και ο γυπαετός (*Gyraetus barbatus*), το σπανιότερο είδος γύπα στην ευρωπαϊκή ήπειρο αλλά και στον ευρύτερο μεσογειακό χώρο. Το μήκος του κορμού φτάνει τα 1,10 μ., το άνοιγμα των φτερούγων τα 2,8 μ. και το βάρος του κυμαίνεται ανάλογα με το φύλο από 5 – 7 κιλά, κάτι που το καθιστά το μεγαλύτερο σε μέγεθος αρπακτικό.

Αστερούσια: Πολύ σημαντικά για τους ανώριμους γυπαετούς

Τα Αστερούσια φιλοξενούν μόνον ένα μοναχικό ενήλικο άτομο. Η περιοχή συγκεντρώνει και άλλα άτομα κυρίως ανήλικα ή υποώριμα. Ίσως στο προσεχές μέλλον – αν όλα πάνε καλά – να σχηματιστεί πάλι ένα αναπαραγωγικό ζευγάρι και να αποκατασταθεί η βιωσιμότητα και η διατήρηση του είδους.





Λαγός (*Lepus europaeus*)

(*Lepus europaeus*), ζουρίδα ή κουνάβι (*Martes foina*).

Καθεστώς Προστασίας

Ευρωπαϊκό Καθεστώς Προστασίας – Πρόγραμμα «Natura 2000»

Οι περιοχές που ανήκουν στο Δίκτυο Ευρωπαϊκών Οικοτόπων «**Natura 2000**» έχουν καθοριστεί σε εφαρμογή των Ευρωπαϊκών Οδηγιών 92/43/ΕΟΚ (Προτεινόμενοι Τόποι Κοινοτικού Ενδιαφέροντος για όλα τα είδη ζωής εκτός της Ορνιθοπανίδας, ρSCI) και 79/409/ΕΟΚ (Περιοχές Ειδικής Προστασίας για την Ορνιθοπανίδα, SPA):

Προτεινόμενος Τόπος Κοινοτικού Ενδιαφέροντος με τίτλο «**Δυτικά Αστερούσια (από Αγιοφάραγο έως Κόκκινο Πύργο)**» και κωδικό «GR4310004», εκτάσεως 29.222 στρεμμάτων, ο οποίος επικαλύπτεται με χαρακτηρισμένες Περιοχές Ειδικής Προστασίας για την Ορνιθοπανίδα.

Προτεινόμενος Τόπος Κοινοτικού Ενδιαφέροντος με τίτλο «**Αστερούσια (Κόφινας)**» και κωδικό «GR4310005», εκτάσεως 16.1742 στρεμμάτων, ο οποίος περιλαμβάνεται εξ' ολοκλήρου μέσα σε χαρακτηρισμένη Περιοχή Ειδικής Προστασίας για την Ορνιθοπανίδα (GR4310008).

Περιοχή Ειδικής Προστασίας για την



Αγριόγατος
(*Felis silvestris cretensis*)

Ορνιθοπανίδα με τίτλο «**Δυτικά Αστερούσια**» και κωδικό «GR4310007», εκτάσεως 34.030 στρεμμάτων, η οποία επικαλύπτεται εν μέρει με την Προτεινόμενη Περιοχή Κοινοτικού Ενδιαφέροντος (GR4310004).

Περιοχή Ειδικής Προστασίας για την Ορνιθοπανίδα με τίτλο «**Ανατολικά Αστερούσια**» και κωδικό «GR4310008», εκτάσεως 250.740 στρεμμάτων, η οποία περιλαμβάνει την Προτεινόμενη Περιοχή Κοινοτικού Ενδιαφέροντος (GR4310005).

Περιοχή Ειδικής Προστασίας για την Ορνιθοπανίδα με τίτλο «**Εκβολή Γεροποτάμου Μεσαράς**» και κωδικό «GR4310012», εκτάσεως 6.870 στρεμμάτων, η οποία περιλαμβάνεται εξ' ολοκλήρου στην Προτεινόμενη



Δυτικά Αστερούσια - Κόφινας

Περιοχή Κοινοτικού Ενδιαφέροντος (GR4310004). Η οριοθέτηση των περιοχών επισημαίνεται σε σχετικό χάρτη.

Εθνικό Καθεστώς Προστασίας – Καταφύγια Άγριας Ζωής (Κ.Α.Ζ.)

Κόφινας, στα Κεντρικά Αστερούσια, έκτασης 18,5 τ.χλμ. (περιλαμβάνεται εξ' ολοκλήρου στην περιοχή SPA GR4310008).

Βίγλα – Κρύο Νερό, στην περιοχή Αντισκαρίου του Δήμου Μοιρών, έκτασης 17,5 τ.χλμ. (εκτός Προστατευόμενων Περιοχών του Δικτύου Προγράμματος Natura 2000).

Δυτικά Αστερούσια, έκτασης 20 τ.χλμ (μερική επικάλυψη με τις περιοχές SPA GR4310007 και pSCI GR4310004 του Δικτύου «Natura 2000»).

Πρόγραμμα CORINE BIOTOPES:

«**Νησίδες Παξιμάδια**» (Κωδ. Α 00030058)



Ανατολικά Αστερούσια



Ανατολικά Αστερούσια

Σημαντικές Περιοχές για τα Πουλιά – IBAs (Ελληνική Ορνιθολογική Εταιρεία και BirdLife International):

Αστερούσια (Κωδ.187) και **Εκβολές Γεροπόταμου** (Κωδ.186)

Τοπία Ιδιαίτερου Φυσικού Κάλλους:

Το κεντρικό τμήμα της οροσειράς των Αστερουσίων.

Η περιοχή του Τσούτσουρου.

Οικότοποι της Οδηγίας 92/43/ΕΟΚ

Στα Ανατολικά Αστερούσια απαντώνται 15 τύποι οικοτόπων της Οδηγίας 92/43/ΕΟΚ. Δύο από αυτούς είναι οικότοποι προτεραιότητας. Ας τους δούμε αναλυτικά:

1120: Εκτάσεις θαλασσίου βυθού με ποσειδώνιες (*Posidonia oceanica*) (οικότοπος προτεραιότητας). Το θαλάσσιο αυτό αγγειόσπερμο, είναι είδος ενδημικό της Μεσογείου. Η ύπαρξη της *Posidonia oceanica* αποτελεί δείκτη υψηλής ποιότητας των υδάτων. Επιπλέον, το εκτεταμένο ριζικό σύστημα των υποθαλάσσιων λιβαδιών της συγκρατεί το υπόστρωμα και εμποδίζει τη διάβρωσή του, συμβάλλοντας έτσι στη σταθεροποίηση των



Νοτιοδυτικά Αστερούσια

ακτογραμμών. Πολύπλοκες βιοκοινότητες άλλων θαλάσσιων ειδών, χρησιμοποιούν τα λιβάδια αυτά ως ενδιαιτήματα. Η προστασία της ποσειδωνίας και η διατήρηση των λιβαδιών της θα έχει ως αποτέλεσμα και τη διατήρηση των βιοκοινοτήτων αυτών. Οι οικότοποι του είναι οι πιο συνηθισμένοι στην υποπαράλια ζώνη της Ελλάδας.

1170: Ύφαλοι.

1240: Απόκρημνες βραχώδεις ακτές με βλάστηση στη Μεσόγειο με ενδημικά *Limonium* sp., με κάπαρη (*Capparis spinosa* ssp. *rupestris*), αμάραντο (*Limonium sieberi*), *Sedum litoreum* ssp. *litoreum*, *Scorzonera cretica*, *Parietaria cretica*, *Atractylis concellata*. Καλύπτουν μεγάλο μέρος της ακτογραμμής στην περιοχή των Αστερουσίων.

5420: Φρύγανα με αστοιβή (*Sarcopoterium spinosum*), που έχουν επίσης θυμάρι (*Coridothymus capitatus*), σκυλοκρεμμύδα (*Drimys maritima*), ασφόμελο (*Asphodelus aestivus*), ασπάλαθο (*Calicotome villosa*), αγκαραθιά (*Phlomis lanata*), ράμνο (*Rhamnus lycioides*). Οι εκτεταμένες εκτάσεις με αστοιβίδες, σε ημιορεινές περιοχές, στα ριζά των Αστερουσίων και σε σώπατα ορεινά τμήματα της οροσειράς, είναι ο χαρακτηριστικότερος τύπος οικοτόπου των Αστερουσίων.

5430: Διαπλάσεις Κρήτης με γαλατσίδες.

8217: Ασβεστολιθικά βράχια του Αιγαίου με χαμόπευκο (*Ptilostemon chamaepeuce*), *Parietaria cretica*, *Scorzonera cretica*. Ο οικοτόπος αυτός χαρακτηρίζεται γενικά από αραιή χασμοφυτική βλάστηση με σχετικά υψηλό αριθμό ενδημικών ειδών.

8230: Πρωτογενείς λειμώνες σε βραχώδεις δόμους.

8310: Σπήλαια των οποίων δεν γίνεται τουριστική εκμετάλλευση.

8330: Θαλάσσια σπήλαια εξ' ολοκλήρου ή κατά το ήμισυ κάτω από την επιφάνεια της θάλασσας.

9290: Δάση κυπαρισσιού (*Cupressus sempervirens*) με σκυλοκρεμμύδα, τραχεία πεύκη (*Pinus brutia*), *Catapodium rigidum*, κενταύρια (*Centaurea idaea*), *Lamyropsis cynaroides*, ράμνο. Η αξία του δάσους κυπαρισσιού ενισχύεται από το γεγονός ότι τέτοια δάση είναι γενικά περιορισμένα στην Ελλάδα. Η ζώνη του κυπαρισσιού εμφανίζεται σε μικρή έκταση στη νότια πλευρά του Κόφινου και της Παρανυφιανής Μαδάρας, πάνω από τη ζώνη του πεύκου (ψηλότερα των 1.000 μ.).

3290: Ποταμοί της Μεσογείου με περιοδική ροή & **92D0:** Παράχθια βλάστηση – στοές της θερμής Μεσογείου με πικροδάφνη ή σφάκα (*Nerium oleander*), λυγαριά (*Vitex agnus-castus*) κ.ά. Οι οικότοποι αυτοί αντιπροσωπεύονται από μικρές σε



Κάπαρη σε βραχώδη ακτή



Φρύγανα με αστοιβίδες (*Sarcopoterium spinosum*)

πλάτος κοίτες ρυακίων με περιοδική ροή, όπου σχηματίζονται αζωνικές παρόχθιες διαπλάσεις – στοές με πικροδάφνες και λυγαριές. Η φυτοκάλυψη από τα δύο αυτά είδη υγρόφιλων θάμνων φτάνει το 60 με 90%.

9320: Δάση αγριελιάς – χαρουπιάς με σχίνο (*Pistacia lentiscus*), αγριελιά (*Olea europaea* ssp. *oleaster*), χαρουπιά (*Ceratonia siliqua*), ασπάλαθο, θυμάρι, τεύκριο, σκυλοκρεμμύδα. Στον οικότοπο αυτό εντάσσονται οι θερμο-μεσογειακοί θαμνώνες χαρουπιάς (*Ceratonia siliqua*) και αγριελιάς του δυτικού τμήματος των Αστερουσίων. Επίσης εντάσσονται και θαμνώνες σχίνου, που βρίσκονται σε περιορισμένη έκταση κοντά στη θάλασσα, στην περιοχή του Αγίου Ιωάννη και στην παραλία του Μάρτσαλου. Στα Ανατολικά Αστερούσια, το δάσος της χαρουπιάς στην περιοχή Τρεις Εκκλησιές έχει ιδιαίτερη αξία, γιατί αποτελεί το μοναδικό φυσικό δενδρώδες σύστημα χαρουπιάς στην Κρήτη. Σε λίγες θέσεις στη νότια πλευρά των Αστερουσίων υπάρχουν ψηλοί θαμνώνες αγριελιάς με χαρουπιά, υπόλειμμα της βλάστησης του τύπου Αγριελιάς – Χαρουπιάς.

9370: Φοινικοδάση με Φοίνικα του Θεόφραστου (*Phoenix theophrastii*) (οικότοπος προτεραιότητας), που εκτός των άλλων έχει πικροδάφνη, *Brachypodium retusum*, δρακοντιά (*Dranunculus vulgaris*). Συστάδες *Phoenix theophrastii* συναντούμε στο Μάρτσαλο και στον Άγιο Νικήτα. Η απουσία έντονων ανθρώπινων δραστηριοτήτων στις περιοχές αυτές, πέρα από τη βόσκηση που δημιουργεί προβλήματα στη φυσική αναγέννηση, έχει ως αποτέλεσμα τη διατήρηση του οικοτόπου σε αρκετά καλή κατάσταση.

9540: Μεσογειακά πευκοδάση με ενδημικά είδη πεύκων της Μεσογείου με τραχεία πεύκη, φασκομηλιά (*Salvia fruticosa*), σκυλοκρεμμύδα, θυμάρι, τεύκριο (*Teucrium alpestre*, *T. microphyllum*). Ο οικότοπος αυτός εκπροσωπείται από το, μεσαίας φυτοκάλυψης, δάσος τραχείας πεύκης



Πικροδάφνες ή σφάκες (*Nerium oleander*) στις όχθες εποχιακού ρέματος

(*Pinus brutia*) της Μονής Κουδουμά, που αναπτύσσεται χαμηλότερα από τα 1.000 μέτρα.

Επιπροσθέτως, απαντώνται μερικοί ακόμη σημαντικοί τύποι οικοτόπων:

5331: Σχηματισμοί-Θαμνώνες Ευφόρβιας (*Euphorbia dendroides*), που περιλαμβάνει επίσης θυμάρι, φασκομηλιά (*Salvia fruticosa*), ασπάλαθο, σκυλοκρεμμύδα, ασφόμελο (*Asphodelus aestivus*).

934A: Ελληνικά δάση πρίνου (*Quercus coccifera*) με τραχεία πεύκη, φασκομηλιά, σκυλοκρεμμύδα, αγκάραθο και θυμάρι. Ο οικοτόπος αυτός εκπροσωπείται με εντοπισμένες συστάδες πρίνου στο δάσος της Μονής Κουδουμά και βορείως της παράκτιας ζώνης Τρυπητής – Αγίου Ιωάννη.

Επίσης με συστάδες θαλασσόκενδρου (*Juniperus oxycedrus* ssp. *macrocarpa*) στον Κομμό και με δάσος θαμνοκυπάρισσων (*Juniperus phoenicea*) στα τοιχώματα του Αναποδάρη. Τέλος, εκπροσωπείται από βελανιδιές (*Quercus rubescens*) στο Χάρακα και γύρω από τη Μονή Απεζανών, καθώς και από κάποιες παραποτάμιες συστάδες με πλατάνια.

Σημαντικά ενδιαιτήματα

Σημαντικότερα ενδιαιτήματα (περιοχές με σύνθετη οικολογική λειτουργία και αξία, συνήθως συνδυασμός περισσότερων του ενός τύπου οικοτόπων) θεωρούνται εκείνα των γκρεμών και των φαραγγιών, τα δάση, οι ημιορεινές και βόρειες πεδινές καλλιέργειες που συντηρούν ένα μεγάλο αριθμό ειδών ζωής στην ορεινή ζώνη και παρέχουν τροφή σε είδη που ζουν σε άλλα ενδιαιτήματα, οι υγρότοποι που συμβάλλουν στην ετερογένεια του τοπίου, επιτρέποντας την παρουσία ειδών που εξαρτώνται άμεσα από την παρουσία του νερού, οι θαλάσσιες περιοχές με την διαφορετική χλωρίδα και πανίδα και τα σπήλαια που



Φοίνικες του Θεόφραστου (*Phoenix theophrastii*) κοντά στον Άγιο Νικήτα

αποτελούν νησίδες ξεχωριστής πανίδας.

«Νησιά» σε «ξηρές χερσαίες θάλασσες»



Δενδρώδης φλώμος (*Euphorbia dendroides*)

Ειδικά στα Αστερούσια, οι μικρές υγροτοπικές εκτάσεις, η μακκία και η θαμνώδης βλάστηση, τα γκρεμνά, τα φαράγγια και οι ορθοπλαγιές, οι παρόχθιες φυτικές διαπλάσεις και οι καλλιεργούμενες εκτάσεις, λειτουργούν ως καταφύγια ζωής, μικρές εντοπισμένες κηλίδες σε μεγάλες περιοχές που καλύπτονται από φρυγανική βλάστηση. Η σημασία τους και η λειτουργία τους δεν έχει μελετηθεί επαρκώς.

Μορφές φυσιολατρικού τουρισμού στα Αστερούσια

Όπως συμβαίνει σχεδόν σε κάθε τόπο, είναι δύσκολο να απομονωθούν τα θελγητρα του ενός είδους τουρισμού από το άλλο. Έτσι και τα Αστερούσια είναι στην πράξη ένα ενιαίο και αδιαίρετο ορεινό σύστημα, που συγχρόνως μπορεί να ικανοποιεί μια ποικιλία ενδιαφερόντων των περιηγητών – επισκεπτών.

Οι φυσιολατρικές εμπειρίες, που σας προτείνουμε, θέλουμε να πιστεύουμε ότι αποκαλύπτουν – χωρίς να εξαντλούν – λίγο από το θαυμαστό πλούτο τους.

Φορείς Φυσιολατρικού Τουρισμού

Στη συνέχεια παρατίθεται μια σειρά από συλλόγους και ιδιωτικούς φορείς φυσιολατρικού τουρισμού, οι οποίοι μπορούν να υποστηρίξουν και να βοηθήσουν τις εξορμήσεις σας στα Αστερούσια.



Απότομα βράχια στο φαράγγι πάνω από το παραθαλάσσιο χωριό Τρεις Εκκλησιές

Σύλλογοι

Ελληνικός Ορειβατικός Σύλλογος (Ε.Ο.Σ.) Μοιρών

Οικισμός Βρέλης, πλησίον Μοιρών

Τηλ.: Γεώργιος Σπυριδάκης 6944583511, Απόστολος Παυλίδης
28920 22851

Ελληνικός Ορειβατικός Σύλλογος (Ε.Ο.Σ.) Ηρακλείου

Δικαιοσύνης 53, Τ.Κ. 713 05, Ηράκλειο

Τηλ.: 2810 227609 (20:30 – 22:30, Δευτέρα - Παρασκευή)

Ιστοσελίδα: <http://www.cretanland.gr/orivatikos>

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: eos@cretanland.gr

Αερολέσχη Ηρακλείου

Κρατικός Αερολιμένας Ηρακλείου «Νίκος Καζαντζάκης»

Ταχυδρομική Θυρίδα 1121, Κεντρικό Ταχυδρομείο Ηρακλείου

Τηλ.: 2810 245592, Φαξ: 2810 240492

Με θέα τον κάμπο της Μεσαράς



Ιστοσελίδα: <http://www.eagles.gr>

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: info@eagles.gr

Ε.Σ.Ε.Φ. – Ελληνικός Σύλλογος Εξερεύνησης Φαραγγιών

Ιστοσελίδα: <http://www.canyoning.gr>

Ιδιωτικοί Φορείς Φυσιολατρικού Τουρισμού

Korifi Tours και Guesthouse Kofinas

Luisa και Gunnar Schuschnigg

Κόφινας, Καπετανιανά 28, Τ.Κ. 70016, Ασήμι,

Τηλ.: 28930 41858, 28930 41440

Ιστοσελίδα: <http://www.korifi.de>

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: info@korifi.de, Louisa.gunnar@korifi.de

Αυτός ο ορειβατικός σύλλογος οργανώνει εκδρομές για ορειβασία, αναρρίχηση και πεζοπορία.

CRETAN ADVENTURES

Φώντας Σπινθάκης, Έβανς 10, Τ.Κ. 71201, Ηράκλειο

Τηλ.: 2810 332772, Φαξ: 2810 288226

Ιστοσελίδα: <http://www.cretanadventures.gr/en/index.html>

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: info@cretanadventures.gr

Το πρόγραμμα των δραστηριοτήτων είναι φτιαγμένο έτσι ώστε να καλύψει το ενδιαφέρον όλων, σχετικά με την κρητική φύση. Περιλαμβάνει περιπατητικά προγράμματα, ποδηλασία, κανό, ιππασία, αναρρίχηση, σπηλαιολογία, περιήγηση με τζιπ, πολιτιστικούς περιπάτους, προγράμματα για παιδιά και εφήβους και άλλες δραστηριότητες.

AXAS Αναρρηχτικό Κέντρο Κρήτης – Cretan Climbing Center

Δημήτρης Κορνάρος, Προφήτης Ηλίας, Τ. Κ. 715 00, Ηράκλειο

Τηλ. – Φαξ: 2810 871239, Κινητό: 6945 071840

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: axas0@yahoo.com

Ειδικευμένο στην ορειβασία και την αναρρίχηση.

Αναρρηχτικό Κέντρο στον Προφήτη Ηλία του Δήμου Τεμένους

Ασχολείται με την εκπαίδευση ομάδων ορειβασίας και ομάδων διάσωσης και για το λόγο αυτό διαθέτει και την πίστα τεχνητής αναρρίχησης. Ακόμη ασχολείται με πεζοπορία και χαρτογραφίες περιοχών που προσφέρονται γι' αυτές τις δραστηριότητες.

Icna Paragliding

Γρηγόρης Θωμακάκης και Μεθόδιος Ψωμάς, Αβδού Πεδιάδος,

Τ.Κ. 70005, Ηράκλειο,

Τηλ.: 6977 466900, 28910 51200, Φαξ: 28910 51200

Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: grigoris@icna.gr, grigoris@hrs.forthnet.gr
Ιστοσελίδα: <http://www.icna.gr>

Κέντρο υποδοχής, άθλησης και αναψυχής στο Αβδού Πεδιάδος Κυρίως ασχολείται με την εκμάθηση του αλεξίπτωτου πλαιγιάς ενώ προσφέρει επίσης δράση με ποδήλατα βουνού, σπηλαιολογία, αναρριχήσεις και πεζοπορία.

Wild Nature

Γιώργος Τσακαλάκης, Σπήλια Σκαλανίου, Τ.Κ. 715 00, Ηράκλειο
Τηλ.: 2810 323080, Φαξ: 2810 325511
Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: wildnat@otenet.gr
Ιστοσελίδα: <http://www.wildnature.gr>

Γραφείο ανάπτυξης εναλλακτικών μορφών τουρισμού. Παρέχει υπηρεσίες στον τομέα του αθλητικού, ενημερωτικού, ψυχαγωγικού και φυσιολατρικού τουρισμού όπως ποδηλασία, κανόε καγιάκ, ορειβασία, σπηλαιολογία και πεζοπορία.

Ορειβασία - Πεζοπορία

Με τα Αστερούσια ισχύει το εξής παράδοξο, αλλά ταυτόχρονα γνώριμο στα νεοελληνικά πράγματα, γεγονός: ενώ το παραδοσιακό δίκτυο των μονοπατιών τους σχηματίζει έναν από τους πιο περίπλοκους γοητευτικούς και πυκνούς ιστούς στην Κρήτη, την ίδια στιγμή υποφέρει και εξαφανίζεται από την απουσία επισκεπτών αλλά κυρίως από την εγκατάλειψη και την αδιαφορία της Πολιτείας. Έτσι, αυτός ο πολιτισμικός πλούτος που συγκροτούν τα μονοπάτια ή/και τα υπολείμματά τους, ταξιδεύοντάς μας μέσα στο χωροχρόνο των Αστερουσίων, μένει αφανής στους πολλούς και δύσκολα προσεγγίσιμος από τους λίγους, που κινδυνεύουν να χάσουν γρήγορα τον ενθουσιασμό τους.

Σηματοδοτημένα μονοπάτια δεν υπάρχουν πολλά στα Αστερούσια και τα μονοπάτια που βρίσκονται σε καλή κατάσταση είναι πολύ λίγα. Χρειάζεται πάντα επικοινωνία, συνεννόηση και συζήτηση με τους ντόπιους πριν επιχειρήσετε να περπατήσετε μερικά από αυτά.

Βαρύτερη είναι η ζημιά που προκαλούν στα μονοπάτια οι ανθρωπογενείς πιέσεις και παρεμβάσεις, οι οποίες καταστρέφουν, μέσα από αλλαγές του ανάγλυφου, τα ιδιαίτερα αυτά χαρακτηριστικά του τοπίου, πολύ σημαντι-

κά για τη φυσιογνωμία και τη συνοχή του.

Τα περισσότερα μονοπάτια των Αστερουσίων εξακολουθούν να υφίστανται χάρη στο μεράκι και την επιμονή των ορειβατικών συλλόγων. Τα πολιτισμικά ίχνη είναι, άλλωστε, αρκετά δύσκολο να χαθούν.

Παρακάτω, αναφέρονται ορισμέ-νοι από τους ποιοτικούς δείκτες που χρησιμοποιήσαμε για την περιγραφή και την αξιολόγηση του κάθε μονοπατιού από ορειβατική – πεζοπορική σκοπιά:

Χαρακτηρισμός μονοπατιού

Τα περισσότερα μονοπάτια ανήκουν ή έχουν περιπέσει στην κατηγορία της ατραπού, αφού ελάχιστα έχουν γίνει για τη συντήρηση ή τον καθαρισμό τους, τον τελευταίο μισό αιώνα. Τα όποια λιθόστρωτα ή/και με αντιστήριξη από ξερολιθιές μονοπάτια, βρίσκονται σε κακή κατάσταση. Αρκετά είναι επίσης εκείνα που πολιορκούνται από το υλικό διάβρωσης και αποσά-

Κατεβαίνοντας από την κορυφή του Κόφινα



θρωσης των υπερκείμενων πλαγιών.

Υψομετρική διαφορά (Υ.Δ.)

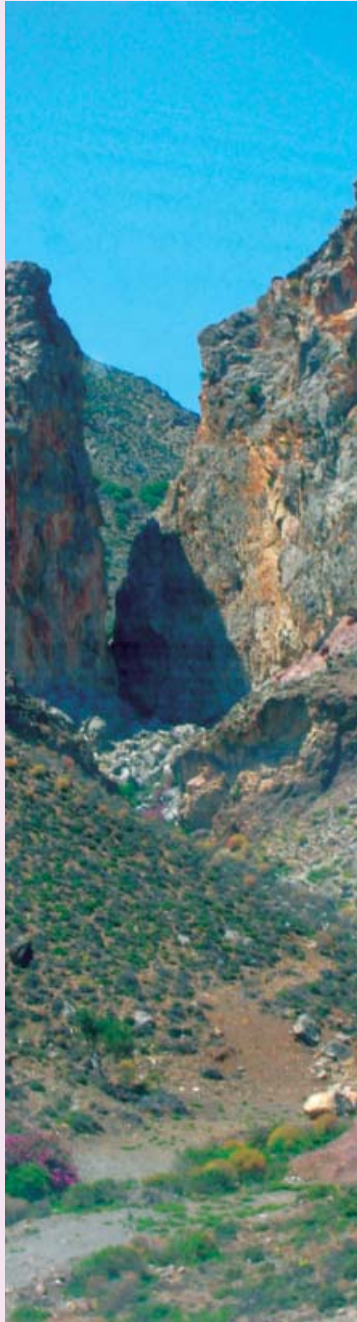
Μόνο σε μικρά ή παράκτια μονοπάτια των δυτικών Αστερουσίων μπορεί να βρει κανείς μικρές υψομετρικές διαφορές. Αν και φαινομενικά είναι «μικρά βουνά», τα Αστερούσια έχουν διαδρομές που όταν περπατούνται ανηφορικά, δεν υπολείπονται καθόλου σε υψομετρική διαφορά (παρόλο που δεν οδηγούν σε μεγάλα ύψη), ακριβώς επειδή πάντα έχουν χαμηλό υψόμετρο στην αφετηρία, σχεδόν ποτέ πάνω από τα 300 μέτρα. Ο δρασκελισμός του βουνού είναι μια πολύ συχνή εμπειρία όταν κινείσαι από βορρά με νότια κατεύθυνση. Η τελευταία παρατήρηση αφορά και τις ποδηλατικές διαδρομές.

Απόσταση

Οι πραγματικές αποστάσεις που δίνονται για κάθε μονοπάτι μπορεί να αποβούν παραπλανητικές αν υπερεκτιμήσετε τις δυνατότητές σας. Το περπάτημα στα Αστερούσια, όπως και στην υπόλοιπη ορεινή Κρήτη, είναι γενικά μια κουραστική εμπειρία, γιατί σχεδόν ποτέ δεν γίνεται πάνω σε έδαφος, με την τυπική έννοια, αλλά πάνω σε σκληρές επιφάνειες.

Μέσος Χρόνος

Μικρό φαράγγι κοντά στη Λούτρα, ανατολικά του Λέντα



Οι μέσοι χρόνοι που δίνονται αντιστοιχούν σε έναν κανονικό, μη εντατικό πεζοπορικό ρυθμό, δηλαδή 2 με 2,5 χλμ. την ώρα, χωρίς να περιλαμβάνουν τις στάσεις για ξεκούραση και ενυδάτωση.

Ορειβατική δυσκολία

Αποδίδονται οι χαρακτηρισμοί “εύκολο”, “μέτριας δυσκολίας” και “δύσκολο” συνεκτιμώντας όλους τους παράγοντες: γεωγραφικούς, κλιματολογικούς και τις συνθήκες υποστήριξης. Όπου παρουσιάζονται διαδρομές, που προϋποθέτουν αναρριχητικές δεξιότητες ή ενέχουν επικινδυνότητα, αυτό επισημαίνεται.

Σηματοδότηση

Από τα μονοπάτια των Αστερουσίων απουσιάζει σχεδόν παντελώς η σηματοδότηση. Όμως, ακόμα και εκεί που υπάρχει, δεν μπορεί να την εμπιστευτεί κανείς «με κλειστά μάτια», μια και είναι εξ' ολοκλήρου σχεδόν αποτέλεσμα εθελοντικής εργασίας σωματείων και μεμονωμένων ατόμων και όχι θεσμικής υποστήριξης που ανανεώνεται στο διηνεκές.

Απουσιάζουν επίσης οι χάρτες στα σημεία εκκίνησης και σε κομβικά σημεία των διαδρομών.

Αρκετά μονοπάτια έχουν σηματοδότηση με σωρούς από πέτρες (τρούλλες ή τρούλλους), αλλά δεν είναι σίγουρο ότι πάντα μπορούμε να τις ερμηνεύουμε με τρόπο σωστό και ασφαλή.

Άλλο ένα πρόβλημα που παρουσιάζεται γενικά στις σηματοδοτήσεις είναι ότι, ηθελημένα ή άθελα, έχουν φτιαχτεί για να «διαβάζονται» μόνο κατά τη μία φορά διάσχισης του εκάστοτε μονοπατιού, τη φορά δηλαδή κατά την οποία σηματοδοτήθηκε το μονοπάτι. Αν επιχειρήσουμε να κάνουμε ένα μονοπάτι με κατεύθυνση αντίστροφη από εκείνη της σηματοδότησής του, αναπόφευκτα θα συναντήσουμε αρκετές δυσκολίες στην ανεύρεση και ερμηνεία των σημαδιών.

Εμπόδια από ανθρώπινες δραστηριότητες



Οι χρήσεις γης στην περιοχή των Αστερουσίων ευνοούν την παρουσία περιφράξεων, που χρησιμοποιούνται κυρίως για οριοθέτηση των βοσκομένων εκτάσεων και δευτερευόντως για προστασία των όποιων καλλιεργειών. Όπως μάλλον μαντέψατε, δεν τηρούνται οι προβλέψεις για συγκεκριμένες σηματοδοτημένες διελεύσεις μέσα από αυτές, οπότε το πιθανότερο είναι ότι θα χρειαστεί να τις υπερπηδήσετε...

Είδος αναγλύφου

Έδαφος με την τυπική έννοια θα βρούμε στα Αστερούσια μόνο σε εξαιρετικές περιπτώσεις και μόνο κοντά στην πεδιάδα της Μεσαράς. Κατά κανόνα οι πεζοπορίες της βόρειας πλευράς των Αστερουσίων – με εξαίρεση το δυτικό τμήμα τους – γίνονται πάνω σε αδιαπέρατα αργιλικά - σχιστολιθικά πετρώματα. Στη νότια πλευρά κυριαρχεί ο ασβεστόλιθος.

Πόσιμο νερό και πηγές

Η δυνατότητα προμήθειας νερού από φυσικές πηγές κυμαίνεται από εποχή σε εποχή.

Το ίδιο και η ποιότητα του νερού, που είναι ευπρόσβλητη στη νιτρορύπανση από τα περιττώματα των άφθονων αιγοπροβάτων των Αστερουσίων, που διηθούνται ανεπαρκώς στα κατά κανόνα μικρά υπόγεια δίκτυα.

Προφυλάξεις – εξοπλισμός – οδηγίες

Ο τύπος υποδημάτων και ενδυμάτων που θα χρησιμοποιήσετε πρέπει να είναι κάθε φορά προσαρμοσμένος στην εποχή, στις δυσκολίες του ανάγλυφου και της βλάστησης. Στα Αστερούσια, τα δύο τελευταία, είναι

Πανοραμική θέα των δυτικών Αστερουσίων από την περιοχή του Τράχουλα



παράγοντες πρόκλησης καταπονήσεων στο σκελετό και τους μαλακούς ιστούς.

Η συχνή ενυδάτωση σας προστατεύει από την αφυδάτωση και τις συνέπειές της. Όπως επισημάναμε και σε άλλο σημείο, καλύτερα να μην εμπιστεύεστε νερό πηγών ή συλλεκτήριων δεξαμενών αν δεν έχετε με κάποιο τρόπο πιστοποιήσει την ποιότητά του. Γι' αυτό καλύτερα να προνοείτε για το νερό που θα χρειαστείτε και να μην είστε φειδωλοί στον υπολογισμό των αναγκαίων ποσοτήτων.

Η κάλυψη από τον ήλιο και η αποφυγή της θερμοπληξίας και της ηλίαςσης επιτυγχάνεται με ένα συνδυασμό ολόσωμων, φαρδιών, ανοιχτόχρωμων ρούχων, με τη χρησιμοποίηση καπέλου και τη χρησιμοποίηση αντιηλιακού. Τα παραπάνω ισχύουν για όλες τις εποχές. Όσο περισσότερο ελαχιστοποιήσετε την έκθεση στον ήλιο και τις υψηλές θερμοκρασίες, τόσο το καλύτερο για εσάς. Ακόμα και όταν περπατάτε μέσα σε δάσος, πρέπει να προνοήσετε για την κάλυψή σας από τον ήλιο, μια και τα λιγοστά δάση των Αστερουσίων είναι αραιά και γεμάτα φως.

Προστατέψτε τα μάτια σας χρησιμοποιώντας γυαλιά ηλίου.

Ο ορειβατικός εξοπλισμός που είναι απαραίτητος για κάθε διαδρομή είναι: μπαστούνια (μην υποτιμήσετε τη χρησιμότητά τους), ισοθερμικό ένδυμα, σακίδιο, αντιανεμικό μπουφάν, σκουφάκι.

Καλύτερη εποχή για όλα σχεδόν τα Αστερούσια είναι η άνοιξη και το φθινόπωρο. Σε περίπτωση πεζοπορίας κατά τους καλοκαιρινούς μήνες, προτιμήστε πρωινές ώρες, μια και η θερμοκρασία ανεβαίνει απότομα όταν πλησιάζει το μεσημέρι. Ποτέ μην επιχειρήσετε απαιτητικές διαδρομές μέσα σε συνθήκες καύσωνα.

Οι καιρικές συνθήκες στα Αστερούσια μπορεί να αλλάξουν ραγδαία όταν κινείστε κοντά στην κορυφογραμμή και όταν αλλάζετε την έκθεση από βορρά προς νότο και το αντίστροφο. Οι καιρικές συνθήκες μπορεί να διαφέρουν αισθητά μέσα στην ίδια διαδρομή, σε περιπτώσεις που οι υψομετρικές διαφορές είναι μεγάλες και διανύετε μεγάλο μέρος της οροσειράς.

Προσανατολιστείτε χρησιμοποιώντας ένα συνδυασμό μέσων: συγκέντρωση πληροφοριών από πριν, χρήση GPS και χάρτη, σωστή ερμηνεία της όποιας σηματοδότησης. Ο καλύτερος τρόπος προσανατολισμού είναι να συνοδεύεστε από κάποιον που γνωρίζει τη διαδρομή.

Αν χάσετε το μονοπάτι μην επιχειρήσετε να βρείτε την πορεία σας μέσα από απότομους και άγνωστους σε εσάς γεωλογικούς σχηματισμούς (κατηφορικά – κατακόρυφα ρέματα, λούκια, αποσαθρωμένες πλαγιές, σάρες κ.ά.), που τα Αστερούσια διαθέτουν σε αφθονία και μπορούν άνετα να σας οδηγήσουν σε ατύχημα. Καλύτερα να γυρίσετε πίσω ή να καλέσετε βοήθεια τηλεφωνικά. Στη χειρότερη περίπτωση, μείνετε στη θέση σας μέχρι να σας βρουν.

Αν επιθυμείτε να κοιτάξετε τη θέα που προσφέρει μια απόκρημνη θέση,

διευθετείστε πρώτα το κέντρο βάρους σας και βεβαιωθείτε ότι έχετε στερεώσει καλά το σακιδιό σας πάνω στον κορμό σας. Προηγούμενως ξαπλώστε για να μεγιστοποιήσετε την επιφάνεια στήριξης, ποτέ μη ρίξετε τον κορμό σας μπροστά από όρθια ή καθιστή στάση. Πολλά ατυχήματα έχουν σημειωθεί από στιγμιαία απροσεξία και μετατόπιση του κέντρου βάρους.

Έχετε πάντα μαζί σας το τηλέφωνο του πλησιέστερου σταθμού πρώτων βοηθειών.

Ένα καλά εξοπλισμένο φαρμακείο πρώτων βοηθειών πρέπει να σας συνοδεύει πάντα στις πεζοπορίες και τις ποδηλατικές σας εξορμήσεις.

Στην Κρήτη δεν υπάρχουν θανατηφόρα δηλητηριώδη είδη της πανίδας. Ακόμα και το δηλητήριο του περιβόητου λιακονιού (*Chalcides ocellatus*) είναι ένας μύθος. Το λιακόνι δεν έχει καν δηλητήριο... Όσο για μια άλλη κυρία, την οχιά (*Vipera ammodytes*), αυτή δεν υπάρχει καν στην Κρήτη. Η ακίνδυνη όχεντρα ή σπιτόφιδο (*Elaphe situla*) που ζει στην Κρήτη μοιάζει με αυτήν μόνο στο όνομα... Κατά τα άλλα πρόκειται για δύο τελείως διαφορετικά είδη ερπετών.

Ποδηλασία

Τα Αστερούσια θα μπορούσαν να είναι ο παράδεισος του ποδηλάτη. Τα μειονεκτήματα αφορούν στη μεταβαλλόμενη και ανεξέλεγκτη κατάσταση των χωμάτινων διαδρομών που διαθέτουν, στην ανυπαρξία υποστήριξης της φυσιολατρικής και περιηγητικής ποδηλασίας σε τοπικό πλαίσιο και στη μη σήμανση των πολλών χωματόδρομων που υπάρχουν πάνω στο βουνό.

Αυτές οι συνθήκες μπορούν να κάνουν τα Αστερούσια πολύ αφιλόξενα για τον ποδηλάτη, σε περίπτωση που συμβεί κάτι που δεν έχει προβλεφθεί, δεδομένου και του αραιοκατοικημένου και ερημικού τους χαρακτήρα.

Οι περισσότερες από τις χωμάτινες διαδρομές προβλέπεται να ασφαλτοστρωθούν στο μέλλον χωρίς να υπάρχει ουσιαστική πρόβλεψη για το άθλημα της ορεινής ποδηλασίας, αν και είναι πολλές οι περιοχές στις οποίες θα μπορούσαν να προβλεφθούν πίστες.

Οι αθλητικές δυσκολίες της ποδηλασίας στα Αστερούσια μεγιστοποιούνται όταν επιχειρούνται διαδρομές εγκάρσια στην ανάπτυξη της οροσειράς. Η κίνηση στη βόρεια ρίζα των Αστερουσίων είναι πάντως μια εκπληκτική εμπειρία: προσφέρει σχετικά ομαλές κλίσεις, βιωματική επαφή με το φυσικό και ανθρωπογενές περιβάλλον και μια ιδιόμορφη αίσθηση ελευθερίας που δημιουργεί η αντίθεση βουνού και πεδιάδας. Δυσκολίες μπορούν να δημιουργηθούν μόνο κατά τις μέρες με δυνατούς (κυρίως βόρειους και δυτικούς) ανέμους.

Ελάχιστα είναι τα πεζοπορικά μονοπάτια (αν εξαιρέσει κανείς το μονοπάτι

Αγίου Ιωάννη Καπετανιανών – Μονής Κουδουμά) που προσφέρονται για την ορεινή ποδηλασία, δεδομένης της τραχύτητας του ανάγλυφου, της κακής τους συντήρησης αλλά και των κινδύνων που εγκυμονεί μια ενδεχόμενη πτώση.

Η μεταφορά των ποδηλάτων με ιδιόκτητο μεταφορικό μέσο ή η συμμετοχή σε οργανωμένες περιηγήσεις είναι ίσως η πιο καλή λύση για ποδηλατικές εξορμήσεις.

Στις επιμέρους ενότητες του οδηγού προτείνονται ποδηλατικές διαδρομές που δίνουν πρόσβαση τόσο στον ορεινό κορμό του βουνού όσο και στη βόρεια ρίζα των Αστερουσίων και οι οποίες συνδυάζονται με πεζοπορικές διαδρομές και με θέσεις παρατήρησης της ορνιθοπανίδας.

Αναρρίχηση

Υπάρχουν συγκεκριμένες περιοχές στα Αστερούσια οι οποίες προσφέρονται για αναρρίχηση. Το οργανωμένο αναρριχητικό πεδίο κοντά στα Καπετανιανά, η παραλία Τράχουλας στη νότια έξοδο του Στενού Φαραγγιού και η παραλία στην έξοδο του Αγιοφάραγγου, είναι τα σημαντικότερα αναρριχητικά πεδία στα Αστερούσια. Για περισσότερες πληροφορίες απευθυνθείτε στους σχετικούς φορείς υποστήριξης της αναρρίχησης.

Προσοχή: Μολονότι διαθέτουν ορισμένες αναρριχητικές πίστες, τα Αστερούσια στο μεγαλύτερο μέρος τους – όπως και η υπόλοιπη Κρήτη – δεν προσφέρονται για αναρρίχηση, λόγω της σαθρότητας των πετρωμάτων.

Διάσχιση και Καταρρίχηση Φαραγγιών



Ποδηλάτης στα Αστερούσια

Το φαράγγι του Αμπά στους Παράνυφους, η ανατολική απόληξη των Αστερουσίων και η γειτονική περιοχή της Βιάννου, προσφέρονται για καταρρίχηση φαραγγιών. Για περισσότερες πληροφορίες απευθυνθείτε στους σχετικούς φορείς υποστήριξης της διάσχισης φαραγγιών. Προτείνεται η περίοδος Αυγούστου - Νοεμβρίου.

Σπηλαιολογική περιήγηση

Ένα μεγάλο μέρος από την πολιτισμική πολυμορφία, ποικιλία και τον πλούτο των Αστερουσίων αποτελούν οι διαχρονικά αδιάκοπες ανθρωπογενείς παρεμβάσεις σε σπηλαιώδεις γεωμορφές, για λατρευτικούς και μη λόγους. Χωρίς αμφιβολία, το σπήλαιο, στα Αστερούσια, αποτελεί σημείο συνάντησης της φυσικής ιστορίας με τον πολιτισμό.

Ωστόσο, η περιοχή δεν είναι γνωστή για μεγάλα και βαθιά σπήλαια που προσφέρονται για αθλητική σπηλαιολογία. Η διαμόρφωσή τους δεν ήταν δυνατή για λόγους που σχετίζονται με τη γεωλογική σύσταση αυτών των βουνών.

Έτσι, τα Αστερούσια δεν προσφέρονται για σπηλαιολογία με την κλασική έννοια, αλλά για μια σπηλαιολογική περιήγηση σε χώρους μύθων,

Αναρρίχηση στο αναρρηχτικό πεδίο του Τράχουλα



παραδόσεων, θρύλων, γραπτής και προφορικής παράδοσης και διαχρονικής λατρευτικής χρήσης από ερημίτες και αναχωρητές.

Γεωτουρισμός

Η Ελλάδα, ως μια χώρα με κατεξοχήν έντονο και ενδιαφέρον ανάγλυφο, προσφέρεται για την ανάπτυξη του κλάδου του γεωτουρισμού που θα έχει συμπληρωματικό ρόλο στις άλλες μορφές του φυσιολατρικού τουρισμού. Η Κρήτη διαθέτει ήδη ένα γεωπάρκο με παγκόσμια αναγνώριση, αυτό του Ψηλορείτη.

Θα λέγαμε ότι η παρατήρηση και η «συνάντηση» με εντυπωσιακές γεωμορφές είναι μια εμπειρία πολύ κοινή στα Αστερούσια, όποια διαδρομή, πεζοπορική ή ποδηλατική, και αν επιλέξετε.

