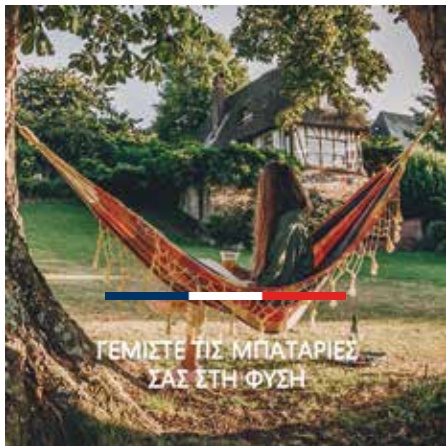


# Explore France™

Περισσότερες πληροφορίες στο [www.france.fr](http://www.france.fr)

2022





#ExploreFrance

Explore France™ 

[www.france.fr](http://www.france.fr)

---

# Editorial

Αγαπητοί φίλοι της Γαλλίας,

Με χαρά σας παρουσιάζουμε τη νέα έκδοση του περιοδικού μας, Explore France, για το 2022, το οποίο είναι αφιερωμένο εξολοκλήρου στον βιώσιμο τουρισμό που αποτελεί κεντρικό σημείο της επίσημης καμπάνιας #ExploreFrance για τον γαλλικό τουρισμό.

Φέτος επιλέξαμε σαν θέμα το νερό, πολύτιμο αγαθό και απαραίτητο για τη ζωή.

Νερό στη θάλασσα, στους ποταμούς, τα θερμά λουτρά, τα spa και τις πηγές με τις ευεργετικές ιδιότητες. Πρόσωπο της κεντρικής συνέντευξής μας είναι ο Laurent Ballesta, βιολόγος και σπουδαίος φωτογράφος, νικητής του Wildlife Photographer of the Year 2021. Οι εκπληκτικές λήψεις του δεν υμνούν μονάχα την μυστηριώδη ομορφιά του υποβρύχιου κόσμου, αλλά εστιάζουν την προσοχή σε οικοσυστήματα καίριας σημασίας, συχνά απειλούμενα, καθώς και στην επείγουσα ανάγκη για την προστασία τους.

Η Γαλλία επικεντρώνεται, σήμερα περισσότερο από ποτέ, στη βιωσιμότητα και στην προστασία της φυσικής κληρονομιάς της.

Έτσι, μέσα από τις σελίδες του περιοδικού μας σας προσκαλούμε να ανακαλύψετε υποβρύχια σπορ, αλλά και υποβρύχια μουσεία, «μπλε» νησιά και πόλεις, διαδρομές κατά μήκος των μεγάλων ποταμών -Λίγηρας, Σηκουάνας, Ροδανός- αλλά και εστιατόρια που έχουν βραβευθεί με το πράσινο αστέρι Michelin, γιατί και η εστίαση γίνεται ολοένα πιο βιώσιμη. Ξεχωριστή είναι η εμπειρία στο νερό για την Julie Gautier, πρωταθλήτρια ελεύθερης κατάδυσης, χορεύτρια και κινηματογραφίστρια. Στη Μεσόγειο ο Manu Laurin, ιδρυτής του Sauvage Med, συγκεντρώνει απόβλητα -δίκτυα, πλαστικά μπουκάλια- και τα μετατρέπει σε κοσμήματα. Το νερό και η προστασία του περιβάλλοντος γίνονται ένα. Οι εταίροι μας στο σύνολό τους προτείνουν βιώσιμες και «slow» διακοπές από την Κοιλιάδα του Λίγηρα, στην περιφέρεια του Παρισιού, στην Νέα Ακουιτανία, την Οξιτανία, την Αλσατία, το Βαρ, την Μεντόν, την Νίκαια, την Κορσική... Προτείνουν ακόμα και τη Disneyland Paris που φέτος «σβήνει» 30 κεράκια, ενώ τα φημισμένα πολυκαταστήματα στο Παρίσι, Galleries Lafayette, επικεντρώνονται με τη σειρά τους στη βιωσιμότητα.

Στο ίδιο μήκος κύματος κινούνται και ο πολιτισμός, οι σημαντικές επέτειοι, οι εκδηλώσεις και τα αθλητικά ραντεβού. Επιπλέον, το νερό θα έχει για μία ακόμα φορά πρωταγωνιστικό ρόλο στην τελετή έναρξης των Ολυμπιακών Αγώνων του 2024.

Η «μπλε» και βιώσιμη Γαλλία με τη θάλασσα, τους ποταμούς και το νερό σας περιμένει: Ελάτε να την ανακαλύψετε!



© Andrea Ranzi

## Frédéric Meyer

Διευθυντής Atout France για την Ιταλία, την Ελλάδα και την Ελβετία και Συντονιστής για τη Νότια Ευρώπη

Ακολουθείστε το France.fr  
στα κοινωνικά δίκτυα

#ExploreFrance

@explorefrance

@France.fr

@francefr

@France.fr



COVER STORY



ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑ



LIFESTYLE



ΔΙΑΜΟΝΗ



ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΙ

# Περιεχόμενα

## COVER STORY

4 Ο Laurent Ballesta φωτογραφίζει τα μυστήρια των θαλασσών

## ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΙ

- 10 Μία βόλτα στο μουσείο... κάτω από τη θάλασσα!
- 12 Με το βλέμμα στους ποταμούς
- 14 Κοιλιάδα του Λίγηρα: Ένα ταξίδι στο νερό
- 20 Αλσατία: Ένας προορισμός για όλες τις εποχές
- 22 Βιώσιμος τουρισμός στη Νέα Ακουιτανία
- 26 Αφεθείτε στη γοητεία της παρισινής περιφέρειας
- 30 Τα ωραιότερα σιντριβάνια στο Παρίσι
- 31 Χρόνια πολλά Disneyland Paris!
- 37 100 μνημεία σας περιμένουν να τα ανακαλύψετε
- 40 Το ιδανικό ταξίδι; Στη Νάντη!
- 46 Κορσική: Το νησί των «slow» διακοπών
- 54 Νίκαια: Ένας παράδεισος στην Κυανή Ακτή
- 56 Τέχνη, πολιτισμός και φύση στη Βιοτ
- 57 Μουγίν: Εκεί όπου η γεύση συναντά την τέχνη
- 58 Var: Φύση, θάλασσα και ξενοιασιά
- 62 Μεγένη: Γοητεία και αυθεντικότητα

## LIFESTYLE

- 28 Galeries Lafayette: Καινοτομία και βιωσιμότητα
- 32 Το νερό χαρίζει ευεξία
- 38 La Samaritaine, η επιστροφή ενός μύθου
- 44 Οι καλύτερες επιλογές για σπορ στο νερό

## ΠΡΟΣΩΠΑ

- 42 Δεν μπορώ να μείνω έξω από το νερό!
- 52 Sauvage Med: Κοσμήματα φτιαγμένα από... σκουπίδια

## ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑ

- 34 Πράσινα αστέρια και μενού που... μυρίζει θάλασσα
- 36 Ο ρόλος του νερού στη γαστρονομία
- 61 Φυσικό μεταλλικό νερό από την πηγή στο ποτήρι σας

## ΔΙΑΜΟΝΗ

- 51 Στο Domaine de Murtoli για αυθεντικές εμπειρίες
- 64 Νύχτες στο νερό για... όνειρα γλυκά

## ΑΤΖΕΝΤΑ

- 66 Ατζέντα των εκδηλώσεων



**Διευθύντρια Εκδόσεων**  
Caroline Leboucher

**Υπεύθυνη Έκδοσης**  
Valentina Codazzi

**Σύνταξη**  
Angelica Gori, Michelle Pagani

**Επιμέλεια κειμένων**  
Rosalba Graglia

**Συνεργάστρις**  
Donatella Luccarini  
(συνέντευξη «Δεν μπορώ να μείνω  
έξω από το νερό!»)

**Μετάφραση**  
Δανάη Δασσοπούλου και Κατερίνα  
Μαρινάκη (κείμενα «Το νερό χαρίζει  
ευεξία» και «Δεν μπορώ να μείνω  
έξω από το νερό!»)

**Ευχαριστούμε για τη συνεργασία**  
Barbara Lovato Atout France Italia

**Εξώφυλλο και γραφιστική  
επιμέλεια**  
Si.crea - si.creadesign@gmail.com

**Εκτύπωση**  
Ciscra spa - Arcore

**ATOUT FRANCE**  
Οργανισμός για την Ανάπτυξη του  
Γαλλικού Τουρισμού  
www.france.fr - info.it@france.fr

**Στο εξώφυλλο:**  
Υποβρύχιο «οικομουσείο» στις  
Κάννες, Κυανή Ακτή  
© Palais des Festivals -  
Eric Barnabe

Οι ημερομηνίες των εκδηλώσεων,  
οι πληροφορίες, οι τιμές και  
τα πνευματικά δικαιώματα των  
φωτογραφιών σε αυτό το περιοδικό  
ελέγχθηκαν πριν την εκτύπωση του  
εντύπου που πραγματοποιήθηκε στα  
τέλη Ιουνίου 2022. Ο Atout France  
στην Ιταλία δεν φέρει ευθύνη για  
ενδεχόμενες αλλαγές.



# Ο Laurent Ballesta φωτογραφίζει τα μυστήρια των θαλασσών

**Ο** Laurent Ballesta, φωτογράφος από το Μονπελιέ και θαλάσσιος βιολόγος, έχει εκδώσει 13 φωτογραφικά λευκώματα αφιερωμένα στην υποβρύχια ζωή, ενώ φωτογραφίες του δημοσιεύονται σε πολλά γαλλικά και διεθνή περιοδικά, από το National Geographic μέχρι το Paris-Match. Το 2008 δημιούργησε την Andromède Océanologie, η οποία παρατηρεί τα θαλάσσια οικοσυστήματα και τα τελευταία δέκα χρόνια έχει ηγηθεί πολλών αποστολών με το εξερευνητικό του πρόγραμμα Gombessa Expeditions καταγράφοντας πρωτοφανείς εικόνες: Από

τις πρώτες φωτογραφίες του κοιλάκανθου που τραβήχτηκαν σε βάθος 120 μέτρων, σε εκείνες ενός κοπαδιού 700 καρχαριών στη Fakarava, μέχρι λήψεις από τις καταδύσεις του στην Ανταρκτική. Τον Ιούλιο του 2019 καταφέρει μια παγκόσμια πρωτιά: Κατάδυση κορεσμού ανοικτής θαλάσσης σε συνδυασμό με τεχνικές αυτόνομης κατάδυσης. Ο Ballesta αποτυπώνει και μελετά οικοσυστήματα σε βάθος -60 και -140 μέτρων από τη Μασσαλία έως το Μονακό. Δύο χρόνια αργότερα, επαναλαμβάνει την εμπειρία κατάδυσης κορεσμού για 20 ημέρες από το Cap Corse αποκαλύπτοντας τον



Laurent Ballesta © Caroline Ballesta

μέλος του πληρώματος. Από τότε με τον αδερφό μου ζούσαμε περιπέτειες στη θάλασσα. Να μην παραλείψω να αναφέρω ότι οι γονείς μας φοβούνταν τη θάλασσα! Νομίζω ότι για αυτό ακριβώς το λόγο οφείλω σε εκείνους την αγάπη για το άγνωστο, την περιπέτεια, τα μυστήρια του θαλάσσιου κόσμου. Η φωτογραφία ήταν ο πιο αποτελεσματικός τρόπος για να τους δείξω αυτό που είχα δει κάτω από το νερό. Μετά όλο αυτό πήρε τη μορφή μίας προσωπικής αναζήτησης. Η φωτογραφία για εμένα είναι ένας τρόπος να παρατείνω τον περιορισμένο χρόνο παρατήρησης κατά την κατάδυση, αλλά είναι και μία μορφή διαλογισμού. Όταν ήμουν είκοσι χρονών «καταβρόχθισα» τα βιβλία του Bernard Moitessier, τα οποία μου χάρισαν μια δόση ελαφρότητας και πνευματικότητας που ίσως έλειπε από τη σχεδόν στρατιωτική αυστηρότητα και τη μηχανική πλευρά του commandant Κουστώ. Τότε είχα την τύχη να γνωρίσω τον Nicolas Hulot. Ήταν εκείνος που μου έδωσε πρώτος την ευκαιρία να μετατρέψω το πάθος μου σε επάγγελμα.

### **Η φωτογραφία σας «Creation» αναδείχθηκε πρώτη ανάμεσα σε 50.000 λήψεις και έλαβε το βραβείο Wildlife Photographer of the Year 2021. Πώς προέκυψε αυτή η πραγματικά εκπληκτική φωτογραφία;**

Η νότια περιοχή της ατόλης Fakarava, στη Γαλλική Πολυνησία, είναι ενταγμένη στο πρόγραμμα Άνθρωπος και Βιόσφαιρα της UNESCO. Είναι μία τοποθεσία στον Ειρηνικό Ωκεανό απαραίτητη για την αναπαραγωγή της μιμητικής σφυρίδας και ένα μοναδικό σημείο στον κόσμο για τη μελέτη της συμπεριφοράς των καρχαριών του κοραλλιογενούς υφάλου. Για εμένα, το βραβείο αποτελεί φόρο τιμής σε αυτόν τον υπέροχο τόπο που αποδεικνύει ότι η προστασία του περιβάλλοντος είναι το κλειδί ώστε να διαφυλαχθεί η πολύτιμη αυτή κληρονομιά. Το στραβιλισμένο σύννεφο γονιμοποιημένων αυγών της φωτογραφίας έχει τη μορφή ενός ερωτηματικού. Το ερμηνεύω σαν σύμβολο της αβεβαιότητας που βαραίνει το μέλλον της παγκόσμιας βιοποικιλότητας. Μάλιστα, αποφάσισα να δωρίσω το χρηματικό έπαθλο στον δήμο της Fakarava ώστε να διαδοθεί περισσότερο το μήνυμα για την προστασία της. Είμαι χαρούμενος για την ομάδα μου γιατί γνωρίζω ότι τους ζήτησα πολλά. Χρειάστηκαν πέντε χρόνια και 3.000 ώρες κατάδυσης για να βγει αυτή η φωτογραφία. Νομίζω ότι γνώθουν εξίσου υπερήφανοι για αυτό το βραβείο. Οι ωκεανοί είναι γεμάτοι πλούτο και δυσπρόσιτη ομορφιά που περιμένει να

Creation: «Σύννεφο» σφυρίδας, Fakarava, Γαλλική Πολυνησία -30 μέτρα.  
Πρώτο βραβείο Wildlife Photographer of the Year 2021 © Laurent Ballesta

μυστηριώδη κόσμο των κοραλλιογενών δακτυλίων. Το 2021 του απονεμήθηκε το βραβείο Wildlife Photographer of the Year.

**Θεωρείστε από πολλούς ο «νέος Κουστώ». Πώς το σχολιάζετε;**  
Βρήκα τη κλίση μου χάρη στις ταινίες του αρχιπλοίαρχου Κουστώ, από τις οποίες άντλησα έμπνευση για να παίξω στη θάλασσα των παιδικών μου χρόνων, τον κόλπο του Aigues-Mortes, τις παραλίες του Carnon και του Palavas. Από παιδί με γοήτευε η θάλασσα. Στα οκτώ μου έγραφα στο Καλυψώ του Κουστώ ζητώντας να γίνω



Κοπάδι καρχαριών, Fakarava, Γαλλική Πολυνησία, -30 μέτρα.  
Gombessa 4: 700 καρχαρίες το βράδυ © Laurent Ballesta

ανακαλυφθεί. Δείχνοντας στον κόσμο αυτή την ομορφιά ενισχύουμε την αγάπη του για τη μαγεία του βυθού. Πιστεύω ότι η φωτογραφία της σφυρίδας σε αναπαραγωγή μου χάρισε το βραβείο όχι για τις 3.000 ωρών κατάδυσης, αλλά γιατί αποκαλύπτει ένα μυστήριο της φύσης. Εκατομμύρια αυγά σχηματίζουν ένα σύννεφο με τη μορφή ερωτηματικού, σύμβολο του αβέβαιου μέλλοντός μας και της άγνοιάς μας για την άγρια φύση.

**Ανάμεσα στις πιο διάσημες φωτογραφίες σας είναι και μία του 2007. Είναι, μάλιστα, μία υποβρύχια λήψη σε βάθος 190 μέτρων ανοιχτά της Νίκαιας, κάτι που δεν έχει καταφέρει κανείς άλλος φωτογράφος στο παρελθόν.**

Είναι η φωτογραφία ενός μικρού κίτρινου κοραλλιού, του είδους *Dendrophyllia cornigera*, το οποίο πίστευα ότι ήταν πολύ σπάνιο. Στην πραγματικότητα αυτό που ήταν δύσκολο δεν ήταν να βρω αυτά τα πλάσματα, αλλά να έχω πρόσβαση στον κόσμο τους. Κατέβηκα σε βάθος 201 μέτρων, μία κατάδυση που διήρκεσε έξι ώρες εκ των οποίων 5 ώρες και 45 λεπτά ανάδυσης. Κάτω από το νερό δεν μπορείς ποτέ να σταματήσεις για πολύ. Αν στη στεριά η υπομονή του φωτογράφου είναι αρετή, κάτω από το νερό είναι μια απρόσιτη πολυτέλεια. Στις καταδύσεις, η υποχρέωση να επιστρέψεις στην επιφάνεια είναι πάντα άμεση.

#### Μιλήστε μας για τη φωτογραφία του κοιλάκανθου

Η συνάντηση με τον κοιλάκανθο στη Νότια Αφρική ήταν ο στόχος της πρώτης αποστολής της Gombessa. Αυτά τα ψάρια θεωρήθηκε ότι είχαν εξαφανιστεί πριν 65 εκατ. χρόνια, αλλά το 1938 ένα από αυτά βρέθηκε στα δίκτυα ενός ψαρά. Έκτοτε, γενιές ερευνητών συνέχισαν να αναζητούν τα μυθικά αυτά πλάσματα, αλλά κανείς δεν είχε καταφέρει να βουτήξει τόσο βαθιά, μέχρι το 2000 όταν ο Νοτιοαφρικανός Peter Timm τα εντόπισε κατά τη διάρκεια κατάδυσης σε βάθος 120 μέτρων. Από εκείνη τη στιγμή ετοιμάστηκα με την ομάδα μου και καταφέραμε να είμαστε οι πρώτοι που φωτογραφίσαμε, μαγνητοσκοπήσαμε και μελετήσαμε τον κοιλάκανθο χωρίς τη βοήθεια ρομπότ ή υποβρυχίου, απλά πραγματοποιώντας κατάδυση χάρη στις ιδιαίτερες τεχνικές που έχουμε αναπτύξει τα τελευταία 15 χρόνια για να φτάνουμε πιο βαθιά, για περισσότερο χρόνο και με μεγαλύτερη διακριτικότητα. Έτσι αποφάσισα να ονομάσω όλες τις αποστολές μου Gombessa (σ.σ. διαφορετικά η ονομασία του κοιλάκανθου). Αλλά για να αξίζει αυτό το όνομα η αποστολή πρέπει να καλύπτει τρεις παραμέτρους: Ένα επιστημονικό μυστήριο που αξίζει να ανακαλυφθεί, μία υποβρύχια πρόκληση και την υπόσχεση για λήψεις που δεν έχουμε ξαναδεί.



Μέδουσα *Pelagia noctiluca* και αμφίποδα, Sodwana Bay, Νότιος Αφρική.  
Gombessa 1: Συνάντηση με τον κοιλάκανθο © Laurent Ballesta





Laurent Ballesta © Caroline Ballesta

### Ποια τα σχέδιά σας στη Μεσόγειο;

Η Μεσόγειος, εκεί από όπου ξεκίνησαν όλα, θα με συναρπάζει πάντα συγκριτικά με τις άλλες θάλασσες. Για εμένα είναι ένας κόσμος παράλληλος, μυστηριώδης, που δεν έχει αποκαλυφθεί πλήρως και διατηρεί τα μυστικά του, όπου οι εκπλήξεις είναι πιθανές σε κάθε κατάδυση. Δε χρειάζεται να πας στην άλλη άκρη του κόσμου για να συναντήσεις εξωτικά όντα. Αυτός ο «άλλος κόσμος της αβύσσου» είναι αποσυνδεδεμένος από όλες τις τεχνολογίες μας, χωρίς δίκτυο 4G, χωρίς WiFi, χωρίς Google Earth. Πρέπει απλά να πάει κανείς εκεί για να μάθει τι κρύβεται. Κατά τη διάρκεια της αποστολής «Gombessa 5: Deep Med» τον Ιούλιο του 2019 κολυπήσαμε σε μαγευτικά τοπία, όπου κανείς δεν είχε τραβήξει ούτε μία φωτογραφία πριν από εμάς. Εκεί ανακαλύψαμε υποβρύχιες ανεξερεύνητες περιοχές και πλάσματα που δεν είχαν φωτογραφηθεί ποτέ πριν, όλα αυτά ενώ οι συντεταγμένες μας έδειχναν ότι απλώς βρισκόμασταν στα ανοιχτά του Σεν Τροπέ, τη Νίκαια, τη Μασσαλία, ή το Μονακό. Θεωρώ ότι αυτό το παράδοξο μεταξύ εξωτικού και εγγύτητας συμβάλλει στη μαγεία αυτών των εξερευνήσεων.

### Εμείς πώς μπορούμε να συνδράμουμε στην προστασία των θαλασσών;

Αυτό ξεπερνά τις αρμοδιότητές μου, αλλά πιστεύω ότι πρέπει να τεθούν κανόνες. Χρειάζονται περισσότερες επενδύσεις για τον καθαρισμό των λυμάτων, περισσότερες ποσοτώσεις και έλεγχοι στην αλιεία και το ψαροντούφεκο, πρέπει να μειωθεί η ταχύτητα των πλοίων κοντά στην ακτή, να αυξηθεί ο αριθμός και οι διαστάσεις των προστατευόμενων θαλάσσιων περιοχών. Επιπλέον, πρέπει να ρυθμίσουμε περισσότερο τις δραστηριότητες αναψυχής, για παράδειγμα απαγορεύοντας το θορυβώδη εξοπλισμό που δεν έχει καμία χρηστική λειτουργία. Η θάλασσα δεν πρέπει να θεωρείται λούνα παρκ, αλλά ένα φυσικό καταφύγιο που πρέπει να σεβόμαστε.

Ναι στις δραστηριότητες με σεβασμό, όχι στις ψυχαγωγικές που μεταμορφώνουν τη φύση σε αθλητικό γήπεδο, σε πίστα ταχύτητας. Στη σχέση μας με τη φύση θα πρέπει να συμπεριφερόμαστε σαν στοχαστές, όχι σαν καταναλωτές. Πέραν αυτού στην καθημερινότητά μας πρέπει να προσέχουμε τα καταναλωτικά πρότυπα και τα πλαστικά απορρίμματα. Ο καλύτερος τρόπος για να τα αποτρέψουμε από το να καταλήξουν στη θάλασσα είναι να παράγουμε λιγότερα. Ας λάβουμε υπόψη μας ότι αυτό που δεν είναι ορατό είναι το πιο βλαβερό. Τα υπολείμματα των συνθετικών υφασμάτων, τα οποία δεν είναι ορατά στο μάτι, αποτελούν πραγματική μάζιγα. Κάθε φορά που πλένουμε τέτοιου τύπου υφάσματα, μέρος αυτών καταλήγει στη θάλασσα που δε μπορούν να απομακρυνθούν από το θαλάσσιο περιβάλλον με



Συνάντηση με τον κοιλάκανθο, Sodwana Bay, Νότιος Αφρική, Gombessa 1: Συνάντηση με τον κοιλάκανθο © Laurent Ballesta



Laurent Ballesta © Caroline Ballesta

καμία μέθοδο, ενώ πολύ συχνά εισέρχονται και στην τροφική αλυσίδα προκαλώντας καταστροφή (μείωση του αριθμού των ψαριών, του μεγέθους τους, μείωση της γονιμότητας κ.α). Η μόνη πραγματική λύση είναι η μείωση της παραγωγής αυτών των υλικών.

**Η κατάσταση περιβαλλοντικής έκτακτης ανάγκης είναι ολοένα πιο δύσκολη. Ποιες οι προβλέψεις σας για το μέλλον;**

Πολύ πρόσφατα συνειδητοποίησα τι προσπαθώ να δείξω με τη δουλειά μου. Δεν είναι η ομορφιά της φύσης, ούτε η φρικαλέα καταστροφή που της προκαλούμε, αλλά στο μέτρο του δυνατού, τα μυστήρια της φύσης. Έχω την εντύπωση ότι αυτή η ανάγκη να γνωρίσουμε το άγνωστο μπορεί να οδηγήσει στο σεβασμό που τόσο λείπει σήμερα. Η Μεσόγειος κρύβει ακόμα πολλά μυστικά. Αυτή ήταν η κατευθυντήρια αρχή της αποστολής «Gombessa 5: Mediterranean Planet», να δείξει ότι ένα ταξίδι στο άγνωστο είναι δυνατό ακόμα και στη Μεσόγειο. Συναντήσαμε σπάνια είδη που δεν είχαν φωτογραφηθεί στο παρελθόν. Για μία ακόμα φορά τονίζω ότι ο πιο μεγάλος κίνδυνος για τα θαλάσσια οικοσυστήματα είναι το γεγονός ότι δεν τα γνωρίζουμε. Πώς μπορούμε να ανησυχούμε για αυτό το σύμπαν αν δεν ξέρουμε τίποτα για τον πλούτο του, για τη μοναδικότητά του. Πιστεύω ότι το τόσο απλό του να παρουσιάσουμε αυτά τα όντα από έναν μακρινό κόσμο και να τα κάνουμε γνωστά, εξηγώντας ότι κινδυνεύουν, είναι ένα είδος προστασίας. Θα ήθελα όλα αυτά να έχουν νόημα και να εξυπηρετούν στη διατήρησή τους στη ζωή. Συχνά, όμως, έχω αμφιβολίες. Αλλά οι καλύτερες μάχες είναι εκείνες που πιστεύουμε ότι τις έχουμε χάσει από την αρχή.



Ζευγάρι των Acanthurus triostegus, Fakarava, Γαλλική Πολυνησία -30 μέτρα © Laurent Ballesta



«Λιβάδι» από Polychaetous Annelids, Φάρος του Cassidaigne, Cassis -72 μέτρα © Laurent Ballesta



Γαρίδες narval, plesionika narwhal, Banc des Blauquières, Εθνικό Πάρκο Calanques -78μέτρα © Laurent Ballesta



Κοκκινόγανοι, Banc des Blauquières, Εθνικό Πάρκο Calanques -78μέτρα, Gombessa 5: Planète Méditerranée © Laurent Ballesta



Θράψαλα, Αρχιπέλαγος Ρίου, Εθνικό Πάρκο Calanques, Μασσαλία -68 μέτρα © Laurent Ballesta



Τρίχρωμα ψάρα Caesionidae, ατόλη της Fakarava © Laurent Ballesta

# Μία βόλτα στο μουσείο... κάτω από τη θάλασσα!

**Αν νομίζετε ότι μία βόλτα στο μουσείο είναι συνηθισμένη υπόθεση σας προσκαλούμε να ρίξετε μία... βουτιά σε αυτά που σας προτείνουμε και θα αλλάξετε αμέσως γνώμη.**



Υποβρύχιο οικομουσείο στις Κάννες © Éric Barnabé photographie

### **Τ**Ο ΥΠΟΒΡΥΧΙΟ ÉCOMUSÉE ΜΕ ΤΑ ΜΕΓΑΛΕΙΩΔΗ ΓΛΥΠΤΑ ΣΤΙΣ ΚΑΝΝΕΣ

Πρώτη στάση στις νήσους Lérins και τα διάφανα νερά της νήσου Sainte-Marguerite. Εδώ ο Jason deCaires Taylor, Βρετανός καλλιτέχνης διεθνούς φήμης, βύθισε έξι γλυπτά ύψους δύο μέτρων και βάρους δέκα τόνων το καθένα, δίνοντας πνοή σε ένα πραγματικό υποβρύχιο μουσείο. Τα οικολογικά γλυπτά μετατρέπονται σε καταφύγιο για το οικοσύστημα και στόχος του καλλιτέχνη είναι να ευαισθητοποιήσει τους πολίτες για την προστασία της βιοποικιλότητας των θαλασσών. Κεντρικό θέμα της έκθεσής του είναι οι μάσκες που παραπέμπουν στην γνωστή μυστηριώδη

ιστορία του Ανθρώπου με την Σιδερένια Μάσκα που κρατείτο στο φρούριο της Sainte-Marguerite από το 1687 ως το 1698. Με το πέρασμα του χρόνου τα γλυπτά θα καλυφθούν από φύκια, κοχύλια και κοράλλια, αποτελώντας με αυτό τον τρόπο τμήμα του οικοσυστήματος και προσφέροντας καταφύγιο στη θαλάσσια χλωρίδα και πανίδα. Το μουσείο είναι εύκολα προσβάσιμο και δωρεάν, ενώ δεν είναι απαραίτητη η χρήση υποβρύχιου εξοπλισμού.

[www.cannes-destination.fr/ecomusee-sous-marin-de-cannes](http://www.cannes-destination.fr/ecomusee-sous-marin-de-cannes)

### **ΥΠΟΓΕΙΑ ΤΕΧΝΗ ΣΤΟ ΙΔΡΥΜΑ CAR-MIGNAC ΣΤΟ PORQUEROLLES**

Ένα καταπράσινο νησί, ένα σπίτι που

γίνεται ένα με τη φύση και 2.000 τ.μ. αιθουσών «αγκαλιασμένες» από ένα κατάφυτο κήπο περιστοιχισμένο από 15 γλυπτά... Η Villa Carmignac βρίσκεται στην καρδιά ενός εθνικού πάρκου σε μία έκταση όπου λόγω του χαρακτήρα της δεν ήταν επιτρεπτή καμία παρέμβαση. Για αυτό το λόγο δημιουργήθηκε χώρος κάτω από την επιφάνεια της γης δίχως να αλλοιωθεί το φυσικό τοπίο. Την ίδια στιγμή, η γυαλινή οροφή που καλύπτεται από λεπτό στρώμα νερού επιτρέπει τη διέλευση του φυσικού φωτός στα υπόγεια τμήματα του κτίσματος. Πέρα από τη μόνιμη συλλογή, κάθε χρόνο διοργανώνεται μία διαφορετική έκθεση. Φέτος η έκθεση έχει ελληνικό χαρακτήρα καθώς μέχρι



Fondation Carmignac © Laurent Lecat



Miquel Barceló, Not titled yet, 2018  
© Fondation Carmignac - Adagp, Paris, 2022 –  
Luc Boegly, David Desrimais Editeur

τις 16 Οκτωβρίου θα εκτίθενται έργα που εμπνέονται από τον Οδυσσέα και την επιστροφή του στην Ιθάκη, περνώντας κατά κάποιο τρόπο και από το Porquerolles. Με αφορμή την έκθεση η βίλα μετατρέπεται σε λαβύρινθο, έχοντας ως πρότυπο το ταξίδι του Οδυσσέα. Ο επισκέπτης θα περιηγηθεί ανάμεσα σε έργα σπουδαίων καλλιτεχνών όπως Miquel Barceló, Jean-Michel Basquiat, Niki de Saint Phalle, Keith Haring, Yves Klein, Roy Lichtenstein, Carol Rama, Man Ray, Andy Warhol, πρωταγωνιστές μίας σύγχρονης και προσωπικής Οδύσσειας. Λίγα βήματα από τη βίλα, η έκθεση συνεχίζεται στο Fort Sainte-Agathe με τα σύννεφα του Leandro Erlich να ίπτανται στον ρυθμό του μουσικού χαλιού του γκρουπ Moriarty.

[www.fondationcarmignac.com](http://www.fondationcarmignac.com)

### ΥΠΟΒΡΥΧΙΑ ΓΛΥΠΤΑ ΚΑΙ ΕΝΑ ΠΡΟΪΣΤΟΡΙΚΟ ΣΠΗΛΑΙΟ ΣΤΗ ΜΑΣΣΑΛΙΑ

Το MSM, Musée Subaquatique de Marseille, είναι ένας υποβρύχιος χώρος αφιερωμένος εξολοκλήρου στην τέχνη, τη θαλάσσια βιολογία, τα θαλάσσια σπορ και την προστασία του περιβάλλοντος. Στο... μουσείο μπορείτε να θαυμάσετε δέκα γλυπτά (αυτή την περίοδο οκτώ) τοποθετημένα στο βυθό σε βάθος πέντε μέτρων και σε απόσταση 100 μέτρων από την Plage des Catalans (η επίσκεψη είναι δωρεάν και μπορεί να πραγματοποιηθεί έπειτα από αίτημα με «ξεναγό» εκπαιδευτή). Τα γλυπτά είναι κατασκευασμένα με ανακυκλωμένο σκυρόδεμα συμβατό με το θαλάσσιο περιβάλλον και με ουδέτερο pH για να μην μολύνεται το οικοσύστημα. Τα έργα μετατρέπονται σε ένα τεχνητό φράγμα και ένα καταφύγιο για τα θαλάσσια είδη, ενώ ευαισθητοποιούν το κοινό για τα περιβαλλοντικά ζητήματα, καλώντας σε

εγργήγηση τον κόσμο των τεχνών και των θαλάσσιων σπορ.

[www.musee-subaquatique.com](http://www.musee-subaquatique.com)

Από τον Ιούνιο του 2022 η Villa Méditerranée, λίγα βήματα από το MUCEM, θα εκθέτει μόνιμα ένα αντίγραφο του σπηλαίου Cosquer. Το γνήσιο, με 500 τοιχογραφίες, υπολογίζεται ότι δημιουργήθηκε πριν 20.000 χρόνια και ανακαλύφθηκε σε βάθος 37 μέτρων στους ορμίσκους Calanques. Το αντίγραφο θα επιτρέψει στους επισκέπτες να ανακαλύψουν τα σχέδια ακριβώς όπως αποτυπώνονται στο εσωτερικό του σπηλαίου, να φανταστούν πώς ήταν οι ορμίσκοι στην προϊστορία, να δουν τα σχεδιασμένα ζώα σε πραγματικό μέγεθος, να θέσουν ερωτήματα για την αύξηση της στάθμης του νερού και την υπερθέρμανση του πλανήτη, αλλά και να μάθουν την ιστορία των δυτών που ανακάλυψαν το σπήλαιο τη δεκαετία του 1990.

[www.grotte-cosquer.com](http://www.grotte-cosquer.com)



Villa Méditerranée © Stefano Boeri/Région  
Provence-Alpes-Côte d'Azur/Michele Claver

Les Néréides Evelyne Galinski © Guillaume Ruoppolo Wallis.fr



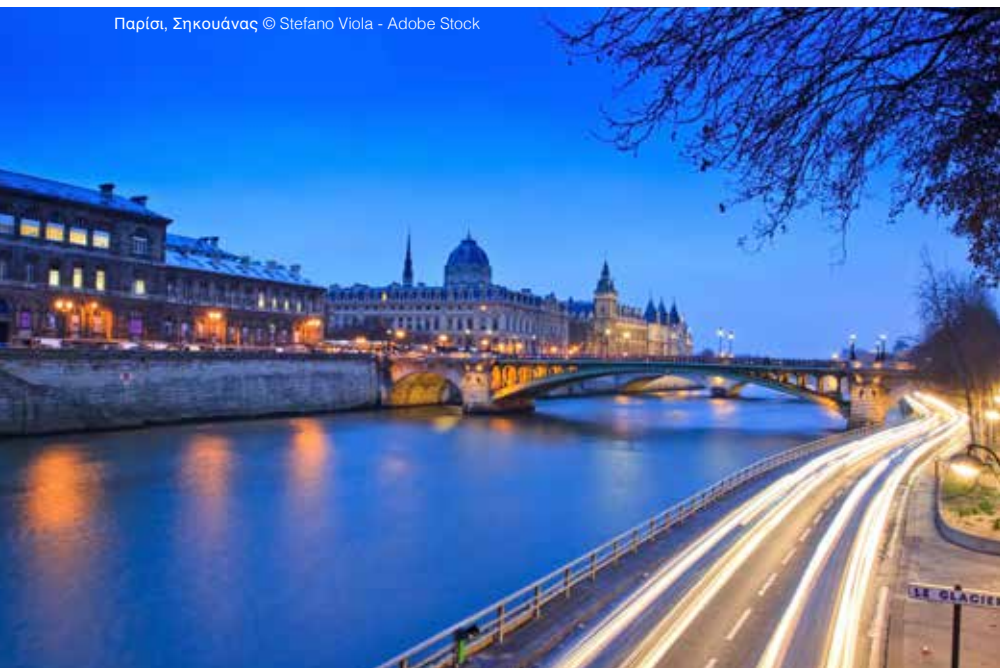


MS Camargue, Croisiseurope - Ροδανός, Αβινιόν © Croisiseurope

# Με το βλέμμα στους ποταμούς

**Ανακαλύψτε τη Γαλλία μέσα από τους τρεις μεγάλους ποταμούς της: Σηκουάνας, Λίγηρας, Ροδανός. Απολαύστε μία βόλτα με ποδήλατο σε απόσταση αναπνοής από το νερό, ή μία βαρκάδα και γνωρίστε τις διαδρομές που ακολουθούν την πορεία των ποταμών.**

Παρίσι, Σηκουάνας © Stefano Viola - Adobe Stock



Πρόκειται για μία σημαντική ιστορική και πολιτιστική διαδρομή κατά μήκος του ποταμού, μέσα στο πράσινο και την παρθένα φύση.

[www.laseineavelo.fr](http://www.laseineavelo.fr)

### ΤΑ ΚΑΣΤΡΑ ΤΟΥ ΛΙΓΗΡΑ

Η διαδρομή Loire à vélo με τα 900 χλμ. ποδηλατόδρομου κατά μήκος της Κοιλιάς του Λίγηρα από το Cuffy μέχρι τον Ατλαντικό, μέσα από τοπία που έχουν ενταχθεί στην UNESCO, αλλά και εμβληματικές πόλεις όπως Orléans, Μπλουά, Αμπουάζ, Τουρ, Saumur, Angers, Νάντη -με τα διάσημα κάστρα της- Chambord, Chenonceau, Azay-le-Rideau, Saumur, το αβαείο του Fontevraud- είναι μία μοναδική εμπειρία. Ακολουθείστε με το ποδήλατο ένα από τα πολλά μικρότερα ποτάμια της περιοχής, όπως Cher, Vienne, Erdre ή επιλέξτε μία βόλτα με παραδοσιακό σκάφος με επίπεδο πυθμένα, με ποταμόπλοιο ή με κανό για να απολαύσετε την ομορφιά του τελευταίου άγριου ποταμού της Ευρώπης. Μία ακόμα ιδέα είναι να περιηγηθείτε στην Κοιλιά του Λίγηρα με τρένο με τη γραμμή Inter-Loire από την Ορλεάνη ως τη Νάντη μέχρι την Croisic για να θαυμάσετε τις πόλεις, τα κάστρα και τα μικρά χωριά από τα παράθυρα του βαγονιού σας.

[www.loireavelo.fr](http://www.loireavelo.fr)

### ΑΚΟΛΟΥΘΩΝΤΑΣ ΤΟΝ ΡΟΔΑΝΟ

Ο Ροδανός γεννιέται στην Ελβετία και έπειτα από 264 χλμ. κάνει την είσοδό του στη Γαλλία διασχίζοντας χωριουδάκια (Cha-

### ΟΣΗΚΟΥΑΝΑΣ ΜΕ ΠΟΔΗΛΑΤΟ

Ξεκινάει από το Παρίσι και καταλήγει στη θάλασσα ο καινούριος ποδηλατόδρομος μήκους 500 χλμ. που από τη γαλλική πρωτεύουσα φτάνει ως τη Χάβρη και τη Ντοβίλ. Περνώντας από τη Notre-Dame στο Σατού (σημείο αναφοράς για τους Ιμπρεσιονιστές, εκεί όπου ο Ρενουάρ ζωγράφισε το αριστουργηματικό Le Déjeuner des Canotiers), στο Κονφλάν, το Μαντ-λα-Ζολί, αλλά

και τη Λα Ρος-Γκουίγιόν, ένα από τα πιο όμορφα γαλλικά χωριά με ένα μεγαλειώδες κάστρο. Στη συνέχεια φτάνουμε στα τοπία που αποτύπωσε ο Μονέ, με απαραίτητη στάση στο Ζιβερνί όπου έζησε ο σπουδαίος ζωγράφος στο σπίτι με τον διάσημο κήπο με τα νούφαρα. Στη συνέχεια συναντούμε το Βερνόν, τη στροφή του Σηκουάνας στη Λεζ Αντελί, τη νορμανδική πρωτεύουσα Ρουέν, τα ερείπια του αβαείου της Jumièges και φτάνουμε στη θάλασσα της Χάβρης από όπου συνεχίζουμε για Ονφλέρ και Ντοβίλ.



Κάστρο Sully-sur-Loire στις όχθες του Λίγηρα © Freesurf - Adobe Stock

naz, Brégner-Cordon, Champagneux), μετά φτάνει στη Λυών, όπου στην περιοχή της Confluence ενώνεται με τα νερά του παραπόταμου Σον και συνεχίζει το ταξίδι του ανάμεσα σε χωριά και αμπελώνες για να περάσει από Vienne, Tain-l'Hermitage, Valence, και τους ολάνθιστους μωβλόφους με λεβάντες της Drôme, φτάνοντας σε έναν από τους παλαιότερους αμπελώνες της Γαλλίας, Côtes du Rhône. Από τις σημαντικότερες «στάσεις» του ποταμού είναι στην Αβινιόν και την Αρλ όπου ο Ροδανός «ανοίγει» σχηματίζοντας το δέλτα του Καμάργκ, ένα τοπίο με κανάλια και λίμνες. Ο Ροδανός προσφέρεται για βόλτες με ποδήλατο ακολουθώντας τη διαδρομή ViaRhôna 815 χλμ. με 24 ετάπ, είτε με αυτοκίνητο. Επιπλέον, μία ακόμα επιλογή είναι η κρουαζιέρα με τα ποταμόπλοια των τοπικών γραμμών από τη Λυών στην Αρλ. [www.viarhona.com](http://www.viarhona.com)

### **CROISIEUROPE, DOLCE VITA ALLA GALLICA**

Η κορυφαία γαλλική εταιρία CroisiEurope που διοργανώνει κρουαζιέρες με ποταμόπλοια πάνω από 45 χρόνια δίνει τη δυνατότητα στους ταξιδιώτες να ανακαλύψουν την τέχνη του ζην αλλά γαλλικά -ιστορία, τέχνη, αρχιτεκτονική, γαστρονομία- κατά μήκος του Ρήνου, του Σηκουάνα, του Λίγηρα, του Ροδανού, στις εκβολές της Ζιρόντ. Η επιβίβαση πραγματοποιείται στις μεγάλες πόλεις από το Παρίσι, το Στρασβούργο, τη Νάντη, τη Λυών και το Μπορντό, και οι κρουαζιέρες

περιλαμβάνουν επισκέψεις σε μνημεία, κάστρα, μουσεία, αμπελώνες, με λίγα λόγια μέσα σε λίγες ώρες ο ταξιδιώτης αποκτά βαθιά γνώση της γαλλικής κληρονομιάς. Τα πλοία προσφέρουν εξαιρετικές ανέσεις και υπηρεσίες, ενώ η γαστρονομία εν πλω αποτίει φόρο τιμής στη σπουδαία γαλλική κουζίνα και αναδεικνύει φρέσκα και εποχιακά προϊόντα συνδυάζοντας διαφορετικές γεύσεις ώστε να ικανοποιηθεί και ο πιο εκλεπτυσμένος ουρανίσκος των διεθνών επισκεπτών. Είτε ταξιδεύετε μόνοι, είτε με την οικογένεια ή φίλους αυτός είναι ένας από τους ιδανικούς τρόπους για ένα χαλαρωτικό και slow ταξίδι στο πνεύμα της «dolce vita» αλά γαλλικά.

[www.croisieurope.travel](http://www.croisieurope.travel)



Ποταμός Σον στη Λυών © Marco Saracco - Adobe Stock



MS Renoir, Croisieurope - Σηκουάνας, Παρίσι © Paul Hilbert

# Κοιλιάδα του Λίγηρα: Ένα ταξίδι στο νερό

Ο Λίγηρας, ο τελευταίος άγριος ποταμός της Ευρώπης, ρέει μέσα από τα μαγευτικά τοπία των παραμυθένιων Κάστρων του Βασιλιά. Προστατεύεται από την UNESCO και δεν προσκαλεί μόνο σε ένα ταξίδι στην τέχνη, την ιστορία, και τους κήπους, αλλά οδηγεί στη «γνωριμία» με τον τρόπο ζωής των ντόπιων ψαράδων, βαρκάδων και αμπελουργών. Ετοιμαστείτε για μία «slow» περιήγηση... au fil d'eau.

**Η** περιπέτεια μπορεί να ξεκινήσει σε ένα από τα ομορφότερα χωριά της Γαλλίας, το Apremont στη συμβολή του Λίγηρα και του Allier. Ένα μικρό γραφικό μεσαιωνικό χωριό με ένα κάστρο και έναν μαγευτικό κήπο, το Parc Floral, στις όχθες του ποταμού, πλούσιο σε πράσινο, λουλούδια και αρωματικές γλπίσιες. Αυτή η βόλτα αποτελεί μία μικρή γεύση από το ταξίδι που ακολουθεί κατά μήκος του ποταμού των βασιλιάδων. Το νερό βρίσκεται παντού: Allier, Λίγηρας, κανάλι Berry που κατασκευάστηκε στα μέσα του 1800 με μήκος 320 χλμ. και 116

υδατοφράκτες, Le Bec d'Allier με 500 διαφορετικά φυτά και 220 είδη ζώων, ένας παράδεισος για κάστορες, δρυκολάπτες, χελιδόνια. Το ταξίδι... au fil d'eau εκτείνεται από τον Λίγηρα στους παραπόταμούς του, Cher, Vienne, Indre και συντροφεύεται αρμονικά από την αρχιτεκτονική και την τέχνη του τόπου.

## ΒΑΣΙΛΙΑΔΕΣ, ΒΑΣΙΛΙΣΣΕΣ ΚΑΙ ΚΑΣΤΡΑ

Έτσι ομαλά, ακολουθώντας τη ροή του ποταμού, γίνεται η είσοδος στην Κοιλιάδα του Λίγηρα των σπουδαίων κάστρων. Το

πρώτο είναι το μεσαιωνικό Κάστρο του Sully, επιβλητικό και μεγαλοπρεπές, το οποίο υπέστη σημαντικές φθορές κατά τους γαλλικούς θρησκευτικούς πολέμους. Πέρασε στην ιδιοκτησία του υπουργού του Ερρίκου Δ', δούκα του Sully, Maximilien de Béthune στις αρχές του 1600 που το έσωσε από την καταστροφή, ανακαινίζοντάς το, οχυρώνοντάς το και δημιουργώντας ένα μεγάλο πάρκο. Ανάμεσα στους επιφανείς επισκέπτες του κάστρου ήταν η Ιωάννα της Λωραίνης, ο Λουδοβίκος ΙΔ' και ο Βολταίρος.

Το πιο θεαματικό και μεγαλειώδες κάστρο,







Château de Chenonceau © D. Darrault - CRT Centre-Val de Loire

το πιο εμβληματικό της Κοιλιάδας του Λίγηρα είναι το Chambord που αποτελεί τον επόμενο σταθμό μας. Ένα κτίριο με όραμα -δεν είναι τυχαίο ότι το ονειρεύτηκε ο νεαρός τότε βασιλιάς Φραγκίσκος Α'- και πολυτέλεια, μία χειροπιαστή απόδειξη του πόσο ισχυρή ήταν η μοναρχία. Υπάρχουν 300 σαλαμάνδρες, το σύμβολο του Φραγκίσκου Α', που απεικονίζονται στις σκαλιστές αψίδες και τους τοίχους. Η περίφημη ελικοειδής διπλή σκάλα αποτελεί αρχιτεκτονικό στολίδι και εικάζεται πως σχεδιάστηκε από τον ίδιο τον Λεονάρντο Ντα Βίντσι. Το κάστρο διαθέτει περισσότερα

από 40 διαμερίσματα και χάρη στην εικονική επίσκεψη μέσα από tablet ο επισκέπτης μπορεί να θαυμάσει την αρχική τους αίγλη. Το κάστρο περιβάλλεται από ένα πάρκο 5.400 στρεμμάτων, το μεγαλύτερο κλειστό δασικό πάρκο στην Ευρώπη. Το Chambord στέκεται περήφανο σε μια στροφή του ποταμού Cosson, ενός παραπόταμου του Βευντρον που με τη σειρά του εκβάλλει στον Λίγηρα. Για να ανακαλύψετε το Chambord με έναν ασυνήθιστο τρόπο και από μια διαφορετική προοπτική επιλέξτε το ηλεκτρικό σκάφος Derby ή μία βάρκα για τους πιο αθλητικούς.

Λίγο πιο μακριά βρίσκεται ένα ακόμα εμβληματικό κάστρο, το Blois. Τουλάχιστον δέκα βασίλισσες (και επτά βασιλιάδες, συμπεριλαμβανομένου του Λουδοβίκου ΙΒ' που έχτισε μια νέα πτέρυγα και του Φραγκίσκου Α' που έδωσε εντολή για την κατασκευή της εντυπωσιακής σκάλας της βασιλικής αυλής) έμειναν εδώ, σε αυτό το υπέροχο κτίριο που από την κορυφή ενός βραχώδους ακρωτηρίου δεσπόζει στην πόλη και τον Λίγηρα. Την ίδια ώρα, με τις τέσσερις προσόψεις του διαφορετικών τεχνοτροπιών συμπυκνώνεται κατά κάποιον τρόπο όλη η ιστορία της γαλλικής



Château de Chambord και οι κήποι του  
© Léonard de Serres - Domaine National de Chambord



Έκθεση στο Château royal de Blois  
Πορτρέτο Agnès Sorel, Jean Fouquet  
© Domaine régional de Chaumont-sur-Loire



Έκθεση στο Château royal de Blois  
Πορτρέτο της Αικατερίνης των Μεδίκων  
© Domaine régional de Chaumont-sur-Loire



Château royal d'Amboise © JC-Coutand - ADT-Touraine

αρχιτεκτονικής.