Εκτός από τη σπηλαιολογική περιήγηση με πολιτισμικό ενδιαφέρον, υπάρχουν στα Αστερούσια και άλλες γεωμορφές που παρουσιάζουν ενδιαφέρον και συνδέονται τόσο με τη γεωλογική τεκτονική ιστορία της περιοχής όσο και με τη δράση του νερού και του ανέμου. Οριζόντιες και κάθετες μορφές διάβρωσης, βραχώδεις εξάρσεις πάνω στην ομαλή επιφάνεια πλαγιών (χαράκια), απότομες κατακόρυφες ορθοπλαγιές, αποσπασμένες ασβεστολιθικές πλαγιές που σχηματίζουν εντυπωσιακές βραχοσκεπές και αβαθή σπήλαια, καστρόμορφες καμαροειδείς κορυφές λόφων απογυμνωμένες από έδαφος, σπηλαιοβάραθρα που επικοινωνούν με τη θάλασσα, λιθωματικός διάκοσμος που έχει πλαστεί κάτω από τη συνεχή επίδραση του νερού, στενά τοιχώματα φαραγγιών κ.ά.

Η διασπορά των γεωμορφών σε όλα τα σημεία των Αστερουσίων επιτρέπει μια συμπληρωματική σχέση του κλάδου του γεωτουρισμού, με το σύνολο των δραστηριοτήτων που εγγράφονται στο πεδίο του φυσιολατρικού τουρισμού.

Στο κύριο μέρος του οδηγού προτείνουμε πεζοπορικές και ποδηλατικές διαδρομές και σε περιοχές με ενδιαφέρουσες γεωμορφές.

Παρατήρηση Ορνιθοπανίδας

Η παρατήρηση της ορνιθοπανίδας ως μορφή φυσιολατρικού τουρισμού (που δεν έχει αναπτυχθεί ακόμα στην Ελλάδα), συνδυάζει μηδαμινό βαθμό παρέμβασης και όχλησης στα ίδια τα πουλιά, οικονομικό όφελος για τις τοπικές κοινωνίες και ανάδειξη νέων αξιών χρήσης ήπιας μορφής για περιοχές με οικολογικό και φυσιολατρικό πλούτο.

Η παρατήρηση της ορνιθοπανίδας στα Αστερούσια είναι μια από τις μεγαλύτερες απολαύσεις που μπορεί να προσφέρει το περιβάλλον της οροσειράς αυτής στον πεζοπόρο και τον ορειβάτη. Αποτελεί ταυτόχρονα και έναν τομέα στον οποίο ο περιηγητής μπορεί να πλουτίσει σε εμπειρίες και γνώσεις, κινούμενος ανάμεσα στο χώρο του πολιτισμού και στην

επιστήμη, ερχόμενος σε επαφή τόσο με τους ανθρώπους όσο και με το φυσικό απόθεμα του κάθε τόπου. Ας έχουμε κατά νου ότι τις περισσότερες φορές κατά τις ορεινές διαδρομές και πορείες διασχίζουμε ειδικές περιοχές προστασίας και ιδιαίτερης σημασίας για την ορνιθοπανίδα. Οι εμφανίσεις συγκε-κριμένων ειδών της ορνιθοπανίδας, ενδεχο-μένως να αποτελούν ένα σπάνιο φαινόμενο και η αξιόπιστη καταγραφή/παρατήρησή τους από τους ορειβάτες αποτελεί μια σημαντική συμβολή στην παρακολούθηση και τη διαχείριση της εκάστοτε προστατευόμενης περιοχής.

Σ' όλο το μήκος των Αστερουσιών έχει κανείς τη δυνατότητα να παρατηρήσει είδη πουλιών που σε άλλες περιοχές της Ελλάδας έχουν εξαφανιστεί ή θεωρούνται ως εξαιρετικά σπάνια (μεγάλα αρπακτικά).

Απαραίτητες στον παρατηρητή είναι κάποιες στοιχειώδεις γνώσεις της οικολογίας του κάθε είδους, οι οποίες κερδίζονται και βιωματικά, μέσα από τη διαρκή αλληλεπίδραση με το περιβάλλον και την αξιοποίηση της συγκριτικής μεθοδολογίας.

Θα χρειαστείτε οδηγό πεδίου για την ορνιθοπανίδα της περιοχής, οπτικό εξοπλισμό, σημειωματάριο κ.ά. Για περισσότερες πληροφορίες επισκεφτείτε την ιστοσελίδα της Ελληνικής Ορνιθολογικής Εταιρίας (<http://www.ornithologiki.gr>).

Κανονιστικό πλαίσιο

Η παρατήρηση της ορνιθοπανίδας συνοδεύεται από κάποιους βασικούς κώδικες ορθής πρακτικής, που συνιστούν ένα συμβουλευτικό και κανονιστικό πλαίσιο πρόληψης διαφόρων μορφών όχλησης. Έτσι η παρατήρηση, η φωτογράφιση, η κινηματογράφιση και η ηχογράφιση της ορνιθοπανίδας δεν θα πρέπει να συνοδεύεται από απτική σχέση, σύλληψη ή τσίσιμα των πτηνών. Τα κινητικά, ακουστικά και οπτικά ερεθίσματα των παρατηρητών, δεν θα πρέπει να προκαλούν όχληση στα πουλιά και να συντελούν στη διάρρηξη, τον περιορισμό και την παραβίαση των χώρων κίνησης, τροφοληψίας, αναπαραγωγής και φώλεοποίησής τους, που σε ορισμένες περιπτώσεις μπορεί να οδηγήσει ακόμα και σε εγκατάλειψη ή και καταστροφή του ενδιαιτήματός τους.

Σε περίπτωση που βρείτε ή παρατηρήσετε κάποιο τραυματισμένο πουλί ή ανήμπορο άγριο ζώο ειδοποιήστε άμεσα



Παρατηρητήριο πουλιών στον Κόφινα

το Μουσείο Φυσικής Ιστορίας Κρήτης, Παν/μιο Κρήτης στα παρακάτω τηλέφωνα: 2810 324366 και 393266 ή τη Διεύθυνση Δασών Ηρακλείου στο τηλέφωνο 2810 258915.

Αλεξίπτωτο Πλαγιάς (ΠΑΡΑ ΠΕΝΤΕ)

Στην περιοχή των Αστερουσιών μπορούν να διοργανωθούν πτήσεις με αλεξίπτωτο πλαγιάς. Για περισσότερες πληροφορίες απευθυνθείτε στους σχετικούς φορείς υποστήριξης του αεροπτερισμού:

Αερολέσχη Ηρακλείου

Κρατικός Αερολιμένας Ηρακλείου «Νίκος Καζαντζάκης»
Ταχυδρομική Θυρίδα 1121, Κεντρικό Ταχυδρομείο Ηρακλείου
Τηλ.: 2810 245592, Φαξ: 2810 240492
Ιστοσελίδα: <http://www.eagles.gr>
Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: info@eagles.gr

Icna Paragliding

Γρηγόρης Θωμακάκης και Μεθόδιος Ψωμάς
Αβδού Πεδιάδος, Τ. Κ. 70005, Ηράκλειο
Τηλέφωνο: 6977 466900, 28910 51200, Φαξ: 28910 51200
Ηλεκτρονικό ταχυδρομείο: grigoris@icna.gr, grigoris@hrs.forthnet.gr
Ιστοσελίδα: <http://www.icna.gr>

1. Πιτσίδια - Κορμός

Πεζοπορία σε χωμάτινο δρόμο με σηματοδότηση μέσα από αμπελοκαλλιέργειες, μπιστόνια και θαλασσόκεδρους. **Υ.Δ.:** - 40 μ. **Απόσταση:** 1 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 20 λεπτά. **Ορειβατική δυσκολία:** εύκολο. **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΔΥΤΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (από Αγιοφάραγγο έως Κόκκινο Πύργο)» (pSCI GR4310004) του Δικτύου «Natura 2000». **Οικολογική αξία:** Σημαντικές είναι οι αμμοθίνες όπου εναποθέτουν τα αυγά τους οι θαλάσσιες χελώνες. Πρόκειται για μια από τις σημαντικότερες παραλίες ωοτοκίας της θαλάσσιας χελώνας (*Caretta caretta*) στην Κρήτη.

Η οικολογική και η αισθητική αξία του μικρού δάσους θαλασσόκεδρων (*Juniperus oxycedrus* spp. *macrocarpa*) στα περιθώρια των αμμοθινών είναι μεγάλη, λόγω της σπανιότητάς του. Η διατήρηση του δάσους εξαρτάται από την προστασία του ριζικού συστήματος των δέντρων αυτών και σχετίζεται με τη διατήρηση της μορφολογίας των αμμοθινών.

Η περιοχή είναι αρχαιολογική ζώνη και χαρακτηρίζεται από τη μεγάλη ομορφιά του τοπίου.

Η πεζοπορία αυτή αποτελεί ουσιαστικά την αφετηρία σε έναν ολοκληρωμένο αρχαιολογικό και φυσιολατρικό περίπατο, που μπορεί να πραγματοποιηθεί τμηματικά, από βορρά προς νότο, με επιμέρους

σταθμούς τον Κομμό, τα Μάταλα, την Κόκκινη Άμμο, τον όρμο Βαθύ και τέλος το λόφο Κεφάλι και το ακρωτήριο Λίθινο.

Ξεκινώντας από τα Πισίδια και μέσα από αμπέλια και κήπους, προσεγγίζουμε, μέσω ασφαλτόδρομου και χωματόδρομου, μια μακρόστενη αμμώδη παραλία που εκτείνεται σε μήκος αρκετών χιλιομέτρων. Οι υπέροχες αμμοθίνες του Κομμού διαμορφώνουν τη βασική παραλία ωτοκίας της θαλάσσιας χελώνας (*Caretta caretta*) στην Κρήτη. Η παρουσία αμμόφιλων κέδρων προσελκύει το καλοκαίρι αρκετούς κατασκηνωτές που

Ορθόκλαδα κυπαρίσσια στις παρυφές των Αστερουσίων



Δυτικά Αστερούσια





Σημεία ενδιαφέροντος

Ⓛ Αρχαιολογικοί χώροι

● Τοπωνύμια

✝ Μονές

✝ Εκκλησίες

□ Οικισμοί

Διαδρομές

■ ■ ■ Πεζοπορική

■ ■ ■ Ποδηλατική

Οδικό δίκτυο

Ασφάλτινης επιφάνειας

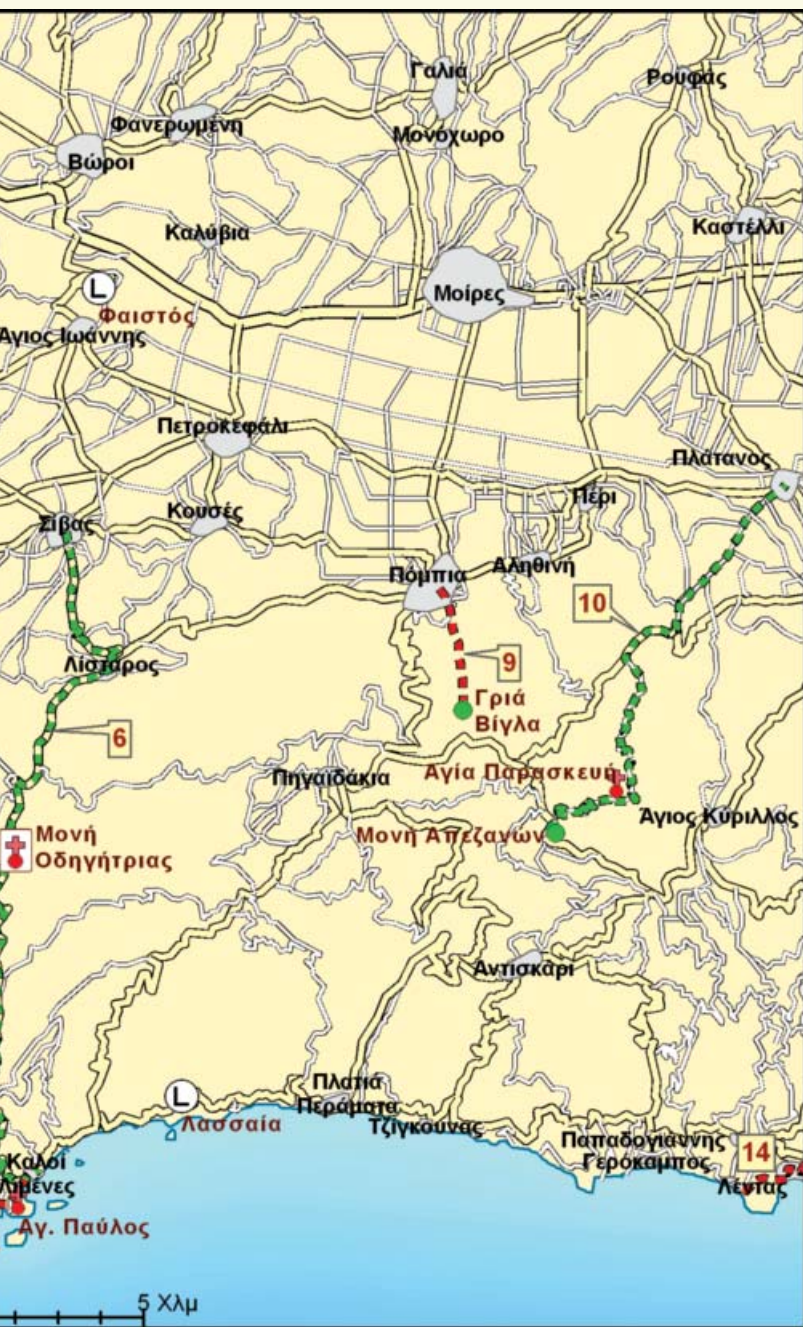
— Κύριοι

— Δευτερεύοντες

Χωμάτινης επιφάνειας

—





Αγγίζοντας τη Δυτική Ακτή

εγκαθίστανται σε μικρές ομάδες κάτω από τη σκιά τους.

Κομμός: Χερσαίο λιμάνι

Ο Κομμός αποτελούσε επίνειο της Φαιστού και αργότερα της Γόρτυνας, όταν η τελευταία κυριάρχησε στην περιοχή κατά τα ρωμαϊκά χρόνια. Μια πλακόστρωτη οδός, που έχει διασωθεί τμηματικά σε πολύ κακή κατάσταση σε λίγα σημεία, συνέδεε τον Κομμό με τη μινωική πόλη της Φαιστού, η οποία βρίσκεται πολύ κοντά.

Οι ανασκαφές έχουν αποκαλύψει εγκαταστάσεις ελλιμενισμού (αποθήκες κ.ά.) και ναυπήγησης (καρνάγιο), οι οποίες εγκαινιάστηκαν κατά τη μινωική περίοδο και γνώρισαν πολλές και διαφορετικές οικοδομικές φάσεις και μετατροπές. Σήμερα η θάλασσα έχει αποτραβηχτεί αρκετά μέτρα μακρύτερα από τις εντυπωσιακές αυτές εγκαταστάσεις.

Στην περιοχή έχουν βρεθεί και ερείπια οικισμού, πιθανότατα των ιστορικών χρόνων, καθώς και ερείπια ναού θεωρούμενου ως ενός από τους παλαιότερους της Κρήτης.

Σημαντικά ευρήματα είναι και τα μινωικά πηγάδια (οι «κουλουρές») που λειτουργούσαν ως χώροι εναπόθεσης αφιερωμάτων.

Αρχαιολογικός χώρος Φαιστού

Ο πολύ σημαντικός αυτός αρχαιολογικός χώρος βρίσκεται πολύ κοντά στα Πιτσίδα.

Η Φαιστός ήταν ένα από τα σημαντικότερα κέντρα του μινωικού

Παραλία Κομμού, ανατολική άποψη



πολιτισμού, η σημαντικότερη σε πλούτο και δύναμη πόλη της νότιας Κρήτης.

Η κατοίκηση στη Φαιστό αρχίζει από τα Νεολιθικά χρόνια και συνεχίζεται μέχρι την ίδρυση και εδραίωση των μινωικών ανακτόρων (15^{ος} αιώνας π.Χ.).

Αγάπη που σκοτώνει....

Η απογύμνωση και η θραύση του ριζικού τους συστήματος, η κοπή των χαμηλότερων κλαδιών τους, η ισοπέδωση των θινών γύρω από τους κορμούς τους, η καταστροφή των παραφυάδων τους και η αισθητική υποβάθμιση του οικοτόπου τους είναι μερικές από τις εμφανείς επιπτώσεις της χρήσης των δασών θαλασσόκεδρου (*Juniperus oxycedrus* spp. *macrocarpa*) της Κρήτης στους χώρους ελεύθερης κατασκήνωσης. Από το Ελαφονήσι, μέχρι το Γαϊδουρονήσι, τη Γαύδο και τον Κομμό, τα ευαίσθητα αυτά οικοσυστήματα γερνάνε και υποβαθμίζονται, χάνοντας ταυτόχρονα ένα μεγάλο μέρος του ειδυλλιακού χαρακτήρα τους.



Παραλία Κομμού, δυτική άποψη



Η μινωική πόλη αναπτύσσεται γύρω από το ανακτορικό κέντρο. Μετά την καταστροφή του (15^{ος} αιώνας π.Χ.), η πόλη εξακολουθεί να κατοικείται και τα μυκηναϊκά χρόνια μέχρι και τη γεωμετρική εποχή (8^{ος} αιώνας π.Χ.).

Κατά τα ιστορικά χρόνια χτίζεται ο ναός της Ρέας, στα νότια του παλαιού ανακτόρου. Η ελληνιστική πόλη υπήρξε εξαιρετικά ακμαία. Δείγμα οικιών της εποχής αυτής διακρίνεται στη δυτική αυλή (άνω άνδηρο) του ανακτόρου. Στα μέσα του 2^{ου} αιώνα π.Χ. η πόλη καταστράφηκε και υποδουλώθηκε από τη γειτονική Γόρτυνα. Ίχνη κατοίκησης της ενετοκρατίας υπάρχουν διάσπαρτα σ' όλη την περιοχή.

Σημαντικότερα μνημειακά σύνολα είναι:

Τα ανάκτορα (παλαιό και νέο) κτισμένα με πελεκητούς ογκόλιθους, που απλώνονται σε διαφορετικά άνδηρα. Το ανάκτορο της Φαιστού θεωρείται τυπικό δείγμα μινωικού ανακτόρου εξ αιτίας της εξαιρετικής αρχιτεκτονικής του σύνθεσης και της άψογης κατασκευής του. Το νέο ανάκτορο διαθέτει ιερά, βασιλικά διαμερίσματα, αποθήκες και εργαστήρια. Τμήματα της μινωικής και της μεταγενέστερης πόλης έχουν εντοπισθεί νότια και δυτικά του ανακτόρου σε άμεση γειτνίαση με αυτό.

Ο αρχαιολογικός χώρος είναι ανοικτός όλο το χρόνο.

Πληροφορίες: ΚΓ' Εφορεία Προϊστορικών και Κλασικών Αρχαιοτήτων

Τηλ.: 28920 91315

Αρχαιολογικός Χώρος Αγίας Τριάδας

Ένας ακόμα πολύ σημαντικός αρχαιολογικός χώρος πολύ κοντά στα Πιτσίδα. Ο χώρος κατοικήθηκε την 3^η χιλιετία π.Χ., όπως αποδεικνύουν τα ερείπια του συνοικισμού καθώς και οι τάφοι του. Στο διάστημα 2600-1700

Αρχαιότητες Κομμού





Φαιστός

π.Χ., οπότε άκμαζε η Φαιστός με το παλαιό (πρώτο) ανάκτορο, στο χώρο της Βασιλικής Έπαυλης δεν βρέθηκαν παρά λείψανα πενιχρών κτηρίων. Η έπαυλη κτίστηκε περίπου το 1600 π.Χ., ενώ τον 15^ο αιώνα π.Χ. καταστράφηκε και πάνω στα ερείπια κτίστηκε μεγαλόπρεπο μυκηναϊκό μέγαρο (14^ο-11^ο αιώνας π.Χ.) και ολόκληρος οικισμός με στοά («αγορά») βόρεια της Έπαυλης. Τη Γεωμετρική περίοδο (8^ο αιώνας π.Χ.) ήταν χώρος λατρείας, ενώ την ελληνιστική εποχή (4^ο-1^ο αιώνας π.Χ.) ιδρύθηκε μικρό ιερό αφιερωμένο στο Δία Βελχανό. Η μονόχωρη εκκλησία του Αγίου Γεωργίου Γαλατά κτίστηκε την περίοδο της Βενετοκρατίας στην πλατεία της Μινωικής Έπαυλης (14^ο αιώνας μ.Χ.).

Η Βασιλική Έπαυλη αποτελείται από δύο πτέρυγες και, αν και δεν έχει το μέγεθος της Κνωσού και της Φαιστού, έχει όλα τα χαρακτηριστικά της ανακτορικής αρχιτεκτονικής, όπως πολύθυρα διαμερίσματα με φωταγωγό, ιερά, συστήματα αποθηκών, θησαυροφυλάκια, εργαστήρια, κλιμακοστάσια, στοές, αυλές, άνδρα, εξώστες και πλακόστρωτους δρόμους.

Σημαντικά μνημεία: Η «Αγορά» και ο Οικισμός στη ΒΑ πλευρά της έπαυλης, το νεκροταφείο της Αγίας Τριάδας και το «μέγαρο μυκηναϊκού τύπου».

Πληροφορίες: ΚΓ' Εφορεία Προϊστορικών και Κλασικών Αρχαιοτήτων
Τηλέφωνο 28920 91360

Δέλτα Γεροποτάμου: αντέχει ακόμα...

Ο Γεροπόταμος κυλά βόρεια των αρχαιολογικών χώρων Φαιστού και Αγίας Τριάδας, πριν εισχωρήσει σε στρατιωτική ζώνη χωρίς ελεύθερη πρόσβαση και χυθεί στον κόλπο της Μεσαράς. Τόσο βόρεια όσο και νότια υπάρχουν εποχιακά τέλματα που αποτελούν σημαντικότερα σημεία διατροφής των μεταναστευτικών υδρόβιων και παρυδάτιων πουλιών, ενώ οι αμμόλοφοι και οι παράκτιες ζώνες προσελκύουν πλήθος χερσαίων ειδών πανίδας και χλωρίδας. Στα βόρεια, ξεχωρίζει το έλος της Καταλυκής κοντά στον Κόκκινο Πύργο (οδική πρόσβαση και από το Τυμπάκι) και στα νότια δύο μεγάλα εποχιακά έλη, καλαμιώνες και θίνες από την εκβολή του ποταμού ως τα όρια του οικισμού Καλαμάκι (πρόσβαση από το χωματόδρομο στα δεξιά του δρόμου από Τυμπάκι προς Καλαμάκι).

Το δέλτα του Γεροποτάμου, με τις εποχιακές του λίμνες και τα εκτεταμένα υγρολίβαδα και τους καλαμιώνες, κάποτε αποτελούσε ένα από τα μεγαλύτερα υγροτοπικά συστήματα της Κρήτης. Σήμερα υπάρχει σοβαρή μείωση των υγροτοπικών εκτάσεων και γενικότερη υποβάθμισή τους, αλλά εξακολουθεί να είναι ένας πολύ σημαντικός τόπος στη νότια Κρήτη για τα μεταναστευτικά πουλιά.

Ο κατάλογος των ειδών της ορνιθοπανίδας ξεπερνά τα 230 είδη και περιλαμβάνει διαβατικά, διαχειμάζοντα, φωλεάζοντα και επιδημητικά πουλιά.

Προστατευόμενη περιοχή: «ΕΚΒΟΛΗ ΓΕΡΟΠΟΤΑΜΟΥ ΜΕΣΑΡΑΣ» (SPA GR4310012) του Δικτύου «Natura 2000», «ΔΥΤΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (από Αγιοφάραγγο έως Κόκκινο Πύργο)» (pSCI GR4310004) του Δικτύου «Natura 2000».

2. Κομμός – Μάταλα

Πεζοπορία σε λόφο χωρίς μονοπάτι ανάμεσα σε αραιά φρύγανα. Δεν υπάρχει σηματοδότηση. **Υ.Δ.:** +/- 152 μ. **Μέσος Χρόνος:** 1 ώρα. **Ορειβατική**



Ναός Αγίου Γεωργίου
Γαλατά

Μουσείο Κρητικής Εθνολογίας

Το Μουσείο Κρητικής Εθνολογίας απέχει 2 χλμ. από το μινωικό παλάτι της Φαιστού και έχει έδρα το παραδοσιακό χωριό Βώροι. Η έκθεση εγκαινιάστηκε το 1988 και βραβεύθηκε το 1992 από το Συμβούλιο της Ευρώπης. Η έκθεση, που ακολουθεί το μουσειολογικό πρότυπο του G.H. RIVIERE, περιέχει αντικείμενα του παραδοσιακού βίου από όλη την Κρήτη. Διαιρείται σε 7 τομείς με τα εξής περιεχόμενα: Διατροφή, Αρχιτεκτονική, Υφαντική, Παραγωγή, Μετακίνηση, Ήθη και Έθιμα, Κοινωνική Οργάνωση. Στο Μουσείο λειτουργεί Ερευνητικό Κέντρο του Κρητικού Οικοσυστήματος, που μελετά τις ανθρώπινες παραδοσιακές διεργασίες από το Μεσαίωνα έως σήμερα, μέσα από τις ιστορικές και κοινωνικές εξελίξεις της Κρήτης, την πολιτική ιστορία της ευρύτερης περιοχής και το γεωφυσικό περιβάλλον της Μεγαλονήσου. Έως σήμερα έχουν εκδοθεί 14 τόμοι με θέματα που αφορούν στην αρχιτεκτονική, στις παραδοσιακές τέχνες, στην οικονομία κ.λπ.



Διεύθυνση: Βώροι Πυργιωτίσσης, 702 00 Ηρακλείο, Κρήτης.
Τηλ.: 28920 91394 , Φαξ: 28920 91394



Κατά μήκος της Δυτικής Ακτής

δυσκολία: εύκολη. **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΔΥΤΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (από Αγιοφάραγγο έως Κόκκινο Πύργο)» (pSCI GR4310004) του Δικτύου «Natura 2000» Η περιοχή είναι αρχαιολογική ζώνη.

Προσοχή: ο λόφος Νήσος δεν περπατιέται τόσο γρήγορα όσο διαφαίνεται με την πρώτη ματιά. Θα χρειαστείτε περίπου μια ώρα μέχρι τα Μάταλα.

Η απέραντη παραλία του Κομμού τελειώνει πάνω στο λόφο της Νήσου που παρεμβάλλεται πριν από Μάταλα. Η πεζοπορική διαδρομή, από τον χαμηλών τόνων Κομμό μέχρι τα πολύβουα Μάταλα, έχει ιδιαίτερο ενδιαφέρον. Η περιοχή είναι κατάσπαρτη με πολιτισμικά ίχνη, με κύρια εκείνα της διαχείρισης υδατικών πόρων.

Τη μινωική, αρχαϊκή και ελληνοιστική περίοδο, ο Κομμός φιλοξενούσε εμπορευματικό σταθμό υπό τη διαχείριση σημαντικών – διαφορετικών ανά ιστορική περίοδο – πόλεων της ενδοχώρας της νότιας Κρήτης. Τα Μάταλα, σε μια εικόνα αντιστραμμένη από τη σημερινή, κατά τη ρωμαϊκή περίοδο δεν ξεπέρασαν ποτέ το κρίσιμο μέγεθος ενός μικρού οικισμού.

Μάταλα... Bay Watch

Τα Μάταλα οφείλουν τη φήμη τους στους λαξευτούς τάφους ρωμαϊκής εποχής στο μαλακό βράχο, στο βόρειο περιθώριο της ακτής, στη θέση Φουρνόπλαγο, εσωτερικά σταυροειδείς (αρκοσόλια με πολλές νεκρικές θήκες). Οι τάφοι ήταν σε διαρκή επαναχρησιμοποίηση καθ' όλη τη ρωμαϊκή και παλαιοχριστιανική εποχή. Σκαρφαλωμένοι στο βράχο της βόρειας άκρης της παραλίας, θα έλεγε κανείς ότι χρειάζονται πια μια ολοκληρωτικά καινούργια μελέτη για την ανάδειξή τους ως ταφικό σύνολο. Στο νότιο

Εκβολή Γεροποτάμου Μεσαράς



περιθώριο της ακτογραμμής έχουν βρεθεί λαξευμένες ιχθυοδεξαμενές και νεώσοικοι.

Η πρόσφατη ιστορία των Ματάλων αρχίζει το 1960 και το 1970 με τα «παιδιά των λουλουδιών», τους «κοινοβιακούς αναχωρητές» του κινήματος των hippies, που χρησιμοποιούσαν τους λαξευτούς τάφους για κατοικίες. Η ανάπτυξη που γνώρισαν από εκεί και έπειτα τα Μάταλα, τα μεταμόρφωσε σε έναν από τους πιο πυκνοκατοικημένους παραθαλάσσιους οικισμούς στο νομό Ηρακλείου. Η παραλία στο μεγαλύτερο μέρος της έχει διαφυλαχτεί από την οικιστική ανάπτυξη, αλλά στενάζει κάτω από την εντατικοποίηση των τουριστικών υπηρεσιών τους καλοκαιρινούς μήνες.

Οργανωμένα Κάμπινγκ στα Δυτικά Αστερούσια

Το κάμπινγκ «**ΚΟΜΜΟΣ**» στα Πιτσίδια Ηρακλείου (Πιτσίδια, 70200 Ηράκλειο, τηλ.: 28920 45596 και 28920 45332, fax: 28920 45250) είναι ιδιωτικό. Ανοιχτό: από 01/04 έως 30/10. Αριθμός θέσεων: 300. Παραλία: αμμώδης, απέχει 500 μ. Το κάμπινγκ «**ΜΑΤΑΛΑ**» (Μάταλα 70200 Ηράκλειο, τηλ. 28920 45720 και 28920 45340, fax: 28920 45331) είναι κοινοτικό και βρίσκεται στην παραλία των Ματάλων. Ανοιχτό: 15/06 έως 30/09. Αριθμός θέσεων: 300.

3. Μάταλα – Κόκκινη Άμμος

Περπάτημα σε ελλιπώς σηματοδοτημένο χωμάτινο μονοπάτι, με υλικό αποσάθρωσης στο δεύτερο μισό του (κατηφορική διαδρομή).

Υ.Δ.: +/- 100 μ. (ανεβοκατέβασμα ημιορεινού ώμου). **Απόσταση:** 1 χλμ.

Μέσος Χρόνος: 30 λεπτά. **Ορειβατική δυσκολία:** εύκολο. **Προμήθεια νερού** απαραίτητη από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΔΥΤΙΚΑ

Παραλία Ματάλων



ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (από Αγιοφάραγγο έως Κόκκινο Πύργο)» (ρSCI GR4310004) του Δικτύου «Natura 2000». **Οικολογική αξία:** Στην παραλία της Κόκκινης Άμμου εναποθέτει τα αυγά της η θαλάσσια χελώνα (*Caretta caretta*).

Η παραλία Κόκκινη Άμμος βρίσκεται ένα χιλιόμετρο νοτιότερα από τον όρμο των Ματάλων. Για την προσπέλασή της είναι απαραίτητο το ανεβοκατέβασμα των παρυφών ενός μικρού λόφου, του Καστριού, ο οποίος δεν ξεπερνάει σε ύψος τα 150 μέτρα και η διάσχιση ενός ημιορεινού ώμου με ακόμη μικρότερο ύψος.

Στη βάση του μονοπατιού υπάρχει ανασκαφή σε ιδιωτικό οικόπεδο, με οικιστικό σύνολο ρωμαϊκής εποχής. Το μονοπάτι, απόλυτα διακριτό καθώς ελίσσεται ανάμεσα στους σχίνους και τη φρυγανική βλάστηση, παρουσιάζει δυσκολίες μόνο κατά το δεύτερο μισό του, κατά το κατέβασμα, δηλαδή προς την παραλία της Κόκκινης Άμμου. Η διάβρωση και η αποσάθρωση των πωρολιθικών πετρωμάτων της περιοχής έχει μετατρέψει την πλαγιά σε ένα σύστημα από μικρές και μεγάλες σάρες. Με λίγη προσοχή, όμως, δεν θα αντιμετωπίσετε μεγάλα προβλήματα.

Το Καστρί ρίχνει απότομα τοίχωματα στο βόρειο μέρος της παραλίας, όπου το τοπίο διαμορφώνουν ογκόλιθοι από πωρόλιθο. Ένας καλλιτέχνης και

Γνωρίστε τις χελώνες και τους... «χελωνάδες»

Ο ΑΡΧΕΛΩΝ – Σύλλογος για την Προστασία της Θαλάσσιας Χελώνας (*Caretta caretta*) είναι μια ανεξάρτητη, μη κερδοσκοπική περιβαλλοντική οργάνωση, που ασχολείται με την προστασία, τη μελέτη και την περίθαλψη της θαλάσσιας χελώνας και των βιοτόπων της, καθώς επίσης και την ενημέρωση κι ευαισθητοποίηση του κοινού σε ολόκληρη την Ελλάδα, για περισσότερο από 15 χρόνια.



πλαισιωμένος μόνιμος κάτοικος της περιοχής έχει χαράξει πάνω τους ζωομορφα σύμβολα και πλάσματα της θάλασσας και του αέρα, που παραπέμπουν στον αιγυπτιακό και το μινωικό πολιτισμό. Από το νότο, την παραλία κλείνουν μικρότερου ύψους αλλά εξίσου απότομες πλαγιές ασβεστολιθικής σύστασης, με εμφανέστατη διάβρωση.

Οι αμμοθίνες της Κόκκινης Άμμου, παρόλο το μικρό πλάτος της παραλίας που δεν ξεπερνάει τα 10 μέτρα, προσφέρονται για την ωτοκία της θαλάσσιας χελώνας. Η Κόκκινη Άμμος είναι η τελευταία αμμώδης παραλία μέχρι και το φυσικό όριο Βαθύ, μερικά χιλιόμετρα νοτιότερα.

Κατά μήκος της Δυτικής Ακτής

Από την Κόκκινη Άμμο μπορεί κανείς να ξεκινήσει την περιήγηση σε μια από τις εκπληκτικότερες και πιο αντιπροσωπευτικές «γειτονιές» των Αστερουσίων, η οποία διατηρεί αναλλοίωτα τα πολιτισμικά ίχνη και σε πολύ καλή κατάσταση τους οικοτόπους της.

Η παραλία της Κόκκινης Άμμου προσφέρεται για παιδιά λόγω του ομαλού

Οι δραστηριότητες του συλλόγου ΑΡΧΕΛΩΝ περιλαμβάνουν, καταγραφή της αναπαραγωγικής δραστηριότητας και προστασία των φωλιών της θαλάσσιας χελώνας στις σημαντικότερες περιοχές ωτοκίας της (Ζάκυνθο, Πελοπόννησο και Κρήτη), εκπόνηση διαχειριστικών σχεδίων για τις περιοχές και δράσεις Περιβαλλοντικής Αγωγής. Όλα τα προγράμματα διεξάγονται με τη συνεργασία των αρμόδιων Υπουργείων, της Τοπικής Αυτοδιοίκησης, αλιευτικών συλλόγων, κατοίκων της περιοχής και άλλων περιβαλλοντικών οργανώσεων. Ο ΑΡΧΕΛΩΝ εκπονεί και προγράμματα εθνικής ή κοινοτικής συγχρηματοδότησης.

Στην περιοχή της δυτικής ακτής (Μάταλα, Κομμός, Κόκκινη Άμμος) ο ΑΡΧΕΛΩΝ υλοποιεί κάθε χρόνο εθελοντικά προγράμματα, που περιλαμβάνουν δράσεις ενημέρωσης και ευαισθητοποίησης του κοινού, δράσεις διαχείρισης της ακτογραμμής (καταγραφή και προστασία των χώρων αναπαραγωγής των αυγών της *Caretta caretta*), καθώς και δράσεις περίθαλψης των τραυματισμένων χελωνών.

Στοιχεία Επικοινωνίας: Σολωμού 57,10432 Αθήνα

Τηλ./φαξ: 210 5231342

website:www.archelon.gr

e-mail: stps@archelon.gr

αμμώδους βυθού και του μικρού βάθους της. Ωστόσο χρειάζεται προσοχή στις απότομες εμβυθύνσεις του βυθού, που παρεμβάλλονται απροειδοποίητα. Τόσο το μονοπάτι όσο και η παραλία είναι απόλυτα εκτεθειμένα στον ήλιο. Μόνο καταφύγιο, κάποιες φυσικές κοιλότητες των βράχων της ακτής και οι ομπρέλες που νοικιάζει ο Δήμος Τυμπακίου τους θερινούς μήνες.

Καστρί: βίγλα στα δυτικά

Και το Καστρί, όπως και ο αντικρινός λόφος Νήσος, προσφέρεται για μια ευχάριστη πεζοπορία. Το μονοπάτι ξεκινάει από τα τελευταία σπίτια στο νότιο άκρο του κόλπου των Ματάλων.

Από τη νοτιοδυτική κόψη του Καστριού, η θέα στην Κόκκινη Άμμο σου κόβει την ανάσα. Πάνω στο Καστρί διασώζονται ακόμα υπολείμματα οχυρωματικού περιβάλλοντος της πρωτοβυζαντινής περιόδου.

Η περιοχή περιμετρικά της Κόκκινης Άμμου με το όνομα «(Αμ)Μούδια» (και η περιοχή «Τσιμπραγά» λίγο ανατολικότερα) απειλείται από άγρια και χωρίς μέτρο τουριστική ανάπτυξη (οικοδόμηση παραθεριστικών κατοικιών με γήπεδο γκολφ), η οποία θα διαταράξει την κατάσταση διατήρησης τοπίου και ενδιαιτημάτων και θα απειλήσει τους μη ανανεώσιμους φυσικούς πόρους (νερό, έδαφος).

4. Κόκκινη Άμμος – Βαθύ

Πεζοπορία σε βραχώδες ανάγλυφο, χωρίς μονοπάτι, ανάμεσα σε αραιή θαμνώδη βλάστηση σχίνων, αγριελιών και χαρουπιών. Η περιοχή είναι εκτεθειμένη στους ανέμους, που είναι εδώ πιο δυνατοί από άλλες περιοχές.

Παραλία Κόκκινης Άμμου



Προτεινόμενες ώρες: οι πρωινές ή οι εσπερινές, για πιο σύντομες πεζοπορίες στο φως του ηλιοβασιλέματος.

Υ.Δ. : +/- 200 μ. με αφετηρία και τερματισμό στο επίπεδο της θάλασσας.

Απόσταση: 6 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 3 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια.

Προμήθεια νερού απαραίτητη από πριν.

Προστατευόμενη περιοχή: «ΔΥΤΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (από Αγιοφάραγγο έως Κόκκινο Πύργο)» (ρSCI GR4310004) του Δικτύου «Natura 2000», «ΔΥΤΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310007) του Δικτύου «Natura 2000». **Οικολογική αξία:** Στην περιοχή βρίσκεται σε αφθονία ο μουστακοτσιροβάκος (*Sylvia rueppelli*).

Το περπάτημα αυτό είναι δύσκολο να ενταχθεί σε κάποια από τις συνηθισμένες κατηγορίες, λόγω της ομορφιάς του και της μηδενικής όχλησης από ανθρωπογενείς δραστηριότητες. Ελάχιστοι δρόμοι χαρακώνουν το τοπίο. Συναντήσαμε μόνο μια περίφραξη.

Η υψομετρική διαφορά δεν είναι άξια λόγου αλλά υπάρχουν, μαζί με την αρχική σχετικά απότομη ανάβαση 100 μέτρων από την Κόκκινη Άμμο, αρκετά ανεβοκατεβάσματα, εκατέρωθεν της κοίτης των ρεμάτων, που όμως, δεν θα κουράσουν έναν έμπειρο πεζοπόρο.

Αν και δεν υπάρχει συγκεκριμένο σαφές μονοπάτι ούτε σηματοδότηση, η πεζοπορία δεν παρουσιάζει ιδιαίτερες δυσκολίες (οι ντόπιοι αναφέρονται σε μονοπάτι που ακολουθεί πιστά την ακτογραμμή, αλλά καλύτερα να κινείστε σε απόσταση ασφαλείας από αυτήν). Ίχνη μονοπατιού, σηματοδοτημένα με σωρούς από πέτρες (τρούλες), μπορεί να βρει κανείς στην πλαγιά πάνω από την Κόκκινη Άμμο. Οι τρούλες διατηρούνται για μικρή απόσταση (το μικρό αυτό σηματοδοτημένο κομμάτι, που δεν απομακρύνεται οπτικά από την Κόκκινη Άμμο, είναι κλάδος του μονοπατιού που έρχεται από τα Μάταλα).

Μετά την πρώτη απαιτητική ανάβαση της διαβρωμένης πλαγιάς κινούμαστε πάνω σε πλακούρες ελαφρώς επικλινείς προς τα δυτικά. Κάποιες καταλήγουν απότομα προς τη θάλασσα, άλλες την προσεγγίζουν με ομαλότερη κλίση. Το ελάχιστο και σχετικά ρηχό έδαφος στην περιοχή

Κατά μήκος της Δυτικής Ακτής

εμποδίζει τη δημιουργία πυκνής και αδιαπέραστης μακκίας, που διατηρείται κοντά στα ρέματα. Ωστόσο, η παρουσία διάβρωσης είναι ελάχιστη εδώ, εξαιτίας της απουσίας απειλητικών χρήσεων γης.

Ο πεζοπόρος θα πρέπει να διασχίσει τα διαδοχικά, σχεδόν παράλληλα μεταξύ τους ρέματα, τα οποία συγκεντρώνουν την υγρασία και τα όποια δέντρα της περιοχής αυτής. Διαβατά σε συγκεκριμένα σημεία, είναι μέρη περισσότερο υπήνεμα, με ελάχιστη όχληση καθώς η βόσκηση εδώ φαίνεται να είναι υπό έλεγχο ή να μην ξεπερνά την βοσκοϊκανότητα της περιοχής. Οι εκπληκτικής ομορφιάς ρεματιές, με θαλερή βλάστηση, ακόμα και μέσα στο κατακαλόκαιρο, περιτριγυρισμένες από σπηλαιώσεις που έχουν

γυρωτραφιστεί, διατηρούν την εικόνα μιας Κρήτης παλαιότερων εποχών.

Στα σημεία όπου τα ρέματα καταλήγουν στη θάλασσα έχουν δημιουργηθεί με το πέρασμα του χρόνου μικροί, ημικυκλικοί στο σχήμα κολπίσκοι, με πολύ βαθιά νερά. Το κατέβασμα σε μερικές από τις παραλίες αυτές, είναι μια εκπληκτική εμπειρία.

Αφού διασχίσουμε εγκάρσια και το πέμπτο από αυτά τα διαδοχικά ρέματα, διακρίνουμε για πρώτη φορά το μικρό θαλάσσιο κανάλι ανάμεσα στις νησίδες Παξιμάδια, στα δυτικά, στη μέση του κόλπου της Μεσαράς. Σε μια καθαρή ημέρα, το βλέμμα σας θα απλωθεί πρώτα εκεί και έπειτα διαδοχικά στις ορεινές αλυσίδες που ζώνουν από νότο την Κρήτη: στον Ψηλορείτη, στον Κέδρο, στη Βουβάλα, στον Τσιλίβδικα, στον Κρουονερίτη και στο δυτικό όριο του ορίζοντα, στους υψηλούς κώνους των Λευκών Ορέων.

Η λαγκάδα που καταλήγει στο Βαθύ είναι το πλατύτερο, βαθύτερο και δυσκολότερο στη διάσχισή του ρέμα. Χαρακτηρίζεται από πλούσια μακκία βλάστηση και αρκετά δέντρα, σε αραιή κατανομή. Η κατάβαση στη βάση του ρέματος πρέπει να γίνει από ένα σημείο, μισό χιλιόμετρο περίπου ανατολικά της ακτογραμμής.

Το Βαθύ πήρε αυτό το όνομα ακριβώς επειδή η θάλασσα εισχωρεί σε μεγάλο βάθος στην ξηρά, σχηματίζοντας φιόρδ.

5. Όρμος Βαθύ – Λόφος Κεφάλι – Ακρωτήριο Λίθινο

Πεζοπορία σε βουνοπλαγιά με και χωρίς μονοπάτι. Δεν υπάρχει σηματοδότηση. **Υ.Δ.:** αρχικά ανηφορική πορεία +200 μ. (από τον όρμο Βαθύ σε χωμάτινο «κεντρικό» δρόμο) και στη συνέχεια επιπλέον +188 μ. μέχρι το Κεφάλι (388 μ.). Από εκεί κατάβαση – 200 μ. έως το ακρωτήριο Λίθινο. **Απόσταση:** 8 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 3 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. **Προμήθεια νερού** από πριν. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΔΥΤΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (από Αγιοφάραγγο έως Κόκκινο Πύργο)» (pSCI GR4310004) του Δικτύου «Natura 2000», «ΔΥΤΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310007) του Δικτύου «Natura 2000»

Ο όρμος Βαθύ και ο απόκρημνος λόφος Κεφάλι επικοινωνούν οδικώς με

Παραλία Βαθύ



χωμάτινο δρόμο. Ακολουθώντας αντίστροφα το δρόμο που καταλήγει στο Βαθύ θα φτάσουμε στο χωματόδρομο, η νότια απόληξη του οποίου θα μας οδηγήσει στο Κεφάλι. Εκεί στέκει ο ναός της Μεταμόρφωσης του Σωτήρος. Στο άλλο άκρο της ράχης, στο ακρωτήριο Λίθινο, τα γερμανικά πολυβολεία μεταφέρουν ακόμα τις νωπές μνήμες από τη γερμανική κατοχή στο νησί και τις δικαιολογημένες φοβίες των κατακτητών για απόβαση από τα νότια παράλια της Κρήτης. Η προσέγγιση στο Κεφάλι και το Λίθινο δεν είναι εύκολη από τη δυτική ακτογραμμή (περιοχές Άνω και Κάτω Αβοραθιάς), λόγω της διαμόρφωσης των ακτών.