Μία ακόμα στάση που αξίζει να κάνετε είναι σε έναν άλλο παραπόταμο του Λίγηρα, τον Cher. Εκεί βρίσκεται το Κάστρο του Chenonceau ή το «κάστρο των κυριών». Το 1513 η Katherine Briçonnet διηύθυνε την κατασκευή του σύμφωνα με το πρότυπο ενός ενετικού παλατιού. Η Diane de Poitiers, ερωμένη του βασιλιά Ερρίκου Β', ήταν υπεύθυνη για το πρώτο σχέδιο της γέφυρας, αλλά ήταν η βασίλισσα Αικατερίνη των Μεδίκων, σύζυγος του βασιλιά, εκείνη που θέλησε τη σκεπαστή γέφυρα με τις καμάρες έχοντας ως πρότυπο το Ponte Vecchio στη Φλωρεντία (μοναδική αρχιτεκτονική στον κόσμο). Υπέροχοι κήποι και πραγματικοί θησαυροί τέχνης βρίσκονται στο εσωτερικό του, όπως έργα των Francesco Primaticcio, Tintoretto, Correggio, Rubens, ταπισερί

από τη Φλάνδρα, πολύτιμα έπιπλα. Το κάστρο Chenonceau «ζει» συμβιωτικά με το νερό, γιατί λοιπόν να μην φτάσετε εκεί με κανό, περνώντας κάτω από τις καμάρες της γέφυρας και μετά να ξεκουραστείτε λίγα χιλιόμετρα μακριά, ανάμεσα σε δάση και λόφους με αμπέλια;

Το Amboise, το κάστρο όπου βρίσκεται η τελευταία κατοικία του Λεονάρντο Ντα Βίντσι, όπως το κοντινό Clos Lucé όπου ο ιδιοφυής ζωγράφος, μηχανικός, αρχιτέκτονας έζησε τα τελευταία χρόνια της ζωής του, μας μεταφέρει και πάλι στον Λίγηρα. Φέτος το Clos Lucé, από τις 10 Ιουνίου ως τις 20 Σεπτεμβρίου, αφιερώνει μία έκθεση για τον αριστουργηματικό ημιτελή πίνακα του Ντα Βίντσι, San Girolamo, δάνειο των Μουσείων του Βατικανού. Ο Girolamo, ένας λόγιος του

τέταρτου αιώνα, απεικονίζεται κατά τη διάρκεια της μετάνοιάς του στην έρημο, ντυμένος με κουρέλια, αδυνατισμένος. Ο πίνακας αποτυπώνει την πνευματικότητα και την πίστη του Ντα Βίντσι στον άγιο. Την ίδια στιγμή, στους κήπους του Amboise εγκαινιάζεται ένα Ινστιτούτο αφιερωμένο στη μοναδική τροφή του μεταξοσκώληκα. Δεν είναι τυχαίο ότι το 1700 στην Tours της Κοιλιάδας του Λίγηρα δημιουργήθηκε η Βασιλική Βιομηχανία του Μεταξίου. Όλα αυτά για να γνωρίσετε τη φύση γύρω από το νερό, τη γλύκα του καλοκαιρινού πικνίκ στο γρασίδι του πάρκου και να απολαύσετε βραδιές με θέα στο πιο όμορφο τοπίο της Κοιλιάδας του Λίγηρα. Αξίζει να αναφερθεί ότι ξεκινά η μεγαλειώδης αποκατάσταση του Βασιλικού Παρεκκλησίου, όπου



Château de Chaumont-sur-Loire © French Wanderers



Château du Clos Lucé à Amboise  
Parc Leonardo Da Vinci © Eric Sander

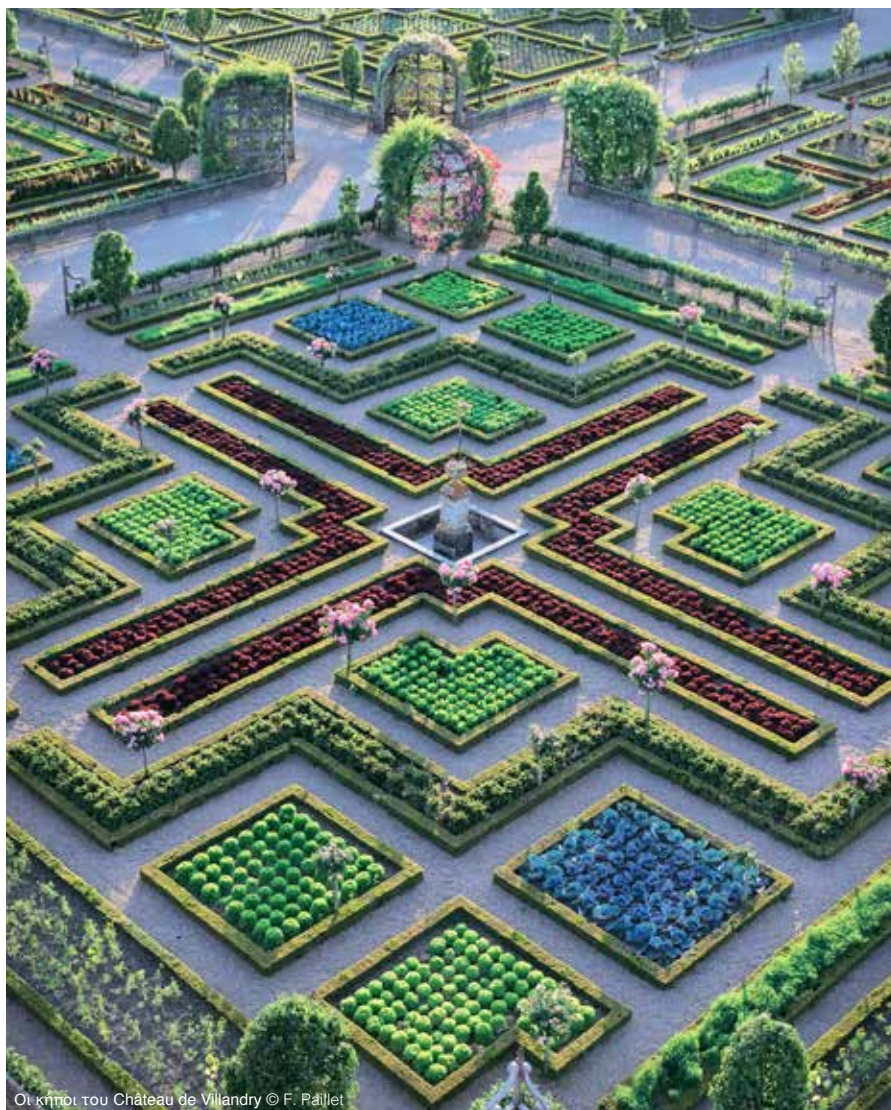


Ο Λίγηρας στο Bréhémont © D. Darrault - CRT Centre-Val de Loire

βρίσκεται το μνήμα του Ντα Βίντσι, η οποία θα επαναφέρει όλη τη λαμπρότητά του. Στη συνέχεια, ακολουθώντας και πάλι τη ροή του ποταμού φτάνουμε σε ένα ακόμα μαγεμένο κάστρο...

### CHAUMONT, Η ΤΕΧΝΗ ΤΩΝ ΚΗΠΩΝ

Το Κάστρο του Chaumont-sur-Loire, με τις στέγες από σχιστόλιθο και τα αιωνόβια δέντρα, είναι ένα μικρό αρχιτεκτονικό κόσμημα που βρίσκεται στις όχθες του Λίγηρα από τον 15ο αιώνα σε στρατηγική θέση. Το κάστρο έχει μακρά και ταραχώδη ιστορία, καθώς το αρχικό κτίσμα πυρπολήθηκε από τον Λουδοβίκο ΙΔ' το 1465 έπειτα από σενάρια συνωμοσίας που είχαν κυκλοφορήσει εναντίον του βασιλιά και ξαναχτίστηκε από την οικογένεια Amboise. Το 1550 περνά στην ιδιοκτησία



Οι κήποι του Château de Villandry © F. Paillet



Château d'Azay-le-Rideau © L. de Serres - CMN

της Αικατερίνης των Μεδίκων, η οποία ανάγκασε την αντίζηλό της Diane de Poitiers να μετακομίσει σε αυτό και να αφήσει ελεύθερο το Κάστρο Chenonceau. Όμως η πιο σημαντική αλλαγή σημειώθηκε στα τέλη του 19ου αιώνα όταν το κάστρο πέρασε στα χέρια της πολύ πλούσιας και εκκεντρικής Marie Say, Madame de Broglie, που το μετέτρεψε σε... σαλόνι κοινωνικών επαφών. Η κατασκευή του πάρκου ανατίθεται στον Henri Duchêne, ο οποίος μετατρέπει τα 21 στρέμματα γης σε έναν «αγγλικό κήπο» που από το 1992 αποτελεί σκηνικό για το Διεθνές Φεστιβάλ Κήπου, ένα πραγματικό εργαστήριο σύγχρονης δημιουργίας και τέχνης τοπίου. Φέτος, κατά την 30η χρονιά του Φεστιβάλ το θέμα είναι «Ο Ιδανικός Κήπος». Πώς θα μπορούσε να είναι άραγε;

Ένα έργο τέχνης; Ένας λαχανόκηπος; Ένας χώρος βιολογικής καλλιέργειας; Ο ιδανικός κήπος μπορεί να συνδυάσει προσδοκίες και ανάγκες είτε φιλοσοφικές, αισθητικές, οικολογικές, είτε που έχουν να κάνουν με τη γεύση. Αυτό το Φεστιβάλ αναμένεται να είναι ιδιαίτερα δημιουργικό και καινοτόμο.

#### **ΑΜΠΕΛΩΝΕΣ, ΠΡΟΣΩΠΙΚΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΒΙΩΣΙΜΟΤΗΤΑ**

Αναφορικά με τους κήπους, το εκπληκτικό αναγεννησιακό κάστρο Villandry στην αριστερή όχθη του Λίγηρα δεν μπορεί να συγκριθεί με κανένα άλλο. Είναι πραγματική μαγεία όλες τις εποχές και αποτελείται από τον Κήπο με τα Καλλωπιστικά Φυτά, τον Κήπο της Αγάπης, τον Κήπο της Μουσικής, τον Κήπο του Νερού, τον Κήπο

του Ήλιου, τον Κήπο των Αρωματικών και Φαρμακευτικών Φυτών. Πρόκειται για μία πραγματική όαση πρασίνου και λουλουδιών. Επιπλέον, υπάρχει και το Περιβόλι της Αναγέννησης, χωρισμένο σε εννέα τετράγωνα τμήματα, όπου καλλιεργούνται 40 διαφορετικά είδη λαχανικών, μεταξύ των οποίων και το περίφημο λάχανο Villandry. Οι κήποι του κάστρου έχουν χαρακτηριστεί βιολογικοί από το 2009 και φέρουν το σήμα καταφυγίου από την Ένωση για την προστασία πτηνών (LPO) με καταγεγραμμένα 90 είδη πουλιών, ενώ είναι οι μοναδικοί οικολογικοί κήποι των κάστρων του Λίγηρα με μηδενική χρήση φυτοφαρμάκων αποτελώντας τον ιδανικό προορισμό για αργό τουρισμό.

Επιπλέον, στη γύρω περιοχή υπάρχουν πολλοί αμπελώνες και αν θέλετε να επισκεφθείτε ένα κάστρο περιτριγυρισμένο από αμπέλια θα πρέπει να ακολουθήσετε τον παραπόταμο του Λίγηρα, Vienne, και να αναζητήσετε το Βασιλικό Φρούριο του Chinon με θέα στο ποτάμι. Εδώ εγκαταστάθηκε ο βασιλιάς Κάρολος Ζ' την εποχή της βρετανικής κατοχής και εδώ έλαβε χώρα ένα σημαντικό γεγονός στην ιστορία της Γαλλίας που δεν είναι άλλο από τη συνάντηση του βασιλιά με την Ιωάννα της Λωραίνης, η οποία σκόπευε να τον πείσει για το σχέδιό της να απελευθερώσει την Orléans. Ξεχωρίζουν τα κρασιά ΠΟΠ του Chinon που εκτιμήθηκαν από τον François Rabelais, ο οποίος γεννήθηκε εδώ το 1494. Μία ωραία ιδέα είναι να επισκεφθείτε το Chinon με την Compagnie de Navigation Vienne-Loire για μία περιήγηση με τα ιστορικά σκάφη της όπως το Chi-



Σκάφη στον Λίγηρα © French Wanderers



Το Διεθνές Φεστιβάλ Κήπων του Château de Chaumont-sur-Loire © French Wanderers



Forteresse royale de Chinon © J.-C. Coutand - ADT Touraine

nonaise, το μεγάλο «toute cabanée» δηλαδή το παραδοσιακό σκάφος με επίπεδο πυθμένα που χρησιμοποιείται για ψάρεμα ή μεταφορά επιβατών, ή το Tonpanet, ένα «gabare» γρήγορο σκάφος με επίπεδο πυθμένα που χρησιμοποιείται για τη μεταφορά εμπορευμάτων. Ταξιδέψτε στον παραπόταμο Vienne απολαμβάνοντας ένα απεριτίφ: Θαυμάστε το τοπίο και γευτείτε ντόπια προϊόντα όπως rillettes, ψάρι του γλυκού νερού, τυριά, συνοδεύοντάς τα με τα κρασιά της περιοχής.

Τελευταία στάση εκεί όπου ο Λίγηρας συναντά τον παραπόταμο Indre για να δοκιμάσετε τα λευκά και ροζέ κρασιά ΠΟΠ της Touraine Azay-le-Rideau και να θαυμάσετε πάνω σε ένα μικρό νησί το Κάστρο Azay-le-Rideau που μοιάζει να επιπλέει στο νερό. Πλήρως αποκατεστημένο, το κάστρο έχει επανέλθει στην αρχική του αναγεννησιακή λάμψη και περιβάλλεται από ένα ρομαντικό αγγλικό πάρκο με μονοπάτια που ελίσσονται μέσα από τα άλση και τις διάσπαρτες λίμνες, τους τριανταφυλλώνες, τις άκανθους και διαφορετικές ποικιλίες λεβάντας. Ένας διάδρομος οδηγεί στην άλλη πλευρά του Indre στο νησάκι Rémoisière, το οποίο προστατεύει είδη φυτών και ζώων που έχει χαρακτηριστεί Natura 2000. Τέλος στον Κήπο των Μυστικών καλλιεργούνται λαχανικά χαρακτηριστικά της Turenne. Το νερό βρίσκεται παντού. Δεν είναι τυχαίο που ο Μπαλζάκ ονόμασε το κάστρο «ένα διαμάντι που διακοσμεί τον Indre».

[www.valde Loire-france.com](http://www.valde Loire-france.com)

# Αλσατία ένας προορισμός για όλες τις εποχές

Τι σας έρχεται στο νου όταν σκέφτεστε την Αλσατία; Η μαγεία των Χριστουγέννων φυσικά. Αλλά όχι μόνο. Ο Δρόμος του Κρασιού, η θερινή γοητεία των πόλεων λουσμένες στο φως του ήλιου, η γλύκα της Άνοιξης... Η Αλσατία είναι ένας προορισμός για όλες τις εποχές.

## ΑΝΟΙΞΗ ΣΤΟ ΚΟΛΜΑΡ

Η ατμόσφαιρα το Πάσχα και την Άνοιξη στο Κολμάρ, όπως σε όλη την Αλσατία, διαφέρει από τις άλλες γαλλικές πόλεις για το χαρακτήρα της. Κάθε χρόνο, προς το τέλος του Χειμώνα, το Κολμάρ «ντύνεται» με λουλούδια και οι δρόμοι με τα παλαιά χαρακτηριστικά σπίτια με το ξύλινο πλέγμα «φορούν» τα καλά τους με χρωματιστό διάκοσμο συνθέτοντας ένα μοναδικό σκηνικό. Από

τη «Μικρή Βενετία» της Αλσατίας, μέχρι τα πιο παραδοσιακά χωριά του Δρόμου του Κρασιού, όπως τα Turckheim και Niedermorschwihr, το Κολμάρ προσφέρεται για ευχάριστες διακοπές σαν σε παραμύθι. Γνωρίστε τις πόλεις και τους αμπελώνες με τα πόδια ή με ποδήλατο και νιώστε τον παλμό αυτής της ρομαντικής περιοχής πλούσια σε γαστρονομία και πολιτισμό. Η περίοδος του Πάσχα είναι κατάλληλη για να θαυμάσετε το αριστουργηματικό έργο

Polittico του Issenheim στο Μουσείο Unterlinden.

## ΕΝΑ ΚΑΛΟΚΑΙΡΙ ΣΤΟ ΣΤΡΑΣΒΟΥΡΓΟ

Το Στρασβούργο σας προσκαλεί όλες τις εποχές να απολαύσετε την απλότητα, την αυθεντικότητα και την αξία της κάθε στιγμής, χάρη στον γλυκό τρόπο ζωής των πολιτών της, αλλά και τους κρυμμένους θησαυρούς και τα σημεία-κλειδιά που κάνουν αυτή την πόλη να ξεχωρίζει.



Quai de la Poissonnerie, Κολμάρ © Janoka82\_AdobeStock



Quai des Bateliers, Στρασβούργο © Vincent Muller

Θαυμάστε τον καθεδρικό των χιλίων ετών, μάθετε τα μυστικά της Ευρώπης στην καρδιά του Ευρωκοινοβουλίου, περπατήστε στα δρομάκια, γευτείτε γαστρονομικές δημιουργίες. Κατά τους θερινούς μήνες η πόλη ζει την καλύτερη εποχή της. Αρκεί ένα γεύμα στη βεράντα ενός εστιατορίου, ή μία βόλτα σε ηλεκτρικό πλωτό σκάφος και το Στρασβούργο στη θερινή του εκδοχή αποκαλύπτει την πραγματική τέχνη του ζην, μένοντας αεχάστο.

### Η ΧΑΡΑ ΤΟΥ ΦΘΙΝΟΠΩΡΟΥ

Με τα πόδια, με segway, με το άλογο, με το ποδήλατο, ο Δρόμος του Κρασιού στην Αλσατία είναι πανέμορφος κατά τη διάρκεια των φθινοπωρινών μηνών. Σε αυτή τη διαδρομή 170 χλμ. μπορείτε να επισκεφθείτε γραφικά χωριά και να γευτείτε τα εξαιρετικά κρασιά της Αλσατίας, ανακαλύπτοντας τα μυστικά τους. Ο τρύγος στην Αλσατία είναι μία πραγματική γιορτή, στην οποία μπορείτε να συμμετάσχετε ενεργά βοηθώντας για μία ημέρα στο μάζεμα των σταφυλιών. Δίπλα στους αμπελώνες βρίσκονται τα δάση που καλύπτουν περισσότερο από το ένα τρίτο του αλσατικού τοπίου, το οποίο μεταμορφώνεται πραγματικά όταν τα φύλλα των δέντρων «βάφονται» με φθινοπωρινά χρώματα. Τα αιωνόβια δέντρα και η γαλήνη των δασών χαρίζουν άμεση αίσθηση ευεξίας. Αν θέλετε να γίνετε εξερευνητές για μία ημέρα αρκεί ένα ζευγάρι παπούτσια για trekking και εμπρός για την περιπέτεια



στα αλσατικά βουνά και την ανακάλυψη της βιοποικιλότητας. Κάντε μία σύντομη στάση σε ένα παραδοσιακό πανδοχείο για να δοκιμάσετε τα τοπικά προϊόντα και έπειτα συνεχίστε την περιήγησή σας και πού ξέρετε μπορεί να συναντηθείτε με το έμβλημα της τοπικής πανίδας, το αγριόγίδο.

### ΧΡΙΣΤΟΥΓΕΝΝΑ ΣΤΗ ΜΥΛΟΥΖ

Τα Χριστούγεννα είναι από τις πιο μαγικές στιγμές του χρόνου στην Αλσατία. Στη Μυλούζ η υπαίθρια χριστουγεννιάτικη αγορά γοητεύει με τις εικόνες από τα ξύλινα κιόσκια των χειροτεχνών, τα αρώματα των τοπικών αρτοποιημάτων και του ευωδιαστού vin brulé. Θα ερωτευτείτε τα χειροποίητα προϊόντα και τις παραδοσιακές λιχουδιές, όπως τα γνωστά μικρά γλυκίσματα, bre-daltes. Στη Μυλούζ τα Χριστούγεννα «ντύνονται» με έναν μαγικό μανδύα: Το δημαρχείο, τα κιόσκια της αγοράς, οι βιτρίνες των καταστημάτων «φορούν» ένα χειροποίητο ύφασμα που αποκαλύπτει το savoir-faire της κλωστοϋφαντουργίας της περιοχής. Κάθε χρόνο σχεδιαστές δημιουργούν τα υφάσματα αυτά, τα οποία στη συνέχεια εμπνέουν μία σειρά προϊόντων που αποτελούν το ιδανικό σουβενίρ για ξεχωριστά χριστουγεννιάτικα δώρα.

### Ο ΑΣΤΡΑΦΤΕΡΟΣ ΚΟΣΜΟΣ ΤΗΣ LALIQUE

Στα βόρεια της Αλσατίας, σε ένα καταπράσινο πλαίσιο η Villa René Lalique εκπροσωπεί τη τέχνη του ζην αλλά γαλλικά και το savoir-faire του οραματιστή καλλιτέχνη René Lalique. Επιπλέον, φιλοξενεί ένα εξαιρετικά κομψό ξενοδοχείο 5 αστέρων και ένα βραβευμένο με 2 αστέρια Michelin εστιατόριο με το ισχυρό δίδυμο των σεφ Paul Stradner και Jean-Georges Klein, αλλά και τον sommelier Romain Iltis. Ο René Lalique που εφηύρε τη σύγχρονη τέχνη του κοσμήματος πριν γίνει σχεδιαστής γυαλιού, αποτελεί σύμβολο της μοναδικής χειροτεχνίας συνώνυμη της πολυτέλειας και της δημιουργικότητας. Το μουσείο, λίγα βήματα από τη βίλα, δίνει τη δυνατότητα στον επισκέπτη να θαυμάσει την φινέτσα των συλλογών του σε ένα σύγχρονο περιβάλλον με κρύσταλλα, κοσμήματα και πολύτιμα μπουκάλια.

[www.visit.alsace](http://www.visit.alsace)



Ammerschwihr © Lez Broz - Visit Alsace



Boutique Stoffe © OTC - B. Wirth



Χριστουγεννιάτικη Αγορά 2021 © OTC - B. Wirth



# Βιώσιμος τουρισμός στη Νέα Ακουιτανία

**Είναι η μεγαλύτερη διοικητική περιοχή της Γαλλίας, με πλούσιο χαρακτήρα και γεμάτη εκπλήξεις. Φύση, μεγάλοι ανοιχτοί χώροι, δυναμικές πόλεις, μυθικές παραλίες και έναν στόχο: Να γίνει η πρώτη περιοχή για τον βιώσιμο τουρισμό.**

**Η** ποικιλία είναι το χαρακτηριστικό της Νέας Ακουιτανίας με προτάσεις για διακοπές που ικανοποιούν όλες τις προτιμήσεις, από το Μπορντό με τη Cité du Vin, στη Λασκώ και την Κοιλάδα της Δορδόνης, το Μπιαρίτζ και τη Γαλλική Χώρα των Βάσκων, το Πουατιέ και το Futuroscope, το Κονιάκ, το Pau και τα Πυρηναία, τη Λιμόζ και το savoir-faire της πορσελάνης. Αξίζουν αναφοράς, όμως, και οι παραλίες: 750 χλμ. αμμώδους ακτογραμμής με λιμάνια από το Bayonne στη Rochelle, 51 σημεία για σέρφινγκ, ο αμμόλοφος του Πιλά, 110 μέτρα του κόλλου του Αρκασόν, τα νησιά ανοιχτά του Ατλαντικού -Ré, Ολέγον, Aix- με τα κουκλίστικα σπίτια, τις βάρκες των ψαράδων, το πράσινο και τα λουλούδια. Η φύση είναι η απόλυτη προτεραιότητα καθώς πέρα από την Κοιλάδα της Δορδόνης που ανήκει στο Παγκόσμιο Δίκτυο Αποθεμάτων

Βιόσφαιρας της UNESCO, στη Νέα Ακουιτανία λειτουργούν ένα εθνικό πάρκο και πέντε φυσικά περιφερειακά πάρκα, τα οποία αποτελούν εγγύηση για την πλούσια βιοποικιλότητα της περιοχής. Στη Νέα Ακουιτανία ο στόχος είναι ένας: Να γίνει ο πρώτος βιώσιμος τουριστικός προορισμός στη Γαλλία. Άλλωστε διαθέτει όλα τα προσόντα και είναι η πλέον καταλληλότερη για να προσφέρει υπηρεσίες συμβατές με τον αργό τουρισμό. Παρακάτω πέντε ιδέες για εμπειρίες βιώσιμου τουρισμού.

**Διαδρομές με ποδήλατο.** Με περισσότερα από 4.200 χλμ. ποδηλατικών διαδρομών και πράσινους δρόμους, η περιοχή είναι ιδανική για τον ποδηλατικό τουρισμό. Μία από τις πιο γοητευτικές διαδρομές είναι η Flow Vélo μήκους 290 χλμ. ανάμεσα στην Κοιλάδα της Δορδόνης και τη νήσο Aix, περνώντας μέσα από Κονιάκ, Saintes, Rochefort, το Φυσικό Περιφερειακό Πάρκο Périgord Limousin (κοντά στη Λιμόζ), Angoulême, τους αμπελώνες της Charente. Διασχίζουν την περιοχή και άλλες

Le Rocher de la Fileuse © M. Turin - CRTNA



Ο φάρος του Cordouan © C. Boute - CRTNA







Πέτρινη γέφυρα, Μπορντό © Gregory Gerault

ποδηλατικές διαδρομές όπως η Vélodys-sée στο πλάι του Ατλαντικού φτάνοντας μέχρι το Μπιαρίτζ και τη Γαλλική Χώρα των Βάσκων, ενώ η Vélo Francette περνά από το Πουατιέ, τη Niort και το Marais Poitevin, τη Scandibérique (η πιο μεγάλη ποδηλατική διαδρομή της Γαλλίας) και το Κανάλι των δύο Θαλασσών, σε μήκος 300 χλμ. Ξεκινώντας από το Μπορντό.