Οικότοπος Αγριελιάς - Χαρουπιάς

Ο οικότοπος που κυριαρχεί κατά τόπους στην περιοχή έχει κωδικοποιηθεί διεθνώς με το όνομα *Oleo – Ceratonia*. Στα νότια πρανή των Αστερουσίων απαντάται κάτω από το υψόμετρο των 400 μέτρων και σχηματίζει θαμνότοπους μέσου ύψους ενός μέτρου με μερικά χαμηλά δέντρα. Το όνομα επισημαίνει τη συνύπαρξη αγριελιάς και χαρουπιάς μαζί με ασπάλαθο, τεύκριο, θυμάρι, σκυλοκρεμμύδα και θερμο-μεσογειακούς θαμνώνες σχίνου (σε βραχώδες ασβεστολιθικό υπόστρωμα και κοντά σε παραλίες).

Οι φυτοκοινωνίες αυτές, των δυτικών Αστερουσίων, θεωρούνται από τις πιο εύρωστες του τύπου αυτού σε όλη την οροσειρά. Υψηλοί θαμνώνες αγριελιάς και χαρουπιάς είναι ελάχιστοι πλέον σε άλλα τμήματά της, όπου εμφανίζονται μόνο ως υπολείμματα της προϋπάρχουσας βλάστησης.

Όλα σχεδόν τα ζώα των Αστερουσίων τις χρησιμοποιούν, ιδιαίτερα αυτά που φοβούνται τον άνθρωπο και τα κρυπτικά, λόγω της καλής κάλυψης που παρέχουν.

Ο πιο μικρόσωμος



Σχηματισμός φιόρν στο Βαθύ

Μαυροπετρίτης: ο πιο πιστός επισκέπτης της Κρήτης...

Πολύ νωρίς το πρωί και λίγο πριν σκοτεινιάσει τελείως, θα τον δείτε να κυνηγάει με χορευτικές κινήσεις, στις λοφώδεις δυτικές απολήξεις των Αστερουσίων. Η δίαιτά του, έντομα και σκαθάρια, εμπλουτίζεται με στρουθιόμορφα μόνο κατά την περίοδο της φθινοπωρινής μετανάστευσης, αργά τον Αύγουστο και το Σεπτέμβριο όταν και ο ίδιος έχει πλέον περισσότερα στόματα να θρέψει. Το «σπίτι του» περιβάλλεται πάντα από θάλασσα, εξασφαλίζοντάς τον από ορισμένες, τουλάχιστον, απειλές, όπως τους χερσαίους θηρευτές. Ο μαυροπετρίτης ή βαρβάκι (*Falco eleonora*), ένα πανέμορφο γεράκι της οικογένειας των Φαλκονιδών, με άνοιγμα φτερών γύρω στο 1 μέτρο, είναι εποχιακός (θερινός) κάτοικος των ακατοίκητων μικρονήσων του Αιγαίου, που τα εγκαταλείπει αφού αναπαραχθεί για την ανατολική Αφρική και τη Μαδαγασκάρη. Οι νησίδες Παξιμάδια, στον κόλπο της Μεσαράς, είναι ένας από τους χώρους φωλεοποίησης του γερακιού αυτού, το οποίο απειλείται παγκοσμίως με εξαφάνιση.

Τα μικρονήσια γύρω από την Κρήτη, αλλά και κάποιες απόκρημνες ακτές της, αποτελούν την πιο σημαντική αναπαραγωγική περιοχή

του είδους στον κόσμο. Στην Ελλάδα φωλιάζουν, από τον Ιούλιο έως και τον Οκτώβριο, περί τα 8.500 ζευγάρια, δηλαδή τα 3/4 του παγκόσμιου πληθυσμού.

Οι νησίδες Παξιμάδια εντάσσονται στους οικότοπους προστασίας του προγράμματος **CORINE** με κωδικό «A00030058».



μουστακαλής...

Ο μουστακοτσιροβάκος (*Sylvia rueppelli*), που δεν υπερβαίνει σε μήκος τα 14 εκ., είναι ένα από σημαντικά είδη που απαντώνται στα Αστερούσια. Ονομάζεται έτσι, χάρη στη μελανόμορφη κηλίδα στο μάγουλο, η οποία θυμίζει μουστάκι.

Έχει καταγραφεί στην περιοχή τόσο μεταναστευτικός όσο και φωλεάζων.

Το ενδιαίτημά του (αραιή ξηρή μακκία βλάστηση σχί-νων, χαρουπιών και ασπαλά-θων, καθώς και δενδρώδης μακκία με αγριελιές), αφθο-νεί στην περιοχή, απαντάται δε – από δυτικά προς ανατο-λικά – και στις περιοχές των οικισμών Μιαμού και Κρότου στα ημιορεινά, καθώς και στην παραλιακή ζώνη του Λέντα, της Τρυπητής, του όρμου Σαλαμιά, του οικισμού του Αγίου Ιωάννη κ.ά.

Οι συγκεντρώσεις του μουστακοτσιροβάκου στα Αστερούσια (περισσότερα από 250 ζευγάρια συνολικά) συνιστούν το πιο σημαντικό σύνολο αυτού του είδους στην Κρήτη και έναν από τους σημαντικότερους πληθυσμούς στην Ελλάδα.

Ο μουστακοτσιροβάκος αποτελεί είδος προτεραιότητας για προστασία, σύμφωνα με το Κοινοτικό Δίκαιο.



Ακρωτήριο Λίθινο

6. Σίβας – Αγιοφάραγγο με εναλλακτικό προορισμό τα Καλά Λιμάνια

Αρχικά ασφάλτινος και αργότερα χωμάτινος δρόμος, που διακόπτεται 2 χλμ. πριν το τέλος της διαδρομής. Η σηματοδότηση της διαδρομής είναι ανεπαρκής. **Υ.Δ.:** ανηφορική διαδρομή από το Σίβα (110 μ.) μέχρι τη Μ. Οδηγήτριας (200 μ.) και έπειτα κατηφορική διάσχιση έως το επίπεδο της θάλασσας. **Απόσταση:** 15 χλμ. **Κατάσταση δρόμου:** το μισό της διαδρομής σε ασφάλτινο δρόμο, το άλλο μισό σε χωματόδρομο, που εμφανίζει κάποιες δυσκολίες στα σημεία διάσχισης του Μονοχωριανού ποταμού. **Προμήθεια**

νερού από πριν. **Προστατευόμενη περιοχή:** η περιοχή νότια και δυτικά από τη Μονή Οδηγήτριας «ΔΥΤΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310007) του Δικτύου «Natura 2000», μόνο το στενό τμήμα του Αγιοφάραγγο «ΔΥΤΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (από Αγιοφάραγγο έως Κόκκινο Πύργο)» (ρSCI GR4310004) του Δικτύου «Natura 2000».

Πρόκειται, στο σύνολό της, για ιδιαίτερα όμορφη περιοχή.

Μέχρι και τον Αύγουστο του 2005, ανάμεσα στους χαμηλούς λόφους νοτίως του Σίβα και βορείως του Λίσταρου, απλώνονταν σιτοχώραφα, ελαιώνες μεγάλης ηλικίας και συστάδες από χαρουπιές, συκίες και σχίνους. Εδώ και εκεί μπορούσες να δεις γαϊδουράκια και αγελάδες να βόσκουν ικανοποιημένα στο ρόδινο φως κάποιας δύσης, μέσα σε μια φύση φιλική και αξιαγάπητη. Η περιβαλλοντική μέθεξη φυσικού και ανθρωπο-γενούς

Βραχονήσια και κάθετες ακτές: πολύτιμο ενδιαιτήμα

Οι κάθετες ακτές, τα βραχονήσια και οι άμεσα γειτνιάζουσες με τις ακτές θαλάσσιες εκτάσεις εξυπηρετούν έναν μεγάλο αριθμό ειδών πουλιών, τα περισσότερα από τα οποία είναι μεταναστευτικά. Από τα αναπαραγόμενα είδη στην περιοχή, εύρωστους πληθυσμούς έχει ο θαλασσοκόρακας, η σταχτάρα και το βραχοχελιδόνο.



τοπίου, αγριάδας και αγροτικού πολιτισμού, σε μεθούσε... Τέτοιον τόπο διάλεξε να πλήξει η μεγάλη πυρκαγιά τον Αύγουστο του 2005. Ένα μεγάλο μέρος της περιοχής κάηκε, μαζί και ένα πολιτισμικό μνημείο, η περίφημη *Ελιά του Ξωπατέρα*, στα βορειοδυτικά του Πύργου του Ξωπατέρα της Μονής Οδηγήτριας. Ελπίζουμε η περιοχή να ανακάμψει γρήγορα από αυτήν την ανέλπιστη καταστροφή.



Με αφετηρία το Σίβα, διασχίζουμε την περιοχή αναγέννησης του παραπάνω τοπίου, και έπειτα από περίπου 4 χλμ. και αφού αφήσουμε στα ανατολικά το Λίσταρο και τη Λισταροκορφή (459 μ.), η φυτοκάλυψη διαφοροποιείται. Τα κατσοπρίνια, οι αγριελιές και οι χαρουπιές σχηματίζουν τον υψηλότερο όροφο μιας κατά τα άλλα φρυγανικής

βλάστησης. Από την Οδηγήτρια, που θα συναντήσουμε μετά από άλλα 3 χιλιόμετρα, μπαίνουμε σε ένα σχετικά πυκνό και μπερδεμένο δίκτυο χωματόδρομων. Πρόκειται για μια περιοχή όπου η διάνοιξη νέων δρόμων είναι συχνή, για να εξυπηρετεί τις ανάγκες της σταβλισμένης κτηνοτροφίας. Οι δεξιές διασταυρώσεις – εκτός από την πρώτη που οδηγεί στο Μάρτσαλο – οδηγούν στο Αγιοφάραγγο και τους Καλούς Λιμένες. Εξαιρέση αποτελούν κάποιοι δρόμοι στα δεξιά, που οδηγούν μετά από σύντομη πορεία σε υποστατικά και μαντριά.

Η αποφασιστική διασταύρωση βρίσκεται τέσσερα χιλιόμετρα παρακάτω: αριστερά (νοτιοανατολικά) οδεύετε για Καλά Λιμάνια, ενώ δεξιά συνεχίζετε για Αγιοφάραγγο. Πολύ κοντά στη διασταύρωση, βρίσκεται ο σπηλαιώδης ναός της Αγίας Κυριακής, που αξίζει μια στάση για επίσκεψη. Η ποδηλατική διαδρομή θα μεταβληθεί ξαφνικά σε πεζοπορική, τρία χιλιόμετρα παρακάτω, σε σημείο που έχει τοποθετηθεί (σωστά) η μπάρα και όπου υποχρεωτικά πρέπει να «ξεπεζέψουμε». Εδώ τα τοιχώματα αρχίζουν να στενεύουν και να ορθώνονται σχεδόν κάθετα, κεντημένα με τα αραβουργήματα των σπηλιών και των βραχοσκεπών. Εκατέρωθεν της αμμώδους και πετρώδους κοίτης διαμορφώνονται περάσματα, ανάμεσα σε σφάκες και λυγαριές, που θα μας μεταφέρουν στην παραλία μετά από 2 χλμ.

Την περιοχή επισκέπτονται κάθε χρόνο πλήθος προσκυνητών, πεζοπόρων και φυσιολατρών και είναι αξιοπερίεργο γιατί δεν έχει ακόμα εφαρμοστεί κάποιο σχέδιο αειφορικής διαχείρισής της.

Το μοναστήρι της Παναγίας Οδηγήτριας

Προκειται για ένα από τα σημαντικά κέντρα οργανωμένης μοναχικής ζωής στην περιοχή των Αστερουσίων, διαχρονικά. Οι απαρχές του εντοπίζονται στον 14^ο αιώνα. Η Μονή Οδηγήτριας συνδέεται με την ιστορία της εκκλησιαστικής σκέψης στην Κρήτη κατά τα βυζαντινά χρόνια και με τις επαναστάσεις του 19^{ου} αιώνα κατά του οθωμανικού ζυγού.

Εξωτερικά έχει στοιχεία φ ρ ο υ ρ ι α κ ή ς αρχιτεκτονικής (πύργος Ξωπατέρα, πολεμίστρες, ενιαία αδιάσπαστη τοιχοποιία κ.ά.), ενώ εσωτερικά γύρω από το



Πέτρινη κατοικία στο Λίσταρο

καθολικό αφήνονται μεγάλοι υπαίθριοι πλακοστρωμένοι χώροι. Περιμετρικά της αυλής βρίσκεται το Ηγουμενείο και οι απαραίτητες εγκαταστάσεις (φούρνος και φουρνόσπιτο με όλα τα εξαρτήματα, ελαιοτριβείο με όλα τα εξαρτήματα κ.ά.), με αποτέλεσμα να δημιουργείται η εντύπωση γειτονιάς κρητικού χωριού. Επίσης, γύρω από το μοναστήρι, μπορεί να δει κανείς το προανακτορικό μινωικό νεκροταφείο, ένα θολωτό πηγάδι και ένα σ(τ)αρνίτσι (ημιβυθισμένη δεξαμενή, συνήθως σε σχήμα μονόχωρου καμαροσκεπούς ναού, για τη συγκέντρωση και φύλαξη των όμβριων υδάτων και την ανέλκυσή τους σε υστερότερο χρόνο με απλούς μηχανισμούς).

Στο Μοναστήρι φυλάσσονται σημαντικά κειμήλια (εκκλησιαστικά σκεύη, φορητές εικόνες, ιερά βιβλία κ.ά.). Πολύ σημαντικό είναι και το τέμπλο του Καθολικού. Το μεγαλύτερο μέρος από τα διάσπαρτα χριστιανικά και μινωικά μνημεία με αρχαιολογικό ενδιαφέρον στα νοτιοδυτικά Αστερούσσια, ανήκει σήμερα στην περιφέρεια της Μονής Οδηγήτριας, η οποία είναι αρκετά εκτεταμένη.

Το Αγιοφάραγγο του χριστιανικού ασκητικού βίου

Ένα ανοιχτό γεωιστορικό κείμενο, όπου η παρατήρηση των γεωμορφών συνδυάζεται με τη γοητεία που ασκεί ο χριστιανικός πολιτισμός, όπως έχει αποκριπτογραφηθεί από τη σοβαρή εργασία συγκεκριμένων ατόμων. Η περιοχή του Αγιοφάραγγου αποτέλεσε για περισσότερα από 1.000 χρόνια ένα χαλαρό δίκτυο από μικρές ομάδες ερημιτών και ασκητών, που αρχικά προηγήθηκαν του μοναστικού πολιτισμού στην Κρήτη και αργότερα κινήθηκαν στις παρυφές του. Τούτο καταμαρτυρούν η πληθώρα των χριστιανικών μνημείων και ιχνών στη γύρω περιοχή, οι εθνογραφικές καταγραφές και οι γραπτές πηγές. Οι σπηλαιώδεις μορφές, στα σχεδόν κάθετα τοιχώματα του φαραγγιού, μοναδικά προ-σφερόμενα φυσικά καταφύγια, λειτούργησαν ως ιδεώδη αναχωρητήρια για εκείνους που επιθυμούσαν να απαρνηθούν τις υλικές έγνοιες. Μια άλλη σπηλιά, το

Εξωτερική όψη της Μονής Οδηγήτριας



«Γουμενόσπηλιο», κοντά στην εκκλησία του Αγίου Αντωνίου, χρησιμοποιούνταν ως χώρος συγκέντρωσης των ερημιτών, μια φορά κάθε έτος, όπως μεταφέρεται ακόμα προφορικά.

Ο περίκεντρος μεσαιωνικός αυτός ναός, με την εκπληκτική ακουστική, είναι το μοναδικό κτίσμα μέσα στο φαράγγι.

Αυτή η υπερχλιετής μοναστική κοινότητα έπαψε να υφίσταται μόνο τον τελευταίο αιώνα.

Μονοχωριανός ποταμός

Ένα σχετικά εκτεταμένο υδρογραφικό δίκτυο ξεκινάει νοτιοδυτικά από τα Πηγαϊδάκια και εκβάλλει στη θάλασσα, διασχίζοντας το Αγιοφάραγγο. Τη γραμμή διαχωρισμού της υδρολογικής λεκάνης του αποκαλούμενου «Μονοχωριανού» ποταμού, από τα ρέματα που χύνονται στους Καλούς Λιμένες, διαμορφώνει η λοφογραμμή του Ρόδωνα (υψομ. 360 μ. περίπου), η οποία συνεχίζεται με χαμηλότερους λόφους (Καλά Σελλιά, Καλόγηρος) μέχρι και το Αγιοφάραγγο, αποτελώντας ουσιαστικά τα ανατολικά συμπαγή τοιχώματα του φαραγγιού. Το όνομα του χειμάρρου «Μονοχωριανός», οφείλεται στον εγκαταλελειμμένο οικισμό Γαλομονόχωρο, που βρίσκεται σε ανώτερο σημείο της λεκάνης απορροής του.

Αναρρίχηση στο Αγιοφάραγγο

Πάνω ακριβώς στις ορθοπλαγιές που κλείνουν την παραλία του Αγιοφάραγγου από ανατολικά έχουν ανοιχτεί αναρριχητικές διαδρομές με εξαιρετικό ενδιαφέρον, οι οποίες θεωρούνται «κλασικές» στην Κρήτη.

Η χρήση του ποδηλάτου στα δυτικά Αστερούσια σας δίνει την ευκαιρία να περιηγηθείτε στους εγκαταλελειμμένους οικισμούς Μανουσανά (κοιτίδα του

Ο ναός της Παναγίας Οδηγήτριας



Ξωπατέρα), Φαρκατίνων, Λειβαδιώτη και Γιαλομονόχωρου, που βρίσκονται περιμετρικά της Μονής Οδηγήτριας.

Όλοι τους διαθέτουν σημαντικά μνημεία εκκλησιαστικής (κυρίως) και κοσμικής αρχιτεκτονικής, αν και όχι σε ιδιαίτερα καλή κατάσταση διατήρησης.

Αν προτιμάτε τους ασφάλτινους δρόμους, επιχειρήστε την εύκολη και ευχάριστη διαδρομή Σίβας – Κουσές – Πετροκεφάλι.

Πύργοι Επαναστατών

Οι Πύργοι των Κουρμούληδων στον Κουσέ είναι ένα από τα πιο αξιόλογα έργα κοσμικής αρχιτεκτονικής που έχουν διασωθεί στην περιοχή. Φαίνεται να αποτελούν βενετσιάνικες κατασκευές που μετεξελίχτηκαν στα χρόνια της Τουρκοκρατίας.

Η δημόσια κρήνη στο Σίβα

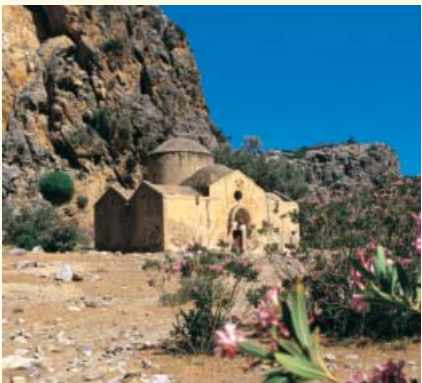
Στο Σίβα αξίζει να επισκεφτείτε το καλοδιατηρημένο σύστημα κρηνών που βρίσκεται κοντά στην πλατεία και είναι ίσως το πιο αξιόλογο των Αστερουσίων.

Το αντίβαρο στην παραθαλάσσια οικιστική ανάπτυξη

Ο Σίβας, ο Κουσές, ο Λίσταρος, το Καμηλάρι, έχουν διατηρήσει ένα σημαντικό αριθμό ολόκληρων γειτονιών (συνόλων) καθώς και μεμονωμένων παλαιών



Η παραλία στην έξοδο του Αγιοφάραγγου



Ο ναός του Αγίου Αντωνίου

κρητικών σπιτιών, τα οποία έχουν ανασυγκροτηθεί, άλλοτε με λιγότερο και άλλοτε με περισσότερο σεβασμό, στην αρχική τους μορφή. Αυτό το κύμα νεοπαραδοσιακής αρχιτεκτονικής αποκατάστασης και διατήρησης του οικιστικού ιστού, πηγάζει από την επανεκτίμηση και την επαναξιολόγηση των προβιομηχανικών τρόπων διαμόρφωσης του οικιστικού και γενικότερα του ανθρωπογενούς περιβάλλοντος στα χωριά της υπαίθρου. Άνθρωποι από όλο τον κόσμο έρχονται να ζήσουν εδώ και να μοιραστούν με τους ντόπιους ό,τι γνήσιο και αυθεντικό έχουν ακόμα οι τελευταίοι να τους μεταδώσουν.

7. Αγιοφάραγγο – Καλά Λιμάνια

Πεζοπορία σε βουνοπλαγιά με και χωρίς μονοπάτι μέσα από θάμνους και φρύγανα. Δεν υπάρχει σηματοδότηση. **Υ.Δ.:** +/- 200 μ. **Απόσταση:** 5 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 3 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. **Προμήθεια νερού** απαραίτητη από πριν. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΔΥΤΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310007) του Δικτύου “Natura 2000”.

Πρόκειται γενικά για μια ευχάριστη πορεία χωρίς ιδιαίτερες δυσκολίες. Η αφετηρία της διαδρομής βρίσκεται ανάμεσα στην παραλία και την εκκλησία του Αγίου Αντωνίου, σε σημείο που σχηματίζεται πέρασμα στα απότομα



Ποδηλατική περιήγηση στα δυτικά Αστερούσια

βράχια της ανατολικής πλευράς. Ενδιάμεσα στη διαδρομή συναντάμε το εντυπωσιακό ανοιχτό σπηλαιοβάραθρο του Βουρβουλίτη. Προσεγγίζοντας τους Καλούς Λιμένες θα βρεθούμε πρώτα στη μικρή, πανέμορφη ακρογιαλιά του Αγίου Παύλου με τον εντυπωσιακό βράχο καταμεσής και με την ομώνυμη εκκλησία, να υπενθυμίζει την αναγκαστική προσάραξη του καραβιού που μετέφερε τον Απόστολο Παύλο στη Ρώμη, τον 1^ο μ.Χ. αιώνα.

Το φυσικό λιμάνι των Καλών Λιμένων εξυπηρετήσε από τα ελληνιστικά χρόνια μέχρι και την ύστερη αρχαιότητα την πόλη της Λασαίας, τα ερείπια της οποίας βρίσκονται αρκετά κοντά. Παραφωνία στην περιοχή οι μεγάλες δεξαμενές καυσίμων στο μικρονήσι απέναντι από την παραλία.

Η εκδρομή αυτή πραγματοποιείται κάθε χρόνο από τον Ε.Ο.Σ. Ηρακλείου σε συνέχεια της διάσχισης του Αγιοφάραγγο.

Βουρ για βουτιά στο Βουρβουλίτη...

Κατά μήκος της πεζοπορικής διαδρομής Αγιοφάραγγο – Καλοί Λιμένες, θα περάσουμε και από το άσκεπο σπηλαιοβάραθρο του Βουρβουλίτη με τα υφάλμυρα νερά, λόγω της υπόγειας επικοινωνίας του με τη θάλασσα.



Δημόσια κρήνη στο Σίβα

Μπορούμε να κολυμπήσουμε στα καθαρά και ζεστά του νερά, ακούγοντας και παρατηρώντας τα αγκυροπεριστέρα που φωλιάζουν στα τοιχώματά του. Ιδιαίτερη προσοχή χρειάζεται στην κατάβαση και συνιστάται η χρήση σκοινιών.

Μια θάλασσα μικρή...

8. Μάρσαλο

Διάσχιση φαραγγιού και περπάτημα σε ελλιπώς σηματοδοτημένο μονοπάτι, που διαφοροποιείται σε μορφολογία και κατάσταση στα διάφορα σημεία της διαδρομής: αρχικά χωμάτινο, αργότερα λιθόστρωτο, με αντιστήριξη καιτσιμεντένια σκαλοπάτια, αργότερα κατηφορική τραβέρσα γεμάτη με προϊόντα αποσάθρωσης και τέλος παράλληλο στη στενή κοίτη μικρού χειμάρρου.

Κατά μήκος της νότια ακτής

Υ.Δ.: 150 μέτρα κατηφορική διαδρομή έως το επίπεδο της θάλασσας.
Απόσταση: 1,5 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 45 λεπτά. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια, παρά το σύντομο της διαδρομής, κυρίως εξαιτίας των προϊόντων αποσάθρωσης που παρουσιάζονται στο μέσο της. **Προμήθεια νερού** απαραίτητη από πριν. Στην περιοχή οι συνθήκες είναι ιδιαίτερα ξηροθερμικές και η σκιά ελάχιστη. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΔΥΤΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (από Αγιοφάραγγο έως Κόκκινο Πύργο)» (ρSCI GR4310004) του Δικτύου «Natura 2000», «ΔΥΤΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310007) του Δικτύου «Natura 2000»

Ο χωμάτινος δρόμος για το Μάρτσαλο ξεκινάει από τη Μονή Οδηγήτριας. Ουσιαστικά, θα χρειαστείτε έναν ντόπιο οδηγό για να σας οδηγήσει στην αρχή του μονοπατιού, σε απόσταση 4 χλμ. από το μοναστήρι της Οδηγήτριας, πάνω ακριβώς και δυτικά από το ρέμα του Μαρτσάλου. Αφού αφήσουμε το μεταφορικό μας μέσο (δυητικά και ποδήλατο) δίπλα σε ένα εκκλησάκι, μετά από 200 μέτρα σε χωματόδρομο, μπαίνουμε στο μονοπάτι.

Η ταμπέλα για το μονοπάτι (όχι σε ιδιαίτερα καλή κατάσταση) είναι τοποθετημένη στη δυτική όχθη του ρέματος, το οποίο μέχρι να φτάσουμε στην εκκλησία της Θεοτόκου θα το παρακολουθούμε μόνο από την ανατολική του πλευρά. Πρόκειται για χείμαρρο που συγκεντρώνει αποκλειστικά νερά της βροχής.

Στην αρχή της πορείας μας, που δεν παρουσιάζει κλίσεις, διακρίνεται ξεκάθαρα ο λόφος Κεφάλι (388 μ.), που θα χαθεί πολύ γρήγορα καθώς οδεύουμε προς το σπηλαιώδη ναό της Θεοτόκου. Το κατέβασμα μέχρι εκεί γίνεται σε βατό μονοπάτι που ενισχύεται μετσιμεντοστρώσεις και



Το φυσικό λιμάνι των Καλών Λιμένων βοηθητικά – προστατευτικά κάγκελα σε ένα - δυο σημεία. Σε 15 με 20 λεπτά με κανονικό ρυθμό, θα βρεθούμε στην εκκλησία της Θεοτόκου.

Στο ύψος της εκκλησίας τα τοιχώματα έχουν στενέψει αισθητά και δίνουν για πρώτη φορά την εντύπωση φαραγγιού. Το ένα και μοναδικό κατέβασμα από την εκκλησία στην κοίτη του ρέματος δυσχεραίνεται μόνο από την αποσάθρωση των τοιχωμάτων στα ανατολικά, που τροφοδοτεί με υλικό αποσάθρωσης την πλαγιά. Εδώ και αν χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή για να αποφύγουμε το στραμπούλημα...

Από την εκκλησία ως την παραλία, το μονοπάτι γίνεται υπό τη συνοδεία ήχων κουδουνιών των λιγιστών αιγοπροβάτων που δεν εγκαταλείπουν την περιοχή καμιά εποχή του έτους. Προσεγγίζουμε σε λιγότερο από 10 λεπτά μια συστάδα από φοίνικες του Θεόφραστου (*Phoenix theophrastii*), τη

Λασαία: μια ακόμα αρχαία πόλη περιμένει για να μας «μιλήσει»...

Μια ακόμα από τις πολύ σημαντικές αρχαίες πόλεις που βρίσκονται στη νότια ρίζα των Αστερουσίων. Τα ερείπιά της εντοπίζονται 3 χλμ. ανατολικά των Καλών Λιμένων, κοντά στα Πλατιά Περάματα. Σ' αυτά περιλαμβάνονται: ελληνιστικό και ρωμαϊκό νεκροταφείο, υπολείμματα της δομής της παράκτιας πόλης, πρωτομινωικοί θολωτοί τάφοι, ερείπια τρίκλιτης παλαιοχριστιανικής βασιλικής κ.ά. Το πιο σημαντικό όμως μνημείο είναι τα βυθισμένα σήμερα υπολείμματα του τεχνητού λιμενοβραχίονα, που ένωσε το χερσαίο μέρος της πόλης με τη νησίδα Τράφο, ακριβώς απέναντί της.

Όπως και πολλά άλλα σημαντικά τεχνικά έργα του τέλους της αρχαίας εποχής, είναι και αυτό έργο της ρωμαϊκής εποχής και δείχνει τη σημασία που είχε αποκτήσει η Λασαία ως λιμάνι των ισχυρότερων πόλεων της νότιας Κρήτης, αρχικά της Φαιστού και αργότερα της Γόρτυνας. Δείχνει επίσης και τη ζωντανή οικονομική σχέση μεταξύ της Κρήτης, της Βόρειας Αφρικής και της Μέσης Ανατολής, που ήταν αποτέλεσμα και του διοικητικού καταμερισμού της Ρωμαϊκής Αυτοκρατορίας.

δεύτερη ευρέως γνωστή παρόμοια συστάδα στην οροσειρά μαζί με εκείνη του Αγίου Νικήτα, στο ανατολικό τμήμα. Με ύψος μέχρι και 12 μέτρα, καταλαμβάνουν μια μικρή έκταση, την οποία δεν μπορούμε να δούμε να επεκτείνεται, μια και οι μικροί φοίνικες που προσπαθούν να μεγαλώσουν γύρω τους καταναλώνονται χωρίς δεύτερη κουβέντα από τα κατσίκια.

Η απόληξη του μονοπατιού στην παραλία μετράει στα θετικά της τη σκιά από τα μεγάλα αρμυρίκια, που έχουν φυτευτεί από ανθρώπινο χέρι και τις πυκνές συστάδες που σχηματίζουν οι σχίνοι. Ωστόσο, η όψη της παραλίας είναι γενικά απογοητευτική: πνιγμένος μέσα στα σκουπίδια και τα υπολείμματα καύσης στερεών καυσίμων και πλαστικών, ο φυσικός αυτός όρμος χρησιμοποιείται συχνά ως προσωρινό αλιευτικό καταφύγιο.

Η Θεοτόκος στο Μάρτσαλο

Πρόκειται για σπηλαιώδη ναό, λαξευμένο μέσα στον πωρόλιθο, ένα από τα

κυρίαρχα πετρώματα στην περιοχή. Η Παναγία στο Μάρτσαλο, ξεχωρίζει ανάμεσα στις λαξευτές και τις σπηλαιώδεις εκκλησίες των Αστερουσίων, τόσο για την εσωτερική διαμόρφωση του χώρου σε κυκλικό σχήμα και τον επιμήκη εντυπωσιακό αεραγωγό της, όσο και για το γεγονός ότι είναι απόλυτα σχεδόν «χωνεμένη» μέσα στο μητρικό πέτρωμα, χωρίς ελεύθερες όψεις και με μια πολύ στενή πρόσωση.

Λαξεύοντας την ιστορία

Τα δυτικά Αστερούσια είναι μια περιοχή, όπου η λάξευση ως τεχνική ανταγωνίζεται τις υπόλοιπες δομικές τεχνικές του προβιομηχανικού πολιτισμού. Μέσα από αυτήν, εκφράζονται επιλογές που υπαγορεύτηκαν από τον τρόπο ζωής και τις συνθήκες κάθε εποχής, οι οποίες όμως αποδείχτηκαν πραγματοποιήσιμες, χάρη στην κατά τόπους γεωλογική σύσταση της οροσειράς. Όλοι σχεδόν οι λαξευτοί μνημειακοί χώροι των Αστερουσίων, από την παλαιοχριστιανική εποχή και έπειτα, συνδέονται με τη δραστηριότητα μοναχών και ασκητών. Πριν από αυτή την εποχή, έχουμε παραδείγματα που συνδέουν αυτή την τεχνική με την εξασφάλιση ταφικών χώρων (Μάταλα) ή με τη διαχείριση των υδάτων.

Με τη δημοσίευση σημαντικών ερευνητικών έργων πάνω σ' αυτόν τον τομέα, η λάξευση έφτασε να αποτελεί ένα αναγνωρίσιμο χαρακτηριστικό της εκκλησιαστικής αρχιτεκτονικής στα δυτικά Αστερούσια.

Παρατήρηση πουλιών

Αρκετά νεαρά όρνια δοκιμάζουν τις δυνάμεις τους, στους λόφους και τις απόκρημνες χαράδρες των νοτιοδυτικών Αστερουσίων. Το Αγιοφάραγγο και το Μάρτσαλο προσελκύουν το μεγαλύτερο μέρος από αυτά. Οι καλύτερες θέσεις για παρατήρηση της ορνιθοπανίδας – αν κάποιος διαθέτει και τηλεσκόπιο – είναι το ύψωμα Κεφάλι (388 μ.) και άλλοι μικρότερου ύψους λόφοι, περιμετρικά του Αγιοφάραγγου και του Μάρτσαλου.



Λόφος Κεφάλι

9. Πόμπια – Κορυφή «Γριά Βίγλα»

Ορειβατική ανάβαση με κυμαινόμενη κλίση σε ατραπό. **Υ.Δ.:** + 430 με ανώτατο σημείο τα 657 μ. **Απόσταση:** 5,5 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 2,5 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. Παρουσία περιφράξεων λόγω των χρήσεων γης στην περιοχή (κτηνοτροφική ζώνη). **Προμήθεια νερού** από πρην.

Η πεζοπορική διαδρομή, καθαρά ορειβατικού ενδιαφέροντος, πραγματοποιείται τακτικά από τον Ελληνικό Ορειβατικό Σύλλογο Μοιρών. Η ανάβαση αρχίζει βορειοδυτικά του υψώματος της Βίγλας (406 μ.). Γρήγορα, όμως, αφήνουμε την κορυφή αυτή στα ανατολικά, κατευθυνόμενοι σε νοτιότερο σημείο της ίδιας λοφογραμμής, στην υψηλότερη «Γριά Βίγλα». Η επιτυχημένη αναδάσωση στα ανατολικά πλάγια της Βίγλας, έχει δημιουργήσει ένα ενδιαφέρον, αισθητικά όμως ξένο τοπίο, για τα βόρεια πρηνή των Αστερουσίων.

10. Μονή Απεζανών – Αγία Παρασκευή – αναδασωμένη ανατολική πλευρά λόφου «Βίγλα» – Τρυπητά – Πλάτανος

Χωμάτινος δρόμος που ακολουθεί ρεματιά, η οποία καταλήγει στον κάμπο της Μεσαράς. **Υ.Δ.:** - 280 μ., με εκκίνηση από τη Μονή Απεζανών (380 μ.) και τερματισμό στον Πλάτανο (100 μ.). **Απόσταση:** 9 χλμ. **Κατάσταση δρόμου:** αλλάζει προς το χειρότερο μετά την Αγία Παρασκευή. **Προμήθεια νερού** από πρην.

Πρόκειται για περιοχή ιδιαίτερα όμορφη, με αισθητά διαφορετικό μικροκλίμα.

Χωρίς να χαρακτηρίζεται από μεγάλη παροχή, η ρεματιά του Μαύρου Κολύμπου, με το μικροκλίμα της, έχει ευνοήσει είδη της χλωρίδας που δεν βλέπουμε συχνά στα Αστερούσια. Το δροσερό αυτό «κανάλι», καλά προφυλαγμένο στο ξηρό σώμα των Αστερουσίων, συντηρεί διάσπαρτες βελανιδιές (*Quercus rubescens*) και αισθητά περισσότερη βλάστηση από ότι μας έχουν συνηθίσει αυτά τα βουνά. Σκληρές επιφάνειες και απότομες εναλλαγές δεν υπάρχουν εδώ. Οι αποχρώσεις του πράσινου και του γαιώδους, συμφιλωμένες τις απογευματινές ώρες, επιβάλλουν την γλυκύτητά τους.

Μετά την Αγία Παρασκευή θα συναντήσουμε κάποιες δυσκολίες από νεροφαγώματα και καθιζήσεις του χωμάτινου δρόμου. Λίγο παρακάτω, ο χωμάτινος δρόμος αποκτάει ξανά τη γνώριμη απαλή υφή του, που δεν τη διαταράσσουν παρά ελάχιστες πέτρες.

Πριν πατήσετε τον κάμπο, μη διστάσετε να επισκεφτείτε με το ποδήλατό σας το τεχνητό δάσος πεύκων και κύπαρισσίων, που ακμάζει



Λαξευμένα βράχια στα Μάταλα Αστερουσίων, που ακμάζει

στα αναδασωμένα ανατολικά πλάγια του λόφου Βίγλα.

Τα Τρυπητά είναι περιοχή απόληψης αδρανών υλικών για κατασκευαστικά έργα της ευρύτερης περιοχής.

Μονή Απεζανών

Πρόκειται για φρουριακού τύπου Μονή, με τέσσερις οχυρωματικούς πύργους, από τους οποίους σώζεται σε ικανοποιητική κατάσταση μόνο ο ένας. Ιδρύθηκε κατά πάσα πιθανότητα κατά τον 15^ο ή τον 16^ο αιώνα. Μεγάλες εκκλησιαστικές



Παρατήρηση πουλιών στα Αστερούσια

Σκήτη στο Λιοφάραγγο



Ανάμεσα στα δυτικά και τα κεντρικά Αστερούσια











Διαδρομή ορειβατικού ενδιαφέροντος

μορφές της μεταβυζαντινής περιόδου ξεπήδησαν από το πνευματικό περιβάλλον της Μονής Απεζανών, η οποία διασώζει σήμερα μικρό μόνο τμήμα της άλλοτε πλούσιας βιβλιοθήκης της. Παλαιές οικίες λαϊκών, εξαρτημένων οικονομικά από τη Μονή Απεζανών, έχουν σωθεί βορείως του συγκροτήματος.

Ο Ιερός Δρυς της Αγίας Παρασκευής

Η εκκλησία της Αγίας Παρασκευής με τον περίφημο «Δρυ της Αγίας Παρασκευής» βρίσκεται 3 χλμ. βορειοανατολικά της Μονής Απεζανών. Πρόκειται για μία αγριοβελανιδιά (*Quercus rubescens*), μεγάλης ηλικίας, περιφραγμένη σήμερα ώστε να προστατευθεί. Η θέση της τελευταίας σε άτυπες εκδηλώσεις χριστιανικής λατρείας και σε έθιμα που πλαισιώνουν το επίσημο τελετουργικό, θεωρείται ότι διασώζει το βαθύτερο νόημα της μινωικής δενδρόλατρείας.



Ποδηλατική διαδρομή

Καταφύγιο Άγρια Ζωής

Από το ύψωμα Βίγλα έως και την περιοχή Κρύο Νερό Αντισκαρίου στα νότια, μια έκταση 17,5 τ.χλμ. είναι χαρακτηρισμένη ως Καταφύγιο Άγριας Ζωής. Η ημιορεινή αυτή ζώνη, με μέσο υψόμετρο τα 350 μ. και γεωμετρικό κέντρο τη Μονή Απεζανών, συνδυάζει το αγροτικό τοπίο με μια ποικιλία φυσικών οικοτόπων, χαρακτηριστικότεροι από τους οποίους είναι οι χωρικά εντοπισμένες αραιές συστάδες αγριοβελανιδιάς (*Quercus rubescens*).

11. Κανδήλα – Κρότος

Πεζοπορία σε βουνοπλαγιά με και χωρίς μονοπάτι. Δεν υπάρχει σηματοδότηση. **Υ.Δ.:** +200 μ. με αρκετά ανεβοκατεβάσματα. **Απόσταση:** 6 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 3 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. Παρουσία περιφράξεων λόγω των χρήσεων γης στην περιοχή (κτηνοτροφική ζώνη).

Προμήθεια νερού από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000» νοτίως του Κρότου.

Νότια της Κανδήλας απλώνεται μια μικρή λαγκαδιά, που στο νοτιότερό της

σημείο στενεύει και σχηματίζει σχετικά απότομα τοιχώματα. Μέσα της ρέει το Κανδηλιανό ρέμα, που σε χαμηλότερο σημείο του – ανάμεσα σε Κανδήλα και Βασιλική – θα το δούμε «στολισμένο» με σκουπίδια.

Τα μονοπάτια που συνδέουν την Κανδήλα με τη Μιαμού και τον Κρότο ξεκινούν από εδώ και ακολουθούν το ποτάμι αντίστροφα.

Το μονοπάτι για Κρότο απομακρύνεται γρήγορα από τη λεκάνη απορροής του Κανδηλιανού ποταμού και ακολουθώντας νοτιοανατολική ανοδική πορεία διασχίζει το σελί, ανάμεσα στα Καστελλάκια (555 μ.) και τις Πλακούρες (428 μ.). Στη συνέχεια περιτρέχει από ανατολικά μια επιμήκη λοφοπλαγιά (Μακρύ Μουρί, 400 μ. υψόμετρο περίπου), πίσω από την οποία έχει χτιστεί ο οικισμός του Κρότου.

Και τα δύο μονοπάτια, βασικά στοιχεία του παραδοσιακού δικτύου κίνησης, είναι σημαντικά από πολιτισμική άποψη, ωστόσο δεν έχει προχωρήσει ακόμα η αποκατάστασή τους.

12. Μιαμού – Κρότος

Ασφάλτινος δρόμος στη ραχοκοκαλιά των Αστερουσιών που ενώνει τους οικισμούς Κρότο και Μιαμού. **Υ.Δ.:** - 80 μ., με εκκίνηση από Μιαμού και τερματισμό στον Κρότο. **Απόσταση:** 4 χλμ. **Κατάσταση δρόμου:** καλή.



Μονή Απεζανών

Προμήθεια νερού από πιν. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (ρSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000» (μπαίνουμε στην περιοχή ένα χιλιόμετρο δυτικά του Κρότου).

Εύκολη και ευχάριστη ποδηλατική διαδρομή από τον Κρότο στη Μιαμού ή αντίστροφα. Η πιο εκτεταμένη καλλιεργήσιμη περιοχή πάνω στα Αστερούσια χαρακτηρίζεται από μικρές υψομετρικές διαφορές και μικρές κλίσεις.

Η Μιαμού είναι χτισμένη σε μια ημιορεινή λεκάνη και περιτριγυρισμένη από λόφους που την κλείνουν από όλα τα σημεία του ορίζοντα και της χαρίζουν ένα ιδιαίτερο, λιγότερο ζεστό, κλίμα. Η προτεινόμενη ποδηλατική διαδρομή

προς τον Κρότο σημαίνει παράλληλα και την μετάβαση στο πιο ξηρό κλίμα που έχουν οι ημιορεινές περιοχές των Αστερουσίων με νότια έκθεση.

Στρέφοντας το βλέμμα ανατολικά, μόλις που βλέπουμε να ξεχωρίζει ο Κόφινας, το επιστέγασμα μιας ολοένα ανυψούμενης αλληλουχίας ορεινών διαπλάσεων.

Φτάνοντας στον Κρότο έχετε μια σειρά από άλλες επιλογές, όπως να πεζοπορήσετε μέχρι το φαράγγι του Τράχουλα "Στενό Φαράγγι" ή να κάνετε ποδήλατο μέχρι το Λέντα.

Ξεχασμένα μονοπάτια

Βλάχος (*Emberiza hortulana*)

Ο βλάχος είναι ένα από τα είδη πουλιών που εξαρτώνται από την ποικιλότητα του αγροτικού τοπίου των Αστερουσίων. Ανήκει στην κατηγορία των στρουθιόμορφων και φωλιάζει σε υπερβοσκημένους φρυγανότοπους σχιστολιθικού υποστρώματος, με κυρίαρχο είδος την αστοιβίδα, συνήθως κοντά σε μαντριά και ποτίστρες. Η μείωση των δέντρων, που κάποτε συντηρούνταν στα σύνορα ή στο εσωτερικό καλλιεργειών και σιτοβολώ-νων, καθώς και η καταστροφή των φυτοφραχτών, ισοδυναμεί με συρρίκνωση των ενδιατημάτων του.

13. Κρότος – Τράχουλας μέσω Στενού Φαραγγιού

Ομαλή κατάβαση εκατέρωθεν περιοδικού ρέματος. Ως μονοπάτι χρησιμοποιούμε την κοίτη και την παράχθια ζώνη. **Υ.Δ.:** - 400 μ. **Απόσταση:** 6 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 3 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000». **Οικολογική αξία:** Στα απότομα βράχια του στενότερου σημείου της διαδρομής φωλιάζει ο πετρίτης, το ταχύτερο είδος πουλιού στον κόσμο.

Σ' αυτήν την πεζοπορία παρακολουθούμε ένα ρέμα των Αστερουσίων, από το υψηλότερο σημείο της λεκάνης απορροής του μέχρι το σημείο που αυτό χύνεται στη θάλασσα. Το πνιγμένο στις πικροδάφνες και τις λυγαριές ρέμα μένει ολοζώντανο το μεγαλύτερο μέρος της άνοιξης. Βατραχάκια και έντομα εκμεταλλεύονται μέχρι και την τελευταία στιγμή το πολύτιμο καταφύγιο ζωής που τους προσφέρεται στην περιοχή.

Φιδαετός (*Circaetus gallicus*)

Αρπακτικό μέσου μεγέθους, παρατηρείται στην περιοχή κατά τη φθινοπωρινή και την εαρινή μετανάστευση. Τα Αστερούσια φαίνεται να είναι μια από τις ελάχιστες περιοχές της Ευρώπης όπου διαχειμάζουν μερικά άτομα του είδους.

Ο φιδαετός τρέφεται με φίδια, αλλά και σαύρες - συνηθέστερα πράσινες σαύρες - που βρίσκει σε εκτάσεις με αραιή δενδρώδη ή θαμνώδη βλάστηση, ανάλογα με τις καιρικές συνθήκες.

Απειλείται από τη μείωση του πληθυσμού των ερπετών εξαιτίας ανθρωπογενών πιέσεων στα ενδιαιτήματα αναπαραγωγής τους (καταστροφή φυτοφραχτών, εκρίζωση συστάδων δέντρων και θάμνων πλησίον καλλιεργούμενων εκτάσεων).

**Ποδηλατική διαδρομή**

Στο μέσο της διαδρομής, την αβαθή κοιλάδα διαδέχεται το Στενό Φαράγγι, μια χαράδρα με πολύ στενά τοιχώματα, που όμως δεν διατηρούνται για πολύ. Γρήγορα θα βγούμε σε ένα αισθητά πλατύτερο φαράγγι, πιγμένο στη μυρωδιά της φασκομηλιάς.

Ο δυσπρόσιτος Τράχουλας είναι μία από τις τελευταίες ομαλές παραλίες χωρίς ίχνη οικοδομικής δραστηριότητας.

Η Παναγία στη Βίθανο

Ένας ακόμα σπηλαιώδης ναός αφιερωμένος στην Παναγία, αυτός στη Βίθανο, διατηρεί ακμαία την αρχέγονη λατρευτική χρήση των σπηλαίων στα Αστερούσια. Ο ναός βρίσκεται στην περιφέρεια του Κρότου, λίγο νοτιότερα από αυτόν, στο ανατολικό τμήμα της λεκάνης απορροής του ρέματος που χύνεται στον κόλπο της Λούτρας (εκεί που κατασκευάζεται το νέο λιμενικό καταφύγιο). Στη Βίθανο, η σταγονοροή της βραχοσκεπής συγκεντρώνεται από τους πιστούς και μοιράζεται ως αγίασμα, φανερώνοντας τη διαρκή σχέση με το νερό ως πηγή ζωής, όπως αυτή φανερώνεται και μέσα από αυτή τη λαϊκή τελετουργία με θρησκευτικό επίχρισμα.

Η εκκλησία λειτουργείται πάντα την Παρασκευή του Πάσχα (κινητή εορτή).

Αναρρίχηση στον Τράχουλα

Στην παραλία του Τράχουλα έχουν ανοιχτεί κάποιες αναρριχητικές διαδρομές, που προσφέρονται για αρχάριους, πάντα κάτω από την εποπτεία ειδικών. Οι διακοσμημένες με χρώματα και σύμβολα βραχουσκεπές, που βρίσκονται στο δυτικό τοίχωμα της εξόδου του Στενού Φαραγγιού, μπορούν να διαμορφωθούν σε πρόχειρα καταλύματα.

Αγροτικές καλλιέργειες: μια σημαντική ψηφίδα στην ποικιλία των οικοτόπων...

Οι εναπομένουσες παραδοσιακές αγροτικές καλλιέργειες της ημιορεινής ζώνης των Αστερουσίων αυξάνουν την ποικιλία των οικοτόπων. Η παράλληλη συνύπαρξη διαφορετικών τύπων οικοτόπων (μωσαϊκό) έχει με τη σειρά της αντίκρυσμα στη βιοποικιλότητα της περιοχής, η οποία είναι αυξημένη σε σχέση με αντίστοιχες ημιορεινές περιοχές που δεν διαθέτουν καλλιέργειες. Συχνά, θα δούμε τις καλλιεργήσιμες ζώνες κοντά στους οικισμούς, να συγκρατούν διερχόμενα ή διαχειμάζοντα είδη της ορνιθοπανίδας, που οφελούνται από τις ανθρώπινες δραστηριότητες. Στις παραπάνω κατηγορίες ανήκουν ο μαυροπελαργός, τα 4 είδη κίρκων, ο σταυραετός, ο γκιώνης, το γιδοβύζι, ο δεντροσπουργίτης, ο χειμωνόσπινος και ο βλάχος.

14. Λέντας – Δισκό

Πεζοπορία σε μονοπάτι χωρίς σηματοδότηση. **Υ.Δ.:** +/- 0 μ. με ενδιάμεση ανάβαση στα 50 μ. **Απόσταση:** 1 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 30 λεπτά. **Ορειβατική δυσκολία:** εύκολο. **Προμήθεια νερού** από πριν.

Το καλοκαίρι θα δείτε πολλούς ανθρώπους να πραγματοποιούν σύντομες πεζοπορίες γύρω από το Λέντα. Μία από τις πιο δημοφιλείς διαδρομές είναι εκείνη που οδηγεί στο Δισκό, τη μακρόστενη βοτσαλωτή και αμμώδη παραλία στα δυτικά.



Το Δισκό (παραφθορά του επιθέτου «δυτικό») είχε για πολλά χρόνια γνωρίσει μια διαφορετική τουριστική ανάπτυξη, που μοιράστηκε ανάμεσα στην ελεύθερη



Πεζοπορία

κατασκήνωση, το γυμνισμό και την ισχνή παρουσία του συμβατικού τουρισμού. Ο λεοντόμορφος (από τη θάλασσα) βράχος, ο οποίος έχει δώσει και το όνομα σε όλη την περιοχή, χώριζε μέχρι πρόσφατα δυο διαφορετικούς κόσμους, που τώρα πια έχουν αρχίσει να μοιάζουν επικίνδυνα. Η αυξημένη επισκεψιμότητα στην περιοχή και η μεγέθυνση της τουριστικής ζήτησης ενοικιαζόμενων δωματίων, έφερε, τελικά, περισσότερα άσχημα παρά καλά. Η συνεπαγόμενη αύξηση της οικοδομικής δραστηριότητας άλλαξε το τοπίο και οδηγεί σιγά αλλά σταθερά στην περαιτέρω αλλοίωσή του. Έτσι, πιο εύκολα σήμερα θα χαρακτηρίζες το Δισκό ως μια ταχύτατα αναπτυσσόμενη ζώνη τουριστικών καταλυμάτων, που ξεφυτρώνουν μέσα στις αγριάδες, το ένα μετά το άλλο.

Όμως και οι κατασκηνωτές δεν επιβαρύνουν λιγότερο το φυσικό και αισθητικό τοπίο της περιοχής. Κάποιοι από αυτούς αφήνουν απορρίμματα, την ίδια στιγμή που οι ελάχιστες σκιές της περιοχής μετατρέπονται κατά κάποιον τρόπο σε ιδιωτικές ζώνες ή χώρους παρκαρίσματος των οχημάτων.

Αν κάτι έχει απομείνει από την ατμόσφαιρα των δεκαετιών του '70 και του '80, διατηρείται καλύτερα στα δυο άκρα της μακρόστενης παραλίας. Το ανατολικό άκρο, που ακουμπάει πάνω στη δυτική άκρη του λεοντόμορφου βράχου, διατηρεί ανέπαφο το αρχικό μεγάλο του πλάτος. Εκεί η θάλασσα είναι εκπληκτικής καθαρότητας και διαύγειας.

Η πεζοπορία από το Λέντα στο Δισκό διαρκεί μισή ώρα. Αν θελήσετε να κατακτήσετε τον περίφημο λεοντόμορφο βράχο, προτιμήστε τη βόρεια πλευρά του που είναι λιγότερο απότομη.

Παραλία Τράχουλα στην έξοδο του "Στενού Φαραγγιού"



Πετρίτης ή Φάλκονας

Στα απότομα βράχια του στενότερου σημείου της διαδρομής φωλιάζει ο πετρίτης (*Falco peregrinus*), το ταχύτερο είδος πουλιού στον κόσμο. Σε κάθετη εφόρμηση για σύλληψη της επίσης ιπτάμενης λείας του (μικροπούλια κ.ά.), η ταχύτητα του πετρίτη, όταν εφορμά στη λεία του, αγγίζει τα 400 χλμ. την ώρα.

Επιδημητικό είδος, το γεράκι αυτό της οικογένειας των φαλκονιδών – όπως και ο μαυροπετρίτης με τον οποίο μοιάζει αρκετά – φωλιάζει σε όλη την οροσειρά, αρκεί να υπάρχουν φαράγγια ή κάθετα βράχια και ικανοποιητικός χώρος κυνηγιού. Ο πετρίτης φωλιάζει και σε ψηλά δέντρα, που όμως απουσιάζουν από την περιοχή.

Καθώς βρίσκεται κοντά στην κορυφή της τροφικής αλυσίδας, επηρεάζεται έμμεσα από τις καλλιεργητικές πρακτικές και την



ποιότητα της διατροφής των θηραμάτων του. Η συσσώρευση χημικών ουσιών στο σώμα του είναι μια από τις πρώτες αιτίες θανάτου ατόμων του είδους αυτού.

Αρχαιολογικός χώρος Λέντα (αρχ. Λέβηνα)

Σε μια σχετικά μικρή επιφάνεια, ο αρχαιολογικός χώρος στο Λέντα συγκεντρώνει ένα μεγάλο αριθμό από διαφορετικές εγκαταστάσεις, που δημιουργήθηκαν για να υποστηρίξουν τις ποικίλες ταυτόχρονες λειτουργίες του διάσημου αυτού θεραπευτικού κέντρου των ελληνιστικών και ρωμαϊκών χρόνων.

Οι ανθρωπογενείς παρεμβάσεις στην περιοχή φαίνεται να εγκαινιάστηκαν στα μινωικά ακόμη χρόνια όπως μαρτυρούν ερείπια πρωτομινωικού οικισμού. Το Ασκληπιείο, μετά την ίδρυσή του κατά τον 1^ο ή 2^ο μ.Χ. αιώνα (πιθανότατα σε θέση με πρότερη παρόμοια λειτουργία), γνώρισε τους δύο με τρεις επόμενους αιώνες διαδοχικές βελτιώσεις και επεκτάσεις. Στον αρχικό σχεδιασμό, συναρτήθηκαν και κτίσματα για την παραμονή του

αυξανόμενου όγκου των επισκεπτών και για την παροχή διαφοροποιημένων υπηρεσιών. Μέρος της φήμης του θεραπευτηρίου οφειλόταν στην ιαματική του πηγή.

Πολλοί από τους επισκέπτες, προερχόμενοι από τη βόρεια Αφρική, προσάραζαν στο εγγύτερο λιμάνι του νότου (Λασαία, Κομμός) και από εκεί έπαιρναν το δρόμο για το Ασκληπιείο.

Τα επιδαπέδια ψηφιδωτά γύρω από το «θησαυρό» (πηγάδι φύλαξης αφιερωμάτων), οι διασωζόμενες βάσεις των στοών και των αγαλμάτων του

Γύρω από το λεοντόμορφο ακρωτήριο

Ασκληπιού και της Υγείας, το Νυμφαίο, η κλίμακα οχτώ βαθμίδων, οι πλινθόκτιστες δεξαμενές κ.ά. συνθέτουν έναν αρχαιολογικό χώρο με ιδιαίτερη γοητεία.

Η ίδρυση της παλαιοχριστιανικής βασιλικής κατά τον 6^ο αιώνα μ.Χ., λίγο πιο ανατολικά του Ασκληπιείου, έγινε συγχρόνως ή ακολούθησε την παρακμή, την εγκατάλειψη και πιθανώς τη μερική καταστροφή του. Στο εκκλησιαστικό κτίσμα είχαν ενσωματωθεί αρχιτεκτονικά μέλη του ναού του Ασκληπιού. Πάνω στην παλαιοχριστιανική βασιλική κτίστηκε τον 5^ο αιώνα η σημερινή εκκλησία του Αγ. Ιωάννη του Θεολόγου.

Δίπλα στον αρχαιολογικό χώρο, ο Λέντας του 20^{ου} και του 21^{ου} αιώνα βυθίζεται όλο και περισσότερο στην πολεοδομική αναρχία και την ασχήμια, η οποία υποβαθμίζει αισθητικά το τοπίο. Ο νεοελληνικός οικισμός έχει πιθανότατα θεμελιωθεί πάνω σε προσκτίσματα του αρχαϊκού, ελληνιστικού και ρωμαϊκού ιερού, όπως δείχνουν ανασκαφές μέσα ή στις παραφές του υπάρχοντος οικιστικού ιστού.

Μια ακόμα θέση αρχαιολογικού ενδιαφέροντος εντοπίζεται στη θέση Ψαμμιδομούρι, όπου και μεταφέρθηκε ο οικισμός κατά την πρωτοβυζαντινή περίοδο.

Η είσοδος στον αρχαιολογικό χώρο του Λέντα είναι ελεύθερη.

Η παραλία του Δισκού



15. Λέντας – Τράχουλας

Πεζοπορία σε ασφάλτινο και χωμάτινο δρόμο. Βατό μονοπάτι συναντούμε στο τελευταίο τμήμα της διαδρομής. **Υ.Δ.:** +/- 0 μ., με εναλλαγή κατηφόρας και ανηφόρας που δεν ξεπερνά τα 100 μ. **Απόσταση:** 6 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 2 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** εύκολο. **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000», 1,5 χλμ. ανατολικά του Λέντα «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000».

Περπάτημα σε ασφάλτινο και χωμάτινο δρόμο ανατολικά του Λέντα, σε μια περιοχή που αλλάζει ραγδαία κάτω από την επίδραση της οικιστικής πίεσης και της μετατροπής της σε τουριστικό προορισμό. Το λιμενικό καταφύγιο που κατασκευάζεται στην παραλία της Λούτρας αποτελεί την τελευταία, αναγκαία όμως, παρέμβαση στην περιοχή. Το προσεγγίζουμε πριν αρχίσουμε να ανηφορίζουμε για τη ράχη του ακρωτηρίου, που κρύβει στο εσωτερικό του την ακρογιαλιά του Τράχουλα.

Εκεί θα βρούμε την αρχή του κατηφορικού μονοπατιού, που θα μας οδηγήσει μετά από 5 λεπτά στην κοίτη του ρέματος που κατεβαίνει από τον Κρότο, λίγο νοτιότερα όμως από τα εντυπωσιακά απότομα τοιχώματα. Από την αρχή του μονοπατιού μέχρι και την παραλία του Τράχουλα δεν θα χρειαστούμε πάνω από 25 λεπτά. Το μονοπάτι είναι βατό, χρειάζεται όμως κάποια προσοχή.

16. Βασιλική – Τρυπητή

Χωματόδρομος χαραγμένος κάθετα στον επιμήκη άξονα των Αστερουσίων. **Υ.Δ.:** + 200 μ. έως τα 500 μ. (από Βασιλική στην Αγία Παρασκευή), και έπειτα κατέβασμα στο επίπεδο της θάλασσας. **Απόσταση:** 12 χλμ. **Κατάσταση χωματόδρομου:** μεταβαλλόμενη ανά εποχή, μέτριας βατότητας γενικά. **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000».

Αρχαιολογικός χώρος Λέντα



Η περιοχή είναι αρχαιολογικού ενδιαφέροντος.

Το δεύτερο σημείο των Αστερουσιών – μαζί με το Δεματιανό φαράγγι – όπου ένα φαράγγι τα διασχίζει, σε όλο τους σχεδόν το μήκος εγκάρσια (στον άξονα βορρά – νότου).

Την ανηφορική διαδρομή μέχρι την Αγία Παρασκευή ακολουθεί κατηφορική διαδρομή που χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή. Στο ύψος του Αγίου Σάββα μέσα στις αγριελιές, θα προσεγγίσουμε την κοίτη του χειμάρρου που οδεύει προς νότο.

Φαράγγι Τρυπητής: ένας απροσπάτετος πολιτισμικός πλούτος

Η παραδοσιακή κατάβαση στην Τρυπητή, πριν από τη δημιουργία του χωμάτινου δρόμου μέσα στην κοίτη του χειμάρρου και την αναγκαστική ετήσια ισοπέδωσή του, ώστε να είναι προσπελάσιμος από μηχανοκίνητα τροχοφόρα, άρχιζε από το βουνό Κατσακνές και την εκκλησία της Αγίας Παρασκευής. Από εκεί κατηφόριζε προσεκτικά προς την κοίτη του Αγιοσαββίτη χειμάρρου και την παρακείμενη εκκλησία του Αγίου Σάββα. Μετά από μερικά ακόμη χιλιόμετρα υπάρχει ένας σπηλαιώδης ναός, εκείνος της Παναγίας της Πρωτοσεπτεμβριανής, στην έξοδο του φαραγγιού, 200 μέτρα από την ακρογιαλιά.

Εκτός από τα χριστιανικά μνημεία, στα τοιχώματα του φαραγγιού υπάρχουν θέσεις αρχαιολογικού ενδιαφέροντος, που χρονολογούνται από τα προϊστορικά χρόνια και υστερότερα. Αν προσθέσει κανείς και τον προϊστορικό οικισμό στον Καλόκαμπο (θέση Παπούρι) και τον πιθανό αρχαιολογικό πλούτο στην αντικρινή Λαμνασσό, έχει ήδη αρκετά επιχειρήματα για να προωθήσει ένα σχεδιασμό προς την ανάδειξη των

Παρά Πέντε με Θέα στο Λιβυκό Πέλαγος

Στους λόφους πάνω από το Λέντα υπάρχουν δύο πίστες απογείωσης / προσγείωσης για αλεξίπτωτο πλαιγιάς.

Η πρώτη πάνω στο δρόμο που οδηγεί στο Λέντα, 2 - 3 χλμ. πριν τον οικισμό. Πρόκειται για βουνοπλαγιά με δύσκολη προσγείωση και απογείωση και υψόμετρο γύρω στα 100 μέτρα.

Η δεύτερη βρίσκεται δυτικά του οικισμού, με πορεία 10 λεπτών. Παρουσιάζει μέτρια δυσκολία απογείωσης και δύσκολη προσγείωση, υψόμετρο 90 μέτρων, ανέμους νότιους – νοτιοδυτικούς και παραλιακή πτήση.

(Πληροφορίες: Αερολέσχη Ηρακλείου)



Πεζοπορική διαδρομή

πολιτισμών της Τρυπητής.
Άραγε, πότε θα γίνει αυτό;

Λεωφόρος Τρυπητής....

Το ιδιαίτερο φυσικού κάλλους φαράγγι της Τρυπητής προσφέρει ένα τρανταχτό παράδειγμα υποβάθμισης του τοπίου των Αστερουσίων από την ανεξέλεγκτη επέκταση του επαρχιακού οδικού δικτύου. Αμέσως μετά τη λήξη της περιόδου των βροχοπτώσεων, στον πάτο του φαραγγιού, βαριά μηχανήματα ισοπεδώνουν κατά θέσεις τη φυσική κοίτη του Αγιοσαββίτη ποταμού και ανοίγουν ξανά τον αγροτικό δρόμο, που προσφέρει γρήγορη πρόσβαση στην παραλία της Τρυπητής. Κάθε χρόνο αυτός ο επικίνδυνος χωματόδρομος διαρρηγνύει το οργανικό πλαίσιο του φυσιολατρικού τουρισμού.

17. Ποδηλατάδα σε Βασιλική, Κανδήλα και Βασιλικά Ανώγεια

Ο οδικός άξονας που συνδέει τη Βασιλική με την Κανδήλα και τα Βασιλικά Ανώγεια, προσφέρεται για ποδηλασία. Από εκεί, έχει κανείς τη δυνατότητα να κατευθυνθεί ακόμα πιο δυτικά, ακολουθώντας πάντα τη βόρεια ρίζα των Αστερουσίων. Όπως και τα υπόλοιπα τμήματα του δρόμου που περιτρέχει τα Αστερούσια από βορρά, έτσι και αυτό χαρακτηρίζεται από χαμηλή κυκλοφοριακή ένταση.

Η Βασιλική, η Κανδήλα και τα Βασιλικά Ανώγεια έχουν να επιδείξουν αξιολογικά αρχιτεκτονήματα (σύνολα και μεμονωμένα παραδείγματα)

Ο λεοντόμορφος βράχος του Λέντα στο βάθος, από τον Τράχουλα





Ποδήλατο στην καρδιά του βουνού

μεταβυζαντινής λαϊκής αρχιτεκτονικής, που απομακρύνονται αισθητά από τη λιτή, περισσότερο αφοσιωμένη στη λειτουργικότητα αρχιτεκτονική του ορεινού τμήματος των Αστερουσίων. Ορισμένα από αυτά δανείζονται – σε περιορισμένο πάντα βαθμό – διακοσμητικά στοιχεία από το ρεπερτόριο του λαϊκού νεοκλασικισμού των αστικών κέντρων, ιδιαίτερα δημοφιλούς στα τέλη του 19^{ου} και στις αρχές του 20^{ου} αιώνα. Και στους τρεις οικισμούς θα έχετε την ευκαιρία να επισκεφτείτε ενδιαφέρουσες κρήνες με συλλεκτήρια δεξαμενή, που χρονολογούνται στον 19^ο αιώνα.

Πάνω από τα Βασιλικά Ανώγεια, σε πολύ κοντινές αποστάσεις μεταξύ τους, διαδοχικοί καμαροειδείς λοφίσκοι με ιδιαίτερη μορφολογία, σχηματίζουν άλλη μια ενδιαφέρουσα αυτόνομη τουριστική ενότητα στο βόρειο τμήμα των Αστερουσίων. Η ανηφορική διαδρομή Βασιλικά Ανώγεια – Λέντας θα σας φέρει ανάμεσά τους.

Αρχαιολογικός Χώρος Γόρτυνας

Μη χάσετε την ευκαιρία να επισκεφτείτε την αρχαία Γόρτυνα, στη βόρεια πλευρά της πεδιάδας της Μεσαράς (δίπλα σχεδόν στον οικισμό των Αγίων Δέκα).

Το φαράγγι της Τρυπητής



Η περιοχή κατοικήθηκε για πρώτη φορά στο τέλος της νεολιθικής εποχής (3000 π.Χ.), ενώ η επόμενη περίοδος ανάπτυξης της είναι η υστερομινωική εποχή (1600 –1100 π.Χ. - μινωική αγρέπαυλη με ιερό στη θέση Καννιά Μητρόπολης).

Λείψανα της αρχαϊκής περιόδου (7^{ος} αιώνας π.Χ.) εντοπίστηκαν στην περιοχή της Ακρόπολης, ενώ η μεγάλη επιγραφή με τον Κώδικα Δικαίου (5^{ος} αιώνας π.Χ.) μαρτυρεί την ανάπτυξη της πόλης, αυτήν την εποχή, η οποία συνεχίζεται και στην ελληνιστική εποχή (3^{ος} – 2^{ος} αιώνας π.Χ.).



Το στενότερο σημείο του φαραγγιού της Τρυπητής

Η Γόρτυνα έγινε σύμμαχος της Ρώμης και γνώρισε τη λαμπρότερη περίοδο της ιστορίας της, ως πρωτεύουσα της Κρήτης και της Κυρηναϊκής, κατά τη ρωμαϊκή περίοδο (1^{ος}-5^{ος} αιώνας μ.Χ.). Ο Απόστολος Τίτος κήρυξε εδώ τη νέα θρησκεία, ενώ το 250 μ.Χ. μαρτύρησαν οι Άγιοι Δέκα. Το 824 μ.Χ. η πόλη (έδρα Α ρ χ ι ε π ι σ κ ό π ο υ) καταστράφηκε από τους Σαρακηνούς.

Σημαντικότερα μνημεία και μνημειακά σύνολα είναι:

Η Ακρόπολη στο λόφο του

Αγίου Ιωάννη, όπου σώζονται μεγάλα τμήματα οχύρωσης.

Ο ναός του Απόλλωνα (Πύθιον) χτισμένο στα αρχαϊκά χρόνια (7^{ος} αιώνας π.Χ.) και οι υστερότερες προσθήκες.

Το Νυμφαίο και η βορειοανατολική δεξαμενή.

Η «Μεγάλη Επιγραφή» με τον Κώδικα Δικαίου, στο βόρειο κυκλικό τοίχο του Ωδείου, στεγασμένη σε οικίσκο. Χρονολογείται στα 450 π.Χ. περίπου. Είναι ένας πλήρης Κώδικας Δικαίου που απηχεί, αν και η πόλη ήταν δωρική, το δίκαιο της μινωικής εποχής.

Το Πραιτώριο, η έδρα και η κατοικία του ανθύπατου



Λεωφόρος Τρυπητής!!!

διοικητή της Κρήτης, την εποχή της Ρωμαιοκρατίας.

Το Ωδειό, ένα τυπικό ρωμαϊκό θέατρο του 1^{ου} αιώνα μ.Χ.

Το Ισιείον, ιερό των Αιγυπτιακών θεοτήτων (1^{ος} – 2^{ος} αιώνας μ.Χ.), ορθογώνιο χώρο λατρείας πολλών θεών της Ίσιδας, του Σεράπιδος Διός και του Ερμή Ανούβι.

Μακκία βλάστηση: καταφύγιο της ορνιθοπανίδας

Στη μακκία βλάστηση που αναπτύσσεται στην βουνοπλαγιά, ανατολικά του Αγίου Σάββα, παρουσιάζεται αυξημένη βιοποικιλότητα. Λόγω των ειδικών της χαρακτηριστικών, η μακκία προσφέρει ασφαλές καταφύγιο για φώλεοποίηση σε αρκετά είδη της ορνιθοπανίδας. Αρκετά από αυτά έρχονται εδώ για να φωλιάσουν: η φάσα, ο γκιώνης, η δεντροσταρήθρα, η ασπροκόλλα, ο κοκκινοκεφαλάς, ο μουστακοτσιροβάκος κ.ά. Οι συγκεντρώσεις τους προσελκύουν αναπόφευκτα και τους θηρευτές τους (το χρυσογέρακο, το σπιζαετό κ.ά.).

Στην κατηγορία της μακκίας βλάστησης περιλαμβάνονται φυτοκοινωνίες που είναι αδιαπέραστες ή σχετικά δύσκολα προσπελάσιμες από τον άνθρωπο και έχουν ύψος που κυμαίνεται από 1,5 έως 2,5 μέτρα. Εκτός από τον οικότοπο μακκίας *Oleo – Ceratonia* (αγριελιάς – χαρουπιάς) στα δυτικά Αστερούσια, στο ανατολικό και κεντρικό τμήμα των Αστερουσίων απαντώνται συστάδες μακκίας με βασικό φυτικό είδος το πουρνάρι ή πρίνο (*Quercus coccifera*) σε θαμνώδη μορφή. Εκτός από τον Άγιο Σάββα, οι σημαντικότερες από αυτές βρίσκονται στις Τρεις Εκκλησιές και στην κοιλάδα Μίντρη (ανατολικά Αστερούσια), στη βουνοπλαγιά βορείως του όρμου Σαλαμιά (κεντρικά Αστερούσια) αλλά και λίγο πιο δυτικά κοντά στον ημιορεινό οικισμό της Μιαμούς.

Αν και με τη μικρότερη βιοποικιλότητα σε σχέση με τα υπόλοιπα ενδιαιτήματα της περιοχής, οι βραχώδεις σχηματισμοί και τα πολλά διάσπαρτα και μικρά φαράγγια, που κατανέμονται από το φαράγγι της Τρυπητής μέχρι τον Άγιο Νικήτα, προσφέρουν θέσεις φωλιάσματος και αναπαραγωγής σε μερικά από τα σημαντικότερα είδη πτηνών των Αστερουσίων, τα οποία σημειωτέον βρίσκονται σε δυσμενές καθεστώς διατήρησης, γενικά στην Ελλάδα. Εδώ φωλιάζουν το όρνιο, ο χρυσαετός, ο φιλάδελφος, το χρυσογέρακο και ο πετρίτης.



Ποδηλασία

Τρίκογχος ναός, πιθανόν ιδρυμένος επί του τάφου των Αγίων Δέκα Κρητών Μαρτύρων, που χρονολογείται στον 5^ο μ.Χ. αιώνα.

Ο Ναός του Αγίου Τίτου, ένας λιθόκτιστος μεγάλος σταυροειδής ναός. Ο ναός γνώρισε πολλές φάσεις (αυτή που βλέπουμε ανήκει στον 6^ο αιώνα μ.Χ.) και καταστράφηκε από τους Σαρακηνούς το 824 μ.Χ.

ΚΓ' Εφορεία Προϊστορικών και Κλασικών Αρχαιοτήτων

13^η Εφορεία Βυζαντινών Αρχαιοτήτων

Τηλέφωνα: 28920 31492 & 31144

Ο πολύτιμος θησαυρός του βουνού

18. Παναγιά – Άγιος Νικόλαος

Πεζοπορία σε βουνοπλαγιά με και χωρίς μονοπάτι. Δεν υπάρχει σηματοδότηση. **Υ.Δ.** : + 500 μ. και τμήματα με εναλλασσόμενη κλίση. Θα φτάσουμε περίπου στα 750 μέτρα. **Απόσταση:** 5,5 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 2,5 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. Παρουσία περιφράξεων λόγω των χρήσεων γης στην περιοχή (κτηνοτροφική ζώνη). **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000» από την υψομετρική στάθμη των 400 - 500 μέτρων.

Το μονοπάτι αρχίζει από τη νοτική πλευρά του οικισμού Παναγιά και από τα τελευταία σπίτια που σχεδόν αγγίζουν το βουνό. Όπως συμβαίνει με τα περισσότερα χωριά της Κρήτης, που γνώρισαν τη βίαιη εισβολή των μηχανοκίνητων μέσων και γενικά την εκμηχανισμένη γεωργία, έτσι και εδώ το αρχικό τμήμα του μονοπατιού είτε έχει καταστραφεί ή έχει ξεχαστεί και πολύ πιθανόν σήμερα να θεωρείται ιδιωτικός χώρος. Ως άξονα και δείκτη της κίνησής σας, είναι καλύτερο να χρησιμοποιήσετε το ρέμα που καταλήγει στην νότια πλευρά του χωριού – πριν ακριβώς εκβάλλει στην πεδιάδα της Μεσαράς – και το οποίο σ' αυτό του το ύψος ονομάζεται Πλατσαράκια.

Η πορεία ξεκινάει, λοιπόν, γύρω στα 30 μέτρα ανατολικά του (ξερού συνήθως) ρέματος, περνώντας μέσα από τους κήπους στη νοτιανατολική πλευρά του χωριού. Οι κήποι είναι περιφραγμένοι με χιλιόμετρα (κυριολεκτικά!!) συρματοπλέγματος από το φόβο των κατσικιών που κυριαρχούν στους βοσκότοπους ακριβώς πάνω από το χωριό ή από άλλη άγνωστη αιτία.... Ακολουθώντας το χωμάτινο δρόμο – που αποτελεί τον κύριο άξονα κίνησης μέσα στους κήπους – θα διαπιστώσετε ότι σιγά-σιγά μετασχηματίζεται σε ένα αρκετά πλατύ μονοπάτι, που τείνει να

συναντήσει και πάλι την κοίτη του ρέματος.

Λίγο πριν μονοπάτι και ρέμα διασταυρωθούν, αρχίζει η ανάβαση (απότομη στην αρχή) στην πλαγιά ανατολικά του μονοπατιού και του ρέματος. Δεν μπαίνουμε μέσα στο (ξερό κατά το καλοκαίρι) ρέμα. Το παρακολουθούμε από ανατολικά (ακόμη και όταν αυτό χάνεται για μερικά λεπτά από το βλέμμα μας), αρχικά από μια απόσταση 20 – 25 μέτρων, η οποία αυξάνεται σταδιακά για να φτάσει περίπου και τα 150 με 200 μέτρα. Ακολουθώντας τη λοφογραμμή, μπαίνουμε μετά από 30 λεπτά σε μια μεγάλη λαγκάδα. Ξαναβλέπουμε το ρέμα στα δυτικά μας, σε απόσταση όχι μεγαλύτερη των 200 μέτρων. Εδώ έχει πια αποκτήσει το όνομα Καθαριστής.

Συνεχίζοντας να βαδίζουμε στην ίδια ισοϋψή καμπύλη με νότια κατεύθυνση, διασχίζουμε το μοναδικό λιάφυτο της λαγκαδιάς και μετά αμέσως κατηφορίζουμε για να συναντήσουμε πάλι το ρέμα. Μπροστά μας αρχίζουμε να βλέπουμε το όρος Οξυκέφαλο, με τη χαρακτηριστική κωνική - πυραμιδοειδή όψη. Κορυφή του όρους είναι η βόρεια απόληξη μιας μικρής κορυφογραμμής, που στη νότια πλευρά της, οδηγεί στον εγκαταλειμμένο οικισμό του Αγίου Νικολάου, που αποτελεί το τέρμα της πεζοπορίας.

Διασχίζουμε το ρέμα Καθαριστή, στο σημείο που βλέπουμε μια καρδιάσχημη δίχωρη πετρόκτιστη μάντρα που

Λεπτομέρεια από τη “Μεγάλη επιγραφή” με τον Κώδικα Δικαίου στη Γόρτυνα



Ρωμαϊκό Ωδείο στη Γόρτυνα



σήμερα την έχει καταλάβει μια χαρακτηριστική γιγαντιαία ελυγιά (λυγαριά *Vitex agnus-castus*). Περνώντας στη δυτική πλευρά του ρέματος, βρισκόμαστε ακριβώς στη βάση του όρους Οξυκέφαλο και έχουμε δυο επιλογές για να συνεχίσουμε την πορεία μας: είτε να αρχίσουμε με διαδοχικές τραβέρσες την ανάβαση της πλαγιάς του πυραμιδοειδούς όρους είτε να μπούμε σε ένα ρέμα που είναι σχεδόν παράλληλο με το ρέμα Καθαριστή και το παρακολουθεί από τα δυτικά. Το ρέμα αυτό ονομάζεται Πετριανός ποταμός και όπως θα διαπιστώσουμε αργότερα πηγάζει λίγο πιο δυτικά από τον οικισμό Άγιος Νικόλαος, από όπου και η μεγαλύτερη επιφανειακή υδροφορία. Η πρώτη λύση αν και φαίνεται πιο κουραστική, μας προφυλάσσει από κακοτοπιές και διάφορα λούκια της ανατολικής

Ο αειθαλής πλάτανος της Γόρτυνας (*Platanus orientalis* var. *cretica*)

Όπως αναφέρει η ελληνική μυθολογία, η ερωτική ένωση του Δία και της Ευρώπης, ύστερα από την αρπαγή της στις ακτές της Φοινίκης, έλαβε χώρα στη Γόρτυνα κάτω από τη σκιά ενός πλατάνου. Ως ένδειξη ευγνωμοσύνης, ο Δίας χάρισε στο πλατάνι της Γόρτυνας το δικαίωμα να μη χάνει τα φύλλα του τη χειμερινή περίοδο.

Μέσα στον αρχαιολογικό χώρο της Γόρτυνας υπάρχει σήμερα ένα από τα 55 αειθαλή πλατάνια που έχουν εντοπιστεί διεσπαρμένα σε όλο το νησί. Σχηματίζοντας παραποτάμιες συστάδες στις όχθες του Ληθαίου ποταμού, μαζί με άλλους φυλλοβόλους πλατάνους, ο αειθαλής πλάτανος της Γόρτυνας προσφέρεται για χειμερινή επίσκεψη, οπότε και είναι εύκολα παρατηρήσιμο το φαινόμενο της αειφυλλίας. Το φύλλωμά του θα πέσει στη γη καθυστερημένα, νωρίς το καλοκαίρι του επόμενου έτους, χωρίς ποτέ να αφήσει το δέντρο γυμνό.

Η αειφυλλία των πλατάνων, που αποτελεί αντικείμενο τρέχουσας βοτανικής και γενετικής έρευνας, φαίνεται να σχετίζεται με το κατά τόπους ζεστό και ήπιο κλίμα της νότιας Κρήτης.

Ο αειθαλής πλάτανος της Κρήτης έχει χαρακτηριστεί «Μνημείο της Φύσης» σύμφωνα με το Ν. 996/1971.

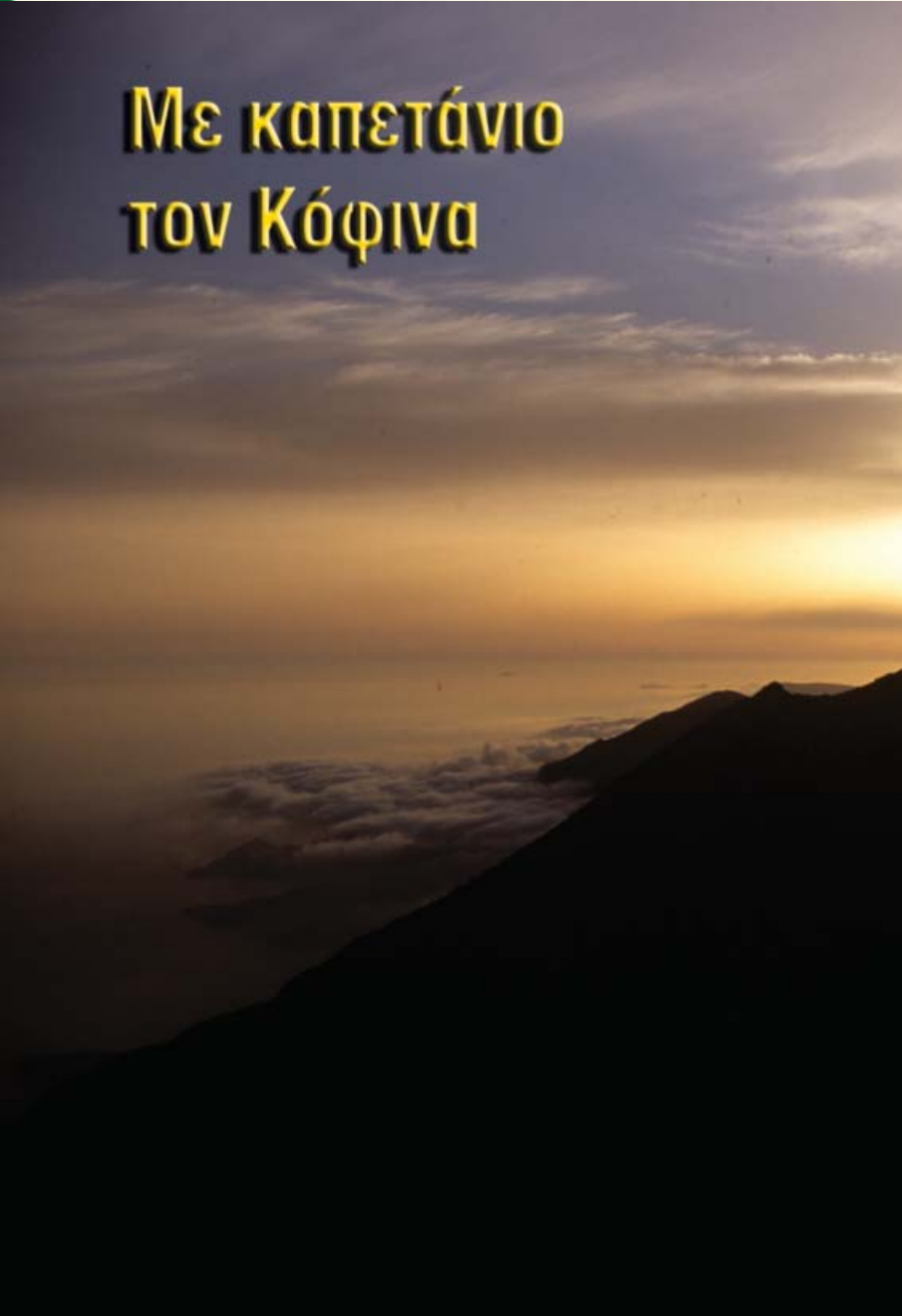
(Πηγή: Αστέριος Στ. Ζαχάρης, «Το αειθαλές πλατάνι της Κρήτης», Κρητικό Πανόραμα, τ. 8, Μάρτιος – Απρίλιος 2005, σελ. 126-145)



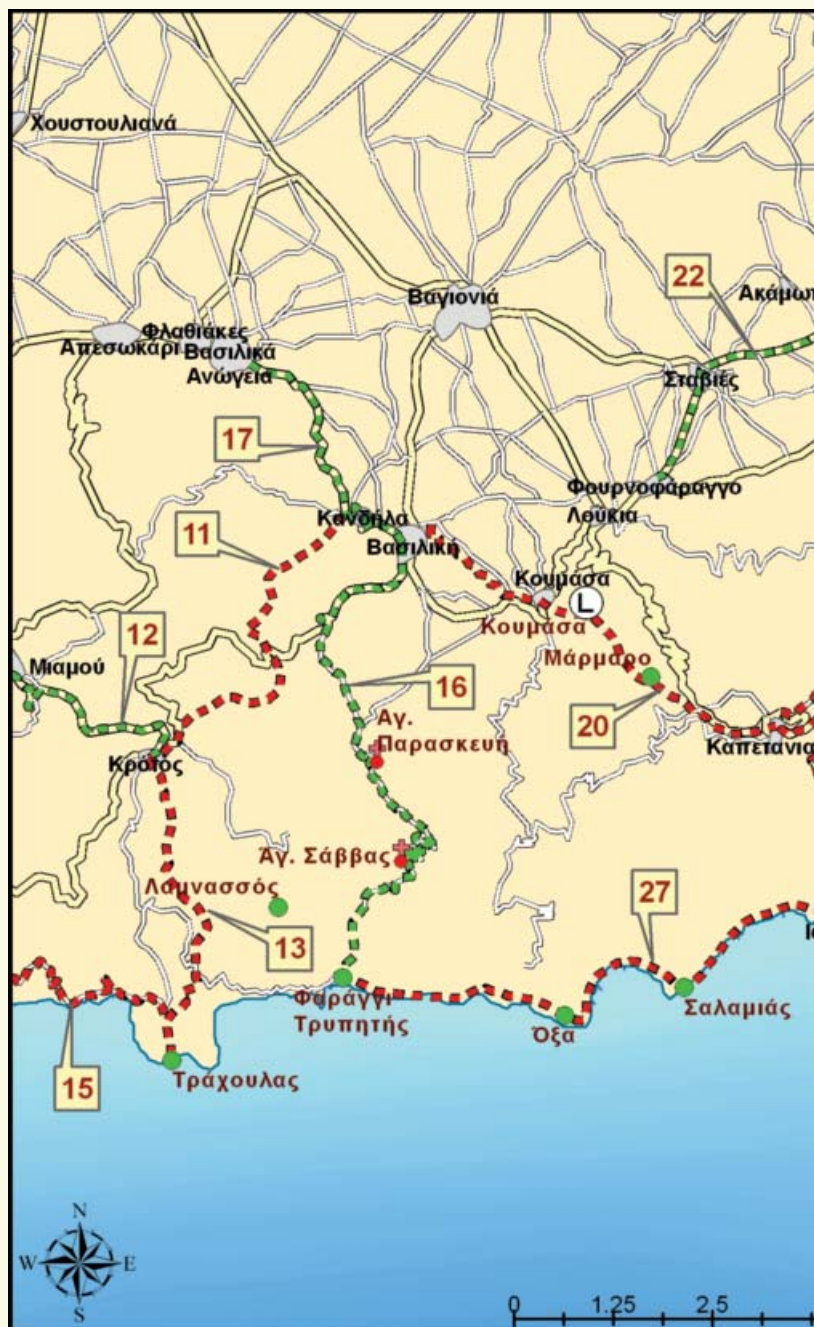
Ο αειθαλής πλάτανος της Γόρτυνας (*Platanus orientalis* var. *cretica*)



Με καπετάνιο τον Κόφινα









όχθης του Πετριανού ποταμού, που αναπόφευκτα θα υποστούμε αν τον ακολουθήσουμε. Ωστόσο, μια σύντομη επίσκεψη στο ρέμα αυτό, είναι απαραίτητη. Οι φρύνοι (*Bufo viridis*), οι λυγαριές και η υδρόφιλη βλάστηση είναι μια εικόνα πρωτόγνωρη για τα Αστερούσια μέσα στο κατακαλόκαιρο. Μια τρίτη επιλογή που πρέπει, όμως, να αποφύγουμε είναι να ακολουθήσουμε τη συνέχεια του ρέματος Καθαριστή, που τώρα αρχίζει να περιζώνει από ανατολικά το Οξυκέφαλο. Το ρέμα εδώ ονομάζεται Πλάκα και είναι εξαιρετικά απότομο.