**Μία υδάτινη εμπειρία:** Αξέχαστες στιγμές χαρίζει μία κρουαζιέρα με ποταμόπλοιο με την CroisiEurope από το Μπορντό ως την Ζιρόντ και τη Δορδόνη. Από τις πιο ενδιαφέρουσες κρουαζιέρες είναι η «Grands crus και αρχιτεκτονική κληρονομιά» ανάμεσα στο Μπορντό, το Pauillac με τα σπουδαία κρασιά, την πόλη Blaye, παγκόσμια κληρονομιά της UNESCO, και το Saint-Émilion.

**Ανακαλύψτε τον φάρο του Κορντουάν,** τις Βερσαλλίες των θαλασσών, που μόλις εντάχθηκε στη λίστα με τα μνημεία της UNESCO (η περιοχή αριθμεί 15, πραγματικό ρεκόρ!). Κατασκευάστηκε το 1611 στην αρχή των εκβολών της Ζιρόντ και μπορείτε να τον επισκεφθείτε από τον Απρίλιο ως τον Νοέμβριο. Έχει 301 σκαλάκια, ύψος 67,5 μέτρα και είναι ο παλαιότερος σε λειτουργία φάρος στον κόσμο, ο πρώτος στη Γαλλία που ανακηρύχθηκε ιστορικό μνημείο και ο μόνος φάρος στη θάλασσα ανοιχτός για το κοινό προσβάσιμος με βάρκα από τα λιμάνια Royan και Verdon-sur-mer κατά τη διάρκεια της παλίρροιας.

**Το τρενάκι της Artouste** είναι το



Βόλτα με ποδήλατο στη Labastide-D'Armagnac © E. Berthier

μοναδικό ηλεκτρικό τρένο στον κόσμο που φτάνει σε υψόμετρο μέχρι 2.000 μέτρα και καλύπτει μία μαγευτική διαδρομή μήκους 10 χλμ. στο βουνό με τα χαρακτηριστικά κόκκινα και κίτρινα βαγόνια του.

**Γνωρίστε το Niort και το Marais Poitevin εν πλω.** Βιώστε αυθεντικές εμπειρίες μέσα σε σκάφος με επίπεδο πυθμένα και μαγευτείτε από τη φύση. Αν είστε τυχεροί θα έχετε την ευκαιρία να δείτε να ανέβει φωτιά στην επιφάνεια του νερού σχεδόν μαγικά! Πώς; Χάρη στο αέριο που απελευθερώνουν τα υδρόβια φυτά κατά τη διάρκεια της αποσύνθεσής τους.

### **SARLAT, Ο ΠΑΡΑΔΕΙΣΟΣ ΤΟΥ PÉRIGORD NOIR**

Ανάμεσα στην Κοιλιάδα της Δορδόνης και της Βεζέρ, στην περιοχή Périgord Noir, συναντούμε την Sarlat μία πλούσια σε κληρονομιά διεθνούς φήμης πόλη με σημαντικά γαστρονομικά ραντεβού. Είναι διάσημη για τη μεγαλύτερη πυκνότητα ιστορικών μνημείων, τα οποία μπορείτε να ανακαλύψετε με μία απολαυστική βόλτα στα μεσαιωνικά λιθόστρωτα δρομάκια της. Οτι πρέπει για πολλές φωτογραφίες! Είναι μία πόλη τέχνης και ιστορίας, ενώ υπήρξε η πρώτη προστατευόμενη περιοχή στη Γαλλία που αποκαταστάθηκε χάρη



Το γλυπτό Le Badaud στην περιοχή Sarlat © Dan Courtice

στο νόμο Malraux του 1962. Είναι εύκολο να καταλάβει κανείς γιατί από το 1928 διάσημοι σκηνοθέτες αποφάσισαν να αξιοποιήσουν το μεσαιωνικό περιβάλλον της για να γυρίσουν πολλές επιτυχημένες ταινίες, όπως Οι Μονομάχοι του Ρίντλεϊ Σκοτ και Οι Άθλιοι του Ρομπέρ Χοσέιν. Γύρω από την πόλη, την Κοιλάδα της Δορδόνης, από το Montfort στο Saint-

Vincent-de-Cosse κυλάει το ποτάμι περνώντας μέσα από μαγευτικά τοπία, κάστρα και πανέμορφα χωριά. Από τον Ιούλιο του 2012 η UNESCO την έχει εντάξει στο κέντρο του προγράμματός της «Ο Άνθρωπος και η Βιόσφαιρα» χάρη στα τοπία, τα χωριά, την ποιότητα του νερού των ποταμών, τους λιγνιτώδεις ασβεστολιθικούς βράχους, την εύφορη

πεδιάδα και τους δασώδεις λόφους, στο σύνολό τους προστατευόμενες φυσικές περιοχές για την πανίδα και τη χλωρίδα. Πρόκειται για μία γωνιά του παραδείσου που αξίζει να επισκεφθείτε ακόμα και με κανό.

[www.sarlat-tourisme.com](http://www.sarlat-tourisme.com)

#### Η ΛΑΣΚΩ ΣΤΗΝ ΚΑΡΔΙΑ ΤΗΣ ΚΟΙΛΑΔΑΣ ΒΕΖΕΡ

Ευρήματα μαρτυρούν την ανθρώπινη παρουσία χιλιάδες χρόνια πριν, με αποτέλεσμα στην Κοιλάδα Βεζέρ να εντοπίζονται αναρίθμητα προϊστορικά ίχνη, όπως σπήλαια κ.α. Έχει χαρακτηριστεί Grand Site de France για το περιβάλλον, ενώ η κοιλάδα έχει ενταχθεί στον κατάλογο της UNESCO για τα 15 σπήλαιά της και τους τόπους προϊστορικής εποχής, εκ των οποίων το σπήλαιο Λασκώ, διάσημο σε ολόκληρο τον κόσμο, στην καρδιά του Périgord Noir. Σήμερα το κέντρο Lascaux IV προσφέρει στους επισκέπτες ένα ολοκληρωμένο αντίγραφο του γνήσιου σπηλαίου ώστε να μπορούν να θαυμάσουν τις τοιχογραφίες αυτού του αριστουργήματος της ανθρωπότητας που μετρά 20.000 έτη. Έχει χαρακτηριστεί Μνημείο Παγκόσμιας Κληρονομιάς από την UNESCO και στις αρχές του έτους απέκτησε το περιβαλλοντικό σήμα Norms Française Environnement. Το Lascaux IV είναι πραγματικά μια μοναδική ευκαιρία να ανακαλύψετε το σπήλαιο χάρη στην εξαιρετική δουλειά των καλλιτεχνών του Atelier des Fac-Similés, την τελευταία λέξη της τεχνολογίας και την επιστημονική έρευνα. Μπορείτε να θαυμάσετε αυτό



Επίσκεψη στο σπήλαιο © Manu Allicot



Cité du Vin © Photo ANAKA-XTU architects

το αριστούργημα με οργανωμένες επισκέψεις υπό το φως δάδας, με ειδικές επισκέψεις για παιδιά και βραδιές τέχνης και γαστρονομίας. Το φετινό καλοκαίρι διοργανώνεται, μάλιστα, σχετική έκθεση στο κέντρο Lascaux IV.

[www.lascaux.fr](http://www.lascaux.fr)

## Η ΜΟΝΑΔΙΚΗ CITÉ DU VIN ΤΟΥ ΜΠΟΡΝΤΟ

Ταξιδέψτε στο παρελθόν και ακολουθείστε τη διαδρομή του κρασιού που μετρά 8.000 χρόνια μέσα από τη Cité du vin στο Μπορντό. Με την εμβληματική αρχιτεκτονική και την καινοτόμα μορφή που εμπνέεται από την κίνηση του κρασιού στο ποτήρι και από το αμπέλι που μεγαλώνει στους πασσάλους στήριξης, η Cité προτείνει μία διαδραστική εμπειρία για ενήλικες και παιδιά χωρισμένη σε 19 ενότητες. Ανάμεσα σε αυτές συγκαταλέγεται η προβολή των αμπελιών σε τρεις οθόνες όπου αποκαλύπτεται η ομορφιά και η ποικιλομορφία των τοπίων, η αφήγηση της ιστορίας του κρασιού από τους Αιγύπτιους ως σήμερα και ένα μπουφέ πέντε αισθήσεων όπου οι επισκέπτες μαθαίνουν για το χρώμα του οίνου, πέρα από το άρωμά του και φυσικά τη γεύση του. Η θέα που κόβει την ανάσα από τον όγδοο όροφο από ύψος 35 μέτρων συμπληρώνει τη μοναδική εμπειρία και όλα αυτά φυσικά με ένα ποτήρι κρασί στο χέρι (για τους ενήλικες μόνο). Φέτος μέχρι τις 28 Αυγούστου πραγματοποιείται μία μεγάλη έκθεση αφιερωμένη στον Πάμπλο Πικάσο με 80 έργα του σε συνεργασία με το Εθνικό Μουσείο Πικάσο στο Παρίσι

και το Museu Picasso της Βαρκελώνης. Επιπλέον, λειτουργούν εργαστήρια οινογνωσίας, αλλά και ένα concept store αφιερωμένο στο κρασί, η Cave Latitude20 με περισσότερα από 14.000 μπουκάλια και εγκωμιαστικά σχόλια από όλο τον κόσμο,

εστιατόρια, μπρασερί με μπαλκόνια, σνακ μπαρ και ένα εστιατόριο με πανοραμική θέα στον έβδομο όροφο. Δεν υπάρχει αμφιβολία, μιλάμε για μία πραγματική πόλη του οίνου!

[www.laciteduvin.com](http://www.laciteduvin.com)

## ΕΝΑ ΝΕΟ ΞΕΧΩΡΙΣΤΟ ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΟ ΣΤΟ ΜΠΟΡΝΤΟ

Λέγεται Hôtel La Zoologie και άνοιξε στο ιστορικό Ινστιτούτο Ζωολογίας σε ένα κτίριο κατασκευασμένο στις αρχές του 1900. Λίγα λεπτά από τον σταθμό, από το ποτάμι και από την καρδιά της πόλης, το boutique-hotel 4 αστέρων έχει ήδη γίνει τάση. Με πρόσοψη από πέτρα και τούβλα, μεταλλικές δομές και μεγάλα ανοίγματα, το ξενοδοχείο διαθέτει 40 δωμάτια σε τρεις πτέρυγες η καθεμία με διαφορετικό ύψος: Η πτέρυγα της Βοτανολογίας με τον «πράσινο» τοίχο, η πτέρυγα της Ζωολογίας με πέτρινα διακοσμητικά και η πτέρυγα της Γεωλογίας με χρώματα που παραπέμπουν στον κορυφαίο αρχιτέκτονα Λε Κορμπιζιέ. Πολλά τα έργα τέχνης στους κοινόχρηστους χώρους, ενώ το ύψος του ξενοδοχείου εμπνέεται από το επιστημονικό παρελθόν του Ινστιτούτου. Το ξενοδοχείο διαθέτει εστιατόριο, μπαρ, ταράτσα και spa, ενώ ο εσωτερικός κήπος συνθέτει μία πραγματική όαση χαλάρωσης στην καρδιά μίας δυναμικής και ζωντανής πόλης.

[www.hotelzoologie.com](http://www.hotelzoologie.com)



Hôtel Zoologie © Hôtel Zoologie

Μάθε περισσότερα στο: [www.nouvelle-aquitaine-tourisme.com](http://www.nouvelle-aquitaine-tourisme.com)

# Αφεθείτε στη γοητεία της παρισινής περιφέρειας

**Εντυπωσιακά κάστρα, μεγαλειώδεις κήποι, τόποι που αγαπήθηκαν από σπουδαίους καλλιτέχνες... αυτά και ακόμα περισσότερα μπορείτε να ανακαλύψετε στην παρισινή περιφέρεια, ακολουθώντας αργούς ρυθμούς και μαθαίνοντας την τέχνη του ζην.**

## **Β** ΕΡΣΑΛΛΙΕΣ: ΦΩΤΑ ΣΤΟ ΝΕΡΟ

Το καλοκαίρι, κάθε Σάββατο βράδυ, μέχρι τις 17 Σεπτεμβρίου 2022, οι εντυπωσιακοί κήποι του Βασιλιά Ήλιου και τα σιντριβάνια του Ανακτόρου των Βερσαλλιών «λούζονται» με φως χάρη στα Grandes Eaux Nocturnes στον ρυθμό της μπαρόκ μουσικής των Lully, Charpentier και Rameau, ενώ οι φαντασμαγορικές νύχτες ολοκληρώνονται με ένα υπερθέαμα πυροτεχνημάτων. Στο κοντινό Κάστρο του Marly, στο Bougival, ενημερωθείτε για το τεχνολογικό επίτευγμα του γιγάντιου συστήματος ύδρευσης, με νερό από τον Σηκουάνα, το οποίο χρησίμευε για τη φροντίδα των κήπων του κάστρου, όπου ο Λουδοβίκος ΙΔ΄ συνήθιζε να ξεκουράζεται, αλλά και την υδροδότηση του πάρκου και των σιντριβανιών των Βερσαλλιών.



Το Ανάκτορο των Βερσαλλιών © CRT IDF - Tripelon-Jarry

## **ΥΠΟ ΤΟ ΦΩΣ ΤΩΝ ΚΕΡΙΩΝ ΣΤΟ ΚΑΣΤΡΟ ΤΟΥ VAUX-LE-VICOMTE**

Κάθε Σάββατο βράδυ από τον Μάιο ως την 1η Οκτωβρίου (και κάθε Παρασκευή από τις 8 Ιουλίου ως τις 27 Αυγούστου) 2022, το Κάστρο του Vaux-le-Vicomte και οι εντυπωσιακοί κήποι του, σχεδιασμένοι από τον André Le Nôtre, φωτίζονται με 2.000 κεριά! Η πρωτοβουλία παραπέμπει στη γιορτή που παρέθεσε ο μαρκήσιος και Γενικός επιμελητής των Οικονομικών κατά τα πρώτα χρόνια της βασιλείας του Λουδοβίκου ΙΔ΄, Nicolas Fouquet, στις 17 Αυγούστου 1661. Η πολυέξοδη γιορτή ήταν τόσο εντυπωσιακή και μεγαλοπρεπής που ο βασιλιάς θύμωσε και τον καταδίκασε



Κάστρο του Vaux-le-Vicomte © CRT IDF - Tripelon-Jarry



Musée Albert Kahn © CD92 - Willy Labre

σε ισόβια φυλάκιση! Το Vaux-le-Vicomte είναι ένα από τα ομορφότερα κάστρα της Γαλλίας, το οποίο αξίζει να επισκεφθείτε για να θαυμάσετε το, προσφάτως ανακαινισμένο με ένα καινοτόμο σύστημα ήχου, Grand Salon. Επιπλέον, η παράσταση «Vatel, το παρασκήνιο της γιορτής» είναι αφιερωμένη στον σπουδαίο σεφ François Vatel. Τέλος, κάθε βράδυ τον ουρανό φωτίζουν πυροτεχνήματα προς τιμή του ποιητή και μυθολάστη Jean de La Fontaine.

### ΟΙ ΚΗΠΟΙ ΚΑΙ ΤΟ ΜΟΥΣΕΙΟ ALBERT KAHN

Λίγο έξω από το Παρίσι, στην Boulogne-Billancourt στις όχθες του Σηκουάνα, ξεπροβάλλει ο εντυπωσιακός κήπος που σχεδιάστηκε από τον Albert Kahn και αρχιτέκτονες κήπου στις αρχές του 20ου αιώνα. Ο πλούσιος τραπεζίτης, οραματιστής και φιλάνθρωπος Kahn, θέλησε να φυτευτούν σε μία έκταση τεσσάρων εκταρίων διαφορετικού είδους λουλούδια, δέντρα και φυτά με στόχο να «αναμεχθούν» τοπία και πολιτισμοί από όλο τον κόσμο. Έτσι, το αποτέλεσμα είναι εκπληκτικό με εικόνες που παραπέμπουν στα δάση των Βοσγίων, όπου μεγάλωσε, αλλά και στο βρετανικό και γαλλικό κήπο, ενώ ένας τριανταφυλλώνας, ένα περιβόλι και ένας ιαπωνικός κήπος συμπληρώνουν μοναδικά το πολύχρωμο και κατάφυτο... κολάζ. Στο μουσείο του παρουσιάζεται η συλλογή φωτογραφιών «Το Αρχείο του Πλανήτη» με λήψεις που συλλέχθηκαν μεταξύ 1909 και 1931, αλλά

και περισσότερες από 72.000 αυτόχρωμες πλάκες (η πρώτη κατοχυρωμένη με δίπλωμα ευρεσιτεχνίας διαδικασία βιομηχανικής έγχρωμης φωτογραφίας από τους αδελφούς Lumière) καθιστώντας την τη μεγαλύτερη συλλογή στον κόσμο.

### ΤΟ MILLY-LA-FORRÊT ΤΩΝ ΚΑΜΜΙΤΕΧΝΩΝ

Ο Jean Cocteau μαγεύτηκε από την αυθεντική γοητεία αυτού του μεσαιωνικού χωριού, κοντά στο κάστρο και το δάσος του Fontainebleau, με αποτέλεσμα να το επιλέξει και να εγκατασταθεί το 1947 σε μία κατοικία ύψους Λουδοβίκου ΙΓ' όπου και έζησε για 17 χρόνια μέχρι το θάνατό του. Φύση, πολιτιστική και αρχιτεκτονική κληρονομιά, γαστρονομία και savoir-faire αποτελούν τα δυνατό σημεία αυτής της γωνιάς νότια της γαλλικής πρωτεύουσας. Ανακαλύψτε το Εθνικό Ινστιτούτο Βοτανολογίας-Milly-la-Forêt που είναι γνωστό για τα αρωματικά και φαρμακευτικά φυτά, θαυμάστε το γιγάντιο Cyclop βάρους 300 τόνων κι ύψους 22 μέτρων, έργο των Jean Tinguely και Niki de Saint Phalle, το Château de Courances του 17ου αιώνα με το μαγευτικό πάρκο, γνωρίστε τους τεχνίτες γυαλιού της Verrerie d'Art de Soisy-sur-École και γευτείτε τη γλύκα του μελιού της Miellerie du Gâtinais στη Boutigny-sur-Essonne στην καρδιά του Περιφερειακού Φυσικού Πάρκου Gâtinais.

[www.visitparisregion.com](http://www.visitparisregion.com)



Maison Jean Cocteau © Inventaire - Philippe Ayrault

# Galleries Lafayette: Καινοτομία και βιωσιμότητα

**Όλα ξεκινούν το 1893 όταν ο Théophile Bader και ο Alphonse Kahn ανοίγουν ένα κατάστημα με είδη ραπτικής στον αριθμό 1 της Rue La Fayette. Σήμερα, 129 χρόνια μετά, τα Galleries Lafayette είναι τα πιο διάσημα πολυκαταστήματα στο Παρίσι.**

**Τ**ρία διαφορετικά γειτονικά κτίρια στη λεωφόρο Haussmann, σε μικρή απόσταση με τα πόδια από την Όπερα, ανήκουν στην ίδια «οικογένεια»: Galleries Lafayette Haussmann, το κύριο ιστορικό κτίριο με τον εντυπωσιακό πρόσφατα ανακαινισμένο γυάλινο θόλο, Galleries Lafayette Homme (με ανδρική μόδα και αξεσουάρ) και Galleries Lafayette Maison et Gourmet (με είδη για το σπίτι και τη γαστρονομία). Τρεις κόσμοι που επαναπροσδιορίζονται κάθε μέρα με νέες ιδέες, νέους σχεδιαστές, πάντα στην πρώτη γραμμή. Καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου πολλές είναι οι διαφορετικές προτάσεις με τη χαρακτηριστική «γαλλική πινελιά» που αποτυπώνεται όλες τις εποχές, από το καλοκαίρι αλά γαλλικά, τη φθινοπωρινή γαστρονομία στο Lafayette Gourmet, μέχρι το τέλος του χρόνου με τα θρυλικά πλέον χριστουγεννιάτικα λαμπάκια και στολίδια. Στον 4<sup>ο</sup> όροφο των πολυκαταστημάτων Galleries Lafayette Haussmann εγκαινιάστηκε ο πιο μεγάλος χώρος υποδημάτων στην Ευρώπη και σχεδιάστηκε από τον αρχιτέκτονα Bernard Dubois. Διαθέτει περισσότερες από 200 επωνυμίες παπουτσιών και πολυάριθμα αποκλειστικά, εμβληματικά, πρωτοποριακά μοντέλα και αθλητικά παπούτσια σε περιορισμένη έκδοση. Η πιο σημαντική καινοτομία, ωστόσο, είναι το (RE) STORE Galleries Lafayette, ένας νέος χώρος αφιερωμένος στη μεταχειρισμένη και υπεύθυνη μόδα που συνδυάζει το vintage με προϊόντα

εταιριών που εστιάζουν στη βιωσιμότητα και εξατομικευμένες υπηρεσίες. Πρόκειται για μία πρόταση που ενώνει δημιουργικότητα και πολυτέλεια με τη μόδα από... δεύτερο χέρι. Οι επισκέπτες μπορούν να βρουν προϊόντα σε όλες τις τιμές και για όλα τα πορτοφόλια, μοναδικά κομμάτια, αντικείμενα «green» και νέες υπηρεσίες, όπως για παράδειγμα η ανακύκλωση παλαιών ρούχων. Πέρα από την κυκλική μόδα, μπορείτε να πραγματοποιήσετε υπεύθυνες αγορές και σε καινούρια ρούχα και αξεσουάρ οίκων που προωθούν την υπεύθυνη προσέγγιση της μόδας, επαναχρησιμοποιώντας τμήματα υφασμάτων, φυσικά, οργανικά ή ανακυκλωμένα υλικά, όλα αυτά συγκεντρωμένα κάτω από την εμβληματική ετικέτα Galleries Lafayette Go for Good. Επιπλέον, στα Galleries Lafayette υπάρχει ένα τμήμα αφιερωμένο σε συσκευασίες καλλυντικών που ξαναγεμίζουν, σετ για πλέξιμο, παγούρια, αξεσουάρ Made in France, ολοκληρώνοντας με αυτόν τον τρόπο την ιδέα του concept store για ένα νέο υπεύθυνο τρόπο κατανάλωσης, περιορίζοντας τη σπατάλη και ακολουθώντας βιώσιμες αξίες. Τέλος, δίνεται η δυνατότητα μεταπώλησης στους ειδικούς χώρους του (RE)STORE: Μπορείτε να κλείσετε ραντεβού με έναν από τους αρμοδίους σχετικά με το μεταχειρισμένο ένδυμα και να τους εμπιστευτείτε την πώληση των αντικειμένων σας. Πρόκειται για την ιδανική υπηρεσία για όσους θέλουν να αδειάσουν τις ντουλάπες τους και να





Ο θόλος του Galeries Lafayette Haussmann  
© Caroline Richard



Rooftop Galeries Lafayette © Galeries Lafayette



Εργαστήριο μαγειρικής Ferrandi, Galeries Lafayette © Galeries Lafayette

δώσουν μία δεύτερη ευκαιρία στα ρούχα τους. Σε έναν ειδικό χώρο, μπορείτε να τοποθετήσετε ρούχα, παπούτσια, μπουκάλια αρωμάτων και συσκευασίες μακιγιάζ με αντάλλαγμα πόντους επιβράβευσης.

#### ΜΟΝΑΔΙΚΕΣ ΕΜΠΕΙΡΙΕΣ

Πολλές είναι οι ξεχωριστές προτάσεις των παρισινών πολυκαταστημάτων. Κάθε Παρασκευή στις 15:00 στην αίθουσα Oréga μπορείτε να παρακολουθήσετε μία επίδειξη μόδας, ανακαλύπτοντας τις τελευταίες τάσεις της μόδας των πιο σημαντικών οίκων. Μπορείτε να συμμετάσχετε σε μάθημα μαγειρικής της

σχολής Ferrandi Paris μαθαίνοντας τα μυστικά της γαλλικής μαγειρικής τέχνης (στον τρίτο όροφο, corner Casa). Μία ακόμα μοναδική εμπειρία είναι η εκμάθηση παρασκευής macarons στο Εργαστήριο Macarons υπό την καθοδήγηση του επικεφαλής ζαχαροπλάστη. Μπορείτε ακόμα να μάθετε όλα τα μυστικά του καταστήματος Paris Haussmann από την οπτική της αρχιτεκτονικής κληρονομιάς του (κάθε δεύτερη Κυριακή του μήνα). Με τον κωδικό GLATFIT, μάλιστα, την ώρα της κράτησης της δραστηριότητας που επιθυμείτε θα έχετε έκπτωση -10% (ισχύει μέχρι τις 31/01/2023).

#### ΞΕΧΩΡΙΣΤΑ ΔΩΡΑ

Οι αγορές στα Galeries Lafayette αξίζουν ένα δώρο. Μέχρι τις 31 Μαρτίου 2023 μπορείτε να αποκτήσετε ξεχωριστά δώρα, όπως επώνυμες shopping bags, προϊόντα ομορφιάς, δερμάτινα πορτοφόλια, χάρη στα 8 vouchers που μπορείτε να λάβετε σύμφωνα με τις αγορές σας, ύψους από 50 ευρώ και πάνω. Σκανάρετε το QR Code για να «κατεβάσετε» τα vouchers και να παραλάβετε κατευθείαν το δώρο σας από τα καταστήματα.



[hausmann.galerieslafayette.com](https://hausmann.galerieslafayette.com)

# Τα ωραιότερα σιντριβάνια στο Παρίσι

Ο Σηκουάνας, τα κανάλια αλλά και τα μνημειώδη σιντριβάνια καθιστούν το Παρίσι μία πραγματική «ville d'eau», μία υδάτινη πόλη. Ας κάνουμε μία εικονική βόλτα για να γνωρίσουμε μερικά από αυτά, μεταξύ των οποίων και τις κρήνες Wallace με την ενδιαφέρουσα ιστορία τους.