Το Οξυκέφαλο μοιάζει με νησί που περιβάλλεται από δύο ποτάμια και η εικόνα, ιδιαίτερα κατά τους μήνες με μεγάλη επιφανειακή ροή υδάτων (Φεβρουάριος και Μάρτιος), είναι εντυπωσιακή. Φτάνοντας στη βόρεια μύτη του Οξυκέφαλου και διασχίζοντας την άλλοτε στενή και άλλοτε πλατύτερη κορυφογραμμή, θα φτάσουμε στη βόρεια πλευρά του λόφου που κρύβει τελείως τον Άγιο Νικόλαο. Εδώ χωρίς δισταγμό ακολουθούμε το μονοπάτι (αρκετά εμφανές) που τον αγκαλιάζει από ανατολικά (βλέπουμε το ρέμα Πλάκα) και σε 5 λεπτά είμαστε στον Άγιο Νικόλαο.

Κατά τη διάρκεια της πορείας μας θα δούμε μερικές μάντρες χωροθετημένες στις νότιες, προστατευμένες από το βοριά, πλευρές εντυπωσιακών ασβεστολιθικών βράχων.

Το ρέμα Πλάκας – Καθαριστή – Πλατσαράκια στεγνώνει πιο γρήγορα από τον Πετριανό ποταμό, ο οποίος διατηρεί το νερό του σχεδόν μέχρι και τον Αύγουστο, ακριβώς επειδή τροφοδοτείται από τα νερά της πηγής του Πραντά.

Ο οικισμός του Αγίου Νικολάου αποτελεί ένα σημαντικό όριο παρατήρησης της ορνιθοπανίδας των Αστερουσίων. Ιτιές, καρυδιές, θεόρατες μουριές, κυπαρίσσια, πλατάνια και βελανιδιές διαμορφώνουν έναν σκιερό χώρο

Κεντρικά Αστερούσια



γύρω και νοτίως του οικισμού που έχει διαμορφωθεί εδώ και εκεί σε μαντριά.

Ακόμα δυτικότερα από τον Πετριανό ποταμό βρίσκεται το Φαράγγι Παστρικού με τον Άγιο Κύριλλο κοντά στην έξοδό του.

Προσοχή! Το σχιστολιθικό πέτρωμα έχει την τάση να αποχωρίζεται την επιφανειακή στοιβάδα του μόλις δεχθεί το βάρος του περιπατητή, γι' αυτό χρειάζεται μεγάλη προσοχή, ιδιαίτερα σε κατηφορικές πορείες.

Άγιος Νικόλαος

Ο Άγιος Νικόλαος είναι ένα εντυπωσιακό μνημείο, τόσο της λαϊκής αρχιτεκτονικής όσο και της χωροθέτησης των ανθρώπινων οικισμών στην οροσειρά των Αστερουσίων. Σύμφωνα με την προφορική παράδοση υπήρξε τόπος καταφυγίου για τους κατοίκους της Παναγιάς. Πιθανότατα ο οικισμός φιλοξενούσε μέρος των κατοίκων της Παναγιάς κατά τους θερινούς μήνες, όπως στην περίπτωση Ροτασίου – Εθιάς. Ο οικισμός, χτισμένος στη νότια πλευρά της ομαλής κορυφογραμμής του όρους Οξυκόρυφο (γύρω στα 750 μ. υψόμετρο), είναι αφανής από τα βόρεια. Η θέση αυτή έδινε στους κατοίκους τη δυνατότητα να ελέγχουν μια από τις σημαντικές πηγές των Αστερουσίων και να αξιοποιούν ένα μικρό πλάτωμα, εύφορης γης, γύρω από αυτήν.

Σήμερα ο οικισμός είναι ερειπωμένος. Ο τελευταίος κάτοικος τον εγκατέλειψε κατά τη δεκαετία του 1980. Τα σπίτια είναι χτισμένα στο ελαφρώς κεκλιμένο πεδίο που μεσολαβεί ανάμεσα στις κατάφυτες παρυφές των ρεμάτων Πλάκας και Πετριανού ποταμού, που εδώ πλησιάζουν το ένα το άλλο σε απόσταση αναπνοής και περικυκλώνουν κυριολεκτικά το όρος Οξυκόρυφο.

Τα σώχωρα χρησιμοποιούνται σήμερα ως μάντρες, λόγω της φυσικής σκίασης που διαθέτουν (πλατάνια, ιτιές, πρίνοι, καρυδιές κ.ά.) και της μόνιμης παροχής νερού από την πηγή στη θέση Πραντά, 100 μέτρα νοτιοδυτικά του οικισμού, που παρέχει πόσιμο (κατά πάσα πιθανότητα) νερό. Δυστυχώς, τα στερεά απορρίμματα αλλοιώνουν και εδώ την αισθητική εικόνα του διαμορφωμένου χώρου.

Πολύ κοντά (νοτιοανατολικά του οικισμού Στέρνες και σε χαμηλότερο υψομετρικό επίπεδο από τον Άγιο Νικόλαο) βρίσκονται και οι Ζάμπρες, ακόμα ένα από τα περίπου 10 εγκαταλειμμένα χωριά των Αστερουσίων.

Ο Άγιος Νικόλαος θα μπορούσε να αποτελέσει ένα σημαντικό σταθμό βάσης για την επίσκεψη του κεντρικού τμήματος των Αστερουσίων, σε ένα ενιαίο δημοτικό δίκτυο μονοπατιών.

19. Άγιος Νικόλαος – Σώπατα

Περπάτημα σε φρυγανότοπο χωρίς εμφανές μονοπάτι. **Υ.Δ.:** + 250 μ.

(από τα 750 στα 1.000 μ.) **Απόσταση:** 3 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 2 ώρες, **Ορειβατική δυσκολία:** μέση. Παρουσία περιφράξεων λόγω των χρήσεων γης (κτηνοτροφική περιοχή). **Προμήθεια νερού** απαραίτητη από πριν (υπάρχει πόσιμο – κατά πάσα πιθανότητα – νερό και στον Άγιο Νικόλαο). **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (ρSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000».

Από τον εγκαταλειμμένο οικισμό του Αγίου Νικολάου, τα Σώπατα και ο Κόφινας δεν απέχουν και πολύ. Τη φαινομενικά εύκολη πορεία, με υψομετρική διαφορά 250 περίπου μέτρων, μπορούν να δυσκολέψουν οι υπάρχουσες περιφράξεις, η σκληρόφυλλη βλάστηση αλλά και η απουσία μονοπατιού.

Τα δίκτυα μονοπατιών που υπάρχουν, συνδέουν τον οικισμό του Αγίου Νικολάου περισσότερο με άλλους κτηνοτροφικούς οικισμούς της βόρειας πλαγιάς των Αστερουσίων, όπως είναι οι επίσης εγκαταλειμμένες Ζάμπρες, παρά με το οροπέδιο Σώπατα, γεγονός που σχετίζεται με την πολύπλοκη ανθρωπογεωγραφία της περιοχής των Αστερουσίων και με τις κοινοτικές ιδιοκτησίες που έχουν διαμορφωθεί πάνω στο βουνό.

Για περισσότερη ασφάλεια, μην ακολουθήσετε ανοδικά το ρέμα που κυλάει δυτικά του οικισμού του Αγίου Νικολάου. Το ρέμα αυτό διέρχεται από σημεία κακοτράχαλα, με απότομη αύξηση του υψομέτρου. Ανεβείτε από τις παπούρες πάνω ακριβώς από τον οικισμό και χρησιμοποιείστε τραβέρσες, εξοικονομώντας δυνάμεις και απολαμβάνοντας το τοπίο.

Αν δεν θέλετε να ταλαιπωρηθείτε καθόλου, μπορείτε να ακολουθήσετε τον χωματόδρομο που ξεκινάει από τις Στέρνες και οδηγεί στα Σώπατα, ο οποίος διέρχεται 200 μέτρα ανατολικά του οικισμού και συνδέεται με αυτόν.



Κάτι που πρέπει να προβλεφθεί είναι και η πιθανότητα ξαφνικής αλλαγής του καιρού, αρκετά συχνό φαινόμενο για την περιοχή Κόφινας – Καπετανιανών. Κύρια αιτία για αυτό είναι η ίδια η πεδιάδα της Μεσαράς, που εγκλωβίζει μεγάλα ποσοστά υγρασίας. Πολλά εξαρτώνται και από τις εκάστοτε τοπικές καιρικές

Βραχώδεις εξάρσεις κοντά στον Άγιο Νικόλαο



Άγιος Νικόλαος. Ένα εντυπωσιακό μνημείο λαϊκής αρχιτεκτονικής

συνθήκες στο νότιο τμήμα των Αστερουσίων, που ενδέχεται να σας επηρεάσουν κοντά ή πάνω στην κορυφογραμμή.

Μη ξαφνιαστείτε, λοιπόν, αν ξαφνικά σας τυλίξει ένα σύννεφο ομίχλης ή αν αρχίσει να φυσάει μανιασμένα...

Λίγο πριν τα Σώπατα, οι εκτενείς αλυσίδες απογυμνωμένων πετρωμάτων διασπούν την επικράτηση του σχιστόλιθου και γίνονται προπομποί της διαφορετικής γεωλογίας και μορφολογίας της νότιας ρίζας των Αστερουσίων.

Συνεκτιμώντας όλα τα παραπάνω, καταλήγει κανείς στο συμπέρασμα ότι πρόκειται για μια σύντομη αλλά μάλλον απαιτητική ανάβαση.

Παρατηρητήριο Ορνιθοπανίδας

Η ορεινή ζώνη του βουνού και οι περιμετρικά αυτής βουνοπλαγιές (Μαδάρα, Κόφινας) αποτελούν πεδίο δραστηριότητας των μεγάλων αρπακτικών. Ορισμένα σημεία στο οροπέδιο Σώπατα αποτελούν ιδεώδεις θέσεις για την παρατήρηση των μεγάλων αρπακτικών (γυπαετός, χρυσαετός, όρνιο).

20. Βασιλική – Κουμάσα – Όρος Μάρμαρο – Καπετανιανά

Πεζοπορία σε βουνοπλαγιά και κορυφογραμμή χωρίς ευκρινές μονοπάτι.

Υ.Δ.: + 650 μ. **Απόσταση:** 10 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 4,5 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. Παρουσία περιφράξεων λόγω των χρήσεων γης στην περιοχή (κτηνοτροφική ζώνη). **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (ρSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008)

Όρος Οξυκόρυφο

Το όρος Οξυκόρυφο (περίπου 750 μ. υψόμετρο) προβάλλει ως άλλο νησί της κρητικής γεωγραφίας. Είναι περιζωμένο από δύο περιοδικούς χείμαρρους, που παρέχουν νερό μέχρι και νωρίς τον Ιούλιο. Οι λεκάνες απορροής τους πλησιάζουν μεταξύ τους σε σημείο αναπνοής, τόσο βορείως όσο και νοτιώς του υψώματος και το οριοθετούν ξεκάθαρα από άλλα υψώματα.

Ερχόμενος κανείς από τα βορειοδυτικά δεν υπάρχει πιθανότητα να μην διακρίνει το Οξυκόρυφο, με το χαρακτηριστικό σχήμα ψηλής και στενής πυραμίδας. Το νότιο άκρο της μικρής κορυφογραμμής του φιλοξενεί, προστατευμένο και κρυμμένο, τον οικισμό του Αγίου Νικολάου.

Μια σύντομη, αλλά απαιτητική ανάβαση

του Δικτύου «Natura 2000». **Οικολογική αξία:** το εσωτερικό της περιοχής χαρακτηρίζεται από χαμηλή όχληση και από την ολοφάνερη ομορφιά του τοπίου.

Η πορεία που προτείνουμε αποτελούσε μια πολύ δημοφιλή πεζοπορική διαδρομή για θρησκευτικούς λόγους μέχρι και τα τέλη της δεκαετίας του 1960. Για τους προσκυνητές, από την επαρχία Καινουρίου και πιο δυτικά, αυτός ήταν ο πιο συνηθισμένος δρόμος πρόσβασης στο μεγάλο προσκύνημα της Παναγίας Κουδουμά.

Αν και σήμερα τείνουν να ξεχαστούν τα τοπογραφικά της χαρακτηριστικά και η ακριβή χάραξή της, αποτελεί έναν ενδιαφέροντα συνδυασμό ιστορίας και πεζοπορίας για όποιον επιχειρήσει να την περπατήσει. Σύμφωνα με πληροφορίες των ντόπιων, το μονοπάτι – αφού προηγουμένως είχε περάσει μέσα ή πλησίον της Βασιλικής και της Κουμάσας – ανελίσσεται στη βόρεια-βορειοδυτική όψη του όρους Μάρμαρο, πριν «πιάσει κορυφογραμμή» και ομαλότερες κλίσεις. Από την κορυφογραμμή του Μαρμάρου μέχρι και τα Καπετανιανά, η απόσταση δεν είναι μεγάλη. Για να ξεγιαλίσει μετά τα Καπετανιανά, το μονοπάτι άρχιζε πάλι να κατηφορίζει προς τον Άγιο Ιωάννη.

Κουμάσα

Μια μικρή στάση στην Κουμάσα είναι απαραίτητη για να επισκεφτούμε το

αξιόλογο ταφικό συγκρότημα μισό χιλιόμετρο βορειοανατολικά της, δίπλα ακριβώς από τον ασφάλτινο δρόμο. Λόγω της ιδιαιτερότητας των κεραμικών ευρημάτων του μινωικού νεκροταφείου, με τους τέσσερις θολωτούς ομαδικούς τάφους, ονόμασαν ένα ξεχωριστό ρυθμό αγγειοπλαστικής, ως «Ρυθμό της Κουμάσας».

Αντιπροσωπευτικό τμήμα των ευρημάτων εκτίθεται σε ξεχωριστή προθήκη στο Αρχαιολογικό Μουσείο Ηρακλείου.

Σύγχρονη Ερημούπολη

Αν υπάρχει μια περιοχή των Αστερουσίων που διατηρεί ακόμα τη φυσιογνωμία και την ατμόσφαιρα της αραιοκατοικημένης «Ερημούπολης», θα τη βρείτε στην περιοχή που οριοθετείται από το Φαράγγι της Τρυπητής από τα δυτικά, την παραλιακή ζώνη Τρυπητή – Άγιος Ιωάννης από τα νότια, το χωμάτινο δρόμο Άγιος Ιωάννης – Καπετανιανά από τα ανατολικά και το όρος Μάρμαρο από τα βόρεια.

Στην περιοχή αυτή, νοτιοδυτικά των Καπετανιανών, ήκμασε και η Αγία Μονή ή Μονή Ζωοδόχου Πηγής. Πρόκειται για εγκαταλειμμένο σήμερα μοναστηριακό συγκρότημα, από το οποίο σώζονται αξιόλογα αρχιτεκτονικά ίχνη.

Για το Μοναστήρι της Ζωοδόχου Πηγής, για τον Άγιο Σάββα, για την Τρυπητή, για το Σεφέρι, ακόμα και τον όρμο της Σαλαμιάς και για το Ακρωτήριο Οξά ξεκινούν παλαιά μονοπάτια από τα Καπετανιανά. Για περισσότερες πληροφορίες σχετικά με αυτές τις πεζοπορίες απευθυνθείτε στο Γραφείο "KORIFI TOURS", που εδρεύει στα Καπετανιανά.

Άνω και Κάτω Καπετανιανά

Ο οικισμός των Καπετανιανών είναι χωρισμένος σε δύο αυτόνομες γειτονιές, τα Άνω και Κάτω Καπετανιανά. Έχει χτιστεί αμφιθεατρικά πάνω σε πλαγιά, με έντονη κλίση που δεν διαθέτει παρά λίγα στενά πλατώματα.

Τα Κάτω Καπετανιανά έχουν δομικά στοιχεία οχυρωματικής αρχιτεκτονικής, που αποκαλύπτονται στην ενιαία



Παρατήρηση πουλιών

αδιάσπαστη τοιχοποιία του νότιου φρουριακού τοίχου. Στην εξωτερική του πλευρά έχει συναρτηθεί ένα συγκρότημα από κοινοτικές πετρόχτιστες μάντρες, όπου οι Καπετανιανοί μάντριζαν μαζί τα κοπάδια τους.

Πολύ σημαντική είναι η εκκλησία της Παναγίας των Κάτω Καπετανιανών ή αλλιώς η Παναγία «Κύριε Ελέησον». Στην αποθήκη του Αρχαιολογικού Μουσείου Ηρακλείου βρίσκεται φυλαγμένος ο αρχαίος βωμός που χρησίμευε μέχρι και πριν λίγα χρόνια ως τράπεζα προσφορών στην εκκλησία. Η εκκλησία της Παναγίας είναι πιθανότατα το καθολικό μη υφισταμένου σήμερα μοναστηριακού συγκροτήματος, στο οποίο είχε αναπτυχθεί έντονη θεολογική δραστηριότητα. Σήμερα, τμήμα αυτής της πρωτότυπης θεολογικής σκέψης αποκαλύπτεται στις εξαιρετικής τέχνης και σημειολογίας τοιχογραφίες του κατάγραφου ναού.

21. Ασήμι – Αγιά Φωτιά – Στέρνες – Ασήμι

Ασφάλτινος δρόμος που διασχίζει την πεδιάδα της Μεσαράς στην κορυφή δύο υδρογραφικών συστημάτων, εκείνο του Αναποδάρη προς τα ανατολικά και του Γεροποτάμου προς τα δυτικά. **Υ.Δ.:** αμελητέα **Απόσταση:** 10 χλμ.

Κατάσταση δρόμου: καλή. **Προμήθεια νερού** από πηρ.

Η περιοχή αυτή, που περιλαμβάνει τις γεωργικές περιφέρειες του Ασημίου, των Στερνών και της Παναγίας, έχει, όχι άδικα, ονομαστεί και «φάλι της Μεσαράς» (δηλαδή ομφαλός, κέντρο της Μεσαράς). Από εδώ ξεκινούν δυο λεκάνες απορροής, που καταλήγουν η κάθε μια σε δυο διαμετρικά αντίθετα σημεία του ορίζοντα: προς τα ανατολικά ο Αναποδάρης και προς τα δυτικά ο Γεροπόταμος. Η ελαιοκαλλιέργεια έχει επικρατήσει σχεδόν καθολικά στην περιοχή, εκτοπίζοντας τους εκτεταμένους και παραγωγικούς σιτοβολώνες για τους οποίους ήταν παλαιότερα γνωστό το Ασήμι και περιορίζοντας αισθητά την έκταση των σταφιδάμπελων, που άκμαζαν εδώ μέχρι και τη δεκαετία του 1980.

Στα πλαίσια των θερινών πολιτιστικών εκδηλώσεων του Δήμου Κόφινα διοργανώνεται κάθε χρόνο, στο τέλος του καλοκαιριού, αγώνας αντοχής που καλύπτει την ίδια ακριβώς διαδρομή. Ο “Μυρογιάννειος Δρόμος”, που τείνει να γίνει θεσμός, συνδιοργανώνεται από τον Όμιλο Υπεραποστάσεων Κρήτης (Ο.Υ.Κ.).



22. Στέρνες – Παναγιά – Διονύσι – Σταβιές – Φουρνοφάραγγο

Ασφάλτινος δρόμος που ακολουθεί τη βόρεια ρίζα των Αστερουσίων

Αρχαιολογικός χώρος
Κουμάσας

Υ.Δ.: μικρές ανηφοροκατηφόρες της τάξης των 50 μ. **Απόσταση:** 11 χλμ.
Κατάσταση δρόμου: καλή. **Προμήθεια νερού** από πρην. Η περιοχή χαρακτηρίζεται από μεγάλη αξία τοπίου.

Το επαρχιακό οδικό δίκτυο αποτελεί το βόρειο όριο της περιοχής «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000».

Η ποδηλασία στα βόρεια ριζά των Αστερουσίων είναι ίσως ο καλύτερος τρόπος για να περιηγηθεί κανείς τις εναλλαγές της μορφολογίας τους. Σε όλο το μήκος της αλυσίδας των Αστερουσίων, το καλά διατηρημένο έδαφος εναλλάσσεται με περιοχές όπου ο απογυμνωμένος βράχος κάνει αισθητή την παρουσία του, σχηματίζοντας άλλοτε διαδοχικά ζωνάρια που προβάλλουν ανάγλυφα από το έδαφος και άλλοτε κατακόρυφους βράχους που θυμίζουν Μετέωρα. Στην περιοχή, το κύριο ενδιαφέρον εντοπίζεται στις γεωλογικές πτυχώσεις νοτίως του Φουρνοφάραγγου και της Λούκιας και στους λόφους γύρω από τον Άγιο Νικόλαο, οι οποίοι αλλάζουν όψη, σχήμα και χρώμα πολλές φορές στη διάρκεια της ημέρας.

Εναλλακτικά, μπορεί κάποιος να χρησιμοποιήσει παράπλευρους ή κάθετους χωμάτινους δρόμους, που εδώ υπάρχουν σε αφθονία.

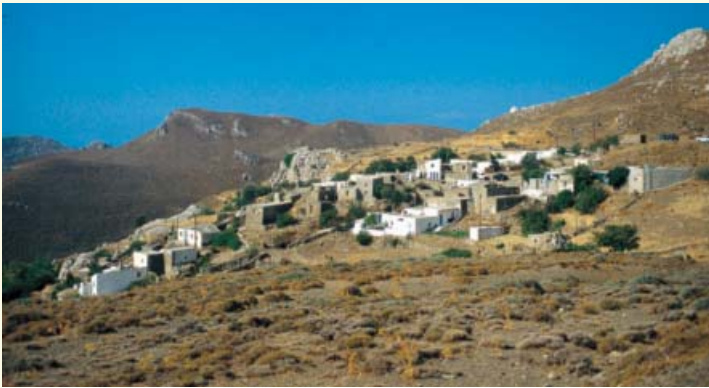
Ο ανεμόμυλος στη Λούκια

Η περιουσία της Μονής Κουδουμά περιλαμβάνει και τον περίφημο ανεμόμυλο στη Λούκια, στα βόρεια πρανή των Αστερουσίων, που χρονολογείται από τον 19^ο αιώνα.

23. Καπετανιανά - Σώπατα - ρίζα Κόφινα

Πεζοπορία σε χωμάτινο δρόμο. **Υ.Δ.:** +200 μ. με πολύ ομαλή κλίση (από τα 800 στα 1.000 μ. περίπου). **Απόσταση:** 5 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 1,5 ώρα.
Ορειβατική δυσκολία: εύκολη. **Τύπος βλάστησης:** υπερβοσκημένος

Ο οικισμός των Καπετανιανών



φρυγανότοπος με κυριαρχία αστοιβιδών. **Προμήθεια νερού** από τα Καπετανιανά. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (ρSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000».

Ακολουθούμε το χωματόδρομο που κινείται ανατολικά των Καπετανιανών και τα συνδέει με το οροπέδιο Σώπατα. Ο δρόμος ουσιαστικά έχει χαραχτεί πάνω στο μονοπάτι, που παλιότερα οδηγούσε στη ρίζα του Κόφινα πριν την τελική ανάβαση στην κορυφή του.

Σε απόσταση 1 χλμ. θα δείτε χαμηλότερα έναν συμπαγή βράχο, το Αναρριχητικό Πεδίο Καπετανιανών, ένα από τα καλύτερα, αν όχι το καλύτερο αναρριχητικό πεδίο της Κρήτης.



Κυκλική ποδηλατική διαδρομή

Νοτιότερα του χωματόδρομου αναπτύσσεται ένα ενδιαφέρον αλλά δύσκολα επισκέψιμο δίκτυο μονοπατιών, που περιζώνει την κορυφή του Κόφινα, πριν στραφεί νότια.

Η μοιρασιά του ουρανού

Στην προφορική παράδοση των Καπετανιανών βοσκών, η βιτσιλα (χρυσαιτός) και ο φιλάδελφος (σπιζαιτός) παρουσιάζονται να έχουν «συνάψει» μια ιδιότυπη συμφωνία αμοιβαίου σεβασμού των περιοχών τους. Κανένας από τους δύο δεν παραβιάζει τα όρια που έχουν άτυπα θεσπιστεί, μη εισερχόμενος στα λημέρια του άλλου. Η παράδοση αυτή επιβεβαιώνεται σήμερα και επιστημονικά.

Τόσο ο χρυσαιτός όσο και ο σπιζαιτός είναι χωροκρατικά είδη, δηλαδή κινούνται σε οριοθετημένες για κάθε αναπαραγωγικό ζευγάρι επικράτειες. Τα δύο είδη είναι ως ένα βαθμό ανταγωνιστικά ως προς τις θέσεις φωλιάσματος και την ανεύρεση τροφής, αφού και τα δύο τρέφονται με τα ίδια θηράματα. Επίσης, σύμφωνα με όσα έχει δείξει η έρευνα πεδίου, οι επικράτειες των δύο ειδών εμφανίζουν συχνά μικρή αλληλοεπικάλυψη, κυρίως όσον αφορά τις περιοχές ανεύρεσης τροφής. Ωστόσο, ο σπιζαιτός – κατά κανόνα – φωλιάζει σε χαμηλότερα υψόμετρα από ότι ο χρυσαιτός.

Αγιά Φωτιά

Η Αγιά Φωτιά φιλοξενεί αξιόλογες υποδομές διαχείρισης των υδατικών πόρων που χρονολογούνται από τη ρωμαϊκή εποχή. Ο σημερινός οικισμός έχει θεμελιωθεί πάνω στα υπολείμματα ρωμαϊκού υδραγωγείου.



Ποδηλατική διαδρομή

24. Σώπατα - Φαράγγι Παστρικού

Σύντομη διείσδυση σε στενό και επικίνδυνο φαράγγι χωρίς ευκρινές μονοπάτι. Δεν υπάρχει σηματοδότηση. **Υ.Δ.:** + 200 μέτρα. **Απόσταση:** 1 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 30 λεπτά. **Ορειβατική δυσκολία:** δύσκολο με αρκετά επικίνδυνα σημεία. Παρουσία περιφράξεων λόγω των χρήσεων γης στην περιοχή (κτηνοτροφική ζώνη). **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (ρSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000».

Βορείως των Καπετανιανών και σε υψομετρική διαφορά μόλις 150 μέτρων πάνω από το χωριό, οι κλίσεις αρχίζουν να αντιστρέφονται. Στο ρόλο του υδροκρίτη, η κορυφογραμμή των Αστερουσίων, που σ' αυτό το σημείο αγγίζει σχεδόν τα 1.000 μ. σε ύψος και το διατηρεί για ένα μήκος 4 περίπου χλμ., από τα Σώπατα μέχρι το όρος Μάρμαρο. Φεύγοντας από τα Καπετανιανά από βορρά, η κορυφογραμμή αυτή, που κατά θέσεις ονομάζεται Κορφάλια, Πρίνος και Λάκκοι, δίνει παράλληλα τη δυνατότητα να αναπτυχθούν δύο διαφορετικά ρέματα, με απότομες κλίσεις.

Από τα 950 ως τα 500 μέτρα περίπου, η πλαγιά διαθέτει αξιοσημείωτες κλίσεις που με δυσκολία περπατώνται. Το όποιο έδαφος έχει απομείνει στην περιοχή, συγκρατείται σε πλατώματα πριν τις κάθετες κλίσεις, ανάμεσα στις ισοψείς των 500 και των 600 μέτρων. Από τα 500 μ. και κάτω, μέχρι και τα ριζά του βουνού οι κλίσεις είναι σχεδόν κάθετες, οπότε οποιαδήποτε προσπάθεια διερεύνησης της περιοχής πρέπει να έχει αντίστροφη πορεία (από κάτω προς τα πάνω).

Όπως συμβαίνει και με το ρέμα της Ελιγιάς προς νότο, τα ασβεστολιθικά πετρώματα από τη βορινή πλευρά των Αστερουσίων, πάνω από το

Προς την ιερή κορυφή

Φουρνοφάραγγο μέχρι και την Παναγιά, έχουν αποκαλυφθεί σχηματίζοντας μακρύτερα ή βραχύτερα φαράγγια, πάντοτε μικρής διατομής, που όμως είναι ιδιαίτερα επικίνδυνα. Κανένα από αυτά δεν διαθέτει σηματοδότηση ή κάποιου είδους υποστήριξη. Ακόμα, η σαθρότητα των βράχων δεν αφήνει περιθώρια για χάραξη αναρριχητικών διαδρομών.

Ενδεικτικά αναφέρουμε το φαράγγι του Παστρικού, η βόρεια έξοδος του οποίου βρίσκεται 1 χλμ. δυτικότερα του οικισμού Παναγιά. Πρόκειται για εξαιρετικά δύσβατο φαράγγι, που επιτρέπει μικρή μόνο διείσδυση στο εσωτερικό του.

25. Σώπατα – Κόφινας

Πεζοπορία σε βραχώδες ανάγλυφο με σηματοδοτημένο μονοπάτι.

Υ.Δ.: + 300 μ. περίπου (εξαρτάται από το σημείο που θα αρχίσετε την πεζοπορία). **Μέσος Χρόνος:** 40 λεπτά. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια, υπάρχουν μερικά δύσκολα σημεία που έχουν τοποθετηθεί μεταλλικές κλίμακες. **Προμήθεια νερού** από πιν. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000», Καταφύγιο Άγριας Ζωής (ΚΑΖ). **Οικολογική αξία:** αρκετά ενδημικά και

Αναρριχητικό Πεδίο Καπετανιανών

Μετά από χρόνια σκληρής δουλειάς οι Louisa και Gunnar Schuschnigg κατάφεραν να κατοχυρώσουν το “Αναρριχητικό Πεδίο Καπετανιανών” στις επιλογές των αναρριχητών μέσα και έξω από την Κρήτη. Ο βράχος είναι ασβεστόλιθος με τοίχους, τρύπες και προεξοχές, αθλητικά και τεχνικά περάσματα, αρνητικά, καθώς και σημεία για προπόνηση. Έχει εξοπλιστεί με βύσματα και πλακέτες των 10 χιλιοστών. Στα περισσότερα ρελέ βρίσκονται 2 βιδωτά καρφιά και αλυσίδα για τοπ-ρόουπ.

Το Αναρριχητικό Πεδίο Καπετανιανών συνδέεται με τον οικισμό με αγροτικό δρόμο και μονοπάτι.

Ο ορειβατικός σύλλογος «KORIFI TOURS» συστάθηκε από δύο Αυστριακούς, τη Louisa και τον Gunnar Schuschnigg, οι οποίοι από το 1984 διαμένουν στο χωριό Καπετανιανά μαγεμένοι από το τοπίο και την ησυχία του χωριού. Μετά την πολυετή πείρα τους σαν οδηγοί σε διαφορετικά προγράμματα ορειβασίας και πεζοπορίας και γνωρίζοντας την περιοχή καλά είναι ειδικοί στη διοργάνωση ατομικών και ομαδικών πεζοπορικών εκδρομών και ανταποκρίνονται και στις πιο ιδιόρρυθμες απαιτήσεις. Οι δυο Αυστριακοί διατηρούν επίσης πανσιόν, την Πανσιόν «Κόφινας» που βρίσκεται στα Καπετανιανά.

στενοενδημικά είδη της χλωρίδας φύονται γύρω από τον Κόφινα. Επίσης, γύρω από τον Κόφινα, φύονται τα αειθαλή κυπαρίσσια που όσο μειώνεται το υψόμετρο τα διαδέχονται τα πεύκα. Περιοχή αρχαιολογικού και φυσιολατρικού ενδιαφέροντος.

Στο μεγάλο προσκύνημα, την παραμονή του Τιμίου Σταυρού, η περιοχή γεμίζει με αυτοκίνητα. Η φυσιογνωμία του παραδοσιακού προσκυνή-ματος έχει κατά κάποιο τρόπο εξαφανιστεί, στη βάση της κορυφής του Κόφινα, επιβιώνει όμως ακόμα στην ίδια την κορυφή.

Ημέρα γιορτής η 14^η Σεπτεμβρίου

Ο δρόμος για το μονοπάτι ξεκινά από την εκκλησία της Παναγίας Κεράς, κοντά στη θέση Χορεύτρα, με κατάληξη το εκκλησάκι του Τιμίου Σταυρού. Τα κόκκινα βέλη μας οδηγούν στην κορυφή σε 25 λεπτά περίπου με μεγάλη προσοχή, μέσα από γλιστερούς βράχους. Στα επικίνδυνα σημεία υπάρχουν βοηθητικά μεταλλικά σκαλοπάτια. Το μονοπάτι τελεί υπό διαμόρφωση από το Δήμο Κόφινα.

Μια διαχρονικά ιερή περιοχή

Η περιοχή από τη βάση της τελικής έξαρσης του Κόφινα, μέχρι και το κεκλιμένο επίπεδο της κορυφής, έχει διατηρήσει τη λατρευτική της λειτουργία από τα μινωικά χρόνια μέχρι και τις μέρες μας.

Στη θέση Μετζολατί, πολύ κοντά στην Παναγία Κερά στη Χορεύτρα, λίγο πριν τα Σώπατα αγγίξουν τον Κόφινα, ανακαλύφθηκε το υψηλότερο ιερό κορυφής της Μινωικής Κρήτης. Οι ανασκαφές έφεραν στην επιφάνεια έναν πολύ μεγάλο αριθμό αφιερωμάτων και άλλων αντικειμένων (γύρω στα 20.000 ειδώλια και αναθήματα, τα περισσότερα από πήλο). Ορισμένα από αυτά εκτίθενται στο Αρχαιολογικό Μουσείο Ηρακλείου (αίθουσα αρ. 2, προθήκη αρ. 22.)

Το εκκλησάκι του Τιμίου Σταυρού στην κορυφή είναι ένδειξη της ανάγκης συνέχειας – η οποία παρατηρείται και σε πολλά άλλα σημεία της Κρήτης – της λατρευτικής χρήσης συγκεκριμένων χώρων. Η κορυφή είναι ένα ελαφρώς κεκλιμένο επίπεδο όπου συμπαγείς μάζες πέτρας, διακοπτόμενες από αυλακώσεις και ραγάδες, σχηματίζουν διαδοχικά βραχώδη πατάρια.

Σημείωση

Στη θέση Μετζολατί, όπου βρίσκεται και το Μινωικό Ιερό Κορυφής, δεν



Χρυσαιτός (*Aquila chrysaetos*)

υπάρχουν σημαντικά αρχιτεκτονικά κατάλοιπα που να δημιουργούν μια ισχυρή οπτική εντύπωση.

Η παράδοση των «ιερών μήλων του Κόφινα», σημαντικό εθνογραφικό στοιχείο της περιοχής

Ως μια ακόμα σύγχρονη επιβίωση της αρχαίας δεντρολατρείας θεωρείται το έθιμο της συλλογής των καρπών της σορβιάς της ακανθώδους (*Sorbus umbellata* ssp. *umbellata*) και της ένταξής τους στον τελετουργικό εορτασμό του Τιμίου Σταυρού στην κορυφή του Κόφινα. Τρία άτομα αυτού του φυτού, που οι ντόπιοι ονομάζουν «μηλίτσα του Κόφινα», επιβιώνουν σε απόκρημνα σημεία στη βόρεια, περισσότερο υγρή (από την αντίστοιχη νότια) ρίζα του Κόφινα. Οι καρποί συλλέγονται από τους πιστούς και αφήνονται όλη τη νύχτα σε νερό πηγής για να μαλακώσουν. Την επόμενη ευλογούνται από τον ιερέα και κατόπιν μοιράζονται μαζί με τους άρτους στο εκκλησίασμα για κατανάλωση. Οι ρίζες του εθίμου αυτού εντοπίζονται στα μινωικά και τα αρχαία ελληνικά χρόνια.

26. Καπετανιάνα – Άγιος Ιωάννης

Πεζοπορία σε βουνοπλαγιά με και χωρίς μονοπάτι. Δεν υπάρχει

Ορειβατικό καλειδοσκόπιο

Από το βορρά προβάλλει ως ένας ευμεγέθης, πλακουτσωτός πέτρινος θόλος πάνω από αλληπάλληλες αλυσίδες και κορυφές. Από τα δυτικά το κωνικό, οξυλήκτο σχήμα του είναι ορατό μέχρι και τις καλλιεργήσιμες περιοχές κοντά στον Κρότο και στην Μιαμού. Η θέα των ορθοπλαγιών του από τα νοτιοανατολικά σε γεμίζει δέος, είτε βρίσκεσαι στα Σώπατα είτε κατηγορίζεις το μονοπάτι για Μονή Κουδουμά. Από το νότο, όμως, γίνεται πιο εύκολα διακριτός σαν ένα ξεχωριστό, συμπαγές ορεινό τμήμα των Αστερουσίων που επιβάλλεται πάνω στην ακτογραμμή από τις παρυφές του μέχρι και την υψηλότερη απόληξή του.

Η εντύπωση που δίνει ο Κόφινας από διάφορες οπτικές γωνίες είναι πάντα εντυπωσιακή και αξιομνημόνευτη.

Προς την ιερή κορυφή

σηματοδότηση. **Υ.Δ.:** - 700 μ. με αρκετές απότομες κλίσεις. **Απόσταση:** 8 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 2,5 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** εύκολη αν ακολουθήσετε το δρόμο, μέτρια αν κάνετε συντομεύσεις. **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (ρSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000», Καταφύγιο Άγριας Ζωής (ΚΑΖ) νοτιώς των Καπετανιαίων.

Το μονοπάτι αποτελεί τμήμα της δημοφιλούς για πολλές δεκαετίες διαδρομής κάμπος Μεσαράς – Μονή Κουδουμά μέσω Κουμάσας, Καπετανιαίων και παραλίας Ελιγιάς. Οι προσκυνητές, ακολουθώντας αυτή την διαδρομή ξεγιαλίζουν λίγο πιο ανατολικά από τον Άγιο Ιωάννη και λίγο πιο δυτικά από τη νότια έξοδο του φαραγγιού της Ελιγιάς. Από κεί, με ανατολική πορεία και αφού πρώτα σταματούσαν στην Ελιγιά για ξεκούραση και ύπνο, περπατούσαν το σύντομο τελευταίο τμήμα της διαδρομής για τη Μονή Κουδουμά.

Το υπάρχον οδικό δίκτυο σύνδεσης Καπετανιαίων – Αγίου Ιωάννη έχει «πατήσει» πάνω σε ένα μεγάλο τμήμα του παλιού μονοπατιού, καταστρέφοντάς το και εξαφανίζοντας τις περισσότερες από τις διαδοχικές τραβέρσες του κάτω από τον ίδιο το δρόμο ή από τα προϊόντα εκσκαφής που αυτό έχει δημιουργήσει. Με μια μικρή δόση παρατηρητικότητας, θα δείτε ακόμα κοντά στον Άγιο Ιωάννη κάποια ίχνη ξερολιθιών και του λιθόστρωτου, που έχουν διασωθεί και έρπουν προσεκτικά στην πλαγιά, προτού χαθούν ή ταυτιστούν με το υπάρχον οδικό δίκτυο.

Κάτω από αυτές τις συνθήκες δεν έχει νόημα η κατάβαση από την ίδια την πλαγιά, εκτός αν έχετε κάποιο ειδικό ενδιαφέρον για τη χλωρίδα και την πανίδα της περιοχής.



Το εκκλησάκι του Τιμίου Σταυρού στον Κόφινα



Η κορυφή του Κόφινα

Προσοχή!

Αν επιχειρήσετε να κατεβείτε στον Άγιο Ιωάννη χωρίς να ακολουθήσετε το χωμάτινο δρόμο, πρέπει να είστε ιδιαίτερα προσεκτικοί. Η διάνοιξη του δρόμου έχει δημιουργήσει στην πλαγιά και εκατέρωθεν του οδικού δικτύου μια ατέρμονη σειρά από μικρές ασταθείς σάρες, από τα προϊόντα εκσκαφής (ογκόλιθοι, χαλίκια και χώμα), με αποτέλεσμα να κινδυνεύετε ανά πάσα στιγμή να γλιστρήσετε και να χτυπήσετε. Σε κάθε περίπτωση, μια τέτοια ασταθή πλαγιά είναι καλύτερα να την ανεβαίνετε παρά να την κατεβαίνετε. Από το χαμηλότερο σημείο της διαδρομής και κοιτάζοντας βορειοδυτικά θα δούμε τον καταρράκτη ή ρέχτρα στη θέση Ρέχτρα, που τροφοδοτείται με νερό μέχρι και τα μέσα του καλοκαιριού. Η δύναμη του νερού έχει δημιουργήσει εντυπωσιακό λιθωματικό διάκοσμο.

Οικισμός Αγίου Ιωάννη: σε τροχιά «ανάπτυξης»

Ο οικισμός του Αγίου Ιωάννη βρίσκεται σε τροχιά μίμησης παρόμοιων παραθαλάσσιων οικισμών των Ασπερουσίων (Τσουτσουρος, Λέντας), οι οποίοι έχουν αναπτυχθεί χωρίς σεβασμό και έγνοια για το περιβάλλον τοπίο. Ήδη, δρόμοι, εκχερσώσεις και κάθε λογής παρεμβάσεις βαρέων μηχανημάτων, έχουν κλέψει και καταστρέψει πολλή από την ιδιαιτερότητα του τοπίου. Από την τρέχουσα και ενισχυόμενη μέρα με τη μέρα οικιστική ανάπτυξη, συνεπακόλουθο και της απόφασης να δοθεί ρεύμα σ' αυτόν τον κατεχοχήν οικισμό αυθαίρετων κατοικιών, κινδυνεύει τόσο η παράλια ζώνη όσο και το μικρό πλάτωμα ανάμεσα στα τελευταία σπίτια και τα ριζά του βουνού, όπου διατηρούνται ακόμα πανέμορφες ξερολιθιές και μαντρότοιχοι, μνημεία των παραδοσιακών γεωργικών και κτηνοτροφικών πρακτικών. Με παρόμοιο τρόπο, η εξοικονόμηση χώρου για δημιουργία ελαιώνων (!!) υποκίνησε την καταστροφή τμήματος της μακκίας βλάστησης της περιοχής, μιας πολύ σημαντικής ζώνης φωλεοποίησης του μουστακοτσιροβάκου (*Sylvia rueppelli*).

Το Μοναστήρι του Αγίου Ιωάννη

Όλη η περιοχή του Αγίου Ιωάννη είναι εξαιρετικού αρχαιολογικού ενδιαφέροντος. Μισό χιλιόμετρο βορειοδυτικά του οικισμού, σε παράκτια θέση στη ρίζα πλαγιάς που ορθώνεται απότομα, θα βρείτε το Μοναστήρι του Αγίου Ιωάννη, ένα σύνθετο συγκρότημα από σπηλαιώδεις χώρους: τον κεντρικό ναό, τα ασκητήρια και τις βοηθητικές αίθουσες. Το συγκρότημα περιλαμβάνει επίσης καμίνι και στέρνες.

Ο υπαίθριος χώρος περιμετρικά του ναού διαθέτει αρκετές ξερολιθιές,

Ξεγυλιζοντας από τα Καπετανιανά

πιθανότατα κατοπινής κατασκευής, που δείχνουν μέχρι πρόσφατα μια μεγάλη γεωργική παράδοση, με σεβασμό στο λιγοστό έδαφος της περιοχής. Σήμερα οι ξερολιθιές αυτές καταστρέφονται από την άναρχη χάραξη αγροτικών δρόμων.

Η εικονογράφηση του ναού έχει γίνει τόσο εσωτερικά όσο και εξωτερικά, με τοιχογραφίες που προσεγγίζουν το φυσικό μέγεθος. Κάποια από τις χαρακτηριστικές πάνω στις τοιχογραφίες χρονολογούνται από πολύ παλιά. Δυστυχώς, αυτή η πρακτική συνεχίζεται ακόμα. Έχει παρατηρηθεί, επίσης, το φαινόμενο της σκοποβολής πάνω στις τοιχογραφίες των εξωτερικών τοίχων.

27. Τρυπητή – Όρμος Σαλαμιά – Άγιος Ιωάννης

Πεζοπορία σε στενό χωμάτινο μονοπάτι που παρακολουθεί το ξετύλιγμα της ακτογραμμής. Το μονοπάτι πολιορκείται από τη θαμνώδη βλάστηση της περιοχής. Δεν υπάρχει σηματοδότηση. **Υ.Δ.:** Οι υψομετρικές εναλλαγές είναι αμελητέες. Κινούμαστε πάντα κοντά στο επίπεδο της θάλασσας.

Λομελόσια

Στενοενδημικό είδος των ασβεστολιθικών πλαγιών του Κόφινα είναι η Λομελόσια των Αστερουσίων (*Lomelosia minoana* ssp. *asterusica*). Αν τη δείτε μην την κόψετε, μια και θεωρείται “τραυτό” είδος.



Καλιακούδα

Η καλιακούδα (*Pyrrhocorax pyrrhocorax*) είναι μόνιμο είδος των Αστερουσίων. Ο πληθυσμός της, που αριθμεί τουλάχιστον 150 άτομα υπό κανονικές συνθήκες, αυξάνεται το χειμώνα όταν έρχονται άτομα από τα Λασιθιώτικα Όρη.