Σιντριβάνι και οβελίσκος του Luxor, Place de la Concorde  
© Westend61 - iStock / Getty Images Plus

## ΤΟ TOP 10 ΤΩΝ ΔΙΑΣΗΜΩΝ ΠΑΡΙΣΙΝΩΝ ΣΙΝΤΡΙΒΑΝΙΩΝ

Ανάμεσα στα περισσότερα από 300 σιντριβάνια της πόλης, δέκα ξεχωρίζουν για την ιστορία και την ομορφιά τους:

1. Τα Σιντριβάνια των Ποταμών και των Θαλασσών της πλατείας Κονκόρντ που κατασκευάστηκαν στα μισά του 1800 και αφιερώθηκαν το πρώτο στον Ρήνο και στον Ροδανό και το δεύτερο στον Ατλαντικό και τη Μεσόγειο.
2. Το Σιντριβάνι Médicis στους Κήπους του Λουξεμβούργου, έπειτα από επιθυμία της Μαρίας των Μεδίκων το 1630.

3. Το Σιντριβάνι Stravinsky μπροστά από το Κέντρο Pompidou, έργο των Jean Tinguely και Niki de Saint Phalle, 1983.

4. Το Σιντριβάνι Saint-Sulpice, κατασκευασμένο το 1844, μπροστά από την ομώνυμη εκκλησία, με τέσσερις όψεις και τέσσερα αγάλματα ιεροκηρύκων κάτω από το άγρυπνο βλέμμα του Λουδοβίκου ΙΔ'.

5. Το Σιντριβάνι Quatre Parties du Monde, κατασκευασμένο μεταξύ του 1867 και του 1875, στους Κήπους Μάρκο Πόλο.

6. Το Σιντριβάνι της Βαρσοβίας στους κήπους το Τροκαντερό που δημιουργήθηκε για τη Διεθνή Έκθεση του 1937.

7. Το Σιντριβάνι Cuvier στην ομώνυμη οδό, 1840.

8. Το Fontaine des Innocents είναι ένα από τα παλαιότερα καθώς κατασκευάστηκε το 1549 στην Place Joachim-du-Bellay.

9. Το Σιντριβάνι Molière στη γωνία ανάμεσα στις rue Molière και rue Richelieu, 1844.

10. Το γιγάντιο Σιντριβάνι Saint-Michel στην ομώνυμη πλατεία, 1860.

## ΟΙ ΚΡΗΝΕΣ ΤΟΥ SIR WALLACE

Πριν περίπου 150 χρόνια κατασκευάστηκαν οι περίφημες και ιδιαίτερες Κρήνες Wallace με τις γυναικείες μορφές που παραπέμπουν στις Καρυάτιδες. Η πρώτη δημιουργήθηκε το 1872 στην Boulevard de la Villette και οφείλουν το όνομά τους στον sir Richard Wallace (1818-1890), έναν πλούσιο Βρετανό φιλάνθρωπο

που έζησε πολλά χρόνια στο Παρίσι, ο οποίος χρηματοδότησε την κατασκευή των πρώτων 50 (στη συνέχεια 20 ακόμα) δωρίζοντάς τις στην πόλη με στόχο να προμηθευτούν οι πολίτες με καθαρό πόσιμο νερό. Σήμερα αυτά τα μικρά έργα Τέχνης του γλύπτη Charles-Auguste Lebourg, αγγίζουν τα 100 και είναι από χυτοσίδηρο, ενώ οι τέσσερις Καρυάτιδες συμβολίζουν την απλότητα, την καλοσύνη, τη νηφαλιότητα και τη φιλανθρωπία. Επικρατεί το πράσινο για τον χρωματισμό τους, επιλογή που αποδίδεται στην επιθυμία του Ναπολέοντα ΙΙΙ να εισάγει το χρώμα της φύσης στην πόλη. Υπάρχουν, όμως, και επτά πολύχρωμα σιντριβάνια: Δύο κόκκινα στην 66 Av. d'Ivry (13° διαμέρισμα) και στην rue Belgrand (20° διαμέρισμα), ένα κίτρινο στην Esplanade Pierre Vidal-Naquet (13° διαμέρισμα), ένα ροζ στην rue Jean Anouilh (13° διαμέρισμα), δύο μπλε στην Place Pierre Riboulet (13° διαμέρισμα) και στην rue Piat (20° διαμέρισμα), ένα χρυσοκίτρινο στην Place Joseph-Erstein (20° διαμέρισμα), και ένα λευκό που έχει διακοσμητική χρήση καθώς δεν εκτοξεύει νερό στην 152 Av. Paul Vaillant Couturier. Το σιντριβάνι στην Place Denfert-Rochereau μεταφέρθηκε στον κήπο του Μουσείου Carnavalet αφιερωμένο στην ιστορία του Παρισιού. Από τις 24 Σεπτεμβρίου ως τις 4 Οκτωβρίου πρόκειται να πραγματοποιηθεί έκθεση σχετικά με την ιστορία των σιντριβανιών, κατά μήκος της Champs-Élysées.



# Χρόνια πολλά Disneyland Paris!

**Το Βασίλειο των Ονείρων και της Μαγείας στο Παρίσι που φέρει την υπογραφή Disney, σβήνει 30 κεράκια και γιορτάζει με φαντασμαγορικές εκπλήξεις και καινοτομίες, νέα σκηνικά και παραστάσεις.**

**A**πό τις 12 Απριλίου 1992 η Disneyland Paris χαρίζει χαμόγελα και ευτυχία σε μικρούς και μεγάλους. Σήμερα, 30 χρόνια αργότερα από τη «γέννησή» της, ξεκινά μία νέα εποχή. Δημιουργικότητα και νέες τεχνολογίες συμβάλλουν ώστε οι επισκέπτες να βιώσουν μοναδικές και αξέχαστες στιγμές. Είστε έτοιμοι για μία καθηλωτική εμπειρία; Για την 30η επέτειό της η Disneyland Paris παρουσιάζει μπροστά από το ανακαινισμένο Κάστρο της Ωραίας Κοιμωμένης τη νέα παράσταση «Dream... and Shine Brighter» με τη συμμετοχή περισσότερων από 30 χαρακτήρων της Disney, ολοκαίνουρια λαμπερά κοστούμια και το μοναδικό soundtrack «Un monde qui s'illumine»,

το οποίο ηχογραφήθηκε με τη συμμετοχή συμφωνικής ορχήστρας στα θρυλικά Abbey Road Studios του Λονδίνου.

Το βράδυ μια νέα νυχτερινή υπερσύγχρονη ακολουθία μαγείας σημαδεύει τον ουρανό με 200 drones που σχηματίζουν τον αριθμό 30. Είναι η πρώτη φορά που το θεματικό πάρκο της Disney χρησιμοποιεί τέτοιου είδους τεχνολογία και το αποτέλεσμα είναι σίγουρα θεαματικό. Επιπλέον, οι νέοι «Μαγικοί Κήποι» με τα οπτικά εφέ, τα φώτα νέον και τα κινούμενα φωτισμένα γλυπτά προσδίδουν μία ακόμα νότα μαγείας στα κεντρικά σημεία του πάρκου.

Ακόμα και μέσα από το φαγητό και το ποτό εορτάζεται η 30η επέτειος με κοκτέιλ και νέες χορτοφαγικές προτάσεις, μία λαχταριστή σειρά macaron αφιερωμένη

στα φετινά «γενέθλια» και μία συλλογή από 350 προϊόντα που δημιουργήθηκαν ειδικά για την περίπτωση. Αυτή τη χρονιά, μάλιστα, η Disneyland Paris συνεργάζεται με μία ξεχωριστή σχεδιάστρια που δεν είναι άλλη από την Stella McCartney! Για πρώτη φορά η Minnie φοράει ένα σύνολο με κομψό παντελόνι σχεδιασμένο από την McCartney, η οποία λανσάρει μία κολεξιόν εμπνευσμένη από την πασίγνωστη ταινία της Disney, Fantasia. Αυτό το καλοκαίρι αναμένεται και η νέα θεματική ενότητα της Avengers Campus με τους σούπερ ήρωες της Marvel, οι οποίοι όλοι μαζί ενώνουν τις δυνάμεις τους για ένα καινούριο, επικό ταξίδι γεμάτο περιπέτεια.

[www.disneylandparis.com](http://www.disneylandparis.com)

Η Minnie με το σύνολο που σχεδίασε η Stella McCartney © Disney



DisneyD-Light, το νέο pre-show με τεχνολογία drones © Disney



# Το νερό χαρίζει ευεξία

Η Γαλλία αποτελεί αναμφισβήτητη την χώρα των ιαματικών νερών, για τα οποία και υπήρξε διάσημη κατά περιόδους εδώ και αιώνες, δεδομένου ότι διαθέτει έως και 89 θέρετρα ιαματικών πηγών (sra resorts) διάσπαρτα σε ολόκληρη την επικράτειά της. Και όλα αυτά χωρίς να ξεχνάμε και το θαλασσινό νερό, το μυστικό της φύσης για τις θαλασσοθεραπείες.

## VICHY, Η ΠΟΛΗ-ΒΑΣΙΛΙΣΣΑ ΤΩΝ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΛΟΥΤΡΩΝ

Στις 24 Ιουλίου 2021, έντεκα (11) θέρετρα ιαματικών πηγών ενεγράφησαν στον Κατάλογο Μνημείων Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO στην κατηγορία «Μεγάλα Ιαματικά Λουτρά της Ευρώπης». Για την Γαλλία, η πόλη Vichy, στην καρδιά της χώρας, θεωρείται η βασίλισσα των "villes d'eau", δηλαδή των πόλεων με ιαματικά λουτρά, έχει επιλεγεί δε ως η πλέον περιώνυμη και διάσημη, καθώς οι ιδιότητες των νερών της είχαν ανακαλυφθεί και αξιοποιηθεί ήδη από τους αρχαίους Ρωμαίους, οι οποίοι ίδρυσαν

εδώ τα περίφημα ρωμαϊκά λουτρά Aquis Calidis. Παρ' όλα αυτά, η σημαντικότερη εξέλιξη σημειώθηκε αρκετά αργότερα και συγκεκριμένα το 1861, όταν ο Ναπολέων Γ' ανακάλυψε το συγκεκριμένο θέρετρο και έκτοτε επέστρεψε εκεί κάθε χρόνο. Με την δική του υποστήριξη το Vichy μετατράπηκε σε μια υπέροχη πόλη, με την Art Nouveau και Art Déco αρχιτεκτονική της, την Όπερα, το νεο-Βυζαντινού ρυθμού Καζίνο, νεογοτθικά κτήρια που συνυπάρχουν αρμονικά με το chalet σε στυλ Savoyard του Ναπολέοντα Γ', αλλά και με chalets αγγλικού στυλ, Bargoque προσόψεις και ειδυλλιακά πάρκα. Σήμερα, διατηρώντας

την γοητευτική του ατμόσφαιρα, το Vichy βρίσκεται παράλληλα στην πρώτη γραμμή των θεραπειών ευεξίας. Στο Callou Spa, στο Thermes des Dômes και βέβαια στο Vichy Célestins Spa Hôtel, ένα από τα μεγαλύτερα και πιο πολυτελή spa στην Ευρώπη, το να ξαναβρεις την φόρμα σου είναι πλέον απολαυστικό! Ομοίως και γύρω από το Vichy, στη γη των ανενεργών, φυσικά, ρηφιστείν της Auvergne, στην περιοχή του μοναδικού Πάρκου Ηφαιστειών της Ευρώπης (Parc Naturel Regional des Volcans d'Auvergne), λειτουργούν 10 ακόμη θέρετρα ιαματικών πηγών, που περιμένουν να τα ανακαλύψετε. [www.auvergne-thermale.com](http://www.auvergne-thermale.com)



Κέντρο θαλασσοθεραπείας, Roscoff © Cécile Langlois

## OCCITANIE, ΘΕΡΜΕΣ ΠΗΓΕΣ ΠΟΥ ΚΑΤΑΡΡΙΠΤΟΥΝ ΟΛΑ ΤΑ ΡΕΚΟΡ

Η Occitanie -στα σύνορα με την Ιβηρική χερσόνησο-, με 28 θέρετρα ιαματικών πηγών στην επικράτειά της, όχι μόνο κατέχει το εθνικό ρεκόρ, αλλά και αποτελεί την κορυφαία Περιφέρεια της Γαλλίας, σε ό,τι αφορά στα spa. Τα spa resorts αυτής της περιοχής είναι εγκατεστημένα κυρίως στα βουνά, στην καρδιά των ορεινών όγκων Πυρηναίων, Cévennes και Lozère, έχοντας τα περισσότερα διατηρήσει την γοητευτική ατμόσφαιρα του 19ου αιώνα. Κάποια άλλα, όπως το Cransac-les-Thermes, στην καταπράσινη περιοχή του Aveyron, προσφέρουν ένα ευχάριστα χαλαρωτικό περιβάλλον, την ίδια στιγμή που το Bala-



Κέντρο θαλασσοθεραπείας, Roscoff © Emmanuel Berthier



La Bourboule © Marielsa Niels

rus-les-Bains, στο Hérault, επωφελείται επίσης από τον αναζωογονητικό αέρα της Μεσογείου.

[www.occitanie-thermale.com](http://www.occitanie-thermale.com)

### ΘΑΛΑΣΣΟΘΕΡΑΠΕΙΑ, ΘΕΡΑΠΕΙΑ ΕΥΕΞΙΑΣ ΜΕ ΘΑΛΑΣΣΙΝΟ ΝΕΡΟ

Οι καταβολές της θεραπευτικής αυτής αγωγής ευεξίας χάνονται στον χρόνο, με τις ρίζες της να εντοπίζονται στην αρχαία Ελλάδα και την Γαλλία να αποτελεί πλέον την γη της επαγγελίας για την ανάπτυξή της. Μόνο τυχαίο δεν μπορεί να θεωρηθεί, λοιπόν, το γεγονός ότι εδώ, στα τέλη του 19ου αιώνα, επινοήθηκε η λέξη θαλασσοθεραπεία, με τα δύο συνθετικά της να προέρχονται από τις ελληνικές λέξεις «θάλασσα» + «θεραπεία». Το 1899 ιδρύθηκε το πρώτο κέντρο θαλασσοθεραπείας στο Roscoff της ΒΔ Γαλλίας, όμως η πραγματική επανάσταση συντελέστηκε το 1959, έτος δημιουργίας της Γαλλικής Εταιρείας Θαλασσοθεραπείας. Το 1964, ο διάσημος ποδηλάτης Louisson Bobet, ο οποίος μετά από ένα άσχημο τροχαίο ατύχημα είχε εκμεταλλευτεί τις ευεργετικές ιδιότητες της θαλασσοθεραπείας στο Roscoff, επιτυγχάνοντας εξαιρετικά αποτελέσματα, δημιουργεί ένα καινοτόμο κέντρο στο Quiberon της δυτικής Γαλλία, το οποίο έμελλε να αποτελέσει τον πρόδρομο της σύγχρονης θαλασσοθεραπείας. Σήμερα, το thalasso αποτελεί μία από τις πιο ολοκληρωμένες θεραπείες υγείας, ευεξίας και ομορφιάς, που ταυτόχρονα τονώνει τον οργανισμό, αποκαθιστά την ζωτικότητα του και καταπολεμά το άγχος. Πού συμβαίνουν όλα αυτά; Στις ακτές του Ατλαντικού, κυρίως, με διάσημα κέντρα να εντοπίζονται από το Quiberon -φυσικά το La Baule και το Biarritz-, έως την ακτή της Μάγχης, από το Saint-Malo έως το Cabourg, αλλά και στην Μεσόγειο, από την Γαλλική Ριβιέρα έως την Camargue και το νησί της Κορσικής.

[www.france-thalasso.com](http://www.france-thalasso.com)



Ιαματικά λουτρά, Cransac-Les-Thermes © Corentin Mossière

### ΙΑΜΑΤΙΚΑ ΛΟΥΤΡΑ ΦΙΛΙΚΑ ΠΡΟΣ ΤΟ ΔΕΡΜΑ

Σήμερα πλέον γνωρίζουμε ότι υπάρχουν γαλλικά ιαματικά νερά, που είναι ιδιαίτερα φιλικά προς το δέρμα. Χαρακτηριστικό παράδειγμα το Les Thermes d'Avène, στο Hérault, στην καρδιά του Περιφερειακού Φυσικού Πάρκου Haute Languedoc, στην Περιφέρεια της Occitanie, που αξιοποιεί ήδη από το 1736 τις ιδιότητες ενός πολύτιμου για δερματικές παθήσεις νερού. [www.avenecenter.com](http://www.avenecenter.com) Επίσης και το La Roche Posay, στην Περιφέρεια Nouvelle-Aquitaine, που δραστηριοποιείται εδώ και πέντε αιώνες, έχει αναγνωριστεί από το 1897 ως χώρος δημόσιας ωφέλειας, θεωρούμενο το πρώτο αποκλειστικά αφιερωμένο στο δέρμα θέρετρο ιαματικών πηγών, στο οποίο συχνάζαν σημαντικές προσωπικότητες όπως ο André Gide, ο Jean Cocteau και ο Sacha Guitry.

[www.thermes-larocheposay.fr](http://www.thermes-larocheposay.fr)



Περποίηση Sensicure body modelling © Shirin Tinati

# Πράσινα αστέρια και μενού που... μυρίζει θάλασσα

Τα πράσινα αστέρια Michelin, η πιο πρόσφατη κατάταξη της κόκκινης «βίβλου» της γαστρονομίας, απονεμήθηκαν το 2021 στα εστιατόρια που εστιάζουν ιδιαίτερα στο περιβάλλον και τη βιωσιμότητα βραβεύοντας και εκείνα με μενού που εμπνέεται από τη θάλασσα. Παρακάτω τα τέσσερα «πράσινα και μπλε» εστιατόρια για το 2022 σε ένα γευστικό τουρ από τη Βρετάνη στη Νέα Ακουιτανία.

### Ε COQUILLAGE, ΣΤΟΝ ΚΟΛΠΟ ΤΟΥ CANCALE

Το Cancale είναι ένα γλυκύτατο χωριό της Βρετάνης με τον κόλπο του σε μορφή κοχυλιού, όπου ξεχωρίζουν τα παλαιά σπίτια, το λιμανάκι, η παλιόροια, αλλά κι οι χαρακτηριστικές φιγούρες των ψαράδων. Εδώ καλλιεργούνται στρείδια, τα οποία πρωτοστατούν στην κουζίνα. Από τα πιο εκλεκτά εστιατόρια είναι το βραβευμένο με δύο αστέρια Michelin, Le Coquillage

του ξενοδοχείου Château Richeux, στο εσωτερικό μίας βίλας του 1920 στο Le Buot με θέα στον κόλπο. Ο ταλαντούχος νεαρός σεφ Hugo Roellinger ετοιμάζει εξαιρετικά μενού όπου η θάλασσα είναι η απόλυτη πρωταγωνίστρια, με προτάσεις από φύκια μέχρι θαλασσινά. Στόχος του είναι να προστατεύσει τη φύση και τον πλούτο της, ενισχύοντας τους μικρούς παραγωγούς όπως τους ψαράδες και τους αγρότες της επικράτειας, αλλά και τους

προμηθευτές πιο μακρινών τόπων, οι οποίοι του παρέχουν για παράδειγμα τα μπαχαρικά που χρησιμοποιεί στα πιάτα του. Αυτές του οι επιλογές του χάρισαν ένα πράσινο αστέρι. [www.maisons-de-bricourt.com](http://www.maisons-de-bricourt.com)

### LA MARINE, ΣΤΟ ΝΗΣΙ NOIRMOUTIER

Το Noirmoutier, στη Vandea, είναι το νησί που δεν υπάρχει... Συνδέεται με την ξηρά μέσω γέφυρας και του Passage du Gois,



Εστιατόριο Le Petit Hotel du Grand Large © Photos Santi Caleca



Εστιατόριο Le Petit Hotel du Grand Large © Michael Condran - Jeremy Callaghan



Χτένι Ατλαντικού, σέλινο, καφές, σορμπέ λάιμ  
Coutanceau La Rochelle © Philippe Vaurès



Κυδώνια γλασαρισμένα με βότανα  
Coutanceau La Rochelle © Philippe Vaurès



Ζωντανές караβίδες La Cotinière, «θωρακισμένο»  
ταρτάρ και αραχνοκάβουρας Coutanceau La Rochelle  
© Vaurès Santamaria

έναν δρόμο που «εξαφανίζεται» συχνά από την παλίρροια, έχει πολλές παραλίες, δάση και μιμόζες. Στην μικρή πρωτεύουσα, Noirmoutier-en-l'Île, βρίσκεται ένα από τα πιο σημαντικά αλιευτικά λιμάνια της ακτής του Ατλαντικού, το L'Herbaudière. Σε αυτό το σημείο έχει έδρα το εστιατόριο La Marine, το οποίο στεγάζεται σε ένα λευκό σπιτάκι με μπλε παντζούρια. Εδώ ο σεφ Alexandre Couillon μαγειρεύει το νοστιμότερο ψάρι, φρέσκο ημέρας από ντόπιους ψαράδες και το συνοδεύει με λαχανικά από το περιβάλλον του έκτασης 4.000 τ.μ. Η κουζίνα του συνδυάζει θάλασσα και φύση, ενώ όλα τα υπολείμματα καταλήγουν σε κομπόστ και έπειτα στο έδαφος. Με αυτό τον τρόπο στα δύο αστέρια Michelin για την υψηλού επιπέδου κουζίνα προστέθηκε και το πράσινο για τη βιωσιμότητα.

[www.alexandreouillon.com](http://www.alexandreouillon.com)

### LE PETIT HOTEL DU GRANDE LARGE, ΜΙΑ ΓΩΝΙΑ ΣΤΗΝ... ΑΚΡΗ ΤΟΥ ΚΟΣΜΟΥ

Βρισκόμαστε στο Saint-Pierre-Quiberon, σε ένα άγριο τμήμα της ακτής της Βρετανίας με ανέμους, ήλιο και κύματα. Σε ένα μικρό ξενοδοχείο και ένα εστιατόριο, βραβευμένο με αστέρι Michelin και ένα πράσινο αστέρι, ο αυτοδίδακτος σεφ Hervé Bourdon, με πάθος για τη θάλασσα, μαγειρεύει δημιουργικά φρεσκότατο ψάρι και θαλασσινά ενός φίλου του ψαρά, χρησιμοποιώντας βότανα και άγρια φύκια, λαχανικά από το λαχανόκηπό του ή από ντόπιους παραγωγούς. Όλα προέρχονται από την επικράτεια και τα πιάτα δημιουργούνται σύμφωνα με αυτά που προσφέρει η περιοχή ημέρα με την ημέρα. Αυτή η δέσμευσή του για τη φύση και τη βιωσιμότητα τον βράβευσε με το πράσινο αστέρι.

[www.lepetithoteldugrandlarge.fr](http://www.lepetithoteldugrandlarge.fr)

### CHRISTOPHER COUTANCEAU: ΤΡΙΑ ΑΣΤΕΡΙΑ ΣΤΗ LA ROCHELLE

Η La Rochelle, ακοίμητος φρουρός της θάλασσας στο Charente-Maritime της Νέας Ακουιτανίας, θυμίζει καρτ-ποστάλ με τους δύο πύργους, το παλιό λιμάνι, τα αναγεννησιακά σπίτια με το ξύλινο καφασωτό στο ιστορικό κέντρο. Πρωταγωνιστικό ρόλο διαδραματίζει η θάλασσα και ανάλογη θέση κατέχει και στο εστιατόριο του σεφ Christopher Coutanceau, ο οποίος γεννήθηκε και μεγάλωσε εδώ, με το βλέμμα στον Ατλαντικό. Παθιασμένος με το ψάρεμα, αυτοπροσδιορίζεται σεφ-ψαράς, με την

εκπληκτική του κουζίνα να μην λαμβάνει τυχαία τρία αστέρια Michelin. Ένθετος υποστηρικτής της βιώσιμης αλιείας και της μαγειρικής χωρίς σπατάλη, αγοράζει ψάρια από ντόπιους αλιείς, εξαιρώντας πάντα όσα είδη κινδυνεύουν με εξαφάνιση ή κατά την περίοδο της αναπαραγωγής τους. Η βιώσιμη γαστρονομία, η προτίμηση στην αλιεία που σέβεται το περιβάλλον και η διαρκής δέσμευση για την προστασία των θαλάσσιων πόρων τον... ανέβασε στο βάθρο και του απονεμήθηκε το πράσινο αστέρι.

[www.coutanceaularochelle.com](http://www.coutanceaularochelle.com)



CETO - Η θέα από το εστιατόριο © Matteo Carassale

Ο σεφ Mauro Colagrecο, βραβευμένος με τρία αστέρια Michelin και ένα πράσινο αστέρι για το Mirazur της Μεντόν, απέκτησε μόλις ένα ακόμα για το τελευταίο του εστιατόριο, Ceto, στη Maybourne Riviera του Roquebrune-Cap Martin. Το ίδιο το εστιατόριο «μυρίζει» Μεσόγειο χάρη στη θέα 180° στη θάλασσα, τα έπιπλα και τα χρώματα που το καθιστούν ένα πραγματικό «εργαστήριο γεύσης» του θαλάσσιου οικοσυστήματος. Μέσα από ένα παιχνίδι υφών, γεύσεων και τρόπου μαγειρικής, η θαλάσσια εμπειρία ζωντανεύει γαστρονομικά: Στο δωμάτιο παλαιώσης το ψάρι μπορεί να ωριμάσει έως και δύο μήνες. Έτσι, το μενού περιλαμβάνει «κόκκινο τόνο, ωριμασμένη κοιλιά με φύκια Kombu και σάλτσα XO», ένα εμβληματικό πιάτο μαζί με άλλα σχεδιασμένα για μια εκ νέου ανακάλυψη του θαλάσσιου κόσμου σε μία προσπάθεια να γίνει κατανοητή η προστασία της θαλάσσιας ομορφιάς μέσα από οικολογικές λύσεις. Εξάλλου, το μόντο του σεφ είναι «η γαστρονομία μπορεί να είναι βιώσιμη».

[www.maybournerriviera.com/restaurants-bars/ceto](http://www.maybournerriviera.com/restaurants-bars/ceto)



Υπόστεγο για ψάρεμα στρειδιών στο Valeyrac  
© Created by drcooke - iStock / Getty Images Plus

# Ο ρόλος του νερού στη γαστρονομία

**Χωρίς νερό όχι μόνο δεν υπάρχει ζωή, αλλά δεν υπάρχει ούτε τροφή! Γεωργία, αλιεία, κτηνοτροφία έχουν ανάγκη από νερό. Το ίδιο ισχύει και για μερικά από τα πιο εκλεκτά γαλλικά προϊόντα.**



Στρείδια και σαμπάνια  
© Cavan Images - iStock / Getty Images Plus



Μαύρο χαβιάρι © t sableaux - iStock / Getty Images Plus

**ΣΤΡΕΙΔΙΑ ΚΑΙ ΣΑΜΠΑΝΙΑ**  
Είναι ο τέλειος συνδυασμός και αποκαλύπτει πόσο στενά συνδεδεμένο είναι το πιάτο αυτό με τη Γαλλία, η οποία είναι η πρώτη χώρα στον κόσμο στην εκτροφή και κατανάλωση στρειδιών ξεπερνώντας τους 120.000 τόνους ετησίως. Το Cancale στη Βρετανία και συγκεκριμένα στον κόλπο του Mont Saint-Michel, θεωρείται η πρωτεύουσα του στρειδιού και από το 2019 τα στρείδια της έχουν ενταχθεί στον κατάλογο Άυλης Πολιτιστικής Κληρονομιάς της UNESCO. Στη Βρετανία εντοπίζονται 12 διαφορετικά είδη στρειδιών. Στη Νορμανδία δοκιμάστε τα ξεχωριστά στρείδια του Isigny, τα στρείδια του Saint-Vaast με γεύση φουντουκιού και τα στρείδια Utah Beach με γλυκιά επίγευση που προέρχονται από την παραλία της «D-day», της απόβασης στη Νορμανδία. Στο

νομό Charente βρίσκεται μία ακόμα «πόλη των στρειδιών», η Marennnes, όπου σε φυσικό καταφύγιο παράγονται τα στρείδια άριστης ποιότητας Marennnes-Oléron που έχουν λάβει Προστασία Γεωγραφικής Ένδειξης (ΠΓΕ).

### ΦΥΚΙΑ ΚΑΙ ΧΤΕΝΙΑ

Η Βρετανία είναι η πρώτη περιοχή στην Ευρώπη για την παραγωγή φυκιών. Περιοχές με εκλεκτά φύκια είναι το Θαλάσσιο Πάρκο Iroise ανοιχτά της Côte de Granit Rose, της Ακτής με τον Ροζ Γρανίτη, το Νότιο Finistère στο Lesconil και το Roscoff που θεωρείται η πρωτεύουσα των φυκιών με ένα κέντρο βιολογικών ερευνών εξειδικευμένο σε αυτά. Ας μην ξεχνούμε ότι τα φύκια θεωρούνται υπέρ-τροφή! Επιπλέον, η Βρετανία (ειδικά ο κόλπος της Côtes-d'Armor) και κυρίως οι περιοχές της Νορμανδίας Dieppe, Fécamp, Saint-Vaast-la-Hougue, Gran-

ville, καθώς και οι Pas de Calais, Étapes και Boulogne-sur-Mer, ειδικεύονται στα coquilles Saint-Jacques, δηλαδή τα χτένια.

### ΥΠΑΡΧΕΙ ΚΑΙ ΤΟ ΓΑΛΛΙΚΟ ΧΑΒΙΑΡΙ

Γνωρίζατε ότι στη Νέα Ακουιτανία παράγεται ένα από τα καλύτερα είδη χαβιαριού στον κόσμο; Στη καρδιά της λεκάνης του Arca-chon, η Caviar France εκτρέφει, με βιώσιμο και υπεύθυνο τρόπο, οξύρρυγχους Acipenser Baeri σε δεξαμενές ανοιχτού τύπου με καθαρό νερό προερχόμενο από φυσικό ποταμό. Στο Saint-Sulpice-et-Cameyrac στην περιοχή του Μπορντό ο τρίτος στον κόσμο παραγωγός χαβιαριού, Sturria, εκτρέφει οξύρρυγχους με απόλυτο σεβασμό στην οικολογική ισορροπία κατά μήκος της Ζιρόντ από το Bazas, στα βόρεια της Λάντ, μέχρι το Saint-Fort, και νότια της Charente.

# 100 μνημεία σας περιμένουν να τα ανακαλύψετε

**Το Centre des Monuments Nationaux διαχειρίζεται, συντηρεί, αποκαθιστά και ανοίγει στο κοινό περίπου 100 κρατικά μνημεία. Πολλά βρίσκονται κατά μήκος ποδηλατοδρόμων, περιπατητικών διαδρομών ή ποταμών, συνδυάζοντας ιδανικά φύση και πολιτιστική κληρονομιά.**

**M**ερικά από αυτά είναι τα κάστρα των Angers και Azay-le-Rideau που μπορείτε να θαυμάσετε με ποδήλατο κατά μήκος του Λίγηρα, ενώ μέσα από τη Véloscénie, από το Παρίσι στο Mont Saint-Michel, μπορείτε να προσεγγίσετε το Conciergerie, το Château de Rambouillet, τον Καθεδρικό Ναό της Chartres. Συνδυάστε την πολιτιστική κληρονομιά με την ήπια και βιώσιμη κινητικότητα μέσα από τα μονοπάτια της διαδρομής του Σαντιάγο ντε Κομποστέλα και εκείνης του Stevenson στο Cénepnes, ή το μονοπάτι των τελωνειακών και απολαύστε κρουαζιέρες κατά μήκος του Canal du Midi, του Ροδανού, του Γκαρόν και του Σηκουάνα. Φέτος, μη χάσετε:

Το Hôtel de la Marine στο Παρίσι αυτή τη χρονιά προτείνει, σε συνεργασία με το κορυφαίο Le Cordon Bleu, εργαστήρια για την ανάδειξη της γαλλικής γαστρονομίας. Το πλήρως ανακαινισμένο κάστρο του Villers-Cotterêts (όπου το 1539 υπογράφηκε το διάταγμα που απαιτούσε τη χρήση της γαλλικής γλώσσας σε διοικητικές και δικαστικές πράξεις) από αυτή τη χρονιά φιλοξενεί το Cité internationale de la langue française, το οποίο έχει σχεδιαστεί ως «εργαστήριο» και όχι ως μουσείο. Στη Sainte-Chapelle, ένα παριζιάνικο κόσμημα του γαλλικού γοθτικού ύφους, ο Bob Wilson υπογράφει φέτος μια αποκλειστική ηχητική εγκατάσταση κατά μήκος του κτιρίου που θα λειτουργεί κάθε

Σαββατοκύριακο για τρεις μήνες. Τέλος το DE (S) TOURS D'EAU, μια έκθεση για τους πύργους και τους προμαχώνες της οχυρωμένης πόλης Aigues-Mortes. Εστιάζοντας στο θέμα του νερού, το Ίδρυμα François Schneider συγκέντρωσε μια μοναδική συλλογή σύγχρονων έργων που εξετάζουν το θέμα του νερού από διαφορετικές οπτικές γωνίες. Εγκαταστάσεις, βίντεο, εικόνες δημιουργούν έναν θεαματικό υδάτινο κόσμο, ενώ η ιστορία του αλατιού, τα τοπία, η άνοδος της στάθμης των θαλασσών, συσχετίζονται όλα με το ιστορικό μνημείο.

[www.monuments-nationaux.fr](http://www.monuments-nationaux.fr)



Hôtel de la Marine, πρόσοψη προς την Place de la Concorde  
© Jean-Pierre Delagarde / Centre des monuments nationaux



Villers-Cotterêts © Benjamin Gavaudo / Centre des Monuments Nationaux

# La Samaritaine, η επιστροφή ενός μύθου

Ένας μύθος του παρισινού shopping που ιδρύθηκε το 1870 από τον Ernest Cognacq και τη σύζυγό του Marie-Louise Jaÿ, άνοιξε και πάλι τις πύλες του πλήρως ανακαινισμένο.



La Samaritaine © Jared Chulski SRA Exclusive

Ακολούθησαν πολλά χρόνια σχεδιασμού που θα επέτρεπαν στο ιστορικό κατάστημα να ανοίξει εκ νέου και πολλές δομικές και διακοσμητικές εργασίες, οι οποίες ξεκίνησαν το 2015 και ολοκληρώθηκαν τον Ιούνιο του 2021. Η τοποθεσία είναι μοναδική και η πιο «exclusive» στο Παρίσι. Το La Samaritaine εκτείνεται σε 20.000 τ.μ., διαθέτει περισσότερες από 600 επώνυμες εταιρίες και το πιο μεγάλο τμήμα ομορφιάς στην Ευρώπη που καταλαμβάνει ολόκληρη την επιφάνεια του υπογείου. Ό,τι καλύτερο και αντιπροσωπευτικό της τέχνης του ζην αλλά γαλλικά με όλες τις καινοτομίες είναι συγκεντρωμένο εδώ: Capsule-collection, brands που ανανεώνονται, καλλιτέχνες, σχεδιαστές. Ένας νέος τρόπος αγορών σας προσκαλεί να συνδυάσετε: city και chic, το λαμπερό πνεύμα της Avenue Montaigne και το σύγχρονο ύφος της συνοικίας Marais που αποτελούν το τέλειο παράδειγμα της cool πολυτέλειας. Τελευταίες τάσεις, ξεχωριστά προϊόντα, καινοτόμες εμπειρίες, ηλεκτρονικές αγορές: Όλα αυτά θα τα βρείτε στο La Samaritaine. Επιπλέον, μία ξεχωριστή εμπειρία περιμένει τον κάθε επισκέπτη. Έχετε διάθεση για ένα λαχταριστό γλυκό ενώ αναζητάτε αξεσουάρ; Θέλετε να δοκιμάσετε ένα νέο κούρεμα ενώ κάνετε shopping; Θέλετε να γιορτάσετε όλη νύχτα ενώ θαυμάζετε τη θέα από ψηλά; Τα πάντα είναι δυνατά στο La Samaritaine. Αυτός ο όλος δημιουργικότητας προσφέρει τη δυνατότητα στους πελάτες να γνωρίσουν τις τελευταίες συλλογές των διάσημων οίκων μέσω pop-up stores (το πρώτο είναι του οίκου Prada). Η γαλλική πολυτέλεια και οι διεθνείς τάσεις

**O** Ernest Cognacq και η σύζυγός του Marie-Louise Jaÿ -οι οποίοι μετέπειτα συνέλεξαν σημαντικά έργα Τέχνης χαρίζοντας τα στη συνέχεια στην πόλη του Παρισιού όπου εκτίθενται- ξεκίνησαν με ένα μικρό κατάστημα στο Pont Neuf. Η επιτυχία ήταν άμεση και εκείνο το κατάστημα

αναπτύχθηκε τόσο πολύ μέχρι που έγινε το διάσημο La Samaritaine, όνομα για το οποίο το ζεύγος άντλησε έμπνευση από ένα κοντινό σιντριβάνι που είχε τη μορφή της Σαμαρείτιδας του Ευαγγελίου. Το 2001 ο όμιλος LVMH αγόρασε το La Samaritaine, αλλά προβλήματα ασφάλειας του κτιρίου οδήγησαν στο κλείσιμό του το 2005.





Η σκάλα © We Are Contents



Η πρόσοψη στην Rue de la Monnaie και οι βιτρίνες © We Are Contents

δεν αποτελούν χαρακτηριστικό μόνο του γυναικείου τμήματος, αλλά και του ανδρικού που βρίσκεται στον τρίτο όροφο. Την ίδια στιγμή, πέρα από αγορές μπορείτε να χαρείτε λίγες στιγμές χαλάρωσης στους πέντε καινοτόμους χώρους που είναι αφιερωμένοι στην ομορφιά. Αφεθείτε στα χέρια ειδικών για μία περιποίηση νεότητας στο Spa Cinq Mondes με επτά αίθουσες ευεξίας, ιδιωτικό χαμιάμ και έναν χώρο για απολέπιση. Στην ενότητα Beauté Pure μπορείτε να ανακαλύψετε περίπου 40 οικολογικές εταιρίες ομορφιάς, αλλά και να παρακολουθήσετε μαθήματα μακιγιάζ στο «table de beauté», δοκιμάζοντας προϊόντα και την περιποίηση Kure Bazaar και Theïo Vitality. Και όταν νομίζεις ότι τα έχεις δει όλα, έρχεται το καλύτερο κρυμμένο μυστικό: Το Appartement και τα δύο σαλόνια-κοσμήματα (τέσσερα δωμάτια 250 τ.μ. που μπορούν να γίνουν ιδιωτικά). Εδώ, το La Samaritaine μπορεί να μετατραπεί σε ιδιωτική κατοικία, καθώς πρόκειται για έναν χώρο που σχεδιάστηκε σαν ένα παρισινό διαμέρισμα, όπου οι καλύτεροι πελάτες μπορούν να κάνουν ένα διάλειμμα, να δουν αποκλειστικά είδη μόδας και αξεσουάρ προσεκτικά επιλεγμένα από μία ομάδα σχεδιαστών, να φάνε ή να πιουν κάτι, ή ακόμα και να εργαστούν. Είναι σαν ένα σπίτι, με κλασικά έπιπλα συνδυασμένα με μοντέρνα αντικείμενα, που αντικατοπτρίζει την τέχνη του ζην αλλά γαλλικά. Ο μύθος της Σαμαρειτίδας επέστρεψε για τα καλά!



Samaritaine - Ειδικός χώρος με τσάντες © We Are Contents



Samaritaine - Γυναικεία μόδα © Matthieu Salvaing

[www.lasamaritaine.fr](http://www.lasamaritaine.fr)



Clisson © Valéry Jonchery  
Office du tourisme du vignoble de Nantes

# Το ιδανικό ταξίδι; Στη Νάντη!

**Ποιότητα ζωής και βιώσιμα αστικά έργα, με το πιο υψηλό ποσοστό φυσικών τοπίων ανά κάτοικο: Η Νάντη, πόλη πρασίνου και πολιτισμού, εκπλήσσει και γοητεύει. Ανακαλύψτε την.**



Le Jardin Extraordinaire, Νάντη © Nantes Métropole



Η έκθεση Filli Viridi του Jean Jullien, Jardin des Plantes στη Νάντη © Jean Jullien

**Σ**πουδαία έργα Τέχνης και πλούσια ιστορική και αρχιτεκτονική κληρονομιά: Αυτή είναι η Νάντη με τη δημιουργικότητα να αποκαλύπτεται σε κάθε ευκαιρία, από τους αμπελώνες του Muscadet, μέχρι τις καλλιτεχνικές εγκαταστάσεις κατά μήκος των εκβολών του Λίγηρα που περιλαμβάνουν 33 έργα από την πόλη μέχρι τον ωκεανό. Μπορείτε να τα θαυμάσετε όλα χάρη στο νέο επτάημερο pass που παρέχει είσοδο σε όλα τα μουσεία της πόλης και στην εγκατάσταση Machines de l'île, ξεναγήσεις, κρουαζιέρες στους ποταμούς Λίγηρα και Erdre, απεριόριστη πρόσβαση στα αστικά μέσα μαζικής μεταφοράς, ενοίκιαση ποδηλάτων και καγιάκ, και γευσίγνωσια κρασιού.

## ΤΟ VOYAGE À NANTES ΜΕΤΑΜΟΡΦΩΝΕΙ ΤΗΝ ΠΟΛΗ

Το Le Voyage à Nantes (VAN), η μόνιμη έκθεση με περισσότερα από 120 έργα Τέχνης, κάθε χρόνο (φέτος ως τις 11 Σεπτεμβρίου) χαρίζει

μία ακόμα πιο δημιουργική πνοή στην πόλη με περίπου 50 νέες πολιτιστικές προτάσεις. Καλλιτέχνες, αρχιτέκτονες, σχεδιαστές και κηπουροί δίνουν τη δική τους πινελιά με τα έργα τους, μέρος των οποίων στο τέλος της κάθε χρονιάς παραμένει στη μόνιμη έκθεση. Η επιθυμία για Τέχνη εκφράζεται με κάθε τρόπο, ακόμα και μέσα από αυτή την αστική... ποίηση που μας βοηθά να φανταστούμε την πόλη του αύριο διαφορετικά.

## ΤΟ ΤΑΞΙΔΙ ΣΥΝΕΧΙΖΕΤΑΙ ΑΝΑΜΕΣΑ ΣΤΟΥΣ ΑΜΠΕΛΩΝΕΣ

Το Porte-View που βρίσκεται στον ποταμό Maine στο Château-Thébaud, προσφέρει πανοραμική θέα στο Pont-Caffino και στους αμπελώνες Muscadet, μία έκταση 8.000 εκταρίων που τους καθιστούν τους μεγαλύτερους στην Κοιλάδα του Λίγηρα. Ένας νέος ποδηλατόδρομος μήκους 10 χλμ. από τη Νάντη ως το Vertou είναι ο πρώτος σταθμός του Voyage dans le vi-

gnoble (το Ταξίδι στους αμπελώνες) που εκτείνεται για 100 χλμ. κατά μήκος των όχθων των ποταμών Sèvre e Maine, ανάμεσα σε φυσικά τοπία με πανοραμική θέα, οιοποιεία, κάστρα, ανεμόμυλους και εγκαταστάσεις Τέχνης μόνιμες ή περιοδικές. Αξίζει μία βόλτα στο Clisson (15 λεπτά από τη Νάντη με το τρένο), μία μικρή πόλη με ιταλικό αέρα επανασχεδιασμένη τον 19ο αιώνα με το χαρακτηριστικό μεσαιωνικό κέντρο της. Μην παραλείψετε να επισκεφθείτε το Le Domaine de la Garenne Lemot, μία βίλα παλλαντιανής αρχιτεκτονικής με θέα στην Κοιλάδα Sèvre ανάμεσα σε δάση και κήπους με αρχαία γοητεία. [www.levoyageanantes.fr](http://www.levoyageanantes.fr)

## ΣΥΓΧΡΟΝΗ ΤΕΧΝΗ ΣΤΙΣ ΕΚΒΟΛΕΣ ΤΩΝ ΠΟΤΑΜΩΝ

Μία ακόμα μόνιμη έκθεση που μπορείτε να θαυμάσετε με τα πόδια, το ποδήλατο, το αυτοκίνητο, το σκάφος από τον Απρίλιο ως τον Οκτώβριο είναι η καλλιτεχνική διαδρομή



Les Anneaux των Daniel Buren και Patrick Bouchain, Νάντη © Martin Argyroglo\_LVAN



Le Naufrage de Neptune του Ugo Schiavi  
Le Voyage à Nantes 2021 © Martin Argyroglo\_LVAN



Les Machines de l'Île στη Νάντη  
© F. Tomsps

στις Εκβολές του Λίγηρα από τη Νάντη ως το Saint-Nazaire που «παντρεύει» τοπίο, Τέχνη και ποτάμι. Τα έργα φέρουν την υπογραφή σπουδαίων σύγχρονων καλλιτεχνών συμπεριλαμβανομένων των Daniel Buren, Gilles Clément, Jimmie Durham, Tatzu Nishi, Tadashi Kawamata, Ange Leccia, François Morellet, Felice Varini. Το καλλιτεχνικό ταξίδι συνεχίζεται: Στη Villa Cheminée που βρίσκεται σε ύψος 15 μέτρων από το ποτάμι, στη βόλτα με βάρκα που μοιάζει φτιαγμένη από καουτσούκ, στην επίσκεψη ενός σπιτιού που επιπλέει στον Λίγηρα ή στην θέα ενός... φιδιού μήκους 120 μέτρων. Στην πλούσια συλλογή προστέθηκε και το έργο των Dewar και Gicquel, Le pied, le pull-over et le système digestif (Το πόδι, το πουλόβερ και το πεπτικό σύστημα) και βρίσκεται στην παραλία του Saint-Nazaire από το 2021. [www.estuaire.info](http://www.estuaire.info)

[www.levoyageanantes.fr](http://www.levoyageanantes.fr)



La Maison dans la Loire του Jean-Luc Courcoult © Martin Argyroglo\_LVAN

## ΔΙΑΣΧΙΖΟΝΤΑΣ ΤΗΝ ΠΟΛΗ

Η περιήγηση ανάμεσα σε θησαυρούς λιγότερο γνωστούς, σημαντικές εκθέσεις, φυσικά τοπία συνεχίζεται είτε με αυτοκίνητο είτε με ποδήλατο από τη Νάντη στο Saint-Nazaire, τη La Baule, τη Rennes μέχρι το Saint-Malo, και το Mont-Saint-Michel, από τον Ατλαντικό ως τη Μάγχη. [www.voyage-en-bretagne.com](http://www.voyage-en-bretagne.com)

# Δεν μπορώ να μείνω έξω από το νερό!

**Πρόκειται για μία γοργόνα, μία θεά, που όταν χορεύει υποβρύχια μεταμορφώνεται σε ένα πλάσμα του ωκεανού! Φυσικά μιλάμε για την Julie Gautier.**

**Γ**εννημένη στην Réunion πριν από 42 χρόνια, έχει εξασκηθεί στην ελεύθερη κατάδυση από τότε που ήταν νεαρό κορίτσι, μαζί με τον πατέρα της, έναν επιδέξιο υποβρύχιο κυνηγό. Συγχρόνως, από την μητέρα της, η οποία ήταν επαγγελματίας χορεύτρια και δασκάλα χορού, έμαθε να χορεύει. Από αυτή την μοναδική ένωση προέκυψε μια νέα καλλιτεχνική γλώσσα, μια μείξη χορού και ελεύθερης κατάδυσης. Εκτός αυτών πρόκειται για αθλήτρια που κατέχει το ρεκόρ των 6 λεπτών παραμονής κάτω από το νερό, ενώ συγχρόνως είναι και κινηματογραφίστρια. Απέκτησε φήμη για τη δουλειά της ως ερμηνεύτρια και συν-σκηνοθέτρια στο μουσικό βίντεο "Running (Lose It All)" των Naughty Boy και Beyoncé. Σε αυτό το έργο συνοδεύεται από τον παγκόσμιο πρωταθλητή της ελεύθερης κατάδυσης Guillaume Néry. Στην μικρού μήκους ταινία "AMA" χορεύει με το τραγούδι του Ezio Bosso "Rain in your black eyes", που γυρίστηκε στην Y-40, την πιο βαθιά πισίνα του κόσμου, στο Montegrotto Terme της Βόρειας Ιταλίας. Οι ταινίες της αποτελούν παραστάσεις εξαιρετικής ομορφιάς, μια πραγματική μαγεία για τον θεατή. Ακολουθεί η ενδιαφέρουσα συνέντευξή της, όπου μιλάει για όλα!

## **Ποια είναι τα συναισθήματά σας όταν κινείστε κάτω από το νερό;**

Είμαι στο φυσικό μου στοιχείο. Ο υποβρύχιος χορός με κάνει να αισθάνομαι ελεύθερη και πιο δημιουργική. Ακολουθώ τις αισθήσεις που μου προσφέρει το νερό, επιβραδύνω την αναπνοή μου, χαλαρώνω και αφήνω πίσω



Julie Gautier © Tony Meyer



Κατάδυση μητέρας και κόρης © Guillaume Néry

μου τα αρνητικά συναισθήματα.

**Πόσο ρόλο παίζει το σωματικό και πόσο το ψυχικό κομμάτι σε αυτές τις παραστάσεις σας;**

Είναι απαραίτητη η τέλεια σωματική και ψυχική ισορροπία. Και τα δύο πρέπει να είναι εκπαιδευμένα στο έπακρο, οι πνεύμονες πρέπει να είναι ελαστικοί για να αναπνέουν σωστά και το μυαλό απαλλαγμένο από άγχος. Καταφέρνω να επιτυγχάνω μία κατάσταση του μυαλού, που μου επιτρέπει την απόλυτη χαλάρωση.

**Από πού προέκυψε η ιδέα για ένα τόσο ποιητικό έργο όπως το «AMA»;**

Είχα την επιθυμία να κάνω ένα αφιέρωμα σε όλες τις γυναίκες του κόσμου, έναν ύμνο στην παγκόσμια αγάπη, στην αναγέννηση μετά από τον πόνο. Με γοήτευσε αμέσως η μουσική του Ezio Bosso, την οποία βρίσκω τέλεια για την ταινία και την οποία με βοήθησε να ανακαλύψω η χορογράφος Ophélie Longuet. Ένα δικό μου έργο, που απαιτήσε αρκετούς μήνες δουλειάς στο

Montegrotto Terme, όπου βρήκα μια θερμή υποδοχή.

**Γιατί αποφασίσατε να μετακομίσετε στην Γαλλική Ριβιέρα;**

Ποτέ δεν πίστευα ότι θα μπορούσα να ζήσω μακριά από ένα νησί. Το 2010 έφτασα στη Νίκαια και αμέσως με γοήτευσε αυτή η πόλη, το χρώμα της θάλασσας, οι φοίνικες κι έτσι αποφάσισα να ζήσω εδώ.