Η καλιακούδα φωλιάζει σε απότομα φαράγγια και βάραθρα, με υψόμετρο από 400 έως 1.700 μέτρα. Η πιο σημαντική αποικία καλιακούδας στην οροσειρά τοποθετείται στη νότια, απόκρημνη ορθοπλαγιά του Κόφινα. Μια άλλη σημαντική αποικία είναι εκείνη στο βορινό φαράγγι του Αχεντριά.

Η καλιακούδα τρέφεται με έντομα, που βρίσκει σε περιοχές με κτηνοτροφική δραστηριότητα, γι' αυτό η τάση μείωσης της ορεινής εκτατικής κτηνοτροφίας την απειλεί άμεσα.

Η ύπαρξη πίστας αναρρίχησης στη νότια απόκρημνη πλευρά της κορυφής του Κόφινα, δημιουργεί κάποια προβλήματα στους χώρους φωλεοποίησης της πιο σημαντικής αποικίας καλιακούδας στην οροσειρά.



Απόσταση: 6,5 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 2,5 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** εύκολη προς μέτρια. **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (ρSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000», Καταφύγιο Άγριας Ζωής (ΚΑΖ) ανατολικότερα του όρμου Σαλαμιά. **Οικολογική αξία:** Οι παρυφές των Αστερουσίων βορείως της ακτογραμμής φιλοξενούν εκτεταμένες συστάδες μακκίας με κυρίαρχο είδος των πρίνων (*Quercus coccifera*). Η όχληση από ανθρωπογενείς δραστηριότητες είναι μικρή.

Ωστόσο, στα παραθαλάσσια πλατώματα που μετριάζουν κάπως την κλίση των απότομων πλαγιών, εμποδίζοντάς τις να «βουτήξουν» μέσα στη θάλασσα, ύστερα από δεκαετίες υπερβόσκησης φύεται μόνο φρυγανική και



Οι πεζούλες στα Καπετανιανά
σκληρόφυλλη βλάστηση.

Οι ευνοϊκές για την πεζοπορία κλίσεις, ανάμεσα στην απότομη ανωφέρεια και τον γιαλό, διατηρούνται σε όλο το μήκος της διαδρομής από την Τρυπητή μέχρι τον Άγιο Ιωάννη. Το ίδιο και μια συμπαγής αλυσίδα βράχων και ογκόλιθων, που οριοθετεί την ακτή και την κάνει δύσκολα προσπελάσιμη. Εκμεταλλευόμενοι όμως τις όποιες ασυνέχειες, θα μπορέσετε να φτάσετε στην τραχιά και άγρια ακρογιαλιά. Σε αρκετές θέσεις, το θαλασσινό νερό φυλακίζεται επιφανειακά σε ρηχές στεγανές λεκάνες των βράχων, που οι ντόπιοι επισκέπτονται ακόμα για να μαζέψουν θαλασσινό αλάτι και για το λόγο αυτό τις αποκαλούν «αλατσίστρες» (αλυκές). Η περιοχή αυτή έχει διασωθεί από τη διάνοιξη παραλιακού δρόμου και διατηρεί ατόφια τη φυσιογνωμία της. Στο φυσικό όρμο Σαλαμιά, περίπου στο μέσο της διαδρομής, ο περιπατητής θα βρει - αν είναι παρατηρητικός - τις βλυχάδες της ακρογιαλιάς (σημεία κοντά στη θάλασσα όπου βρίσκεται έξοδο το γλυκό νερό αναμιγνυόμενο σχεδόν αμέσως με το θαλασσινό). Όταν οι καιρικές συνθήκες δεν ευνοούν την εισροή θαλασσινού νερού στα υπόγεια δίκτυα που εκτονώνονται κοντά στη θάλασσα, τότε οι βλυχάδες αυτές βγάζουν σχεδόν πεντακάθαρο γλυκό νερό.

Μη ξαφνιαστείτε αν δείτε μεγάλες ομάδες από όρνια να γυροπετούν από πάνω σας, καθώς η ζώνη αυτή αποτελεί το δυτικό όριο της ευρύτερης περιοχής στην οποία κινούνται το μεγαλύτερο διάστημα του έτους.

Γενικότερα, πρόκειται για ένα κομμάτι κρητικής γης, που έχει διατηρηθεί σχεδόν ανέπαφο στο χρόνο και χαρακτηρίζεται από μεγάλη ομορφιά.

28. Άγιος Ιωάννης – Μονή Κουδουμά

Περπάτημα σε σηματοδοτημένο και οριοθετημένο μονοπάτι, καθαρό από βλάστηση. **Υ.Δ.:** σε ελάχιστα σημεία της διαδρομής η υψομετρική διαφορά

φτάνει μέχρι τα 80 μ. για να καταλήξει και πάλι στο επίπεδο της θάλασσας.
Απόσταση: 3 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 1 ώρα. **Ορειβατική δυσκολία:** εύκολο.
Προμήθεια νερού απαραίτητη από πριν. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000», Καταφύγιο Άγριας Ζωής (ΚΑΖ). **Οικολογική αξία:** Ένα αρκετά εκτεταμένο, αραίο δάσος τραχείας πεύκης (*Pinus brutia*). **Αξία τοπίου:** Η διαδρομή αυτή προσφέρει την καλύτερη θέαση αυτής της πλευράς των Αστερουσίων και μια σύντομη, ωστόσο αντιπροσωπευτική και περιεκτική, περιήγηση στον πολιτισμικό πλούτο της περιοχής.

Το πευκόδασος της νότιας πλαγιάς του Κόφιντα και της Μαδάρας κατεβαίνει μέχρι το επίπεδο της θάλασσας, σχηματίζοντας άλλοτε πυκνές και άλλοτε αραιότερες συστάδες. Για όσους έχουν ταυτίσει την εικόνα των Αστερουσίων με την όψη τους από τον βορρά και από τα χωριά του κάμπου, αποτελεί έκπληξη το τραχύ, απόλυτα ορεινό ανάγλυφο της νότιας ρίζας τους και η εκεί παρουσία ενός δασικού οικοσυστήματος αυτής της έκτασης και τέτοιας σπουδαιότητας, που δένεται αρμονικά με τη θάλασσα του Λιβυκού.

Το τοπίο δεν φέρει ίχνη από μεγάλες ανθρώπινες παρεμβάσεις. Μόνο κάποια παραδείγματα περιφραγμένων με ξερολιθιές σπηλαίων, προσωρινών διαμορφώσεων ή εποχιακών καταφυγίων, που δένονται αρμονικά με το περιβάλλον, μπορεί να δει κανείς.

Δεν συμβαίνει, δυστυχώς, το ίδιο με τα νεώτερα ή/και πρόσφατα αρχιτεκτονήματα. Ο οικισμός του Αγίου Ιωάννη στην αφετηρία της διαδρομής, καθώς φαίνεται έχει βαλθεί να ξεπεράσει τον Τσουτύσουρα στην ασχήμια και την αυθαιρεσία. Στο τέλος της διαδρομής, η Μονή Κουδουμά

Στην πιο απόμερη γωνιά των Αστερουσίων

επαναλαμβάνει την ίδια εμπειρία από την πλευρά της εκκλησιαστικής αρχιτεκτονικής.

Δεν είναι σπάνιο να δείτε ομάδες όρνιων να κατεβαίνουν για ολιγόλεπτες στάσεις μέσα στο δάσος ή σχετικά κοντά σ' αυτό. Γενικότερα, πρόκειται για μια περιοχή έντονης δραστηριότητας των μεγάλων αρπακτικών.

Οι ξηροθερμικές συνθήκες που επικρατούν δεν επιτρέπουν την ελάχιστη παρεκτροπή από τους κανόνες συμπεριφοράς που έχουμε επισημάνει στην εισαγωγή. Κατά τη διάρκεια της διαδρομής μπορούμε να επισκεφτούμε το σπήλαιο του Αγίου Αντωνίου και το Αβακόσπηλιο.

Ασβεστοκάμιντα

Μέσα στο πευκόδασος θα βρείτε διάσπαρτα ασβεστοκάμιντα σε καλή ή κακή κατάσταση. Η παρουσία τους εδώ δικαιολογείται από τη

διαθεσιμότητα τόσο της αναγκαίας ξυλείας όσο και των πρώτων υλών (ειδική κατηγορία ασβεστόλιθου).

Η ορνιθοπανίδα του πευκοδάσους Κουδουμά

Στα δάση της Κρήτης, λόγω νησιωτισμού, δεν απαντούν τυπικά δασόβια είδη, ακόμα και της νότιας ηπειρωτικής Ελλάδας. Ο ανοικτός χαρακτήρας του δάσους Κουδουμά προσελκύει είδη όπως τον κοκκινότσιροβάκο, τον κοκκινοκεφαλά, ακόμα και τον μουστακο-τσιροβάκο. Κατά τη μετανάστευση απαντούν και προστατευόμενα μεταναστευτικά είδη, όπως ο σφιακίρης, ο φιδαιτός, το σαΐνι, ο σταυραετός, ο κρικομυγοχάφτης και ο δρυομυγοχάφτης.

Σπήλαιο του Αγίου Αντωνίου

Θεωρείται ένα από τα πιο σημαντικά και αξιόλογα σπήλαια των Αστερουσιών. Έχει πολύ μεγάλο ύψος (20 μ.) και χαρακτηριστική οξύληκτη αμυγδαλόσχημη πρόσοψη. Στο κέντρο του φιλοξενεί την ομώνυμη εκκλησία του Αγίου Αντωνίου, ενώ πίσω από την εκκλησία κείτονται σιωπηλές οι ανοιχτές δεξαμενές (γούρνες) που τροφοδοτούνται από τη σταγονοροή της βραχσοσκεπής.

Μοναδική πρόσβαση είναι από το βασικό μονοπάτι Αγίου Ιωάννη – Μονής Κουδουμά. Στο μέσο περίπου της διαδρομής θα συναντήσουμε τη διασταύρωση που θα μας οδηγήσει στο Σπήλαιο μετά από πέντε λεπτά δρόμο.

Τα σπήλαια «Αβακόσπηλιο» ή «Βαρβακόσπηλιο» και «Χωστόσπηλιο» βρίσκονται και αυτά κοντά στη Μονή Κουδουμά και είναι προσεγγίσιμα

Άγιος Ιωάννης



Παραλία Τρυπητής – Καλοκάμπου Παπούρι: αρχαιολογικός περίπατος

Βορειοανατολικά της παραλίας της Τρυπητής θα βρείτε εύκολα το μονοπάτι για τη θέση Καλοκάμπου Παπούρι, όπου έχει έρθει στην επιφάνεια προϊστορικός οικισμός σε πάρα πολύ καλή κατάσταση. Οι τοίχοι του φτάνουν σε ύψος τα 2 μέτρα. Τα ερείπια του οικισμού απέχουν 800 μέτρα από την παραλία και έχουν υψομετρική διαφορά 150 περίπου μέτρα. Ένας ευμεγέθης τρούλος υποδεικνύει τη θέση της ανασκαφής πάνω από το ανατολικό τοίχωμα της εξόδου του φαραγγιού της Τρυπητής. Από εκεί η θέα στο ίδιο φαράγγι και στο απέναντι ύψωμα, που φέρει το όνομα Λαμνασσός, είναι πάρα πολύ καλή. Προς νότο, σε όλη την πεδινή περιοχή του Καλοκάμπου, φύονται κυρίως αχινοπόδια και αστοιβίδες.

Κάτω από το νότιο τοίχο του οικισμού, μέσα σε σπηλαιώδες κοίλωμα, έχει ανευρεθεί μινωικός θολωτός τάφος.

Προϊστορικός οικισμός στη θέση Καλοκάμπου Παπούρι



Θαλασσοκόρακας

Ο θαλασσοκόρακας (*Phalacrocorax aristotelis*) είναι ψαροφάγο είδος που ζει στην παράκτια ζώνη. Στην περιοχή φωλιάζει σε μικρούς αριθμούς, σε απόκρημνα σημεία των ακτών.



μόνο με τα πόδια.

29. Σώπατα – Μονή Κουδουμά

Μονοπάτι με υποστήριξη από ξερολιθιά σε σημεία με μεγάλη κλίση. Το μονοπάτι είναι διακριτό και η σηματοδότηση έχει γίνει με κόκκινες πιτσίλες. **Υ.Δ.:** - 1.000 μ. **Απόσταση:** 7 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 3 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** μέση. Στα πρώτα 200 μέτρα θα βρείτε πέτρες (προϊόντα αποσάθρωσης). **Τύπος βλάστησης:** δενδρώδης (κυπαρίσσια, πεύκα κ.ά.) με αραιά φρύγανα. Η παρουσία μελισσιών είναι πιθανή σε χαμηλότερα σημεία του μονοπατιού (600 μέτρα και κάτω). Μια και πρόκειται για αραιό δάσος πεύκων και κυπαρισσιών η σκιά δεν είναι συχνή πάνω στο μονοπάτι, υπάρχουν όμως άφθονα σημεία για στάση κάτω από δέντρα. Δεν υπάρχει η δυνατότητα προμήθειας νερού. Νερό θα ξανασυναντήσετε στη Μονή Κουδουμά. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000».

Τα Σώπατα είναι ένα οροπέδιο στα 1.000 μέτρα υψόμετρο, οριοθετημένο από τις κορυφές Κόφινας από τα δυτικά, Μαδάρα από τα ανατολικά και Πρίνος από τα βόρεια.

Από εδώ ξεκινάει η πεζοπορική διαδρομή με τη μεγαλύτερη υψομετρική διαφορά σε όλη την περιοχή των Αστερουσίων, αρχίζοντας από το σημείο που γεννιέται το κεντρικό φαράγγι των Αστερουσίων, το φαράγγι στη σκιά του Κόφινας. Η διαδρομή τερματίζεται στην έξοδο του φαραγγιού στη θάλασσα, λίγο πιο πάνω από το σημείο που έχει χτιστεί η Μονή Κουδουμά.

Το μονοπάτι είναι σηματοδοτημένο με μπογιά και στο πρώτο χιλιόμετρο



Πευκόδασος (*Pinus brutia*) στην περιοχή της Μονής Κουδουμά

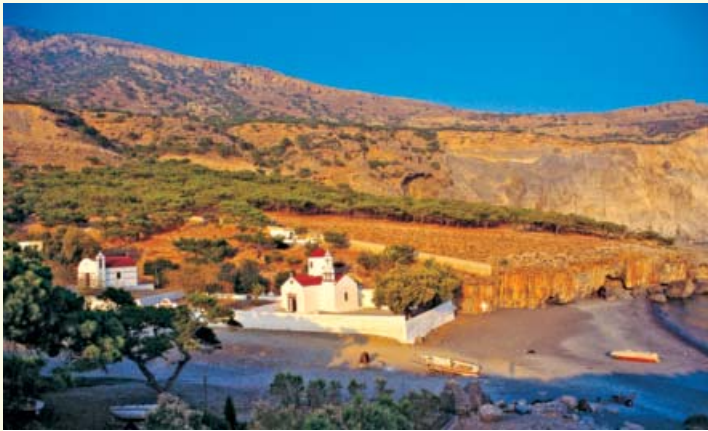
της διαδρομής κινείται προσεκτικά πάνω στο δυτικό τοίχωμα του φαραγγιού. Εκατέρωθεν βρίσκονται μερικές από τις πιο εντυπωσιακές ορθοπλαγιές των Αστερουσίων που σφύζουν από ζωή και τις οποίες προτιμούν τα μεγάλα αρπακτικά για κούρνιες και φωλιές.

Τα κυπαρίσσια, με τους γεμάτους βρύα κορμούς, πολύ γρήγορα διαδέχονται δάση πεύκου και φρυγανική βλάστηση. Μπορούμε επίσης να δούμε περιορισμένες συστάδες πρίνων.

Η “σύγχρονη” Μονή Κουδουμά

Η Μονή Κουδουμά, ένα προσκύνημα με τεράστια εμβέλεια στο νότο του Ηρακλείου, κατάφερε να χάσει κάθε επαφή με το τοπίο των Αστερουσίων. Περιτριγυρισμένο ολούθε από την κακόγουστη τοιχοποιία του πρόσφατου

Η Μονή Κουδουμά



μαντρότοιχου, το προσκύνημα που καθιέρωσαν οι Όσιοι Ευμένιος και Παρθένιος, δεν θυμίζει σε τίποτα τον ασκητικό και λιτό χαρακτήρα των Αστερουσίων. Ημιτελή χωματουργικά έργα έξω από τον περίβολο της Μονής δίνουν εδώ και αρκετά χρόνια την εντύπωση εργοτάξιου. Καινούργια διώροφα κελιά, που μοιάζουν περισσότερο με διαμερίσματα, χτίστηκαν για τους προσκυνητές πάνω ακριβώς στην εκβολή του ρέματος, την ίδια στιγμή που τα ιστορικά, λιθόκτιστα κελιά μερικά μέτρα πιο δυτικά έχουν αφεθεί να ερειπώνονται.

Στην υπέροχη παραλία μπορεί να απαγορεύεται η κατασκήνωση, δεν ισχύει όμως το ίδιο για τα αγροτικά αμάξια και τα 4x4. Κάποιοι θεωρούν ότι έχουν προνόμια λόγω εντοπιότητας. Γι' αυτό μην εκπλαγείτε αν δείτε τα θηριώδη αμαξώματα «αραγμένα» πάνω σχεδόν στο κύμα. Ευτυχώς οι θαλασσινές σπηλιές που σχηματίζονται στην ανατολική άκρη της παραλίας συνεχίζουν να προσφέρουν ένα άνετο και λιτό καταφύγιο.

30. Στέρνες – Σώπατα – Μονή Κουδουμά

Επαρχιακό χωμάτινο οδικό δίκτυο που δρασκελίζει τα Αστερούσια και οδηγεί από τη βόρεια ρίζα στη νότια – εκτεθειμένη στο Λιβυκό Πέλαγος – πλευρά τους. **Υ.Δ.:** αρχικά ανηφόρα 750 μ. από Στέρνες (250 μ. υψόμετρο) μέχρι Σώπατα (1.000 μ. υψόμετρο) και αμέσως μετά τραβεσαριστή κατάβαση 1.000 μ. μέχρι το επίπεδο της θάλασσας. **Απόσταση:** 23,2 χλμ. από τη γέφυρα στο νότιο όριο του οικισμού Στέρνες. **Κατάσταση δρόμου:** καλή. **Προμήθεια νερού** από πρην. Πιθανότατα νερό θα βρείτε και ανατολικά του Αγίου Νικολάου, σε πηγή που βρίσκεται πάνω στο δρόμο (8°

Το σπήλαιο «Αβακόσπηλιο» ή «Βαρβακόσπηλιο»



χιλιόμετρο). **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000» από την υψομετρική στάθμη των 400 με 500 μέτρων στη βορινή πλαγιά, Καταφύγιο Άγριας Ζωής (ΚΑΖ) το κατηφορικό τμήμα της διαδρομής.

Πολύ δύσκολη διαδρομή που απαιτεί εξαιρετική φυσική κατάσταση. Επιλέξτε μια ημέρα με ήπιες καιρικές συνθήκες, ώστε να ελαχιστοποιήσετε τις αντιξοότητες. Η διαδρομή αυτή είναι η αντιπροσωπευτικότερη των Αστερουσίων, τόσο από πλευράς εναλλαγής τοπίων όσο και από πλευράς εναλλαγής οικοτόπων.

Το δάσος του Κόφινα και της Μαδάρας

Το δάσος που αναπτύσσεται στις νότιες πλαγιές του Κόφινα και της Μαδάρας χαρακτηρίζεται από την επικράτηση της τραχείας πεύκης (*Pinus brutia*) και διάσπαρτες συστάδες πρίνων (*Quercus coccifera*). Πάνω από τα 900 μ. αναπτύσσονται κυπαρίσσια, που είναι μικρά σε μέγεθος και γερμένα λόγω των ανέμων.

Η αξία του φυσικού δάσους κυπαρισσιού στην περιοχή ενισχύεται από το γεγονός ότι τέτοια δάση είναι γενικά περιορισμένα στην Ελλάδα.

Λόγω της δυσπρόσιτης θέσης του και της παρακμής της υλοτομίας, το κυπαρισσόδασος δεν φαίνεται σήμερα να απειλείται.



Η καρδιά του βουνού

Παρατίθεται η χιλιομέτρηση:

0 χλμ. (23,2 χλμ.) αφετηρία πάνω στη γέφυρα στα νότια όρια του οικισμού Στέρνες. **5,9 χλμ.** (17,3 χλμ.) συναντάμε τη διασταύρωση αριστερά για τον εγκαταλειμμένο οικισμό του Αγίου Νικολάου. **6,6 χλμ.** (16,6 χλμ.) συναντάμε πηγή πάνω στο δρόμο. **8,2 χλμ.** (15 χλμ.) τερματίζεται η ανηφόρα και φτάνουμε στα Σώπατα. **9,2 χλμ.** (14 χλμ.) τελειώνει το ορεινό επίπεδο τμήμα και μαζί τερματίζεται η θέα ανατολικά στο οροπέδιο των Παρανύμφων και αρχίζει η μεγάλη κατηφόρα. **10,5 χλμ.** (12,7 χλμ.) συναντάμε δεξιά το δρόμο με τη μπάρα που οδηγεί στην ταϊστρα για τα μεγάλα αρπακτικά. **14,7 χλμ.** (8,5 χλμ.) φτάνουμε στο ύψος του κλωβού προσαρμογής στη θέση Ανισαρόλακκος. **18,2 χλμ.** (5 χλμ.) βγαίνουμε σιγά σιγά από το πευκόδασος. **23,2 χλμ.** (0 χλμ.) φτάνουμε έξω από τη Μονή Κουδουμά.

Ημιμαραθώνιος Δρόμος Αντοχής: Στέρνες – Μονή Κουδουμά

Κάθε άνοιξη ένα σημαντικό αθλητικό γεγονός προσελκύει στα Αστερούσια δεκάδες δρομείς από την Κρήτη και την υπόλοιπη Ελλάδα. Μάλιστα, τα τελευταία χρόνια το αθλητικό αυτό γεγονός τείνει να αποκτήσει διεθνή εμβέλεια.

Ο Ημιμαραθώνιος Δρόμος έχει ως αφετηρία τις Στέρνες και τερματισμό τη Μονή Κουδουμά στο Λιβυκό Πέλαγος. Συνδιοργανωτές είναι η Μονή Κουδουμά και ο Όμιλος Υπεραποστάσεων Κρήτης (Ο.Υ.Κ.).

Καταφυγίο Άγριας Ζωής

Το Σύστημα Διαχείρισης του Καταφυγίου Άγριας Ζωής (Κ.Α.Ζ.) περιλαμβάνει και αρκετές εγκαταστάσεις στις νότιες πλαγιές του Κόφινα και της Μαδάρας, εκατέρωθεν του κατηφορικού τμήματος του χωμάτινου δρόμου για τη Μονή Κουδουμά:

Την ταϊστρα στη θέση Πάνω Βηγάκι για τα μεγάλα πτωματοφάγα, που αποσκοπεί στην παροχή πρόσθετης τροφής.

Τις υδατοσυλλογές μέσα στις περιοχές αναζήτησης τροφής για τα μεγάλα αρπακτικά.

Τους κλωβούς προσαρμογής και απελευθέρωσης θηρέσιμων πτηνών, κυρίως περδίκων, στο πλαίσιο της θηραματοπονικής διαχείρισης. Το μέτρο στοχεύει στην αύξηση του διαθέσιμου θηρέσιμου δυναμικού τόσο για τους κυνηγούς όσο και για τα αρπακτικά πτηνά.

Τις ποτίστρες για τα κτηνοτροφικά ζώα, μέτρο που αποσκοπεί στην ενίσχυση της νομαδικής κτηνοτροφίας, στην ομοιόμορφη χωρική

κατανομή των κοπαδιών και στη συγκράτηση ικανού πληθυσμού αιγοπροβάτων στα ορεινά κατά την περίοδο της ξηρασίας.

Τις προστατευτικές μπάρες που έχουν τοποθετηθεί σε συγκεκριμένα ύψη του οδικού δικτύου, ώστε να ελαχιστοποιηθεί η ανθρωπογενής όχληση.

Το Παρατηρητήριο Ορνιθοπανίδας ανατολικά του Κόφινα και του οροπεδίου Σώπατα, για την ενίσχυση του φυσιολατρικού τουρισμού (παρατήρηση πουλιών) και τη διευκόλυνση της περιβαλλοντικής εκπαίδευσης.

Η ταϊστρα των Αστερουσίων

Στα Αστερούσια, η απομάκρυνση από τις παραδοσιακές κτηνοτροφικές



Ποδηλατική διαδρομή

πρακτικές (εκτακτική κτηνοτροφία) και η υιοθέτηση της σταβλισμένης κτηνοτροφίας, είχε βαρύτερες επιπτώσεις για την ορνιθοπανίδα και ιδιαίτερα για τα μεγάλα πτωματοφάγα, ελαχιστοποιώντας τις πιθανότητες να βρεθούν κουφάρια αιγοπροβάτων πάνω στο βουνό. Η μείωση της διαθέσιμης τροφής οφείλεται και στη σταδιακή εξάλειψη της συνήθειας του αζατιού, τη ρίψη δηλαδή των νεκρών αιγοπροβάτων ή την εγκατάλειψη γέρικων και άρρωστων οπληφόρων σε απόκρημνα μέρη, φαράγγια και γκρεμούς. Από κοινού η εκτακτική κτηνοτροφία και το «αζάτι» αποτελούσαν μια σταθερή, προβλέψιμη πηγή τροφής για τα πτωματοφάγα.

Μέχρι να επέλθει μεταστροφή του κτηνοτροφικού μοντέλου είναι απαραίτητη η λειτουργία ταϊστρών παροχής πρόσθετης τροφής για τα μεγάλα πτωματοφάγα, οι οποίες αντισταθμίζουν την έλλειψη τροφής. Η μειωμένη διαθεσιμότητα τροφής ευθύνεται σε μεγάλο βαθμό για τη χαμηλή αναπαραγωγική επιτυχία αρκετών ζευγαριών.

Η ταϊστρα των Αστερουσίων βρίσκεται στη θέση “Πάνω Βιγλάκι” στο δρόμο

Κατεβαίνοντας στη Μονή Κουδουμά



που οδηγεί από το οροπέδιο Σώπατα στη Μονή Κουδουμά.

Εδώ αναζητούν τροφή και όρνια που προέρχονται και από αποικίες των Λασιθιώτικων βουνών, του Ψηλορείτη και του Γιούχτα, όταν οι καιρικές συνθήκες είναι δυσμενείς στους μεγάλους ορεινούς όγκους και στα βόρεια παράλια της Κρήτης.

Γυπαετός

Όπως είπαμε και παραπάνω, τα Αστερούσια είναι μια από τις οροσειρές που επισκέπτεται ο γυπαετός.

Το επιστημονικό όνομα του γυπαετού είναι *Gypaetus barbatus*, που κατά λέξη σημαίνει “**γυπαετός ο γενειοφόρος**”. Η ονομασία οφείλεται στη μικρή σκουρόχρωμη τούφα κάτω από το ράμφος του.

Ο γυπαετός είναι είδος προτεραιότητας για την Ευρωπαϊκή Ένωση και προστατεύεται από την Κοινοτική Οδηγία 79/409/ΕΟΚ (Παράρτημα I). Έχει επίσης καταχωρηθεί στα είδη που κινδυνεύουν με εξαφάνιση στο Ελληνικό “Κόκκινο Βιβλίο” Απειλούμενων Σπονδυλοζώων.

Ο γυπαετός, σε αντίθεση με τους υπόλοιπους γύπες που ζουν σε αποικίες, αποτελεί χωροκρατικό είδος με μεγάλες επικράτειες, που μπορεί να

Μόνο με οδηγό

Κάποιοι έμπειροι ορειβάτες ξεκινούν την κατάβαση προς τη Μονή Κουδουμά απευθείας από τον Κόφινα και πιο συγκεκριμένα από ασφαλή περάσματα την νότια όψης του. Τριακόσια μέτρα χαμηλότερα από την κορυφή στο ορεινό πλάτωμα των Λιμνιών συναντάμε δεύτερο μονοπάτι που έρχεται από τα βορειοδυτικά, παρακάμπτοντας το φαράγγι της Ελιγιάς, υψηλότερα από το σημείο γέννησής του. Ακολουθώντας το συνεχίζουμε, με διαγώνια νοτιοανατολική κατηφορική κατεύθυνση, τη διάσχιση του αραιού πευκοδάσους της νότια πλευράς του Κόφινα. Με διαδοχικές τραβέρσες θα προσεγγίσουμε μετά από δύο ώρες το μονοπάτι Άγιος Ιωάννης – Μονή Κουδουμά.

Η κατάβαση από τον Κόφινα θεωρείται ιδιαίτερα επικίνδυνη λόγω της απότομης κλίσης και της ύπαρξης προϊόντων αποσάθρωσης του ασβεστολιθικού πετρώματος.

φτάνουν τα 2.380 τ. χλμ., αν και η έντονη αναζήτηση τροφής γίνεται σε ακτίνα 10-20 χιλιομέτρων γύρω από φωλιά, δηλαδή σε μία έκταση 200-600 τ.χλμ. ανάλογα με τη διαθεσιμότητα τροφής. Σε περιοχές με εκτατική κτηνοτροφία και άφθονη τροφή οι επικράτειες κυνηγίου είναι σχετικά μικρές, π.χ. Αιθιοπία 140-200 τ.χλμ., ισπανικά Πυρηναία 200 τ.χλμ., Κορσική 240 τ.χλμ., γαλλικά Πυρηναία 300 τ.χλμ., ενώ στη Νότια Αφρική 625 τ.χλμ. Στην Κρήτη έχει υπολογιστεί ότι η μέση έκταση της επικράτειας ενός ζευγαριού γυπαετών είναι περίπου 350 τ.χλμ.

Μέχρι τις αρχές του αιώνα, ο γυπαετός ήταν αρκετά κοινός σε όλα τα βουνά της ηπειρωτικής Ελλάδας και στην Κρήτη, αλλά και σε ορισμένα άλλα μεγάλα νησιά, όπως η Ρόδος. Κατά τη δεκαετία του 1980 εκτιμάται ότι ο πληθυσμός του είδους αριθμούσε 35 περίπου ζευγάρια, 12 από αυτά στην Κρήτη και τα υπόλοιπα διάσπαρτα στους ορεινούς όγκους της Στερεάς Ελλάδας (Παρνασσός, Γκιώνα, Βαρδούσια, Άγραφα), τον Όλυμπο, την Τύμφη, κ.ά. Κατά την προηγούμενη δεκαετία ο μοναδικός βιώσιμος πληθυσμός εντοπίζεται στην Κρήτη με έντονη πτωτική τάση, αφού το 1995 εκτιμάται ότι υπήρχαν 9-10 ζευγάρια, ενώ το 2001 μόλις τέσσερα με συνολικό αριθμό ατόμων όχι περισσότερα από 25. Στην ηπειρωτική Ελλάδα το είδος έχει εξαφανιστεί σχεδόν απ' όλες τις παραδοσιακές επικράτειές του, με εξαίρεση την παρουσία μεμονωμένων ατόμων στα σύνορα με την Π.Γ.Δ.Μ. και τη Βουλγαρία, όπου το είδος έχει καταγραφεί τα τελευταία χρόνια. Συνολικά η κατανομή του γυπαετού στην Ελλάδα παρουσίασε μείωση 75%, ενώ ο πληθυσμός του μειώθηκε κατά 84% μέσα σε μία δεκαετία. Η μείωση αυτή ήταν εντονότερη στην ηπειρωτική χώρα (> 90%), όπου η κατάσταση δείχνει μη αναστρέψιμη. Μόνο ένα πρόγραμμα επανεισαγωγής θα μπορούσε να επαναφέρει το είδος, αλλά αυτό θα απαιτούσε την εξάλειψη της χρήσης δολωμάτων για τα σαρκοφάγα θηλαστικά.

Τον τελευταίο χρόνο έχουν σημειωθεί σημάδια αναστροφής της πτωτικής τάσης του αριθμού των ζευγαριών στην Κρήτη. Καινούργια ζευγάρια δημιουργήθηκαν ανεβάζοντας το συνολικό αριθμό σε έξι. Η Κρήτη φιλοξενεί σήμερα το μοναδικό βιώσιμο πληθυσμό γυπαετού στην Ελλάδα με περίπου 30 άτομα. Η μείωση του είδους ήταν δραματική τις τελευταίες δύο δεκαετίες και ειδικότερα στα τέλη της δεκαετίας του 1990. Το είδος κατανέμεται σε όλους τους ορεινούς όγκους της Κρήτης (13 επικράτειες), αλλά δυστυχώς εκτός από τα αναπαραγωγικά ζευγάρια όλες οι υπόλοιπες περιοχές φιλοξενούν μοναχικά πουλιά χωρίς ταίρι. Οι φωλιές βρίσκονται σε υψόμετρο που κυμαίνεται από 350 – 1.500 μέτρα, πάντα μέσα σε μικρές κοιλότητες σε κάθετους βράχους.

Ο γυπαετός τρέφεται με τα κόκαλα των νεκρών ζώων, που καταπίνει ολόκληρα και τα διαλύει με τα πανίσχυρα γαστρικά του υγρά. Αυτό του έδωσε το προσωνύμιο «κοκαλάς» (Κρήτη) ή «κοκαλιάρης» (Ηπειρος).

Η δίαιτά του αποτελείται κατά 70-90% από κόκαλα κτηνοτροφικών ζώων, κυρίως αιγοπροβάτων ή μικρών άγριων σπηλινόφρων, όπως αγριόγιδα και

αγριοπρόβατα σε φυσικά ορεινά οικοσυστήματα. Τρέφεται όμως και με τρωκτικά και μεταναστευτικά πουλιά, ακόμη και σε μέγεθος σπουργιτιού, που βρίσκει νεκρά στο χιόνι. Όταν δεν μπορεί να καταπιεί τα κόκαλα ολόκληρα, τα πετάει από ψηλά σε συγκεκριμένες απότομες πετρώδεις πλαγιές που λέγονται «σπάστρες» και τα ακολουθεί με μια χαρακτηριστική σπειροειδή καθοδική κίνηση. Η διαδικασία αυτή μπορεί να επαναληφθεί πολλές φορές μέχρι τα κόκαλα να σπάσουν σε μικρότερα τμήματα.

Μια ανεξήγητη συνήθεια του γυπαιτού είναι εκείνη του να μακιγιάρεται σε λακκούβες με λασπόνερα και κοκκινόχρωμα που είναι πλούσιο σε οξειδία του σιδήρου. Εκεί οφείλεται και το βαθύ πορτοκαλί χρώμα του στήθους και του λαιμού. Το πραγματικό χρώμα του φτερώματος της κοιλιάς και του λαιμού είναι το λευκό, κάτι που έχει γίνει αντικείμενο παρατήρησης στην περισσότερο ξηρή ανατολική Κρήτη και σε πουλιά που έχουν μεγαλώσει σε αιχμαλωσία.

Ο γυπαιτός ζει 20-30 χρόνια και ενηλι-κιώνεται όταν γίνει 7 ετών.

Πρόκειται για έναν πολύ αργό αναπα-ραγωγικό ρυθμό, που δεν μπορεί να αντισταθμίσει τις απώλειες, εξαιτίας της αναπαραγωγικής αποτυχίας και της θανάτωσης κυρίως ενηλίκων από-μων από διάφορες αιτίες.



Ταΐστρα στα Αστερούσια

Ο γυπαιτός φωλιάζει νωρίτερα από οποιοδήποτε άλλο είδος. Η αναπαραγωγική του συμπεριφορά αρχίζει το τέλος του καλοκαιρού και είναι ιδιαίτερα έντονη ώστε να μεγιστοποιηθεί η αναπαραγωγική επιτυχία. Οι φωλιές του εντοπίζονται σε κοιλότητες ή πεζούλες των βράχων. Ο γυπαιτός μπορεί να διατηρεί έως και 7 διαφορετικές εναλλακτικές φωλιές μέσα στην ίδια επικράτεια.

Οι ενήλικοι κλωσούν εναλλάξ τα συνήθως δύο αυγά, κουβαλώντας ταυτόχρονα μαλλιά και ξύλα στη φωλιά. Τα μικρά θα γεννηθούν συνήθως αρχές Δεκεμβρίου με μια εβδομάδα διαφορά και από αυτά θα επιζήσει μόνο

το πρώτο. Τις πρώτες πτητικές του απόπειρες το νεαρό άτομο θα τις κάνει στο τέλος της άνοιξης και θα ανεξαρτητοποιηθεί από τους γονείς του στα μέσα του καλοκαιριού, αρχίζοντας τη δική του πορεία στην Κρήτη. Στα πρώτα χρόνια της ζωής του θα καλύψει όλη την Κρήτη σε αναζήτηση επικράτειας, κάτι που πιστοποιείται από τα ευρήματα ραδιοπαρακολούθησης μαρκαρισμένων ατόμων.

Ο γυπαετός είναι μονογαμικός, αφού διατηρεί το ίδιο ταίρι στη διάρκεια της ζωής του. Αναζητεί νέο ταίρι μόνο σε περίπτωση που χάσει το σύντροφό του.

Στην Κρήτη το είδος έχει ιδιαίτερα ευνοηθεί από την μορφή της κτηνοτροφίας που παραμένει νομαδική, αλλά κυρίως από την απουσία μεγάλων σαρκοφάγων θηλαστικών και κατ' επέκταση την περιορισμένη χρήση δηλητηρίων, που ποτέ δεν έλαβε τη μορφή οργανωμένης εκστρατείας καταπολέμησης. Ωστόσο σημαντικό πρόβλημα παραμένει η έντονη σπλοχρησία και η διάνοιξη δασικών δρόμων όπου κάνουν τις πιο απρόσιτες περιοχές του νησιού προσπελάσιμες σε κάθε είδους επισκέπτη. Επιπλέον, η φόνευση με σκοπό την ταρίχευση ή απλά τη σκοποβολή, αλλά και η όχληση αποτελούν σοβαρότατα προβλήματα. Για ένα είδος με τόσο αργό αναπαραγωγικό ρυθμό (κάθε χρόνο ή κάθε δύο χρόνια) και τόσο παρατεταμένο αναπαραγωγικό κύκλο (8 μήνες) είναι αδύνατο να αναπληρωθούν οι απώλειες που οφείλονται σε ανθρωπογενή αίτια. Όσον αφορά την όχληση, πρέπει να αναφερθεί πως λίγα είναι πια τα μέρη στο νησί που έχουν απομείνει απρόσιτα, αφού την τελευταία δεκαετία και οι πιο απομονωμένες περιοχές έγιναν προσπελάσιμες εξαιτίας των πολλών, συχνά άχρηστων δρόμων. Συνέπεια επίσης της αλόγιστης διάνοιξης ορεινών δρόμων είναι η αύξηση της λαθροθηρίας. Όσο για την αναπλήρωσή του από άλλες περιοχές φαίνεται μάλλον δύσκολο, αφού ο γυπαετός είναι ένα είδος που παρουσιάζει έντονη φιλοπατρία και δεν μετακινείται εύκολα από την επικράτειά του. Συνεπώς, η αναπλήρωση κάθε ενήλικου ατόμου που σκοτώνεται από άλλα πουλιά γειτονικών περιοχών, γίνεται με πολύ αργό ρυθμό.

Ο γυπαετός απειλείται από την άμεση καταδίωξή του από τον άνθρωπο και τη χρήση δηλητηρίων. Επίσης η ανεπάρκεια τροφής (ιδιαίτερα σε περιοχές όπου η νομαδική κτηνοτροφία βρίσκεται σε παρακμή) και η καταστροφή των βιοτόπων του αλλά και η οποιαδήποτε όχληση κατά την περίοδο της αναπαραγωγής έχουν καταστροφικά αποτελέσματα για το είδος, αφού είναι ιδιαίτερα ευαίσθητο στην ανθρώπινη παρουσία. Στην Κρήτη, η λαθροθηρία αποτελεί αναμφίβολα την πρώτη αιτία θανάτου, αν και η πίεση στον πληθυσμό από δευτερογενή δηλητηρίαση είναι δύσκολο να εκτιμηθεί αφού τα δηλητηριασμένα πουλιά συνειδη-τοποιώντας την αδυναμία τους καταφεύγουν και τελικά πεθαίνουν σε απρόσιτα βράχια.

Ο ορεινός όγκος των Αστερουσίων, αν και σχετικά μικρός συγκρινόμενος με τους υπόλοιπους της Κρήτης από άποψη έκτασης και υψομέτρου, φιλοξενούσε δύο επικράτειες γυπαετών μέχρι την δεκαετία του 1970. Μία

περιελάμβανε το κεντρικό τμήμα του βουνού (περιοχή Καπετανιανών), περικλείοντας και την ψηλότερη κορυφή του, τον Κόφινα, και μία στα ανατολικά (περιοχή Αχεντριά) εκτεινόμενη μέχρι την Δίκτη. Δυστυχώς τα Αστερούσια σήμερα φιλοξενούν ένα ενήλικο άτομο γυπαετού το οποίο παρατηρείται μόνο του τα τελευταία 6 χρόνια. Ωστόσο το βουνό λόγω ιδιαίτερων γεωμορφολογικών αλλά και κλιματικών συνθηκών ελκύει αρκετά ανήλικα και ανώριμα άτομα τα οποία ακολουθούν συχνά τα όρνια σε αναζήτηση τροφής. Στα Αστερούσια έχουν παρατηρηθεί γυπαετοί 3, 4 και 5 ετών να παραμένουν στο βουνό ή να το επισκέπτονται τακτικά για χρονικά διαστήματα μέχρι και δύο μηνών.

Όρνια

Τα όρνια (*Gyps fulvus*) είναι βαρύτερα από το γυπαετό (7 -10 κιλά), έχουν μήκος σώματος 1 μέτρο και άνοιγμα φτερούγων 2,5 μέτρα. Διαθέτουν εξαιρετική όραση, αλλά έχουν μάλλον περιορισμένες πτητικές ικανότητες. Έτσι είναι αναγκασμένα να εκμεταλλεύονται τα θερμά ανοδικά ρεύματα και να ανεμοπορούν ώστε να μην ξοδεύουν ενέργεια.

Τα όρνια μπορούν να μείνουν 15 με 20 μέρες χωρίς τροφή και νερό, αλλά όταν την βρουν τρώνε του σκασμού (1,5 κιλό σε 3 λεπτά)! Ο μακρύς γυμνός λαιμός τους είναι σχεδιασμένος ειδικά για να εισέρχεται στα κουφάρια των ζώων όπου

βρίσκονται οι μαλακοί ιστοί και τα εντόσθια, που είναι οι αγαπημένοι τους μεζέδες.

Τα όρνια φωλιάζουν ομαδικά σε απότομα βράχια χαμηλού υψόμετρου, που τα κάνουν κάτασπρα με τις κουτσουλιές τους.

Στην αναζήτηση τροφής – συνήθως σε μια ακτίνα 15-40 χλμ. γύρω από την αποικία – συνεργάζονται μεταξύ τους. Η α γ ε λ α ί α συμπεριφορά τους,



Γυπαετός

τα βοηθάει να εντοπίζουν τα κουφάρια των ζώων πριν καν αρχίσει η διαδικασία της σήψης, κάτι που είναι ιδιαίτερα ωφέλιμο σε περιοχές με θερμά κλίματα.

Τα όρνια στην Κρήτη έχουν πολλά ονόματα. Θα τα ακούσετε και ως σκάρες, θρασές, γύπες, γιούπηδες και κανναβούς.

Βράχοι από το πουθενά

31. Χάρακας – Παρανύμφοι

Περπάτημα χωρίς μονοπάτι σε θαμνοτόπια και βοσκοτόπια σε πλαγιά με σταθερή μέτρια κλίση. **Υ.Δ.:** αρχικά ανάβαση από τα 300 στα 750 μέτρα (+ 450 μ.) και έπειτα κατάβαση έως τα 500 μ. (- 250 μ.). **Απόσταση:** κυμαινόμενη με μέσο όρο τα 8 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 3 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. Παρουσία μερικών περιφράξεων λόγω των χρήσεων γης στην περιοχή. **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000» από την ισομετρική στάθμη των 500 μ. στη βόρεια πλαγιά.

Η περιοχή οριοθετείται από ανατολικά από το ρέμα που εκρέει στο χωριό Δωράκι και δυτικά από το ρέμα που χωρίζει το Χάρακα και το λόφο Πετροκάλυβα από τον οικισμό Στέρνες. Απλώνεται στην πλαγιά πάνω ακριβώς από το Χάρακα και έχει τη μορφή μιας εκτεταμένης ελεύθερης ζώνης που φέρει το τοπωνύμιο Ξεκοφτό και μπορεί να την ατενίσει κανείς ανατολικά του επαρχιακού οδικού δικτύου Χάρακα – Παρανύμφων.

Η ανάβαση αρχίζει από τον ανεμόμυλο με σκαρπωτή βάση νοτίως του «Χάρακα» (του ογκόλιθου) και ελίσσεται πάνω στην πλαγιά βορείως του χωριού Χάρακα. Εδώ ο βοσκοτόπος είναι σπαρμένος με διάσπαρτους μονοκόμματος ασβεστολιθικούς βράχους.

Μέχρι την κορυφή της λοφοσειράς χρειάζονται περίπου δύο ώρες, ενώ άλλη μια ώρα περπάτημα χρειάζεται μέχρι τους Παρανύμφους.