**Μπορούμε να σας αποκαλέσουμε Πρέσβειρα της Περιφέρειας Provence-Alpes-Côte d'Azur. Ποιες είναι οι μεγαλύτερες διαφορές που εντοπίζετε σε σχέση με την πατρίδα σας, το νησί της Réunion;**

Γεννήθηκα σε έναν άγριο παράδεισο όπου τα φυσικά στοιχεία είναι επιβλητικά, οπότε συνεχίζω να τα αναζητώ παντού. Στη Νίκαια ωστόσο η πολιτιστική ζωή είναι πιο πλούσια, υπάρχουν τόσες πολλές ευκαιρίες εργασίας. Εκτός αυτού ξαναβρίσκω το περιβάλλον μου, το νερό, τη βλάστηση, τα δάση στην ενδοχώρα.

**Δεδομένης της δραστηριότητάς σας, δεσμεύεστε για την προστασία του πλανήτη;**

Η μεγαλύτερη φιλοδοξία μου είναι να προστατεύσω τη φύση, τους ωκεανούς, τις θάλασσες. Ανήκω σε Συλλόγους που έχουν δεσμευτεί ως προς αυτό, όπως οι Tara Océan, Sea Cleaners, On Est Prêt.



Julie Gautier, Réunion © Armand Daydé

# Οι καλύτερες επιλογές για σπορ στο νερό

Πολλές και ασυνήθιστες είναι οι επιλογές στη Γαλλία για τους λάτρεις των υδάτινων σπορ από ράφτινγκ, ιστιοπλοία, snorkeling, μέχρι καγιάκ, σέρφινγκ, ιστιοσανίδα, όρθια σανιδοκωπηλασία ως την τάση των τελευταίων ετών το e-foil.

**10.000 ΧΛΜ. ΓΙΑ ΡΑΦΤΙΝΓΚ**  
Κλασικός προορισμός για αθλητικές δραστηριότητες είναι το Φαράγγι του Verdon, στις Άλπεις της Haute Provence, με τους ασβεστολιθικούς βράχους και τα τρικουάζ νερά του ποταμού. Το πιο δημοφιλές τμήμα είναι τα 22 χλμ. μεταξύ Castellane και του φαραγγιού Samson στο Verdon. Πέρα από το rafting, μπορείτε να πραγματοποιήσετε κατάβαση στα φαράγγια με κανό ή καγιάκ στο Vallon-Port-d'Arc κάτω από έναν εντυπωσιακό τοξωτό βράχο. Στην καρδιά της Γαλλικής Χώρας των Βάσκων, στο Bidarray, ο Nive είναι ένας ακόμα ποταμός ιδανικός για rafting κατάλληλος ακόμα και για οικογένειες. Το Chamonix είναι ένας από τους πιο περιζήτητους προορισμούς για ράφτινγκ στον ποταμό Arve, έναν παραπόταμο του Ροδανού που προσφέρεται για την ευκολία του με φόντο το Λευκό Όρος. Για περίπου μιάμιση ώρα περιπέτειας σε ορμητικά νερά και καταρράκτες ιδανικός είναι ο ποταμός Dranse, στην Haute Provence, λίγο πριν την εκβολή του στη λίμνη Λεμάν στο Thonon-les-Bains. Επιλέξτε τον ποταμό Ιζέρ για την πιο μεγάλη διαδρομή κατάβασης για ράφτινγκ στη Γαλλία: 23 χλμ. και δύομιση ώρες ακόμα μεγαλύτερων συγκινήσεων στα ορμητικά νερά των Aime και Centron.

## ΜΕ ΟΔΗΓΟ ΤΟΝ ΑΝΕΜΟ

Η Ακτή των Βάσκων στο Biarritz θεωρείται

Σέρφινγκ στην περιοχή Hossegor © David - Adobe Stock



η ομορφότερη παραλία της Γαλλίας. Αποτελεί, μάλιστα, την ευρωπαϊκή πρωτεύουσα του σέρφινγκ από το 1956. Το Biarritz είναι ένα από τα πιο περιζήτητα σημεία και δεν είναι τυχαίο ότι το National Geographic το έχει επιλέξει ανάμεσα στους καλύτερους προορισμούς για σέρφινγκ στον κόσμο. Η Grande Plage του Biarritz, μπροστά στο Καζίνο, είναι διάσημη για τα κύματα ακόμα και για τους έμπειρους σέρφερς. Το Hossegor, το θέρετρο του σέρφινγκ στην περιοχή Landes, προσελκύει λάτρεις της σανίδας από όλη τη Γαλλία, ενώ στη λίμνη του μπορείτε να διασκεδάσετε με την όρθια σανιδοκωπηλασία (stand up raddle). Στο Bonifacio στη Νότιο Κορσική φυσούν οι πιο ισχυροί άνεμοι στην Ευρώπη καθιστώντας το έτσι έναν παράδεισο για τους λάτρεις της ιστιοσανίδας. Ξεχωρίζουν οι περιοχές Figari, La Tonnara, Piantarella και Santa Manza. Αν αγαπάτε δε, την ιστιοπλοΐα



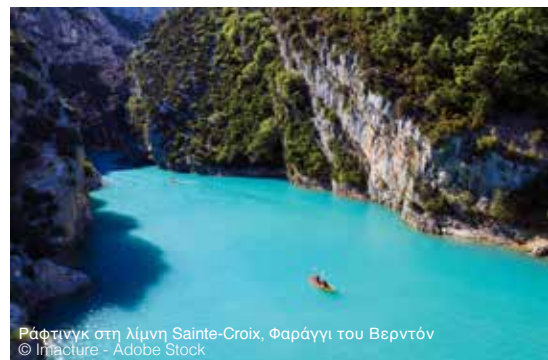
Ράφτινγκ στο Φαράγγι του Βερντόν  
© Richard Semik - Adobe Stock



Ιστιοπλοΐα στη λίμνη Annecy  
© Gedankenspieler - Adobe Stock



Biarritz © David - Adobe Stock



Ράφτινγκ στη λίμνη Sainte-Croix, Φαράγγι του Βερντόν  
© Imacture - Adobe Stock

ή το καταμαράν εδώ έχει έδρα η σχολή ιστιοπλοΐας του Les Glénans με εξατομικευμένα μαθήματα. Αν θέλετε να δοκιμάσετε το stand up raddle σε υψόμετρο 2.100 μέτρων από την επιφάνεια της θάλασσας η Tignes είναι η κατάλληλη με τη φυσική λίμνη έκτασης 25 εκταρίων και ένα τοπίο άγριας ομορφιάς. Επιπλέον, η λίμνη σας προσκαλεί και για περιπέτειες με καταμαράν, κανό και καγιάκ.

### ΣΕΡΦΙΝΓΚ ΚΑΙ ΣΤΑ ΝΗΣΙΑ ΤΗΣ ΑΚΤΗΣ ΤΟΥ ΑΤΛΑΝΤΙΚΟΥ

Το νησί Ile de Ré είναι γνωστό για τα διάσημα σημεία για σέρφινγκ όπως: Les Grenettes στα δυτικά του Sainte-Marie-de-Ré με κύματα κατάλληλα για όλους, Ars-en-Ré με την Pointe de Grignon για έμπειρους σέρφερς. Επιπλέον, το Pointe du Lizay, το Cap Diamond και το Petit Bec, ανάμεσα σε αμμόλοφους και πευκοδάση, είναι πολύ δημοφιλή. Παράλληλα, στο Île d'Oléron, ανοιχτά της La Rochelle, υπάρχουν πολλά ακόμα σημεία: Το Pointe des Boulassiers, το Saint-Trojan, το Grand-Village-Plage, το Les Huttes και για τους πιο έμπειρους το Pointe de Chassiron.

### ΙΣΤΙΟΠΛΟΪΑ ΤΟΥ ΓΛΥΚΟΥ ΝΕΡΟΥ!

Στην καρδιά της Γαλλίας, στο Auvergne-Rhône-Alps, μπορείτε να κάνετε ιστιοπλοΐα ακόμα και στις λίμνες απολαμβάνοντας το μαγευτικό τοπίο.

Η λίμνη Annecy είναι ένα στολίδι της περιοχής, διάσημη για την καθαρότητα των νερών της, ενώ η Bourget είναι η μεγαλύτερη φυσική λίμνη στη Γαλλία. Εντυπωσιακές και οι γαλλικές ακτές της λίμνης Λεμάν, της μεγαλύτερης αλπικής λίμνης στην Ευρώπη. Μπορείτε, όμως, να κάνετε ιστιοπλοΐα και στον Ροδανό, γύρω από τη Valence το ποτάμι διευρύνεται και απλώνεται με αποτέλεσμα να είναι ιδανικό για τέτοιου είδους δραστηριότητα.

### SNORKELING ΣΤΗ ΜΕΣΟΓΕΙΟ

Η Γαλλική Ριβιέρα και η Κορσική είναι οι καταλληλότεροι προορισμοί για snorkeling. Για παράδειγμα το Εθνικό Πάρκο Calanques της Μασσαλίας με τα 43.500 εκτάρια προστατευόμενης θαλάσσιας περιοχής και την κοντινή ακτή του Cassis. Στα νησιά Port-Cros βρίσκεται το Εθνικό Πάρκο της περιοχής και ο εντυπωσιακός βυθός του Porquerolles. Στο Cap d'Antibes, το Καταφύγιο των Κητωδών Pelagos, είναι άλλο ένα βιολογικό καταφύγιο στη Μεσόγειο και η παραλία Paloma στο Cap-Ferrat είναι μια παραδεισένια θαλάσσια γωνιά. Στις Κάννες γοητεύουν τα νησιά Lérins, Sainte-Marguerite και Saint-Honorat. Χωρίς να ξεχνάμε την Κορσική: Από την παραλία της Santa Giulia μέχρι την Palombaggia, την Rondinara, την Roccapina, το Campomoro, την Canella, το Calvi, το Lozari, την Tonnara, το νησί διαθέτει απίστευτο πλούτο θαλάσσιας πανίδας και χλωρίδα.



# Κορσική: Το νησί των «slow» διακοπών

**Αυθεντική, μαγική, καταπράσινη... Η Κορσική με τη φύση και την απaráμιλλη ομορφιά της γοητεύει κάθε επισκέπτη που στο νησί αυτό βρίσκει το καταφύγιο του.**

## **Τ**Ο ΚΑΤΑΛΛΗΛΟ ΝΗΣΙ ΓΙΑ ΠΟΔΗΛΑΣΙΑ

Τι πιο ωραίο από μία βόλτα με ποδήλατο στις διακοπές! Κάνεις πετάλι και ανακαλύπτεις το νησί προστατεύοντας παράλληλα το περιβάλλον. Η Κορσική με τα τοπία που κόβουν την ανάσα, το ιδανικό κλίμα και τα δεκάδες περιπατητικά και ποδηλατικά μονοπάτια πρωταγωνιστεί στη νέα τάση του οικοτουρισμού. Ξεκινούμε από την ποδηλατική διαδρομή Intense, μία

διαδρομή βιώσιμου τουρισμού κατά μήκος της δυτικής ακτής του νησιού και φτάνουμε στην πιο πρόσφατη, τη GT20, την ποδηλατική εκδοχή του θρυλικού μονοπατιού GR20 που διασχίζει το νησί από τον Βορρά ως τον Νότο. Η διαδρομή GT20, με 20 ετάπ σε σχεδόν 600 χλμ. απόστασης, είναι μοναδική στην Ευρώπη για την ομορφιά και την ποικιλομορφία των τοπίων της με τα γαλαζοπράσινα νερά και τις χιονισμένες κορυφές. Μέσα από αυτήν το νησί αποκαλύπτει ένα διαφορετικό

πρόσωπο, ενώ μπορείτε να επιλέξετε ανάμεσα σε ποδήλατο πόλης ή mountain-bike και να περιηγηθείτε από το Cap Corse στο Bonifacio. Μία ακόμα επιλογή είναι, όμως, και το ηλεκτρικό ποδήλατο. Η Bosch, παγκόσμιος ηγέτης στους κινητήρες ηλεκτρικών ποδηλάτων, έχει τοποθετήσει σταθμούς επαναφόρτισης στα ξενοδοχεία κάθε 50 χλμ. σε μία διαδρομή που προσφέρει εκπληκτική θέα στη θάλασσα, διασχίζει ορεινά χωριά και μπορεί να οδηγήσει στις κορυφές των

Bonifacio © Frog 974 - Adobe Stock







Το άγαλμα του Ναπολέοντα, Place Foch, Ajaccio © efesenko - Adobe Stock

βουνών μέσα από το GR20. Πρόκειται για πραγματική πρόκληση τόσο για αθλητικούς τύπους όσο και για απλούς λάτρεις της φύσης: Ο καθένας μπορεί να «σχεδιάσει» το δικό του GT20!

#### **ΤΕΧΝΗ ΚΑΙ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΣ: ΕΚΠΛΗΞΕΙΣ ΠΟΥ ΔΕΝ ΠΕΡΙΜΕΝΕΙΣ**

Συνήθως επιλέγεις την Κορσική για τη θάλασσα και τα 1.000 χλμ. παραμυθένιας ακτογραμμής, αλλά μετά ανακαλύπτεις τον πλούτο της Τέχνης και την πολιτιστική

κληρονομιά της και μένεις έκπληκτος. Μία βόλτα στο νησί ισοδυναμεί με ένα ταξίδι στο χρόνο: Από τα μενίρ της Fili-tosa που παραπέμπουν στην προϊστορία, στα ρωμαϊκά ερείπια της Aleria, στις μεσαιωνικές εκκλησίες ρομανικού ρυθμού, στους πύργους που ύψωσαν οι Γενοβέζοι. Την ίδια στιγμή, εντυπωσιάζουν οι μπαρόκ θησαυροί, τα οχυρά του Calvi και του Bonifacio, τα αναμνηστικά του Ναπολέοντα στο Ajaccio. Τα σκαρφαλωμένα σε λόφους χωριά είναι ίσως από τα πιο

ενδιαφέροντα μέρη του νησιού χάρη στην αυθεντικότητα και τον πολιτισμό τους. Αρκεί να περιηγηθείς από τον Βορρά και την περιοχή Balagne για να βρεθείς σε ένα από τα πιο όμορφα χωριά του νησιού, το Sant'Antonino, με τα πέτρινα σπίτια και τα λιθόστρωτα δρομάκια και να απολαύσεις ένα καταπληκτικό πανόραμα. Στο νοτιότερο άκρο του Bonifacio με τους λευκούς ασβεστολιθικούς βράχους από την άλλη, συναντάς το Cap Corse και τη Nonza με τη μεγάλη παραλία με

Το λιμάνι της Bastia © Sylvain Alessandri





μαύρη άμμο και τον ναό της Santa Giulia, μάρτυρα της Χριστιανικής Εκκλησίας, ή την Ρίανα με τα χαρακτηριστικά εντυπωσιακά ροζ βράχια. Πολλά είναι και τα μουσεία όπως το Μουσείο της Κορσικής στο Corte, την πρώτη ιστορική πρωτεύουσα του νησιού, το Palazzo Fesch στο Ajaccio με την πλουσιότερη γαλλική συλλογή ιταλικών έργων ζωγραφικής μετά το Λούβρο, το σπίτι-μουσείο του Ναπολέοντα και αυτό στο Ajaccio, και το πιο πρόσφατο το Μουσείο Mariana, το οποίο συγκεντρώνει τα αντικείμενα που ανακαλύφθηκαν στον χώρο της Canonica από τους πρώτους Ρωμαίους αποίκους έως την περίοδο που το νησί πέρασε υπό τον έλεγχο της Πίζας.

#### ΑΥΘΕΝΤΙΚΗ ΦΥΣΗ

Η φυσική κληρονομιά είναι εξαιρετικά πλούσια και σχεδόν ολόκληρο το νησί «αγκαλιάζεται» από το Περιφερειακό Φυσικό Πάρκο έκτασης 250.000 εκταρίων που προσφέρεται για περιπάτους, όπου ο επισκέπτης ανακαλύπτει τη σπάνια πανίδα και χλωρίδα με πάνω από 2.000 είδη φυτών. Αποτελεί, μάλιστα, το καταλληλότερο σημείο για αναρίθμητες υπαίθριες δραστηριότητες καθ'όλη τη διάρκεια του χρόνου, όπως πεζοπορία, ιππασία, mountain-bike, αναρρίχηση, χειμερινά σπορ, ποδηλασία, πτήση με

ανεμόπτερο, εξορμήσεις με 4x4 στα χωριά της ενδοχώρας. Απαραίτητη και μία βόλτα με άλογο (το νησί διαθέτει πολλά κέντρα ιππασίας) στα περίπου 1.500 χλμ. σηματοδοτημένων μονοπατιών, τις περισσότερες από 1.350 κλίνες σε ξενώνες gîtes ή καταφύγια και τα 2.000 χλμ. μονοπατιών ειδικά για ιππασία στη Balagne, στην περιοχή Corte, στην έρημο Agriates ή στην κοιλάδα Rizzanese. Αν επιλέξετε την πεζοπορία το GR20 είναι το πιο διάσημο και απαιτητικό μονοπάτι (δεν είναι απαραίτητο να καλύψετε όλη τη διαδρομή, αλλά μπορείτε και μόνο ένα τμήμα του). Επιπλέον, υπάρχουν και τα θαυματικά μονοπάτια «Mare a Mare» από το Porto-Vecchio έως το Propriano στην καρδιά της Alta-Rocca, και «De la Montagne à la Mer» που συνδέει την Calenzana με το Cargèse. Από το νησί δε θα μπορούσαν να λείψουν οι δραστηριότητες στο νερό, είτε στη θάλασσα είτε στους ποταμούς όπως ράφτινγκ, κανό, όρθια σανιδοκωπηλασία, snorkeling, καταδύσεις...

#### ΤΟ ΝΕΡΟ ΓΙΟΡΤΑΖΕΙ

Το νερό υμνείται και γιορτάζεται στο νησί κατά τη Festi Acqua του Propriano που αφιερώνεται στα υδάτινα σπορ, τον πολιτισμό και την Τέχνη. Είναι μία γιορτή

360° που εξυμνει την υδάτινη ομορφιά της Κορσικής, όπως το Καταφύγιο της Scandola (ενταγμένο στην UNESCO) με τα 900 εκτάρια γης και τα 1.000 εκτάρια θαλάσσιας περιοχής. Την ίδια στιγμή, το φυσικό καταφύγιο του Στενού του Bonifacio, το αρχιπέλαγος των νησιών Lavezzi, Cerbicali, Bruzzi και Moines, οι βράχοι του Bonifacio, οι λίμνες του Ventilegne και η μοναδική βιοποικιλότητα σε 80.000 εκτάρια θαλάσσια και χερσαία αποτελούν το μεγαλύτερο δημόσιο καταφύγιο στη μητροπολιτική Γαλλία. Η Κορσική είναι ο παράδεισος του «ζωντανού νερού» με τις περίπου 80 υδάτινες διαδρομές που ανά διαστήματα καταλήγουν σε εντυπωσιακά φαράγγια όπως εκείνα της Restonica, στα οποία μπορείτε να επιλέξετε ανάμεσα σε καιάκ, κανό, tubing και ράφτινγκ. Δεν γνωρίζουν όλοι ότι στο νησί υπάρχουν και ιαματικά λουτρά για ευεξία με θέα στη θάλασσα, όπως τα Λουτρά της Pietrappola, το Caldane και τα Λουτρά του Baracci. Διαθέτει επίσης τρεις πηγές φυσικού μεταλλικού νερού: Zilia στους πρόποδες του Monte Grosso πίσω από το Calvi, Saint-Georges που ρέει από τον ομώνυμο λόφο ανάμεσα στο Ajaccio και τη Sartène, και Orezza η πιο ιστορική (από το 1856) στην περιοχή Castagniccia με εξαιρετικά πλούσιο σε σίδηρο νερό.





Fiadone, παραδοσιακή πίτα © FOOD-micro - Adobe Stock



Κρασί, τυριά και αλλαντικά της Κορσικής © JPC-PROD - Adobe Stock

## ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑ ΑΡΡΗΚΤΑ ΣΥΝΔΕΔΕΜΕΝΗ ΜΕ ΤΟΝ ΤΟΠΟ

Η γαστρονομία της Κορσικής εκπλήσσει με την αυθεντικότητα και τις παραδόσεις της. Πρωταγωνιστούν τα αλλαντικά, τα οποία παράγονται μόνο τον χειμώνα από μια ντόπια ράτσα χοίρου που ονομάζεται «porcu nustrale». Πολλά τα αλλαντικά (Προϊόν Προστατευόμενης Ονομασίας Προέλευσης από το 2012) που νοστιμίζουν τα πιάτα, όπως corpa, prisuttu, crudo και ωρίμανσης, lonzu, χοιρινό φιλέτο, ranzetta, χοιρινό στήθος, λουκάνικο Κορσικής, figatellu με βάση το χοιρινό συκώτι καπνιστό ή όχι, το οποίο καταναλώνεται μόνο τον χειμώνα και συχνά συνοδεύεται από rulenda (πολέντα), brocciu (το ντόπιο τυρί της Κορσικής) και τηγανητά αυγά. Το brocciu (ΠΟΠ) είναι το πιο διάσημο τυρί του νησιού, φτιάχνεται από πρόβειο γάλα και τρώγεται φρέσκο, ημιπαλαιωμένο, παλαιωμένο, μόνο του ή με μια σταγόνα κονιάκ και μόνο από τον Νοέμβριο έως τον Ιούνιο. Το brocciu χρησιμοποιείται σε διάφορες συνταγές όπως ομελέτες, κανελόνια, ή ακόμα και επιδόρπια όπως migliacci ή fiadone. Ένα ακόμα χαρακτηριστικό τυρί είναι το toma της Κορσικής, είτε κασικίσιο είτε πρόβειο, το οποίο μπορείτε να γευτείτε σκέτο ή με μαρμελάδα σύκο και καρύδι. Ακολουθούν τα υπόλοιπα τυριά του νησιού: Niulincu, Venachese, Calinzanincu, Bastelicaccia, Sartinesu. Άλλα κορυφαία προϊόντα είναι το αλεύρι από κάστανο, το ελαιόλαδο, ειδικά της περιοχής Balagne, το μέλι

(ΠΟΠ) de Maquis, τα μύδια, τα στρείδια, η καπνιστή πέστροφα από τις λίμνες Diana και Urbinu και το λικέρ από τον καρπό μυρτιάς. Δεν επιτρέπεται να φύγετε από

την Κορσική χωρίς να έχετε δοκιμάσει τα μοναδικά μπισκότα canistrelli με αλεύρι, ζάχαρη και λευκό κρασί. Πραγματικά πεντανόστιμα!



Αμπελώνας στην Aleria © hassan bensliman - Adobe Stock

## ΤΟ ΚΡΑΣΙ ΕΙΝΑΙ ΠΡΑΓΜΑΤΙΚΗ ΑΠΟΚΑΛΥΨΗ

Στην Κορσική οι αμπελώνες, με ιστορία 2.000 ετών, εκφράζουν την ισχυρή προσωπικότητα του νησιού, με το εκπληκτικό μικροκλίμα και τη μεγάλη ποικιλία του τερουάρ. Ως αποτέλεσμα έχουμε κρασιά με εννέα ονομασίες προέλευσης: Μία περιφερειακή ονομασία για τα κρασιά της Κορσικής, δύο ονομασίες «cru» για Ajaccio και Patrimonio, πέντε ονομασίες «villages» και συγκεκριμένα για τα Corse Coteaux du Cap Corse, Corsica Calvi, Corsica Figari, Corsica Porto-Vecchio, Κορσική Sartène και μία ονομασία VDN (Vin Doux Naturel - Γλυκό Φυσικό Κρασί) για το Muscat du Cap Corse. Μπορείτε να γνωρίσετε και να δοκιμάσετε τα κρασιά απευθείας από τους παραγωγούς στα οινοποιεία όπου διατηρούνται ακόμα οι αρχαίες μέθοδοι και οι αργοί ρυθμοί. Έτσι, ανάμεσα στα μαγευτικά τοπία που μπορείτε να ανακαλύψετε με αυτοκίνητο, μηχανή, άλογο ή με τα πόδια, μπορείτε να μάθετε τα μυστικά του κρασιού της Κορσικής σε εκδηλώσεις και γιορτές κρασιού.

[www.visit-corsica.com](http://www.visit-corsica.com)

# Στο Domaine de Murtoli για αυθεντικές εμπειρίες

Στο νοτιότερο άκρο της Κορσικής, ανάμεσα σε Sartène και Bonifacio, σε ένα ανέπαφο περιβάλλον παρθένας και άγριας ομορφιάς βρίσκεται «φωλιασμένο» μεταξύ θάλασσας, βουνού και μεσογειακής βλάστησης, το **Domaine de Murtoli** ένα υψηλού επιπέδου ξενοδοχείο.