Ο οικισμός των Παρανύμφων

Το όνομα του οικισμού πολύ πιθανόν να σχετίζεται με τις Νύμφες, τις θεότητες του υπαίθριου χώρου.

Αυτό που συγκινεί σήμερα τον επισκέπτη των Παρανύμφων δεν είναι κάποια ευανάγνωστη γραφικότητα, αλλά η διατήρηση της παραδοσιακής σχέσης του ανθρωπογενούς περιβάλλοντος με τον περιβάλλοντα φυσικό χώρο.

Τα όρια του οικισμού των Παρανύμφων έχουν διατηρηθεί με ευλάβεια, όπως μπορεί κανείς να διαπιστώσει μετά από σύγκριση παλαιότερων και σύγχρονων φωτογραφιών. Χωρίς να έχει αποτελέσει αντικείμενο συστηματικής προστασίας η οικιστική γραμμή των Παρανύμφων αλλάζει με πολύ αργό ρυθμό στο πέρασμα του χρόνου, με προφανή στόχο να

προστατευθούν οι ελεύθεροι καλλιεργήσιμοι χώροι στα πόδια του. Ένας μικρός κάμπος ευνοημένος από την ταυτόχρονη παρουσία φυσικών πόρων (νερό, έδαφος) σε καλή κατάσταση, δίνει τη δυνατότητα για την ανάπτυξη μιας μικρής γεωργικής παραγωγής. Καλλιεργούνται αμπέλια, σιτηρά και λαχανικά, ενώ στο κέντρο του διασώζονται ακόμα σε καλή κατάσταση αλώνια οριοθετημένα με όρθιες πέτρες (αρκάδες).

Το χωριό «κοιτάζει» στο Λιβυκό Πέλαγος και είναι χτισμένο στο μέσο ημιορεινής λεκάνης η οποία αποστραγγίζεται από ρέματα με νότιο προσανατολισμό. Τα ρέματα χύνονται μέσα στη χαράδρα του Αμπιά.

Λαογραφικό Μουσείο Παρανύμφων

Σε μια αποκατεστημένη παραδοσιακή οικία, με δύο δωμάτια και οντά στεγάζεται σήμερα το Λαογραφικό Μουσείο Παρανύμφων, το μοναδικό πάνω στον ορεινό όγκο των Αστερουσίων και ένα από τα καλύτερα μικρά μουσεία της Κρήτης.

Το μεγαλύτερο μέρος από τα εκθέματα προέρχεται από τη συλλογή του κ. Γεωργίου Ν. Αικατερινίδη (Διευθυντή Ερευνών Κέντρου Λαογραφίας Ακαδημίας Αθηνών), που αγαπάει αυτόν τον τόπο και έχει διασώσει ένα μεγάλο τμήμα του προφορικού και υλικού του πολιτισμού. Η έρευνά του έχει καταφέρει να αναδείξει το ιδιαίτερο εθνολογικό υπόβαθρο και το λαογραφικό πλούτο των Αστερουσίων.

Γυπαετός σε ταΐστρα



Το Λαογραφικό Μουσείο διαχειρίζεται ο Πολιτιστικός Σύλλογος Παρανύμφων «Οι Νύμφες» (Πρόεδρος η κ. Φωτεινή Μιχελάκη). Μέσα από τα εκθέματα εκπροσωπούνται οι παρακάτω τομείς: γεωργία, κύκλος του ψωμιού, κτηνοτροφία, τυροκομία, υφαντουργία, παραδοσιακά επαγγέλματα, νοικοκυριό, τελετές, απελευθερωτικοί αγώνες κ.ά.

Χειμερινό ωράριο: Πρωινές ώρες. **Θερινό ωράριο:** Πρωινές και απογευματινές ώρες.

Διεύθυνση: Παρανύμφοι Μονοφατισίου.



Φουρογατάκια...

Στους Παρανύμφους συναντάς ακόμη παιδιά που θα έχουν να σου πούνε ένα σωρό ιστορίες για τα πλάσματα της γης και του αέρα. Παιδιά που έχουν δει δια ζώσης τα μεγάλα αρπακτικά και μαθαίνουν να τα αναγνωρίζουν από μικρή ηλικία, παρ' όλο το «στένεμα» της

παιδικότητας που επιβάλλει η παιδική εργασία και η ξωμονή στα ποιμνιοστάσια.

Βεργάτος και ψαρός ο «αγριόκατος» δεν σταμάτησε ποτέ να επισκέπτεται τα παιδικά τους όνειρα και να τα συνδέει, χωρίς να το διαισθάνονται, με τη σπουδαία φυσική ιστορία της Κρήτης. Ακόμη και όταν διατείνονται ότι έχουν δει αυτό το κρυπτικό είδος των κρητικών βουνών, τον κρητικό αγριόγατο (*Felis silvestris cretensis*), δεν έχει σημασία να ψάξει κανείς αν όλες αυτές οι φαντασιώσεις αληθεύουν. Σημασία έχει ότι υπάρχει.

Πτωματοφάγα: «καθαριστές της φύσης»

Τα όρνια και ο γυπαετός έχασαν, στην πορεία της εξέλιξης, τις κυνηγετικές τους ικανότητες και κατέληξαν πτωματοφάγα. Αποκαλούνται και «καθαριστές της φύσης», εφόσον τρέφονται μόνο με πτώματα άλλων ζώων, που όταν αφεθούν να σήπονται μπορούν να αποβούν μολυσματικά.

Απειλές για τα πτωματοφάγα πτηνά

Ευρισκόμενα στην κορυφή της τροφικής αλυσίδας, τα μεγάλα πτωματοφάγα είναι οι τελικοί αποδέκτες των δηλητηριασμένων δολωμάτων, που χρησιμοποιούνται ποικιλοτρόπως από γεωργούς, κτηνοτρόφους και μελισσοκόμους για θανάτωση άλλων ειδών. Έτσι, πολύ συχνά πεθαίνουν από δευτερογενή δηλητηρίαση, αφού πρώτα καταναλώσουν κουφάρια άλλων ζώων που είχαν πεθάνει πρωτογενώς από αυτή την αιτία.

Η άγνοια και η αναίτια επίδειξη σκοπευτικών δεξιοτήτων ή η καταδίωξή τους για εμπορικές σκοπιμότητες (ταρίχευση) είναι μερικές ακόμα από τις αιτίες που ωθούν τους ανθρώπους στη θανάτωσή τους.

Ταυτόχρονα έχει αυξηθεί και η ανθρωπογενής όχληση που εκφράζεται μέσα από την ανεξέλεγκτη διάνοιξη δρόμων, που οδηγούν σε παρθένας, μέχρι πρόσφατα περιοχές.



Ανατολικά Αστερούσια









Ο κρητικός αγριόγατος είναι το μεγαλύτερο σαρκοφάγο θηλαστικό της Κρήτης. Η παρουσία του επιβεβαιώθηκε και τυπικά μόλις το 1996 με τη σύλληψη ενός ατόμου στον Ψηλορείτη από μέλη ιταλικής ερευνητικής αποστολής σε συνεργασία με το Μουσείο Φυσικής Ιστορίας Κρήτης.

Φυσικό Παρατηρητήριο

Η χαράδρα του Αμπά είναι προσβάσιμη με μικρής διάρκειας πεζοπορία από τους Παρανύμφους.

Η περίμετρος της χαράδρας προσφέρει μια ποικιλία από θέσεις θέας. Η κοντινότερη στους Παρανύμφους είναι συνάμα η καλύτερη και η πιο ασφαλής. Το ρόλο αυτό παίζει μια πλακούρα – μπαλκόνι στο βόρειο τμήμα της περιμέτρου του Αμπά.

Ακολουθήστε το μικρό μονοπάτι, που ξεκινάει λίγο πιο κάτω από την πλατεία του χωριού. Ακολουθώντας το, καθώς ελίσσεται παράλληλα με το ποτάμι, στρίψτε ανατολικά στο σημείο, που το νερό χωνεύεται μέσα στα βράχια (τοπόσημο εδώ ένας εγκαταλειμμένος υδρόμυλος). Όλοι ξεχνιούνται εδώ, μια και δυο ώρες... Όταν το ποταμάκι κατεβάζει αρκετό νερό, το θέαμα που προσφέρει ο καταρράκτης είναι εκπληκτικό.

Η επίσκεψη στο πιο ωραίο φυσικό μπαλκόνι των Αστερουσίων προϋποθέτει την τήρηση των κανόνων ασφαλείας.

Προσοχή στις ελεύθερες πέτρες και τα μικρά χαλίκια!

Θέσεις θέας υπάρχουν και πάνω από τα πλευρικά τοιχώματα, αλλά χρειάζεται ιδιαίτερη προσοχή για την προσπέλασή τους.

Ο καταρράκτης του Αμπά

Το χωριό Χάρακας



Μέσα στο Χάρακα

Το όνομα στο χωριό το δίνει το μεγάλο χαράκι (μονοκόμματος βράχος) στη δυτική άκρη του χωριού. Ο «Χάρακας» (ο ογκόλιθος) είναι σήμερα το χαρακτηριστικό τοπόσημο του μεγάλου αυτού οικισμού στα βόρεια πρηνή των ανατολικών Αστερουσίων. Στην κορυφή του είναι επισκέψιμο το αναπαλαιωμένο εξωτερικά φρούριο με τις δεξαμενές του και η Εκκλησία του Χριστού. Εκεί θα σας οδηγήσει με ασφάλεια το αποκαταστημένο λιθεπένδυτο μονοπάτι.

Νοτιοδυτικά, σε μικρή απόσταση από το χαρακτηριστικό βράχο, ένας από τους πιο καλοδιατηρημένους ανεμόμυλους των Αστερουσίων στέκει στην κορυφή ενός τεχνητά δεντροφυ-τευμένου λόφου, σε μια θέση που σε άλλες εποχές του έδινε τη δυνατότητα να εκμεταλλεύεται το αιολικό δυναμικό της περιοχής. Ο ανεμόμυλος έχει διευρυμένη (σκαρπωτή) βάση.

Στα δυτικά όρια του οικισμού υπάρχουν κου-δουμαλιές και βελανιδιές σε μια από τις σπάνιες παρουσίες τους στα Αστερούσια.

Παραδοσιακά χαρακτηριστικά διαμόρφωσης διατηρούνται ακόμα στις προσόψεις αρκετών σπιτιών στο Χάρακα. Η ρυμοτομική οργάνωσή του παρουσιάζει ορισμένες ιδιομορφίες.

Σε ορισμένα σημεία του χωριού σχηματίζονται αυτοσχέδια πολεοδομικά τετράγωνα και τα σπίτια βλέπουν σε έναν κοινό εσωτερικό χώρο.



Ο «Χάρακας» και τα Χαράκια

Θα επρόκειτο για μια ακόμα βορινή πλαγιά των Αστερουσίων καλυμμένη με υποβαθμισμένη βλάστηση φρυγάνων, αν δεν υπήρχαν διάσπαρτοι και ξεκομμένοι βράχοι που θα μπορούσε κανείς να χαρακτηρίσει «μικρά Μετέωρα».

Απομονωμένα μέσα στο φλύσχη των βορειοανατολικών Αστερουσίων εμφανίζονται τεμάχια ασβεστόλιθων άγνωστης προέλευσης. Ο ασβεστολιθικός βράχος που βάρφισε το Χάρακα είναι ίσως το βορειότερο στέλεχος της σειράς.

Στις νότιες γυρωτραφισμένες πλευρές αυτών των φυσικών μνημείων είναι χωροθετημένες σε πολλές περιπτώσεις μιτάτα και μάντρες, προστατευμένες από το δριμύ βόρειο καιρό.

Οι κάτοικοι των Παρανύμφων ονομάζουν ετούτη την περιοχή Ξεκοφτό.

Ο μεγάλος καταρράκτης, ο καταρράκτης του Αμπά – όπως λέγεται – διοχετεύει το νερό του οροπεδίου των Παρανύμφων μέσα στη χαράδρα. Στα μέσα του Μαΐου αρχίζει να μειώνεται αισθητά η παροχή του ρέματος. Είναι ένας από τους μεγαλύτερους καταρράκτες στην Κρήτη, με την υψομετρική διαφορά ανάμεσα στη βάση και την κορυφή να ξεπερνάει τα 100 μέτρα. Υπάρχουν και άλλοι μικρό-τερης δυναμικότητας καταρράκτες, στο βορειοανατολικό τμήμα της περιμέτρου, οι οποίοι «στεγνώνουν» πιο γρήγορα.

Καταρρίχηση στον Αμπά

Το φαράγγι του Αμπά είναι μια από τις σημαντικότερες διαδρομές καταρρίχησης φαραγγιών (canyoning) στην Κρήτη. Η πρώτη μεγάλη «κατεβασιά» υπερβαίνει τα 100 μέτρα. Μέχρι τις Τρεις Εκκλησιές την ακολουθούν δεκάδες μικρότερες, αλλά υπολογίσιμες και απαιτητικές, καταρρίχησης.

Επαναλαμβάνουμε ότι η προτεινόμενη περίοδος για καταρρίχηση είναι από Αύγουστο έως Νοέμβριο, πριν το φώλιασμα των όρνιων.

32. Παρανύμφοι – Τρεις Εκκλησιές

Πεζοπορία σε υπό συντήρηση μονοπάτι. Η σηματοδότηση είναι ελλιπής.

Υ.Δ. : - 500 μ. από προσεκτικά χαραγμένες τραβέρες. **Απόσταση:** 8 χλμ.
Μέσος Χρόνος: 3,5 ώρες ή λιγότερο ανάλογα με το σημείο εκκίνησης (Παρανύμφοι ή Μονή Πέτρου και Παύλου). **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια.
Προμήθεια νερού από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000», Καταφύγιο Άγριας Ζωής (ΚΑΖ). **Οικολογική αξία:** Αραιό φυσικό δάσος χαρουπιάς (*Ceratonia siliqua*), το μοναδικό στην Κρήτη σε δενδρώδη μορφή κοντά στις Τρεις Εκκλησιές.

Το μονοπάτι ξεκινά ουσιαστικά από τη Μονή Πέτρου και Παύλου, που βρίσκεται 3-4 χλμ. νοτιοδυτικά του οικισμού των Παρανυμφών. Εκεί διατηρείται ακόμα κρήνη και τμήμα ρωμαϊκού υδραγωγείου. Από εκεί κατηφορίζει προς τις Τρεις Εκκλησιές.

Ο Δήμος Αστερουσιών εκτελεί εργασίες συντήρησης στο μονοπάτι, οι οποίες συνοδεύονται από ενέργειες για την αξιοποίησή του.

Οι Τρεις Εκκλησιές πήραν το όνομά τους από τις τρεις εκκλησιές της περιόδου της Βενετοκρατίας.

Ένα παλιό, επικίνδυνο μονοπάτι



Λιγότερο επικίνδυνο από το παλιό, περπατάει πάνω στο ανατολικό τείχος της χαράδρας του Αμπά. Ξεκινάει από τη θέση Σκάλα στη βόρεια περίμετρο της χαράδρας και καταλήγει στις Τρεις Εκκλησιές. Σύμφωνα με διηγήσεις, το μονοπάτι αυτό χρησιμοποιούσαν οι κτηνοτρόφοι για εύκολη και γρήγορη πρόσβαση στους παραλιακούς βοσκότοπους. Δεν συνιστούμε τη χρησιμοποίησή του, αφού δεν πληρεί καν τις στοιχειώδεις προϋποθέσεις ασφαλείας.

Ουσιαστικά, πρόκειται για ένα πατάρι πάνω από το χάος, το οποίο δεν χρησιμοποιείται, είναι γεμάτο από πέτρες και σε αρκετά σημεία έχει

καταρρεύσει.

Χαρουπιά και γαλατσίδα

Στην περιοχή των Τριών Εκκλησιών φύεται φυσικό αραιό δάσος χαρουπιάς, το μοναδικό φυσικό δάσος αυτού του είδους στην Κρήτη. Επίσης, η ακτή δυτικά του οικισμού είναι σημαντικός οικότοπος της δενδρώδους γαλατσίδας (*Euphorbia dendroides*), που θεωρείται σημαντική λόγω του υπολειμματικού της χαρακτήρα.

33. Τρεις Εκκλησιές – Μονή Κουδουμά



Κρητικός αγριόγατος (*Felis silvestris cretensis*)

Στην υψομετρική στάθμη των 300 μέτρων, πάνω από τις Τρεις Εκκλησιές ξεκινάει για δυτικά ένα μικρότερο μονοπάτι, που αν το ακολουθήσει κανείς θα τον οδηγήσει στη Μονή Κουδουμά. Το μονοπάτι παρακολουθεί από ψηλά τις απότομες ακτές που μεσολαμβάν ανάμεσα στη Μονή Κουδουμά και στις Τρεις Εκκλησιές. Θα σας βγάλει στο χωμάτινο δρόμο, 4 χλμ. πριν τη Μονή Κουδουμά. Σ' αυτό το ύψος η πλαγιά είναι γυμνή από δέντρα.

34. Σώπατα - Πλατανιάς - Παρανύμφοι

Επαρχιακό χωμάτινο οδικό δίκτυο που συνδέει την ημιορεινή με την περιορισμένης έκτασης ορεινή ζώνη των Αστερουσίων, στην ουσία τη λεκάνη των Παρανύμφων με το οροπέδιο Σώπατα. **Υ.Δ.:** + 500 μ. Ο Πλατανιάς είναι χτισμένος στα 800 μέτρα. **Απόσταση:** 8 χλμ. **Κατάσταση δρόμου:** μέτρια έως σχετικά κακή. **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (pSCI GR4310005)

του Δικτύου «Natura 2000». Κινούμαστε κατά μήκος της βόρειας πλευράς του Καταφυγίου Άγριας Ζωής (ΚΑΖ). Η περιοχή χαρακτηρίζεται από μεγάλη τοπική αξία. Η θέα στο οροπέδιο των Παρανύμφων και στις βουνοκορφές γύρω από τον Αχεντριά και την Εθιά είναι εκπληκτική.

Αποικία Όρνιων

Το φαράγγι του Αμπά, το αμέσως ανατολικότερο μεγάλο φαράγγι από εκείνο της Μονής Κουδουμά, φιλοξενεί στα πλευρικά του τοιχώματα την πιο μεγάλη αποικία όρνιων (45 με 50 πουλιά) στην Ελλάδα. Η αποικία αυτή είναι συνάμα και η νοτιότερη της Ευρώπης. Τα τελευταία χρόνια παρατηρούνται κατά μέσο όρο 8-12 αναπαραγωγικά ζευγάρια.

Παλιότερα στην ευρύτερη περιοχή των Αστερουσίων υπήρχαν τρεις αποικίες όρνιων. Μία από αυτές εγκαταλείφθηκε στα μέσα του 1990 και πιθανότατα τα πουλιά της απορροφήθηκαν από τις γειτονικές.

Στα Αστερούσια έχουν παρατηρηθεί μέχρι και 60 με 80 όρνια πάνω από ένα κουφάρι, το οποίο μπορούν να καταναλώσουν μέσα 5 με 10 λεπτά. Τρεις με τέσσερις ώρες είναι αρκετές για ένα μεγάλο σπληφόρο.



Απαιτητική ανάβαση από τη βορειοανατολική πλευρά της Μαδάρας (1.132 μ.), το δεύτερο ψηλότερο – μετά τον Κόφινα – βουνό των Αστερουσίων. Ο



Ο καταρράκτης του Αμπά

δρόμος δεν είναι πολύ καλός, αλλά η θέα είναι καταπληκτική. Το βουνό επιθεωρεί τους Παρανύμφους και τις Τρεις Εκκλησιές από τα δυτικά και η κορυφή του προεξέχει ανεπαίσθητα από τα ανατολικά όρια της ορεινής πεδινής περιοχής που λέγεται Σώπατα. Στο μέσο της διαδρομής περνάμε από το σχεδόν ερημωμένο οικισμό του Πλατανιά με μόλις έναν κάτοικο.

Το ιδιαίτερο χαρακτηριστικό αυτής της διαδρομής είναι ότι προσφέρει ανοιχτό ορίζοντα σε όλο το ορεινό σύστημα των Αστερουσίων ανατολικά του οροπεδίου Σώπατα.

Χρυσαιτός: ο ήρωας των ριζιτικών τραγουδιών...

Η εμφάνιση του χρυσαιτού είναι πολύ πιθανή σ' αυτήν την περιοχή.

Όλη η Κρήτη διαθέτει 22 επικράτειες χρυσαιτού (*Aquila chrysaetos*) με 16 αναπαραγωγικά ζεύγη και 60 άτομα, το 50% των οποίων είναι ανώριμα. Το μέσο μέγεθος των επικρατειών του χρυσαιτού στο νησί υπολογίζεται σε 79 τ.χλμ.

Συναντάται σε υψόμετρο από 400 έως 1.800 μέτρα σε μια ποικιλία ενδιαιτημάτων (ανοιχτές πετρώδεις περιοχές, αραιά δάση, θαμνώνες κ.ά.). Φωλιάζει σε εγκοπές και κοιλότητες απότομων ορθοπλαγιών και μπορεί να διαθέτει μέχρι και τρεις φωλιές μέσα στην επικράτειά του.



Πεζοπορική διαδρομή

Στα Αστερούσια εντοπίζονται δύο επικράτειες χρυσαιτού, με μόνο μία ενεργή, στο κεντρικό μέρος του βουνού. Οι παρατηρήσεις έχουν δείξει την ύπαρξη ενός ζευγαριού ώριμων χρυσαιτών και ενός μικρού αριθμού ανώριμων και υποώριμων ατόμων.

Το λαϊκό όνομα «Βιτσάλα» πιθανόν προέρχεται από τη λατινική λέξη vigilante (*vigilo*), που σημαίνει «αυτός που βρίσκεται διαρκώς σε επιφυλακή, αυτός που караδοκεί». Η συνήθεια αυτή εντάσσεται στο κυνηγετικό ρεπερτόριο

του χρυσαετού και αποτελεί συμπεριφορά σχετικά εύκολα παρατηρήσιμη και από τους ποιμένες.

Η δίαιτά του αποτελείται από πουλιά και θηλαστικά μεσαίου μεγέθους, κυρίως φάσσες (*Columba palumbus*), αγριοπερίστερα (*Columba oenas*), καλιακούδες (*Phyrrocorax* spp.), πέρδικες (*Alectoris chukar*), λαγούς (*Lepus europaeus*). Ο χρυσαετός επιτίθεται σε νεογέννητα αιγοπρόβατα που ξεκόβουν από το κοπάδι, και μόνο όταν η φυσική κατάσταση του οικοτόπου δεν του παρέχει την αναγκαία τροφή. Επειδή τα είδη με τα οποία διατρέφεται είναι στην πλειοψηφία τους θηρεύσιμα από τον άνθρωπο, είναι αναγκαία η θηραματοπονική διαχείριση της επικράτειάς του, ώστε να υπάρχει η κρίσιμη ποσότητα τροφής που του είναι απαραίτητη για να επιβιώσει.

Ο χρυσαετός δεν κινδυνεύει τόσο από τα δηλητηριασμένα δολώματα όσο κινδυνεύει από την εγκατάλειψη της εκτατικής ορεινής γεωργίας (παραδοσιακές πεζούλες), δηλαδή τα μέρη που αναζητά την τροφή του.

Αν και η προφορική παράδοση της Κρήτης, όπως αντανακλάται στα ριζίτικα τραγούδια, έχει λατρέψει αυτό το πουλί, το είδος έχει κυνηγηθεί περισσότερο από οποιοδήποτε άλλο στην Κρήτη.

35. Χάρακας – Δωράκι – Πύργος

Ασφάλτινος δρόμος που ακολουθεί τη βόρεια ρίζα των Αστερουσίων. **Υ.Δ.:** μικρές ανηφοροκατηφόρες της τάξης των 50 μ. **Απόσταση:** 4 χλμ.

Κατάσταση δρόμου: καλή.

Προμήθεια νερού από πρην.

Προστα-τευόμενη περιοχή: Το επαρχιακό οδικό δίκτυο αποτελεί το βόρειο σύνορο της περιοχής «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000».

Ποδηλατική περιήγηση σε μια σχετικά αραιοκατοικημένη



Τμήμα του φαραγγιού κοντά στις Τρεις Εκκλησιές

Χρυσογέρακο

Το χρυσογέρακο (*Falco biarmicus*), εξαιρετικά σπάνιο στην Ελλάδα, έχει παρατηρηθεί στην περιοχή νότια των Παρανύμφων. Διαθέτει δύο αναπαραγωγικά ζευγάρια στην περιοχή, σε δύο διαφορετικά σημεία της οροσειράς. Φωλιάζει σε βράχια και περιοχές χαμηλού υψομέτρου (<400 μ.) και δείχνει να ευνοείται από το ερημικό τοπίο και το ξηρό κλίμα των Αστερουσίων.



ζώνη ανάμεσα σε δύο κεφαλοχώρια της ανατολικής Μεσαράς.

Ο ασφαλτόδρομος αυτός δεν είναι κεντρικός και για αυτό δεν χρησιμοποιείται από τα οχήματα που κινούνται στην περιοχή.

Πύργος

Ο Πύργος καταλαμβάνει αρκετή έκταση και έχει αξιόλογα αρχιτεκτονικά χαρακτηριστικά, αν και τα περισσότερα από αυτά είναι αφανή ή σε κατάσταση ερείπωσης.

Αξίζει να επισκεφτείτε:

Τη συνοικία Καλογερικό, με τα εγκαταλειμμένα οικήματα και τις αναβαθμίδες πνιγμένα όλα σήμερα στην παραποτάμια βλάστηση.

Τη συνοικία Πάνω Πύργος, με αρκετά αρχιτεκτονικά γνωρίσματα παλαιότερων εποχών.

Το ρέμα στα ανατολικά όρια του οικισμού, στη θέση Καβούσι, το οποίο ρέει μέχρι και τους πρώτους καλοκαιρινούς μήνες. Γύρω του θα βρείτε υπολείμματα από νερόμυλους (ένας από αυτούς πυργόσχημος και πάρα



Ποδηλατική ανάβαση

πολύ ψηλός) και βάσεις από μικρές γέφυρες. Δυστυχώς και εδώ τα σκουπίδια θα αποτελέσουν το σύντροφό σας στην προσπάθεια να περπατήσετε παράλληλα με την κοίτη του ρέματος, ενώ οι περιφράξεις που διαδέχονται η μία την άλλη σε καταγιστικό ρυθμό, θα κάνουν ό,τι μπορούν για να σας διώξουν.

Οι νερόμυλοι στο Δωράκι

Η αξιοποίηση της υδατόπτωσης για τη λειτουργία μύλων μπορεί να είναι ένας από τους λόγους της εμφάνισης και συντήρησης τούτου του μικρού οικισμού ανάμεσα στο Χάρακα (δυτικά) και τον Πύργο (ανατολικά).

Το αξιόλογο συγκρότημα με τους νερόμυλους, ίσως το πιο σημαντικό των Αστερουσίων, βρίσκεται βαθιά μέσα στο χείμαρρο που εκβάλλει νοτίως του χωριού.

36. Παρανύμφοι – Μουρνιά – Εθιά

Χωμάτινο ημιορεινό επαρχιακό δίκτυο Αστερουσίων. **Υ.Δ.:** από τα 500 μ. υψόμετρο των Παρανύμφων, στα 540 μ. της Μουρνιάς και τα 750 μ. της Εθιάς. Σε κανένα τμήμα του βουνού η υψομετρική διαφορά δεν υπερβαίνει τη διαφορά των δύο οικισμών. Ανηφόρες με υπολογίσιμη κλίση υπάρχουν στο τμήμα της διαδρομής από τη Μουρνιά μέχρι και την Εθιά. Ο χωματόδρομος από Μουρνιά αφήνει στα ανατολικά την κορυφή Τρούλλος και μετά από αυτόν στρέφεται και ο ίδιος ανατολικά για να συναντήσει τον ασφαλτικό δρόμο που έχει ξεκινήσει από Ροτάσι. Έχοντας προσεγγίσει περίπου τα 680 μ. όταν θα έχουμε τον Τρούλλο στα ανατολικά μας, θα

Ο οικισμός Πλατανιάς



πέσουμε στα 600 μ. στο σημείο της διασταύρωσης. Από εκεί η ανηφόρα είναι πάλι υπολογίσιμη μέχρι και τα 750 μ. της Εθιάς. **Απόσταση:** 14 χλμ. **Κατάσταση δρόμου:** καλή. **Προμήθεια νερού** από τις δημόσιες κρήνες των οικισμών. **Προστατευόμενες περιοχές:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000». Η περιοχή χαρακτηρίζεται από μεγάλη τοπική αξία.

Περιήγηση στο κατεξοχήν ποδηλατικό πεδίο των Αστερουσίων σε ένα ημιορεινό σύμπλεγμα χαμηλής, σχεδόν μηδαμινής, κυκλοφοριακής όχλησης. Τη λεκάνη των Παρανύμφων διαδέχονται, στα ανατολικά, πλατώματα μικρότερης επιφάνειας, τα οποία διακόπτονται – οριοθετούνται από στενές και μικρές κορυφογραμμές. Το τοπίο γυμνό από βλάστηση δασικών ειδών κυριαρχείται από αμπέλια και κήπους.

37. Ροτάσι – Βορινό Μετόχι – Εθιά

Πεζοπορία σε μη σηματοδοτημένο λιθόκτιστο μονοπάτι με αντιστήριξη που συνδέει τους οικισμούς Ροτάσι και Εθιά. Το μονοπάτι διακόπτεται από περιφράξεις μια και χρησιμοποιείται πλέον ελάχιστα. **Υ.Δ.:** 550 μέτρια ανηφορική διαδρομή με τραβέρσες. **Απόσταση:** 5,5 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 2,5 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. Το μονοπάτι διέρχεται μέσα από φρυγανική βλάστηση σε σχιστολιθικά εδάφη.

Πιθανή η εναλλαγή στα καιρικά φαινόμενα από τη βάση της διαδρομής ως τον τερματισμό εξαιτίας της μετακίνησης σε διαφορετική τοπική κλιματική ζώνη. **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000» από την ισομετρική στάθμη των 600 μ. στη βόρεια πλαγιά.

Το λιθόκτιστο μονοπάτι σύνδεσης Ροτασίου – Εθιάς αποτελεί απομεινάρια και ίχνος ενός τρόπου ζωής, που στηριζόταν στην εποχιακή μετακίνηση των κτηνοτρόφων από τους ορεινούς οικισμούς των Αστερουσίων στα χωριά του κάμπου της Μεσαράς και εκατέρωθεν. Στην περίπτωση μας, το Ροτάσι και η Εθιά, που ακόμα και σήμερα μοιράζονται τον ίδιο πληθυσμό, αποτελούσαν τους δύο σταθερούς πόλους αυτής της μετακίνησης. Σήμερα, η θεμελιώδης ανάγκη σύνδεσης των δύο οικισμών εξυπηρετείται από αυτοκινητόδρομο και έτσι το μονοπάτι έχει περιπέσει σε





Ποδηλατική διαδρομή

απόλυτη αχρηστία.

Η ανάπτυξη του μονοπατιού είναι σχεδόν παράλληλη με τον φαράγγι του Χαυγά (ή όπως λέγεται από τους Αχεντριανούς, Βορινό). Το μονοπάτι ανηφορίζει τραβεσαριστά πάνω στην πλαγιά με το όνομα Ρούσσοι Εγκρεμοί, τμήμα της προέκτασης της Ασφεντυλιάς προς βορρά.

Η αρχή του μονοπατιού (ουσιαστικά το σημείο όπου είναι σήμερα περισσότερο εμφανές) βρίσκεται 500 μέτρα ανατολικά του Ροτασίου, σε ένα πολύ μικρό οικισμό που ονομάζεται Βορινό Μετόχι (εκκλησία Αγίας Άννας).

Νεοπαρδοσιακή Εθιά

Η Εθιά όπως και όλα σχεδόν τα ορεινά χωριά των ανατολικών Αστερουσίων είναι κτισμένη γύρω από ένα μικρό πλάτωμα όπου διαφυλάσσεται ελεύθερος χώρος για καλλιέργειες. Σήμερα, επιβιώνει χάρη στην εποχιακή επιστροφή των κατοίκων της, η οποία αναζωπυρώθηκε ύστερα από κάποιες δεκαετίες εγκατάλειψής της. Η επιστροφή αυτή συνοδεύτηκε από ένα κύμα παραδοσιακής αρχιτεκτονικής αποκατάστασης μεγάλων τμημάτων του οικισμού, άλλοτε με περισσότερο και άλλοτε με λιγότερο σεβασμό στην ιστορική του φυσιογνωμία.

Η Εθιά είναι η κοιτίδα του Οσίου Ευμενίου, του συνιδρυτή μαζί με τον Όσιο Παρθένιο, της Μονής Κουδουμά. Στην Εθιά ο επισκέπτης μπορεί να επισκεφτεί τον τάφο και το πατρικό σπίτι του Οσίου Ευμενίου.

38. Εθιά – Αχεντριάς

Πεζοπορία σε βουνοπλαγιά με και χωρίς μονοπάτι. Δεν υπάρχει σηματοδότηση. **Υ.Δ.:** - 50 μ. (από τα 750 μ. της Εθιάς στα 700 μ. υψόμετρο του Αχεντριά). Ωστόσο, κατά τη διάρκεια της διαδρομής, σε ανηφορικά κομμάτια θα χρειαστεί ν' ανέβουμε μέχρι και τα 800 μ. υψόμετρο. Το ξεχασμένο μονοπάτι διασταυρώνεται με χωμάτινους δρόμους και κατά την κατάβαση προς τον Αχεντριά ταυτίζεται για ένα χιλιόμετρο με το δρόμο που οδηγεί από τον Αχεντριά στην κορυφή Ασφεντυλιά (περίπου 950 μ. υψόμετρο). **Απόσταση:** 6 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 2 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. Παρουσία περιφράξεων λόγω των χρήσεων γης στην περιοχή (κτηνοτροφική ζώνη). **Προμήθεια νερού** από πριν. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (ρSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000».

Πριν αρχίσει η κατηφορική διαδρομή για τον Άγιο Νικήτα, βορείως του Σπασμένου Βώλακα, το μονοπάτι προς Άγιο Νικήτα διασταυρώνεται με ένα δεύτερο που έχει αφητηρία την Εθιά και ενώνει τους δύο ορεινούς οικισμούς.

Μουρνιά: ζωντανό μνημείο του αγροτικού πολιτισμού των Αστερουσίων

Η Μουρνιά είναι και αυτή – όπως οι Παράνυμφοι, η Εθιά, ο Πρινιάς και ο Αχεντριάς – χτισμένη αμφιθεατρικά γύρω από ένα μικρό ορεινό κάμφο. Οι λιγστοί ηλικιωμένοι κάτοικοί της ασχολούνται με την καλλιέργεια αυτού του γεωργικού παράδεισου τον οποίο διατρέχουν αναλήμματα, ξερολιθιές, πεζούλες και «καταπότες» (προβιομηχανικό σύστημα επιφανειακών αγωγών άρδευσης). Πρόκειται για ένα από τα πιο χαρακτηριστικά αγροτικά τοπία των Αστερουσίων. Η αποφυγή εισαγωγής βαρέων μηχανημάτων είχε ως αποτέλεσμα να διατηρηθεί στο ακέραιο η ετερογένεια και η πολυπλοκότητα του αγροτικού τοπίου της περιοχής.

Τα περισσότερα σπίτια της Μουρνιάς διατηρούν τις καμινάδες τους (διψέλια, ή «τραυματισμένα» πήλινα αγγεία και πίθοι), ενώ σε κάποια ελάχιστα δεν λείπουν οι νεώτερες προσθήκες.

Η Μουρνιά είναι επίσης περίφημη για τα κρασάμπελά της. Κάποιοι από τους αμπελώνες έχουν φυτευτεί μέσα στα γυρωτραφισμένα σώχωρα, οι περισσότεροι όμως σε μικρή απόσταση βορείως του οικισμού. Η αξιοποίηση της παραδοσιακής γεωργικής γνώσης θα μπορούσε μέσα από κατάλληλες κινήσεις να οδηγήσει στην παραγωγή βιολογικού οίνου με ονομασία προέλευσης και να ξαναδώσει ζωή στους ορεινούς οικισμούς.





Ποδηλατικές διαδρομές

Αδρανοποιημένο κι αυτό με τον καιρό, περικυκλώνει ακόμα τη νότια απότομη προέκταση της κορυφογραμμής της Ασφεντυλιάς, του βουνού που μεσολαβεί ανάμεσα στους δύο οικισμούς.

Και στον Αχεντριά, όπως σε όλα τα χωριά των ανατολικών Αστερουσίων, έχουν διαφυλαχτεί ως κόρη οφθαλμού οι πεδινές εκτάσεις στα πόδια του οικιστικού ιστού. Θα διασχίσουμε τα αμπέλια και τους κήπους της λίγο πριν φτάσουμε στον οικισμό.

39. Αχεντριάς – Άγιος Νικήτας

Κατηφορική πορεία σε λιθόκτιστο μεσαιωνικό μη σηματοδοτημένο μονοπάτι με αντιστήριξη, που έρπει τραβεσαριστά στις διαδοχικές πλαγιές προς τον Άγιο Νικήτα. **Υ.Δ.:** αρχικά ανηφορική διαδρομή (+200 μ.) από τα 650 μ. στα 850 μ. και ύστερα κατηφορική διαδρομή μέχρι το επίπεδο της θάλασσας. **Απόσταση:** 8 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 3 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. Παρουσία περιφράξεων στο κατηφορικό τμήμα της διαδρομής. **Προμήθεια νερού** από πηγή. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000».

Νοτίως του Αχεντριά και της Εθιάς αναπτύσσεται ένα εκτεταμένο ορεινό σύστημα με απότομες κλίσεις και κορυφές που αγγίζουν σχεδόν τα 1.000 μέτρα σε ύψος (Κοπράνα, Σπασμένος Βόλακας, Βίγλα, Ξεκέφαλα, Στέρνα, Κάστελλος, Αγκινάρα κ.ά.). Ανάμεσά του ελίσσεται τούτο το μονοπάτι των προσκυνητών, των καλλιεργητών και των κτηνοτρόφων.

Αφού ανηφορίσει από τον Αχεντριά, μέσα από ορεινές καλλιέργειες σε

Το χωριό Παρανύμφοι



Τα Κρητικά Άλογα στο Δωράκι

Στο Δωράκι μπορεί να βρει κανείς εκτρεφόμενα γεωργαλίδικα άλογα να τρέχουν ελεύθερα μέσα σε ελαιώνες και φρυγανότοπους.

Η ιδιαιτερότητα του κρητικού αλόγου εντοπίζεται στο σχετικά μικρό του μέγεθος, στον πλαγιτροχασμό (διαφορετικός συνδυασμός των ποδιών που οδηγεί σε ένα ιδιότυπο τρόπο τρεξίματος που δεν είναι καλπασμός) κ.ά., που έχουν βοηθήσει την προσαρμογή του στο ανάγλυφο και τις εδαφολογικές ιδιαιτερότητες των ασβεστολιθικών κατά κύριο λόγο κρητικών βουνών.

Η γεωργαλίδικη φυλή θεωρείται σχετικά αμιγής με λίγες προσμίξεις. Κατά πολλούς έχει διατηρηθεί από τα μινωικά χρόνια, αφού εικάζεται ότι υπάρχουν ομοιότητες με τα άλογα που εικονίζονται στις αναπαραστάσεις μινωικών τελετουργιών. Από άλλους τα γεωργαλίδικα άλογα ονομάζονται και «άλογα της Μεσαράς».





Από τον κάμπο έως το τελευταίο καλλιεργήσιμο έδαφος

εσωτερικά πλατώματα του βουνού, το μονοπάτι αρχίζει να κινείται κατηφορικά ανάμεσα σ' αυτούς τους τραχείς ορεινούς όγκους και τις ακαλλιέργητες φρυγανικές εκτάσεις (που ακόμα και σήμερα χρησιμοποιούνται ως βοσκοτόπια).

Διάφορες διασταυρώσεις του οδηγούν σε λειτουργούντα ή παρηκμασμένα σήμερα ποιμνιστάσια, αλλά και αγριάδες που κάποτε ήταν σιτοβολώνες.

Κατεβαίνοντας, άλλοτε περισσότερο και άλλοτε λιγότερο απότομα, το μονοπάτι θα προσεγγίσει μετά από 3 περίπου ώρες το επίπεδο της θάλασσας, αποφεύγοντας να διασταυρωθεί με τις πολυάριθμες κοίτες μικρών χειμάρρων.

Ένα χιλιόμετρο μακριά από την εκκλησία του Αγίου Νικήτα, το μονοπάτι εισέρχεται σε μικρή κοιλάδα, όπου και το πασίγνωστο δασύλλιο από φοίνικες του Θεόφραστου (*Phoenix theophrastii*).

Τα μιτάτα του Αχεντριά

Τα μιτάτα του Αχεντριά παρουσιάζουν μια διαφορετική τυπολογία από αυτήν που συναντάμε συνήθως στους μεγάλους ορεινούς όγκους της Κρήτης, όπου οι ποιμνικές αυτές κατασκευές είναι συνήθως κτίσματα περίοπτα και αυτόνομα. Τα μιτάτα του Αχεντριά χρησιμοποιούν τη φυσική διαμόρφωση του ανάγλυφου και την αξιοποιούν λειτουργικά. Έτσι, το ρόλο του βόρειου τοίχου παίζουν πάντα διαθέσιμοι όρθιοι συμπαγείς βράχοι σε νότια έκθεση. Η ανατολική και η δυτική πλευρά τους είναι είτε ελεύθερες

Κοντά στο Ροτάσι



είτε εφραπτόμενες σε βοηθητικά προσκτίσματα (τυροκέλι, κούμος), ενώ σχεδόν πάντα στη νότια πλευρά διαμορφώνεται ένας μικρός γυρωτραφισμένος περιβόλος, μια μάντρα δηλαδή, με ένα μοναχικό δέντρο (συκιά, αμυγδαλιά κ.ά.).

Στην κατάβαση για τον Άγιο Νικήτα θα συναντήσουμε και κάποια περίοπτα μιτάτα χτισμένα χωρίς χρήση κονιάματος και επιχρίσματος σύμφωνα με το εκφορικό σύστημα.

Το τώρα και το χτες...

Το Ροτάσι είναι κτισμένο περίπου στη θέση του αρχαίου Ρυτίου, που αναφέρεται στην ομηρική Ιλιάδα ως μία από τις τέσσερις κρητικές πόλεις που απέστειλαν στρατεύματα στον Τρωικό πόλεμο. Εικάζεται ότι, στην ονομαζόμενη σήμερα Ροτασανή Κεφάλα, μια χαλέπα με χαρακτηριστικές αναβαθμίδες και αντηρίδες, πάνω ακριβώς από το σημερινό οικισμό, τοποθετείται η ακρόπολη της αρχαίας πολιτείας.

Το Ροτάσι διατηρεί μέχρι σήμερα ζωντανή την παράλληλη σχέση του τόσο με το βουνό όσο και με την πεδιάδα της Μεσαράς.

Στους ορεινούς οικισμούς των Αστερουσίων χαρακτηριστική είναι η φιλοξενία των ανθρώπων



Το Φοινικόδάσος του Αγίου Νικήτα

Το μονοπάτι διέρχεται από μια συστάδα με θαλερούς φοίνικες (*Phoenix theophrastii*), 300 μέτρα βορειοδυτικά από το Μοναστήρι του Αγίου Νικήτα. Όπως στους περισσότερους τύπους οικοτόπων στα Αστερούσια και εδώ δημιουργούνται προβλήματα στην αναγέννηση του μικρού αυτού δάσους, λόγω της έλλειψης νερού και της βόσκησης του υπο-ορόφου.

Η παρουσία του φοινικόδασους συνδέεται με την υπόγεια υδροφορία της λεκάνης απορροής. Περιφερειακά εμφανίζονται και κάποιες κηλίδες από υγροτοπικά είδη, κυρίως βούρλα.

Στο μικρό φοινικόδασος του Αγίου Νικήτα έρχονται να ξεαποστάσουν κατά την εαρινή μετανάστευση κάποια από τα παρυδάτια είδη πουλιών, κυρίως τσικιάδες, που συνήθως συναντούμε στις εκβολές του Αναποδάρη.

Ασκητική παράδοση

Επικοινωνία ορεινών οικισμών

Γύρω από το χριστιανικό ναό του Αγίου Νικήτα ο αποσαθρωμένος επιφανειακός ασβεστόλιθος σχηματίζει στενούς ή πλατύτερους αβαθείς σπηλαιώδεις σχηματισμούς (βραχασκεπές), που εδώ και πολλούς αιώνες έχουν λειτουργήσει ως ασκηταριά και ερημητήρια, κάτι που καταμαρτυρεί και η προφορική παράδοση. Σήμερα αυτά τα ασκηταριά είναι ανενεργά.

Κάθε Σεπτέμβρη...

Εγκαταλειμμένη κατοικία στην Εθιά



Συγχρονισμένο με τον εορτασμό του Αγίου Νικήτα και το μεγάλο προσκύνημα στο σπηλαιώδη ναό του στο νότο των Αστερουσίων, διοργανώνεται στα μέσα κάθε Σεπτεμβρη διήμερο «Φεστιβάλ για τη Φύση των Αστερουσίων» από το Δήμο Αστερουσίων, τη Διεύθυνση Δασών Ηρακλείου και άλλους φορείς. Το φεστιβάλ πλαισιώνεται και από άλλα δρώμενα, όπως αγώνες ιππικής δεξιότητας και αγώνες ταχύτητας με γεωργαλδικά άλογα, που το κάνουν ακόμα πιο ενδιαφέρον.

Σύντομη πεζοπορία με δυνατότητα παρατήρησης ορνιθοπανίδας σε δύο δύσβατα απότομα και με περιορισμένο βάθος φαράγγια των ανατολικών Αστερουσίων.

Το πρώτο έχει έξοδο στην πεδιάδα της Μεσαράς και βρίσκεται πάνω από το Μεσοχωριό. Πρόκειται για το φαράγγι του Χαυγά (για τους Μεσοχωριανούς) ή Βορινό (για τους Αχεντριανούς).

Το δεύτερο διασταυρώνεται με το μονοπάτι Τσούτσουρα – Αγίου Νικήτα και έχει νότια έξοδο πάνω ακριβώς από τον οικισμό Μαριδάκι. Για αυτό το λόγο ονομάζεται Μαρ(ι)διακιανό ή το Νοτικό (καθώς είναι σε αντιδιαμετρική θέση από το Βορινό). Τα απότομα εντυπωσιακά τοιχώματά του φιλοξενούσαν μέχρι πρόσφατα μια μικρή αποικία όρνιων. Χρησιμοποιείται ακόμη



Ο κύριος Ζαχαρίας, στο παραδοσιακό του καφενείο στην Εθιά



Πεζοπορική διαδρομή

περιστασιακά από όρνια και για αυτό το λόγο η Ζώνη Ειδικής Προστασίας για την Ορνιθοπανίδα έχει οριοθετηθεί ώστε να το περιλαμβάνει.

Αν και τα φαράγγια αυτά επιτρέπουν μόνο περιορισμένη διείσδυση στο εσωτερικό τους, το θέαμα είναι πολύ αξιόλογο από αισθητική σκοπιά.

40. Φαράγγι Χαυγά ή Βορινό

Σύντομη διείσδυση σε απότομο φαράγγι. Δεν υπάρχει σηματοδότηση. **Υ.Δ.:** + 50 μ. **Απόσταση:** 300 μέτρα. **Μέσος Χρόνος:** αμελητέα. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000» το νότιο μισό του φαραγγιού. **Οικολογική αξία:** Εδώ φωλιάζει ένας μικρός αριθμός από καλιακούδες (*Pyrrhocorax pyrrhocorax*), ευνοημένος από το βαραθρώδες ανάγλυφο του φαραγγιού.

41. Άγιος Νικήτας - Μαριδάκι – Τσούτσουρος

Περπάτημα σε εμφανές μονοπάτι χωρίς ιδιαίτερες δυσκολίες, που συνδέει τον οικισμό Τσούτσουρο με το Μαριδάκι και τον σπηλαιώδη ναό του Αγίου Νικήτα. **Υ.Δ.:** γενικά το μονοπάτι κινείται παράλληλα με την ακτογραμμή.

Το χωριό Αχεντριάς



Ωστόσο, στο μέσο της διαδρομής θα χρειαστεί σε ορισμένες περιπτώσεις να ακολουθήσουμε το μονοπάτι στην ανηφορική του διαδρομή (μέγιστο σημείο +100 μ.) που στόχο έχει να αποφύγουμε απότομα και επικίνδυνα σημεία. **Απόσταση:** 4 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 1,5 ώρα. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** «ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (pSCI GR4310005) του Δικτύου «Natura 2000», «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000».

Η παραλιακή περιοχή του Τσούτσουρου έχει χαρακτηριστεί Τοπίο Ιδιαίτερου Φυσικού Κάλλους και αρχαιολογικού ενδιαφέροντος.

Ο Άγιος Νικήτας είναι ίσως σήμερα ο πιο γνωστός σπηλαιώδης ναός των

Στάνη στην περιοχή της Εθιάς



ανατολικών Αστερουσίων και το προσκύνημά του στις 15 του Σεπτεμβρίου, την επομένη δηλαδή της εορτής του Σταυρού, αποτελεί ένα σημαντικό γεγονός για όλη την περιοχή. Το μονοπάτι που περιγράφεται εδώ εξαντλούσε μέχρι σχετικά πρόσφατα – μαζί με το μονοπάτι από τον Αχεντριά – τις δυνατότητες πρόσβασης στο γραφικό αυτό εκκλησάκι, η οποία αν δεν ήταν πεζοπορική θα έπρεπε να γίνει δια θαλάσσης. Η διάνοιξη, όμως, ενός ακόμα αγροτικού δρόμου άλλαξε τη φυσιογνωμία και αυτού του προσκυνήματος και του ακαίρεσε ένα μέρος της γοητείας του.

Από τον σπηλαιώδη ναό του Αγίου Νικήτα, κινούμενο παράλληλα με την ακτογραμμή, το παράλιο μονοπάτι οδηγεί πρώτα στο ψαροχώρι Μαριδάκι και έπειτα από μερικά χιλιόμετρα στον Τσούτσουρο.

42. Φαράγγι Μαρδακιανό ή Νοτικό

Σύντομη διείσδυση σε απότομο φαράγγι. Δεν υπάρχει σηματοδότηση. **Υ.Δ.:** +50 μ. **Απόσταση:** 200 μ. **Μέσος Χρόνος:** αμελητέα. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. **Προμήθεια νερού** από πρην. **Προστατευόμενη περιοχή:** "ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ (ΚΟΦΙΝΑΣ)" (pSCI GR4310005) του Δικτύου "Natura 2000", "ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ" (SPA GR4310008) του Δικτύου "Natura 2000". **Οικολογική αξία:** Στα τοιχώματα του φαραγγιού φώλιαζει αποικία όρνιων (*Gyps fulvus*).

43. Άνω Καστελλιανά – αρχαία Πριανός (Καστέλο Μπελβεντέρε)

Περπάτημα σε αγροτικό δρόμο και αργότερα σε χωμάτινο μονοπάτι χωρίς σηματοδότηση, κατάφυτο και γι' αυτό σχετικά αφανές την άνοιξη και το

Φοίνικες στον Άγιο Νικήτα



καλοκαίρι. **Υ.Δ.:** + 200 μέτρα (φτάνουμε σε υψόμετρο 398 μ.). **Απόσταση:** 3 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 1 ώρα. **Ορειβατική δυσκολία:** εύκολο. **Προμήθεια νερού** από πρην.

Η περιπατητική διαδρομή από τα Άνω Καστελλιανά οδηγεί σε έναν ακόμα μη οργανωμένο αρχαιολογικό χώρο, το Λόφο της Πριανσού ή Castello Belvedere, μια ακρόπολη σε χρήση από τα αρχαϊκά μέχρι και τα ενετικά χρόνια.

Μπορείτε να αρχίσετε το περπάτημα από τη διασταύρωση του νότιου οδικού άξονα Κρήτης με τον αγροτικό δρόμο που οδηγεί στις παρυφές του λόφου της Πριανσού, την οποία θα βρείτε 600 μέτρα δυτικά των Κάτω Καστελλιανών.

Προσοχή δεν υπάρχει σήμανση, ούτε ταμπέλα. 70 μέτρα πριν την κορυφή (398 μ.) αρχίζει το περπάτημα στο κατάφυτο μονοπάτι.

Κάτω από τον λόφο αυτό, κοιτώντας βόρεια και ανατολικά απλώνεται την άνοιξη ένα πράσινο μωσαϊκό εκατέρωθεν της κοίτης του ποταμού Αναποδάρη, ο οποίος διέρχεται βορειοανατολικά του υψώματος, πριν

Δεν είναι όλα ίδια...

Τα πρόβατα που θα δείτε σε διάφορες περιοχές των Αστερουσίων συχνά διαφέρουν ως προς τη γενετική τους προέλευση, τα σωματικά τους χαρακτηριστικά και την παραγωγικότητά τους. Το κοκκινόματο πρόβατο των Αστερουσίων αποτελεί αναγνωρισμένη τοπική φυλή με 6 αμιγή ποίμνια.



εισέλθει στο Δεματιανό Φαράγγι. Κατευθύνοντας το βλέμμα σας προς τα ανατολικά, θα δείτε να δεσπόζουν τα Λασιθιώτικα Όρη.

Το πιο εντυπωσιακό Καστέλλι

Ο ίδιος λόφος που αρχικά φιλοξενούσε την ακρόπολη της αρχαίας Πριανσοῦ (πολύ σημαντικής μινωικής πόλης), αργότερα χρησιμοποιήθηκε από τους Ενετούς για καθαρά στρατιωτικούς σκοπούς. Οχυρώθηκε,

Άγιος Νικήτας



Τα απότομα φαράγγια του Αχεντριά

λοιπόν, εκ νέου και λόγω της θέας του ονομάστηκε "Castello Belvedere", και είναι ένα από τα Καστέλλια, που είχαν ιδρυθεί σε όλη την Κρήτη σύμφωνα με τα κατά καιρούς αμυντικά πλάνα των Ενετών.

Ο χρόνος έχει κάνει εμφανή τα σημάδια του, αλλά δεν έχει αφαιρέσει τίποτα από τη γοητεία της οχυρωμένης αυτής ακρόπολης. Αν και κατασκευασμένο για να αντέχει στο χρόνο και στην ανθρώπινη μανία, το περιτείχισμα, που αναπτύσσεται σε διαδοχικές ζώνες, έχει στο μεγαλύτερό του μέρος καταρρεύσει και επιχωματωθεί. Σε ορισμένα σημεία είναι ευτυχώς ακόμα εμφανείς οι θεμελιώσεις των οχυρωματικών πύργων. Αρκετά είναι τα εκκλησιαστικά μνημεία περιμετρικά του διαμορφωμένου επίπεδου χώρου της κορυφής με τουλάχιστον έξι εκκλησίες σε διαφορετική κατάσταση διατήρησης η καθεμιά.

Ο επισκέπτης θα εντυπωσιαστεί, όμως, από τις κατασκευές και τις διαμορφώσεις που στόχευαν να καταστήσουν το Castello Belvedere

Αχεντριάς



αυτόνομο στο πεδίο των υδατικών αναγκών: υπόγειες και υπέργειες θολωτές δεξαμενές, καθώς και ημιλαξευτά πηγάδια, που υπάρχουν διάσπαρτα παντού, μερικά από αυτά ακόμα σε λειτουργία.

Ένας ταπεινός αμυγδαλόκηπος περιφραγμένος με ξερολιθιές υπενθυμίζει τη γεωργική χρήση της γης σε καιρούς ειρήνης, πριν την ανακήρυξη της ακρολοφίας σε αρχαιολογικό χώρο.

44. Φαράγγι Μίντρη (Φιλίπποι – Τσούτσουρος)

Λιθόστρωτο και χωμάτινο μονοπάτι χωρίς σήμανση, αρχικά σε θαμνότοπο με σκληρόφυλλη βλάστηση και έπειτα πλάι και μέσα σε κοίτη περιοδικού ρέματος. **Υ.Δ.:** με εκκίνηση από υψόμετρο 200 μέτρων, αρχικά ανάβαση 150 μέτρων και εν συνεχεία ομαλή και αργή κατάβαση 350 μέτρων. **Απόσταση:** 8 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 4 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. Παρουσία περιφράξεων πάνω από τους Φιλίππους. **Προμήθεια νερού** από πριν.

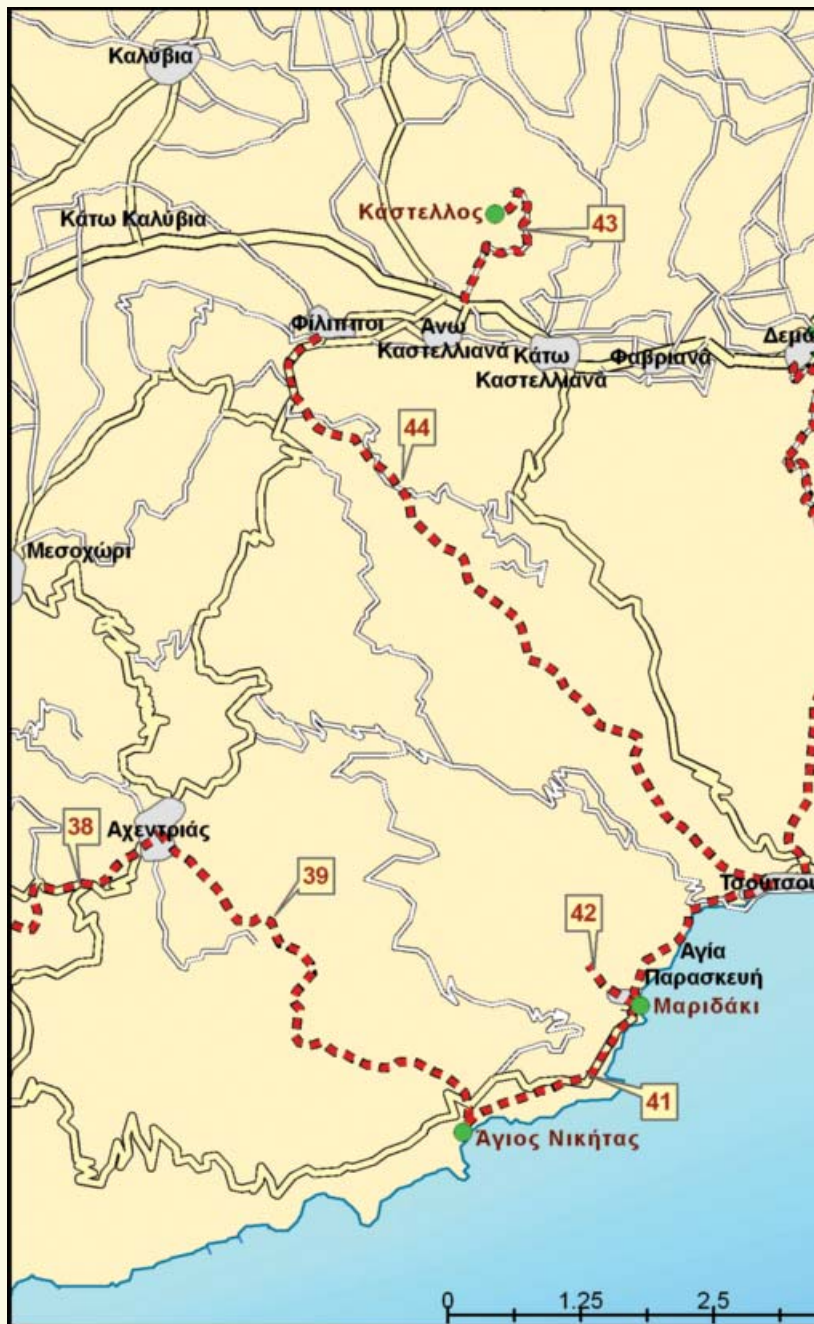
Άποψη από το Βορινό φαράγγι





**Στο ανατολικό
όριο
των Αστερουσίων**







Παραθαλάσσια βόλτα

Προστατευόμενη περιοχή: «ΑΝΑΤΟΛΙΚΑ ΑΣΤΕΡΟΥΣΙΑ» (SPA GR4310008) του Δικτύου «Natura 2000».

Το μονοπάτι περπατιέται σχεδόν κάθε χρόνο από τον Ε.Ο.Σ. Ηρακλείου.

Το μονοπάτι ξεκινάει με ελαφρά ανηφορική κλίση από το χωριό Φιλίπποι, που είναι χτισμένο στις βόρειες υπώρειες των Αστερουσίων σε υψόμετρο 200 μέτρων. Η μικρής διάρκειας αυτή ανηφορική διαδρομή δεν συνεχίζεται για πολλή ώρα, καθώς μισή ώρα βορείως των Φιλίππων σχηματίζεται μια, αφανής σε πρώτη όψη, εσωτερική λεκάνη απορροής που οδηγεί τα νερά της στο φαράγγι Μίντρη και στον Τσούτσουρο. Το διαχωρισμό των υδάτων ανάμεσα στην εσωτερική αυτή λεκάνη με κατωφέρεια από βορρά προς νότο και τα υδρογραφικά συστήματα που οδηγούν τα νερά στην πεδιάδα της Μεσαράς επιτελεί μια χαμηλού ύψους λοφοσειρά που προσεγγίζει τα 450 μέτρα στο υψηλότερό της σημείο. Πάνω από το χωριό Φιλίπποι η λοφοσειρά αυτή δεν ξεπερνάει σε ύψος τα 300 μέτρα. Αφού κατηφορίζει για 20 περίπου λεπτά προς νότο, το μονοπάτι ακολουθεί τη ροή του περιοδικού ρέματος που διατηρείται ζωντανό μέχρι τους πρώτους θερινούς μήνες. Εκατέρωθεν της κοίτης του κυριαρχούν οι πικροδάφνες και κατά θέσεις υγρόφιλη βλάστηση και κάποιες συστάδες πλατάνου. Το φυσικό τοπίο στις αντικρινές πλαγιές της λαγκαδιάς είναι γυμνό από οποιαδήποτε δενδρώδη βλάστηση, όπου κυριαρχούν τα φρύγανα και επικρατεί χρωματικά ένας έντονα γαιώδης τόνος.

Το παραλιακό χωριό Μαριδάκι



45. Δεμάτι – Τσούτσουρος

Δρασκελισμός του βουνού από ξεχασμένο μη σηματοδοτημένο μονοπάτι, μέρος του οποίου έχει καταστραφεί από διάνοιξη χωματόδρομου. Η βλάστηση στην περιοχή είναι φρυγανική. **Υ.Δ.:** με υψόμετρο εκκίνησης τα 180 μ. ο χωματόδρομος ανεβαίνει τραβεσαριστά μέχρι και τα 500 μ. Από εκεί – μέσω πια του εναπομείναντος τμήματος του μονοπατιού – ακολουθεί κατάβαση έως το επίπεδο της θάλασσας. **Απόσταση:** 8 χλμ. **Μέσος Χρόνος:** 3,5 ώρες. **Ορειβατική δυσκολία:** μέτρια. **Προμήθεια νερού** από πρην.

Το ανενεργό σήμερα μονοπάτι Δεμάτι – Τσούτσουρος δρασκελίζει τα Αστερούσια στο σημείο της οροσειράς με το μικρότερο πλάτος.

Από την αρχή του, το μονοπάτι κινείται σε κυμαινόμενη απόσταση ανατολικά του μονοπατιού που διέρχεται το φαράγγι Μίντρη. Τα δύο μονοπάτια συγκλίνουν μόνο στο τέρμα της διαδρομής, στον παράλιο οικισμό του Τσούτσουρου.

Στην γειτονιά των Καστελλιανών

Το αρχικό τμήμα του έχει μετατραπεί σήμερα σε χωματόδρομο που διέρχεται πρώτα από την Αγία Παρασκευή με τον αιωνόβιο πλάτανο της (1 χλμ. νοτίως του οικισμού) και μετά από 3 χλμ. φτάνει στο ίδιο ύψος με τον Άγιο Χαράλαμπο, αφήνοντάς τον λίγο πιο δυτικά. Έχοντας διανύσει το ανηφορικό τμήμα της διαδρομής, βρισκόμαστε πια στις δυτικές πλαγιές του Χούσακα (629 μ.). Η κατωφέρεια διασπάται από πλατώματα και αβαθείς λεκάνες, που φιλοξενούν σημαντικό τμήμα των γεωργικών και κτηνοτροφικών εκμεταλλεύσεων των Δεματιανών.

Από εδώ και πέρα η χάραξη του χωματόδρομου, που συνεχίζει την πορεία του προς τη νότια παραλία, έχει αφήσει αλώβητο το μονοπάτι.

Αρχαία Ίνατος και Σπήλαιο Ειλειθυίας

Μπορεί κανείς να επισκεφτεί αρχαιολογικά κατάλοιπα, που ταυτίζονται με

Κάτω Καστελλιανά

Τα Κάτω Καστελλιανά διασώζουν ένα μεγάλο μέρος από τον παραδοσιακό πολιτισμό παρασκευής ψωμιού. Τουλάχιστον 7 φούρνοι, όλοι με τα βοηθητικά φουρνόσπιτά τους, διατηρούνται στον οικισμό. Το εκπληκτικότερο μνημείο είναι, πάντως, το ρωμαϊκό υδραγωγείο, που σώζεται ακόμα σε πολύ καλή κατάσταση.

την αρχαία Ίνατο, 1 χλμ. ανατολικά του Τσούτσουρου στη θέση «Αλλιόρι» που θεωρείται επίγειο της αρχαίας Πριανσού.

Στην ίδια περίπου περιοχή τοποθετείται και το «Σπήλαιο της Ειλειθυίας», της αρχαιοελληνικής Θεάς, προστάτιδος του τοκετού.

Δεν πρόκειται, βέβαια, για οργανωμένους αρχαιολογικούς χώρους.

46. Φαράγγι του Αναποδάρη (Δεμάτι – Δέρματος)

Χωμάτινος δρόμος που παρακολουθεί από ανατολικά το Δεματιανό Φαράγγι (τελευταίο τμήμα του ρου του Αναποδάρη). **Υ.Δ.:** με εκκίνηση από υψόμετρο 180 μέτρων και τερματισμό στην παραλία της Δέρματος. Το μέσο υψομετρικό πριν την τελική κατάβαση κυμαίνεται από 150 μ. έως 280 μ. **Απόσταση:** 12 χλμ. **Κατάσταση δρόμου:** αρκετά κακή στο τέλος της χειμερινής περιόδου, θα χρειαστεί να κυλήσετε τα ποδήλατα για μικρές αποστάσεις (5 μέτρα κατά μέγιστο). **Προμήθεια νερού** από πριν.

Κατά τις μεταναστευτικές περιόδους των πτηνών η περιοχή παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον. Πρόκειται για την καλύτερη ίσως ποδηλατική διαδρομή των Αστερουσίων και μία από τις καλύτερες στην Κρήτη.

Η αφετηρία της βρίσκεται σε ένα χωματόδρομο που ξεκινάει λίγο πριν από την ταμπέλα του οικισμού Σκινιάς, όπως έρχεται κανείς από τον οικισμό Δεμάτι. Η περιοχή αυτή παρά το χαμηλό της υψόμετρο (<500 μ.) χαρακτηρίζεται από ορεινή μορφολογία. Συντελεί σ' αυτό η δυτική πλαγιά του φαραγγιού, η οποία πάνω ακριβώς από την κοίτη του ποταμού σχηματίζει μια ζώνη από σχεδόν κατακόρυφα τοιχώματα με ύψος από 50 έως και 300 μέτρα, η οποία ακολουθεί το φαράγγι μέχρι και την έξοδο του στην παραθαλάσσια κοιλάδα της Δέρματος, το πάλαι ποτέ ακμαίο υδροτοπικό σύστημα του δέλτα του Αναποδάρη. Στο υψηλότερο σημείο της

Ο Κάστελλος από βορρά



δυτικής κόψης βρίσκεται ο Χούσακας (629 μ.).

Ο Αναποδάρης με τη διαβρωτική ορμητικότητά του και τον όγκο του νερού του έχει σκάψει για χιλιάδες χρόνια το δρόμο του ανάμεσα στην ορεινή αλυσίδα των Αστερουσίων. Ό,τι δεν κατάφερε, όμως, να σταματήσει το βουνό, το δάμασαν οι άνθρωποι με μια σειρά από αναγκαίες και εν πολλοίς χρήσιμες λιμνοδεξαμενές που έχουν δημιουργηθεί τα τελευταία χρόνια. Τελευταίο απομεινάρι της αγριάδας του ποταμού το εκπληκτικό αυτό φαράγγι, που αποτελεί και το φυσικό σύνορο ανάμεσα στα Αστερούσια και τις παρυφές των Λασιθιώτικων βουνών. Το φαράγγι είναι κατάφυτο από πυκνή δεντρώδη βλάστηση με κυρίαρχο είδος το θαμνοκυπάρισσο (*Juniperus phoenicea*). Στο ανατολικό τοίχωμα με τις περισσότερες ανεκτές κλίσεις έχει αναπτυχθεί κατά θέσεις η ελαιοκαλλιέργεια, χωρίς να διαταράζει την αρμονία του τοπίου.

Σημείωση

Η κοίτη του ποταμού Αναποδάρη δεν είναι κατάλληλη για απλή πεζοπορία. Υπάρχουν απότομα σημεία που μπορεί κανείς να προσπελάσει μόνο με καταρρίχηση και ειδικό εξοπλισμό.

Κοίτη Αναποδάρη

Αν και δεν διέπεται από κάποιο καθεστώς προστασίας, το φαράγγι του Αναποδάρη συνδέεται λειτουργικά με τις προστατευόμενες περιοχές των ανατολικών και των κεντρικών Αστερουσίων. Είδη αρπακτικών, που φωλιάζουν στις ορθοπλαγιές του φαραγγιού, επισκέπτονται για κυνήγι τις περιοχές όπου εφαρμόζονται διαχειριστικά μέτρα. Τα τοπωνύμια στην



ορεινή ζώνη περιμετρικά της κοίτης συνδέονται με την ύπαρξη και τη δράση μεγάλων αρπακτικών: βιτσιλιά (χρυσασαετός ή βιτσιλία), φιλαδελφιά (σπιζαετός ή φιλάδελφος) κ.ά.

Από το φαράγγι έχουν επίσης παρατηρηθεί να διέρχονται ομάδες μεταναστευτικών πουλιών που ψάχνουν διέξοδο στην πεδιάδα της Μεσαράς και στις λιμνοδεξαμενές που βρίσκονται βορείως αυτής. Πιο χαρακτηριστικό το παράδειγμα του λασπότρυγγα (*Tringa glareola*), που βρίσκει την τροφή του σε λασποτόπια, μικρές φυσικές ή μη λιμνοδεξαμενές, σε πηγές και σε ρέματα από τις εκβολές Αναποδάρη μέχρι και τον μεσαρίτικο κάμπο. Μέσα στην κοίτη του ποταμού ακόμα και μέσα στο κατακαλόκαιρο, σχηματίζονται πρόσκαιρες συγκεντρώσεις στάσιμου ή σχεδόν στάσιμου νερού (οι λεγόμενες «κολύμπες»), που έχουν τεράστια

Στην κοιλάδα Μίντρη έχει παρατηρηθεί κατά τις μεταναστευτικές περιόδους ο βασιλαετός (*Aquila heliaca*). Έχει επίσης καταγραφεί ως διαχειμάζον είδος ο στεπαετός (*Aquila nipalensis*), σε μια από τις ελάχιστες περιπτώσεις διαχείμασης στη Νότια Ελλάδα.

οικολογική αξία για αρκετά είδη ζωής.

Ένα ξεχασμένο μονοπάτι

Εκβολές Αναποδάρη

Ο ρους του Αναποδάρη αποτελεί το ανατολικό γεωγραφικό όριο ανάμεσα στο ορεινό σύμπλεγμα των Αστερουσίων και εκείνο της Δίκτης. Όπως και στο Γεροπόταμο στα δυτικά, στις εκβολές του Αναποδάρη σχηματίζεται ένα παράκτιο υγροτοπικό σύστημα με μεγάλη οικολογική αξία για την ορνιθοπανίδα, το οποίο προσελκύει κάθε χρόνο παραποτάμια και υδρόβια μεταναστευτικά πουλιά, μαζί με τους θηρευτές τους. Σήμερα, ο υγρότοπος βρίσκεται σε πρωτοφανή κατάσταση υποβάθμισης, εξαιτίας του σφετερισμού της επιφάνειάς του από άλλες χρήσεις, οικιστικές και γεωργικές (θερμοκήπια και ελαιοκαλλιέργειες). Το νομοθετικό πλαίσιο για τις υγροτοπικές εκτάσεις δεν φαίνεται ικανό να αποτρέψει ούτε καν την παράνομη διάθεση στερεών κυρίως απορριμμάτων και άχρηστων οικοδομικών υλικών.

Πρόβλημα δημιουργείται, επίσης, με τη συγκράτηση του υδατικού δυναμικού του ποταμού σε ταμιευτήρες στο ανώτερο σημείο της λεκάνης απορροής του. Τη θερινή περίοδο το ποτάμι και οι εκβολές «στεγνώνουν» και αυξάνεται κατακόρυφα η αλατότητα. Η λεγόμενη «οικολογική» υδατική



Το παραλιακό χωριό Τσούτσουρος

Παράξενη συνύπαρξη

Μέσα στον οικιστικό ιστό του Τσούτσουρου, θα δει κανείς διάσπαρτα κιονόκρانا κορινθιακού ρυθμού και λοιπά αρχιτεκτονικά μέλη, τα οποία πιθανότατα προέρχονται από τις πάλαι ποτέ ακμαίες βασιλικές του Αγίου Παντελεήμονα (Τσούτσουρος) και της Αγίας Παρασκευής (Μαριδάκι).

παροχή που αφήνεται να ρέει στον ποταμό είναι μάλλον μικρή.

Παρ' όλη την αισθητική υποβάθμιση και τις ασφυκτικές ανθρωπογενείς πιέσεις, η περιοχή έχει διατηρήσει μέρος της οικολογικής της σημασίας. Οι καλαμιώνες του Αναποδάρη έχουν μεγάλη σημασία για την περιοχή της νότιας Κρήτης, καθώς είναι οι μοναδικοί σε ένα μεγάλο μήκος ακτογραμμής.

Ενδεικτικά αναφέρουμε μερικά από τα είδη πουλιών που έχουν παρατηρηθεί στην κοίτη και στις εκβολές του Αναποδάρη, όπως ερωδιό, πελαργός, η απειλούμενη με εξαφάνιση βαλτόπαπια, το μικρό αρπακτικό σαΐνι, ο λιβαδόκιρκος, που τρέφεται με έντομα και μικρά πουλιά, η μουστακοποταμίδα, που συχνάζει σε καλαμιώνες στην κοίτη του Αναποδάρη, η εξαιρετικά σπάνια νεροποταμίδα, το κοινότατο γιδοβύζι, η πετροτριλίδα, ο εντυπωσιακός καλαμοκανάς και η μικροπουλάδα κ.ά. Οι περισσότερες παρατηρήσεις έχουν γίνει κατά την περίοδο της εαρινής και φθινοπωρινής μετανάστευσης.

Η περιοχή εντάσσεται σε προτεινόμενη επέκταση – επαναοριοθέτηση της υπάρχουσας Περιοχής Ειδικής Προστασίας για την Ορνιθοπανίδα (SPA) με τίτλο «Ανατολικά Αστερούσια» και κωδικό «GR4310008».

Ο άγνωστος παράδεισος

Θερμές ευχαριστίες

Στον κ. Γιώργο Σταματάκη από τα Καπετανιανά, αυτόν τον ακούραστο λάτρη και μελετητή των Αστερουσίων για την πολιτισμική τεκμηρίωση των Αστερουσίων που μας πρόσφερε απλόχερα και ανιδιοτελώς. Προσπαθήσαμε να χρησιμοποιήσουμε το υλικό αυτό μόνο επικουρικά, σεβόμενοι τον κόπο του και το δικαίωμά του να το εκδώσει κάποτε αυτοτελώς. Βέβαια τα όποια λάθη μας δεν βαρύνουν τον ίδιο.

Στο επιστημονικό δυναμικό του Μουσείου Φυσικής Ιστορίας Κρήτης, Παν/μιο Κρήτης και ιδιαίτερα στους συγγραφείς της Ειδικής Περιβαλλοντικής Μελέτης που εκπονήθηκε για τα Αστερούσια στο πλαίσιο του προγράμματος LIFE Φύση 1998 "Διατήρηση - Προστασία του Γυπαετού στην Ελλάδα".

Στην Ελληνική Ορνιθολογική Εταιρία και στους εθελοντές της στην Κρήτη.



Το φαράγγι του Αναποδάρη με χαρακτηριστική δενδρώδη βλάστηση

Στον Πολιτιστικό Σύλλογο Παρανύμφων «Οι Νύμφες».

Στον Πολιτιστικό Σύλλογο Δεματίου.

Στους απλούς ανθρώπους και τα παιδιά των Αστερουσίων για τη φιλοξενία και τις γνώσεις που μας προσέφεραν.

Στους Δήμους της περιοχής και ιδιαίτερα στους Δήμους Αρκαλοχωρίου, Κόφρινα και Γόρτυνας.

Στον Πρόεδρο του Τοπικού Συμβουλίου Δεματίου κ. Μιχάλη Στυλιανάκη.

Στον κ. Γιάννη Πουντουράκη, καθηγητή του Ε.Μ.Π. καταγόμενου από τη

Το Δεματιανό γεφύρι

Λίγο πιο δυτικά του χωριού, πάνω στον Αναποδάρη ποταμό, στέκει η πολύτοξη γέφυρα του Δεματίου, μοναδική σε τυπολογία και κατασκευαστική τελειότητα σε όλη την Κρήτη. Στα πόδια των καμαρών σώζονται ακόμα κάποιες πλάκες με ανάγλυφες παραστάσεις.

Ένα δημοτικό τραγούδι σε κρητική διάλεκτο με θέμα το κτίσιμο του γεφυριού αποτελεί παραλλαγή πάνω στο αφηγηματικό μοτίβο του δημοτικού τραγουδιού για τη θεμελίωση του γιοφυριού της Άρτας.

Το γεφύρι έχει αποσπαστεί από το Υπουργείο Πολιτισμού το χαρακτηρισμό του διατηρητέου μνημείου.



Βασιλική Καινουρίου.

Στην κ. Ευγενία Ταμπακάκη, αρχαιολόγο.

Στον κ. Βαλλιάνο, πρόεδρο του Δ.Σ. του Μουσείου Κρητικής Εθνολογίας στους Βόρους.

Στα μέλη του Ορειβατικού Συλλόγου Μοιρών για πληροφορίες σχετικά με μονοπάτια.

Στην ΚΓ' Εφορεία Προϊστορικών και Κλασικών Αρχαιοτήτων.

Πληροφορίες σχετικά με την περιοχή αντλήθηκαν από:

Εκδόσεις – έντυπα του προγράμματος Terra Lore «Παρατηρητήριο Χωροταξίας Τοπικής Αυτοδιοίκησης Μεσαράς».

Κατερίνα Αμφιλοχίου (κείμενα), “Ηράκλειο: μια οικοτουριστική αφετηρία”, Υπουργείο Τουρισμού, 2004.

“Κρητικό Πανόραμα” (περιοδικό).

Την ιστοσελίδα του Υπουργείου Πολιτισμού: <http://www.culture.gr>.

Τις εφημερίδες της Μεσαράς «Άποψη του Νότου» και «Αντίλαλος της Μεσαράς».

Συμβουλευτικά χρησιμοποιήσαμε τις θεμελιώδεις μελέτες του κ. Στέργιου Σπανάκη και του κ. Νίκου Ψιλάκη.

Ο υγρότοπος των εκβολών του Αναποδάρη



Σπιζαετός ή Φιλάδελφος (*Hieraetus fasciatus*)

Μικρός αετός με άνοιγμα φτερών από 145 έως 165 εκ., που απαντάται σε πολλά νησιά του Αιγαίου. Αντικαθιστά στην τροφική αλυσίδα μεγαλύτερα αρπακτικά όπως το χρυσαετό (*Aquila chrysaetos*) και το βασιλαετό (*Aquila heliaca*) που, λόγω των οικολογικών απαιτήσεών τους σε τροφή και ζωτικό χώρο κυνηγιού, δεν μπορούν να τα εποικίσουν.

Οι επικράτειές του δεν ξεπερνάνε σε έκταση τα 40 - 60 τ.χλμ. και εντοπίζονται στην ημιορεινή ζώνη (300 - 500 μ.), στις παρυφές μεγάλων ορεινών όγκων ή σε μικρά φαράγγια. Η Κρήτη διαθέτει 10 με 15 ζευγάρια, διάσπαρτα σε όλο το νησί. Στην περιοχή των Αστερουσίων αναπαράγονται 3 - 4 ζευγάρια.

Ο σπιζαετός φωλιάζει σε απόμερες πεζούλες ή ζωνάρια βράχων με ανοιχτό ορίζοντα, κοντά σε καλλιέργειες, δάση και θαμνώνες. Η φωλιά του μπορεί να είναι έως και 1 μέτρο ψηλή λόγω της εναπόθεσης κλαδιών κάθε χρόνο. Όπως και άλλα αρπακτικά, χρησιμοποιεί εναλλακτικές φωλιές μέσα στα όρια της επικράτειάς του (έχουν παρατηρηθεί ζευγάρια με πέντε εναλλακτικές φωλιές).

Η διαίτά του περιλαμβάνει μικρά πουλιά, πέρδικες, κορακοειδή και θηλαστικά όπως νυφίτσες, λαγούς, αγριοκούνελα, αρκετά από τα οποία είναι θηρεύσιμα είδη.

Η χρήση φυτοφαρμάκων και αγροχημικών έχει άμεσες επιπτώσεις (θανάτωση) στον πληθυσμό κάποιων ειδών, που αποτελούν λεία του σπιζαετού. Εξίσου επικίνδυνη με την έλλειψη τροφής είναι η συχνή κατανάλωση θηραμάτων με μεγάλες συγκεντρώσεις αγροχημικών, που μπορούν να προκαλέσουν στο σπιζαετό μειωμένη αναπαραγωγική επιτυχία.

Πρόκειται για κρυπτικό και ταχύτατο είδος, που αποφεύγει τον άνθρωπο και εντοπίζεται δύσκολα στο πεδίο.



Υποβάθμιση της ευρύτερης περιοχής του Αναποδάρη





Λευκοτσικνιάς

Ημιορεινή Βιάννος: πεδίο καταρρίχησης φαραγγιών

Η περιοχή από τον Τσούτσουρο μέχρι και τον παραλιακό οικισμό της Ψαρής Φοράδας ανατολικά, που ανήκει κατά το μεγαλύτερό της μέρος στην επαρχία Βιάννου, αποτελεί ένα από τα βασικά πεδία εξάσκησης του αθλήματος της καταρρίχησης φαραγγιών στην Κρήτη. Τα αναρίθμητα φαράγγια της περιοχής εμφανίζουν παρόμοια χαρακτηριστικά: απότομες χαραδρώσεις και ορθοπλαγιές, και – το πιο σημαντικό – αξιόλογη παροχή νερού την άνοιξη.

Ο φοίνικας του Θεόφραστου

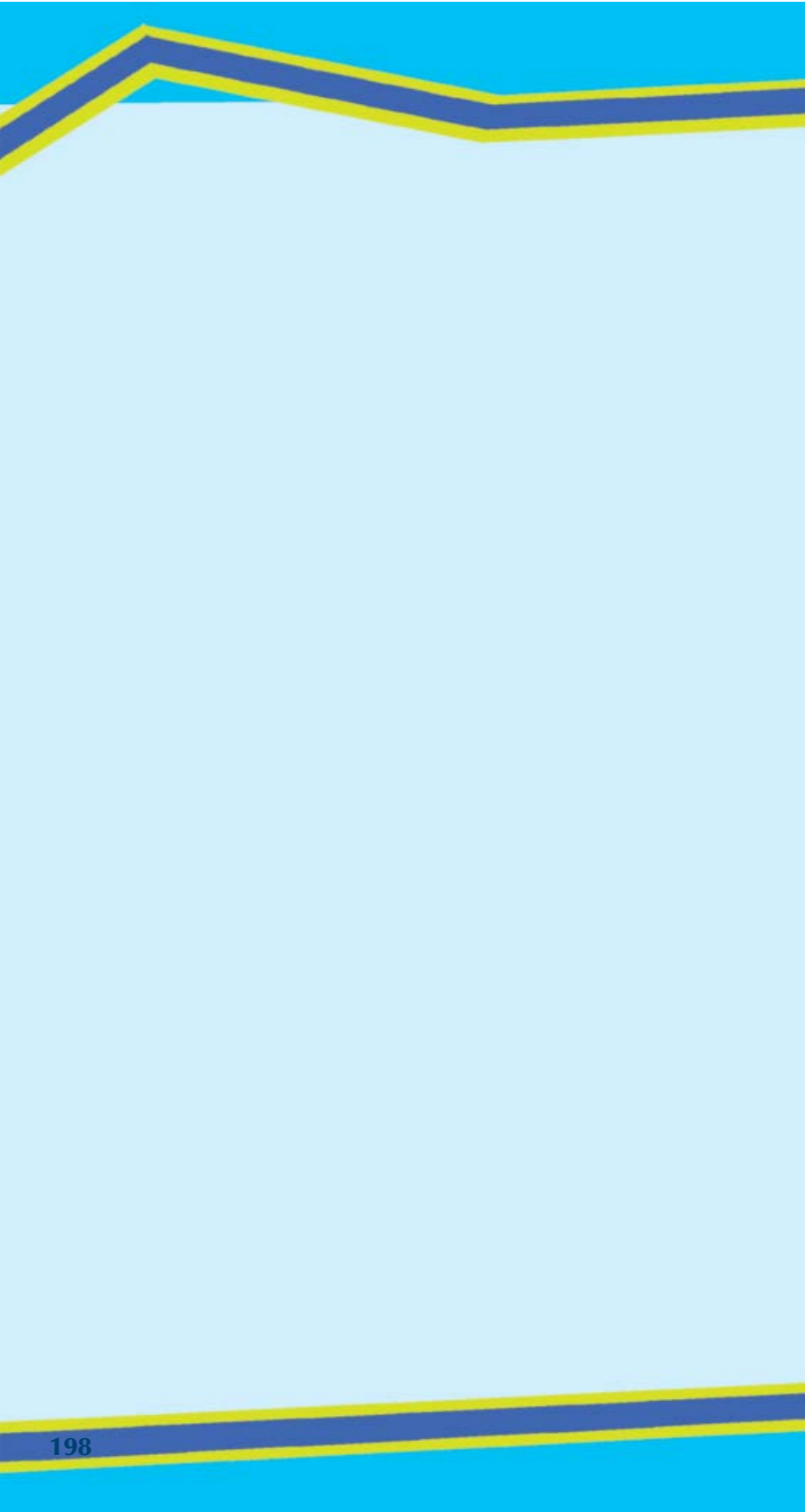
Ο φοίνικας του Θεόφραστου (*Phoenix theophrastii*) μέχρι πρόσφατα ήταν γνωστός μόνο από την Κρήτη και θεωρούνταν ενδημικό είδος του νησιού. Πρόσφατα ανακαλύφθηκαν λίγες συστάδες του είδους στα Δωδεκάνησα και τα ΝΔ παράλια της Τουρκίας, αλλά εξακολουθεί η κύρια παρουσία του να είναι στην Κρήτη.

Στο νησί υπάρχουν συνολικά 9 θέσεις με απομονωμένες συστάδες φοίνικα που είναι και οι μοναδικές σε ολόκληρη την Ευρώπη. Μεγαλύτερο και γνωστότερο είναι το φοινικόδασος στο Βάι, της επαρχίας Σητείας.

Το είδος αυτό ξεχωρίζει εύκολα από τα άλλα συγγενικά του είδη (χουρμαδιές, φοίνικας Καναρίων) από το πολύκορμο σχήμα του και τα πολλά αγκάθια του.







Ευχαριστούμε επίσης όλους όσοι μας έδωσαν τις φωτογραφίες τους για αυτήν την έκδοση. Αναλυτικά:

Αβραμάκης Μανώλης, σελ. 26α-β, 28α, 29, 39β, 44, 50, 55, 79, 80, 110-111, 127, 129, 136β

Γεωργής Χρήστος, σελ. 51

Γεωργιακάκης Παναγιώτης, σελ. 128, 137

Γραμμένος Δημήτρης, σελ. 68-69

Διακονής Γιάννης, σελ. 10, 16, 19, 61α, 64, 70, 72, 73, 75, 77, 78, 83, 85, 86, 107, 109

Δρετάκης Μιχάλης, σελ. 66, 135

Κατσιγιάννης Φίλιππος, σελ. 27β, 145, 148, 149

Λιαδάκη Ιωάννα, σελ. 5, 6, 11, 12, 13, 17, 21, 22α, 23β, 25α, 28β, 34α, 40, 45, 46-47, 60, 61β, 65α, 82, 88-89, 97, 100, 102, 103, 104, 155, 157, 167, 170, 172, 176, 180-181, 189, 190, 191, 192

Λυμπεράκης Πέτρος, σελ. 33α

Ξηρουχάκης Σταύρος, σελ. 25β, 26-27, 39α, 53, 87β, 114, 116, 117, 119, 121, 131, 133, 138, 143, 163, 174, 175, 177, 178, 179, 184

Ρουσόπουλος Γιάννης, σελ. 8-9

Σακούλης Αναστάσιος, σελ. 27α, 32α, 74, 76, 96, 98, 162, 193, 195

Σπυριδάκης Γιώργος, σελ. 18, 22β-γ, 23α, 34β, 35α, 38, 62, 65β, 120, 134, 150-151, 152, 160, 166, 168, 171, 173, 186-187, 194

Τρικήλη Μίνα, σελ. 14, 23γ, 28γ, 36, 99

Τριχάς Απόστολος, σελ. 25γ, 30, 31, 33β, 35β, 37, 41, 56-57, 67, 87α, 93, 95, 136α, 158, 159, 161, 169, 196, 197

Bass J. σελ. 125

Fransson T. σελ. 20, 24

Hilger H. σελ. 63

Margalida A. σελ. 147