**T**ο Murtoli είναι ένα από τα λίγα ξενοδοχεία που σε κάνουν να νιώθεις σαν στο... σπίτι σου. Κυριολεκτικά πρόκειται για μία πολύ μεγάλη κατοικία (οικογενειακή ιδιοκτησία) που έχει περάσει από τα χέρια τεσσάρων γενεών και εκτείνεται σε μία έκταση 2.500 εκταρίων. Ακολουθεί εδώ και 30 χρόνια τη φιλοσοφία του αγροτουρισμού από τότε που ακόμα δεν ήταν διαδεδομένος ο οικουρισμός. Όταν η σιδερένια σφυρήλατη πόρτα ανοίγει ο επισκέπτης εισέρχεται σε έναν διαφορετικό κόσμο με ελαιώνες και ανακαινισμένες κατοικίες του 17ου αιώνα, χωρητικότητας δύο ως 16 ατόμων σε ένα πανέμορφο τοπίο με θέα στη Μεσόγειο. Πραγματική πολυτέλεια! Ιδανικό για μία ρομαντική απόδραση, οικογενειακές διακοπές ή ένα Σαββατοκύριακο με φίλους καθώς συνδυάζεται η ομορφιά του παραδοσιακού νησιωτικού βιότοπου με την άνεση, την

ιδιωτική πισίνα, την εσωτερική και εξωτερική κουζίνα, τον διαμορφωμένο κήπο. Για μία ακόμα ξεχωριστή εμπειρία μπορείτε να διανυκτερεύσετε στο νέο 5άστερο Hôtel de la Ferme ανάμεσα στον ελαιώνα και τον λαχανόκηπο, με εννέα δωμάτια και σουίτες. Κάθε δωμάτιο είναι διακοσμημένο με διαφορετικό τρόπο, με έπιπλα αντίκες και αντικείμενα που αναδεικνύουν την αγροτική γοητεία του τόπου, μια πισίνα 20 μέτρων με θέα στο γήπεδο του γκολφ, τη μεσογειακή βλάστηση και ξεχωριστή ατμόσφαιρα που παραπέμπει σε μία παραδοσιακή πλατεία χωριού της Κορσικής. Στο Murtoli η φάρμα με τα 400 πρόβατα και αρνιά, τις 100 αγελάδες και μοσχάρια, τα χιλιάδες ελαιόδεντρα, τα αμπέλια τα δύο εκτάρια λαχανόκηπου δίνουν μία ακόμα αγροτική πινελιά στην έκταση. Τα προϊόντα που παράγονται εδώ τροφοδοτούν τα τρία εστιατόρια του ξενοδοχείου όπου δημιουργεί ο executive chef Laurent Renard βραβευμένος με αστέρι Michelin: Στο Ta-

ble de La Plage θα γευτείτε πιάτα με ψάρι, στο ονειρεμένο και στο εσωτερικό φυσικής κολύμπιας Table de la Grotte παραδοσιακά πιάτα της Κορσικής και στο Table de la Ferme πιάτα ρουστίκ και κομψά. Όσο για τις δραστηριότητες μπορείτε να επιλέξετε ανάμεσα στο γκολφ στο γήπεδο 12 οπών, τους περιπάτους, το ψάρεμα, την ιππασία. Η παραμονή σας στο Domaine Murtoli θα σας δώσει τη δυνατότητα να μάθετε πολλά για την αγροτική ζωή, αλλά και να παρακολουθήσετε μαθήματα μαγειρικής, να ανακαλύψετε τα ντόπια προϊόντα μέσα από γευσίγνωσία, να περιηγηθείτε σε αρχαιολογικούς χώρους, να χαλαρώσετε στο spa στην παραλία με τα φυσικά προϊόντα Nucca και να περπατήσετε στα 8 χλμ. παραλίας και ορμίσκων. Ο,τι και αν επιλέξετε θα μείνετε απόλυτα ικανοποιημένοι.

[www.murtoli.com](http://www.murtoli.com)

# Sauvage Med: Κοσμήματα φτιαγμένα από... σκουπίδια

**«Το καλύτερο σκουπίδι είναι εκείνο που δεν υπάρχει»**: Σε αυτή τη φράση του Manu Laurin συνοψίζεται η φιλοσοφία της Sauvage Med, μία ένωση που δημιουργήθηκε για να καταπολεμήσει τη μόλυνση της Μεσογείου.



**Ό**λα ξεκινούν το 2015 όταν ο Manu Laurin, γεννημένος στη Βουργουνδία, φτάνει (ακολουθώντας την καρδιά του) στην Aix-en-Provence, κοντά στη Μασσαλία, όπου ανακαλύπτει μία υπέροχη θάλασσα, αλλά ασφυκτικά γεμάτη με απορρίμματα. Έτσι, με ένα καγιάκ και ένα σακί ξεκινά να κολυμπάει μαζεύοντας όσα σκουπίδια, κυρίως πλαστικά, βρεθούν στην πορεία του. Δύο χρόνια μετά παίρνει πνοή μία οικολογικά βιώσιμη περιπέτεια, το Le Grand Saphir: Διανύει κολυμπώντας

τα 120 χλμ. που χωρίζουν τη Μασσαλία από την Τουλόν συγκεντρώνοντας όλα τα απόβλητα. Στη συνέχεια προκύπτει μία ταινία οικολογικού ακτιβισμού που επιβεβαιώνει την τραγική κατάσταση: Για κάθε χιλιόμετρο ο Manu συγκεντρώνει κατά μέσο όρο ένα κιλό σκουπιδιών, εκ των οποίων το 92% πλαστικά. Τι έκανε για αυτό; «Το μεγαλύτερο μέρος των απορριμμάτων που συγκεντρώθηκαν τότε (το ίδιο ισχύει και σήμερα) αποτελούνταν από πλαστικό, δίχτυα ψαρέματος, γυαλί που είχε λειανθεί από τη θάλασσα. Έπρεπε να βρεθεί ένας

τρόπος για να επαναχρησιμοποιηθούν και να δοθεί αξία σε αυτά τα σκουπίδια. Από αυτή τη συνειδητοποίηση γεννήθηκε το 2018 η Sauvage Med, ένωση που απαρτίζεται μόνο από εθελοντές -φοιτητές, εργαζόμενους, ανέργους- και συνεργάζεται με περίπου 30 συλλόγους που ασχολούνται με τη συλλογή απορριμμάτων στη θάλασσα από το Μοντελιέ ως τη Νίκαια. Όλοι μαζί δεσμευτήκαμε να συγκεντρώνουμε, αλλά και να δίνουμε αξία στα σκουπίδια αποφασίζοντας να τα μετατρέψουμε σε μπιζού», εξηγεί ο Laurin.



Κουμπιά, Sauvage Med © Sauvage Méditerranée



Καπάκια, Sauvage Med © Sauvage Méditerranée



Μαζεύοντας πλαστικά στην παραλία © Jérémie Stadler

κοσμήματα και μικροαντικείμενα κατά παραγγελία. Μπορείτε να αγοράσετε τα πάντα online και σε εκδηλώσεις στην περιοχή που σχετίζονται με τη θάλασσα όπου είμαστε παρόντες με το περίπτερό μας. Πρόκειται για μία πρωτοβουλία που θέλει να επιτελέσει έργο περιβαλλοντικής εκπαίδευσης.

Φυσικά, αυτός είναι ο πρωταρχικός μας στόχος να ευαισθητοποιηθούν οι κάτοικοι και οι ταξιδιώτες και να σεβαστούν το περιβάλλον. Το 80% των απορριμμάτων στη θάλασσα προέρχεται από τη στεριά, από τις παραλίες και στη συνέχεια καταλήγει στο νερό. Ο καθένας μπορεί και πρέπει να κάνει ό,τι μπορεί από την πλευρά του ώστε να μειωθούν οι πλαστικές συσκευασίες, να περιοριστούν τα απόβλητα και να εφαρμοστεί το πρόγραμμα της ανακύκλωσης. Σχεδιάζουμε να δημιουργήσουμε έναν εκθεσιακό χώρο όπου θα μπορούμε να υποδεχούμε το κοινό, να αφηγηθούμε την εμπειρία μας για να ευαισθητοποιήσουμε τον κόσμο γύρω από την προστασία του περιβάλλοντος.

Από τον Σεπτέμβριο θα έχουμε στη διάθεσή μας ένα φορτηγό, στο οποίο θα στήσουμε ένα εργαστήριο. Με αυτή την κινητή μονάδα θα πηγαίνουμε στα σχολεία και θα παρουσιάζουμε τον τρόπο με τον οποίο μπορούν να αξιοποιηθούν τα απορρίμματα στη θάλασσα, πάντα με γνώμονα την περιβαλλοντική εκπαίδευση. Διότι, πραγματικά, το καλύτερο σκουπίδι είναι αυτό που δεν υπάρχει. Μόνο έτσι μπορεί να σωθεί η θάλασσα.

### Γιατί κοσμήματα;

Η ιδέα γεννήθηκε από έναν από αυτούς τους συλλόγους που ασχολείται με τη συλλογή δίχτυων ψαρέματος. Με αυτά τα νήματα ήταν εύκολο να δημιουργηθούν βραχιόλια. Ξεκινήσαμε με αυτή την ιδέα, προσθέτοντας μικρά κομμάτια γυαλιού τροχισμένα από τη θάλασσα. Έπειτα προχωρήσαμε και σε άλλα αντικείμενα.

### Πώς μετατρέπονται τα σκουπίδια σε μπιζού;

Είναι έργο χειροτεχνών στο εργαστήριο

που έχουμε στην Aix-en-Provence. Αρχικά καθαρίζουμε τα δίχτυα ψαρέματος και στη συνέχεια ξεχωρίζουμε τα πιο λεπτά νήματα. Με τα υπολείμματα πλαστικού, γυαλιού και ξύλου η διαδικασία είναι πιο περίπλοκη: Καθαρίζονται, κόβονται, περνούν σε ρολό και τέλος σε φούρνο, μετατρέπονται σε πλάκες υλικού που στη συνέχεια διαμορφώνονται, διακοσμούνται και η τελική τους μορφή είναι σκουλαρίκια, μπρελόκ, μενταγιόν. Το πιο δημοφιλές κόσμημα είναι το βραχιόλι με την πετονιά. Δημιουργούμε, μάλιστα,

# Νίκαια: Ένας παράδεισος στην Κυανή Ακτή

**Η γεωγραφία, η ιστορία και οι 50 δήμοι της μητροπολιτικής περιοχής, καθιστούν την Νίκαια, πρωτεύουσα της Κυανής Ακτής, μοναδική. Πολύπλευρη η προσωπικότητά της με την υπέροχη ακτή της, τους κατάφυτους λόφους, τις κοιλάδες και τα βουνά.**

## ΠΑΘΟΣ ΜΕ ΤΟΝ ΑΘΛΗΤΙΣΜΟ

Από τις μαρίνες που «βλέπουν» στη Μεσόγειο, μέχρι τα χιονοδρομικά κέντρα του Εθνικού Πάρκου Mercantour, η περιοχή είναι ιδανική για υπαίθρια σπορ και για αργό τουρισμό, ενώ η πεζοπορία είναι η κύρια αθλητική δραστηριότητα. Ο αθλητισμός αποτελεί προτεραιότητα και στα αναπτυξιακά σχέδια της πόλης με αθλητικά κέντρα υψηλού επιπέδου, σύγχρονες και καινοτόμες εγκαταστάσεις, εκδηλώσεις όλο το χρόνο (όπως Nice Ironman, ο μαραθώνιος Νίκαια-Κάννες και ο ποδηλατικός αγώνας Παρίσι-Νίκαια). Η Νίκαια φιλοξενεί τακτικά αγώνες κύρους και θα είναι μία από τις «πρωταγωνίστριες» του Παγκοσμίου Κυπέλλου Ράγκμπι 2023.

## ΝΙΚΑΙΑ ΠΟΛΙΤΙΣΤΙΚΗ ΚΛΗΡΟΝΟΜΙΑ ΤΗΣ UNESCO

Εξαιρετικά πλούσια η πολιτιστική κληρονομιά της Νίκαιας και της Κυανής Ακτής που ενέπνευσαν ζωγράφους και συγγραφείς.

Συγκεκριμένα από το φως της Νίκαιας γοητεύτηκαν καλλιτέχνες όπως ο Ματίς και ο Σαγκάλ, και από εκείνο του Cagnes-sur-Mer ο Ρενουάρ. Επιπλέον, 19 είναι τα μουσεία και οι γκαλερί που παρουσιάζουν αξιόλογες συλλογές. Βέβαια, η ίδια η Νίκαια είναι πραγματικό έργο Τέχνης με την αρχιτεκτονική της, τα κτίρια εποχής Belle Époque, τις νεοκλασικές προσόψεις και τον μπαρόκ πλούτο των εκκλησιών της. Αποτελεί πλέον μέρος της Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO ως «χειμερινό θέρετρο στη Γαλλική Ριβιέρα». Δεν είναι τυχαίο ότι η Νίκαια είναι υποψήφια Πολιτιστική Πρωτεύουσα της Ευρώπης για το 2028.

## ΜΟΝΑΔΙΚΕΣ ΓΕΥΣΕΙΣ

Η χαρακτηριστική αύρα της Νίκαιας εντοπίζεται και στη γαστρονομία, από την ντόπια παραδοσιακή κουζίνα, τα πολυτελή και βραβευμένα με αστέρι Michelin εστιατόρια, μέχρι τα μπιστρό στα γραφικά

σοκάκια της. Το σήμα «Cuisine Nissarde» πιστοποιεί τα εστιατόρια που αναδεικνύουν τα τοπικά προϊόντα, ειδικά το φημισμένο ελαιόλαδο (η ελιά, το λάδι και τα ζυμαρικά της Νίκαιας φέρουν προστατευόμενη ονομασία προέλευσης ΠΟΠ) και που προωθούν τις παραδοσιακές συνταγές -pan bagnat, ραβιόλια, barbajuan, farcis, salade niçoise, socca- συνοδευόμενα από Vin de Bellet, κρασί από τους λόφους της Νίκαιας. Αυτός ο αμπελώνας φέρει Ονομασία Προέλευσης Ελεγχόμενη (ΟΠΕ) για τον λευκό, ροζέ και ερυθρό οίνο και γιόρτασε την 80η επέτειό του στα τέλη του 2021. Συμβουλευτείτε τη λίστα με τα εστιατόρια που φέρουν το σήμα «Cuisine Nissarde» στο

[www.explorenicecotedazur.com](http://www.explorenicecotedazur.com)

## ΩΡΑ ΓΙΑ ΨΩΝΙΑ

Περίπου 7.000 καταστήματα υψηλής μόδας και prêt-à-porter, τα διάσημα πολυκαταστήματα NICETOILE και Galeries Lafayette (το

Αθλητισμός στη Lac des Millefontes © Agence Média H265 OTMNCA



Cuisine Nissarde © J. Kelagopian







Θέα στη θάλασσα, Le Negresco © Le Negresco

σημαντικότερο έπιπτα από εκείνο στο Παρίσι), αλλά και το Saint-Laurent-du-Var CAP 3000 που αναδείχθηκε το καλύτερο εμπορικό κέντρο στον κόσμο, σας προσκαλούν για αγορές στο όνομα της πολυτέλειας και της γαλλικής φινέτσας.

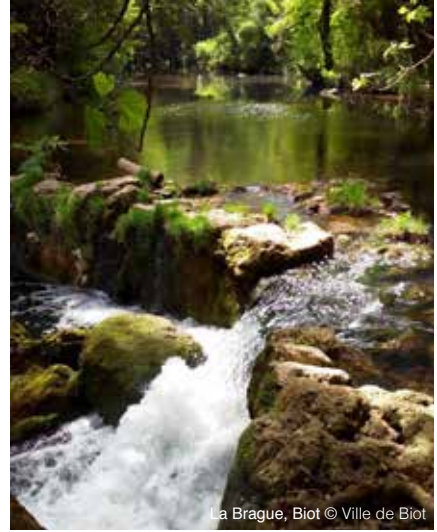
[www.explorenicecotedazur.com](http://www.explorenicecotedazur.com)

### FRENCH RIVIERA PASS

Αναρωπιέστε πώς να γνωρίσετε όσα περισσότερα σημεία της πόλης μπορείτε ξοδεύοντας λιγότερος; Υπάρχει τρόπος: Με την κάρτα French Riviera Pass! Μπορείτε να ανακαλύψετε τον Κόλπο των Αγγέλων - Baie des Anges με μία βόλτα με το διώροφο λεωφορείο που πραγματοποιεί το δρομολόγιο «Nice, le Grand Tour», να επισκεφθείτε τα σημαντικότερα μουσεία της πόλης όπως το Μουσείο Ρενουάρ στο Cagnes-sur-mer, τα Μουσεία Ματίς και Σαγκάλ στη Νίκαια, το πάρκο Phoenix, να μετακινηθείτε με ένα δίτροχο ηλεκτρικό segway, να πάτε στη θάλασσα ή να ξεναγηθείτε στην παλιά πόλη. Με το French Riviera Pass οι επιλογές είναι πραγματικά πολλές. Μπορείτε ακόμα να επισκεφθείτε τα σημαντικότερα τουριστικά αξιοθέατα των Antibes Juan-les-Pins, Biot, Cagnes-sur-mer, Villefranche-sur-Mer, Beaulieu, Saint-Jean-Cap-Ferrat, Èze και Μονακό. Η κάρτα διατίθεται σε τρεις εκδοχές (24, 48 και 72 ωρών) και δίνει πρόσβαση σε περισσότερα από 60 αξιοθέατα σε προστιές τιμές. [www.frenchrivierapass.com](http://www.frenchrivierapass.com)



Παλαιά Νίκαια, Cours Saleya © Issock - oton



# Τέχνη, πολιτισμός και φύση στη Biot

**Σε απόσταση λίγων λεπτών από τη θάλασσα, η Biot κρύβει αυθεντικούς θησαυρούς: Μία μεσαιωνική «καρδιά», την ατμόσφαιρα της Προβηγκίας και έργα Τέχνης. Η πολιτιστική της ταυτότητα γοητεύει και η ανέπαφη φύση εντυπωσιάζει.**

**Η** μακρά ιστορία της έχει αφήσει παρακαταθήκη μία εξαιρετική πολιτιστική και καλλιτεχνική κληρονομιά ξεκινώντας από το Εθνικό Μουσείο Fernand Léger και φτάνοντας στη σύγχρονη διάστασή της. Δεν είναι τυχαίο ότι η Biot ανακηρύχθηκε Ville de Création (Πόλη της Δημιουργίας) χάρη στους 50 καλλιτέχνες της, τεχνίτες φυσητού γυαλιού και ψηφιδωτού, κεραμίστες, σχεδιαστές κοσμημάτων, εικονογράφους, τα ατελιέ των οποίων παραμένουν ανοιχτά στο κοινό όλο το χρόνο. Η ατμόσφαιρα της Προβηγκίας που «τυλίγει» την πόλη είναι τόσο ευχάριστη και έχει εντυπωθεί στον τρόπο ζωής, ακόμα και

τα εστιατόρια, τις γκαλερί Τέχνης, τα μικρά χαριτωμένα καταστήματα, τις εκδηλώσεις, τα γήπεδα γκολφ και την ακαδημία τένις διεθνούς φήμης που καθιστούν την Biot ιδανικό προορισμό για διακοπές.

## Η ΠΡΩΤΕΥΟΥΣΑ ΤΟΥ ΓΥΑΛΙΟΥ

Η μαγική φόρμουλα για την αυθεντική γοητεία της Biot κρύβεται στον ιδανικό συνδυασμό μεταξύ της τέχνης του ζην και της τέχνης της χειροτεχνίας, ειδικά του γυαλιού. Η Biot χαρακτηρίζεται πρωτεύουσα του γυαλιού της Γαλλικής Ριβιέρας, καθώς φημίζεται για την παράδοσή της στο φυσητό γυαλί. Τα πρώτα υαλοουργεία που δημιουργήθηκαν το

1956 από τον Είλοι Monod, έδωσαν πνοή σε άλλα εργαστήρια και οι κορυφαίοι υαλοουργοί ανοίγουν τις πόρτες των ατελιέ τους και σας προσκαλούν να ανακαλύψετε τα μυστικά της κατασκευής του φυσητού γυαλιού δημιουργώντας μοναδικά έργα μπροστά στα μάτια σας. Επιπλέον, καθ'όλη τη διάρκεια του χρόνου πραγματοποιούνται εκθέσεις στο Μουσείο Ιστορίας και Κεραμικής, στον παράδεισο του γυαλιού τη Verrerie de Biot, στο Κέντρο Τέχνης και Πολιτισμού, στη Médiathèque, στις γκαλερί, στο κατάστημα La Créative και στο Εθνικό Μουσείο Fernand Léger. Ανάμεσα στις πολλές εκδηλώσεις ξεχωρίζει το Biot International Glass Festival (BIG), από τις 23 έως τις 25 Σεπτεμβρίου όπου μπορείτε να μάθετε τα πάντα για το γυαλί.



## ΣΤΟ ΠΑΡΚΟ ΤΗΣ LA BRAGUE

Μεταξύ των δήμων Biot και Vallbonne σε έκταση 480 εκταρίων βρίσκεται το νομαρχιακό πάρκο La Brague γύρω από τον ομώνυμο ποταμό. Τρία είναι τα σηματοδοτημένα μονοπάτια που μπορείτε να ακολουθήσετε περπατώντας κατά μήκος του ποταμού, τα οποία ποικίλουν σε μήκος από 4 έως 11 χλμ. Η διαδρομή είναι κατάλληλη για όλους και μέσω αυτής μπορείτε να ανακαλύψετε το μεσογειακό τοπίο και το αποτύπωμα της ιστορίας όπως παλιοί μύλοι και τα λατομεία του Les Pierres à Four που αποτελούν ίχνη της ρωμαϊκής παρουσίας.

[www.biot-tourisme.com](http://www.biot-tourisme.com)

# Mouginis: Εκεί όπου η γεύση συναντά την τέχνη

**Κατάφυτη, ήρεμη, με πλούσια πολιτιστική και γαστρονομική κουλτούρα, η γοητευτική Mouginis σας προσκαλεί σε «slow» διακοπές.**

**M**εταξύ θάλασσας και βουνού, ανάμεσα στις Κάννες και τη Γκρας, η Mouginis γοητεύει τους ταξιδιώτες που αναζητούν μία διαφορετική Κυανή Ακτή στο όνομα του πράσινου και αργού τουρισμού. Το 75% της προστατευόμενης επιφάνειάς της καλύπτεται από κυπαρίσσια και ελαιόδεντρα και το Parc Départemental de la Valmasque είναι ένας πραγματικός πνεύμονας πρασίνου με μονοπάτια μέσα στη φύση ιδανικά για αθλητικές δραστηριότητες, αλλά και για οικογενειακές στιγμές, για τρέξιμο, ποδηλασία ή ιππασία. Αντιστοίχως ευχάριστη και γεμάτη εκπλήξεις είναι και η περιπλάνηση στα δρομάκια του χωριού.

## ΤΟ ΚΕΝΤΡΟ ΤΗΣ ΦΩΤΟΓΡΑΦΙΑΣ

Στο κέντρο του χωριού φιγουράρει το Κέντρο της Φωτογραφίας που εγκαινιάστηκε τον περασμένο Ιούλιο. Πρόκειται για έναν χώρο αφιερωμένο στη σύγχρονη φωτογραφία που φιλοξενεί καλλιτέχνες από ολόκληρο τον κόσμο, ανερχόμενους ή ήδη καταξιωμένους, με περιοδικές εκ περιτροπής εκθέσεις. Συμβουλευτείτε το πρόγραμμα στην ιστοσελίδα

[www.centrephotographiemougins.com](http://www.centrephotographiemougins.com)

## MACM: ΤΟ ΟΝΕΙΡΟ ΕΝΟΣ ΛΑΤΡΗ ΤΗΣ ΤΕΧΝΗΣ

Το Μουσείο Κλασικής Τέχνης της Mouginis γεννήθηκε από το πάθος του Christian Levett, ενός Άγγλου επιχειρηματία, μεγάλου συλλέκτη έργων Τέχνης. Ερωτεύτηκε τη Mouginis το 2009 και άνοιξε το μουσείο του που φιλοξενεί εκατοντάδες αρχαία και σύγχρονα έργα Τέχνης, καθώς και τη μεγαλύτερη ιδιωτική συλλογή ελληνορωμαϊκών όπλων



Η λιμνούλα Fontmerle και τα άνθη του λωτού, Mouginis © Ville de Mouginis -JGuido

και πανοπλιών στον κόσμο! Την ίδια στιγμή, απροσδόκητα μεγάλη είναι και η συλλογή από γλυπτά και έργα των Πικάσο, Ματίς, Σαγκάλ, Ντιφι, Σοσόν, Σεζάν, Νταλί, Ρούμπενς, Ροντέν ή Άντι Γουόρχολ. Δεν πρέπει να το χάσετε.

## MOUGINS MONUMENTAL: ΜΙΑ ΥΠΑΙΘΡΙΑ ΕΚΘΕΣΗ ΠΟΥ ΣΥΓΚΙΝΕΙ

Κάθε χρόνο η Mouginis φιλοξενεί μια υπαίθρια έκθεση μνημειακών έργων Τέχνης που τοποθετούνται στα γραφικά στενά δρομάκια της. Από τα τέλη Μαρτίου του 2022 πάνω από εξήντα «πικάνικα» έργα του Ιταλού καλλιτέχνη Giuseppe Carta - φρούτα, λαχανικά και κυρίως πιπεριές στο ύψος του ανθρώπου- δίνουν χρώμα στην περιοχή και βρίσκονται σε περισσότερα από 23 διαφορετικά σημεία στέλνοντας ένα οικολογικό και περιβαλλοντικό μήνυμα. Δίνοντας έμφαση στον φυσικό πλούτο του πλανήτη Γη, ο καλλιτέχνης στοχεύει να ευαισθητοποιήσει το κοινό για τον σεβασμό που απαιτεί η φύση και οι ρυθμοί της.

Δεν ξεχνάμε, όμως, ούτε το φαγητό, καθώς η

Mouginis είναι πρωτεύουσα της γαστρονομίας και της τέχνης του ζην και φέτος προτείνει το διάσημο Φεστιβάλ Les Étoiles de Mouginis, το οποίο συγκεντρώνει τους σημαντικότερους Γάλλους σεφ (από τις 17 έως τις 18 Σεπτεμβρίου 2022).

[www.mouginstourisme.com](http://www.mouginstourisme.com)



Το Λεμόνι του Giuseppe Carta, Έκθεση Mouginis Monumental © Giuseppe Carta



Méditerranée Porte des Maures  
© OT Méditerranée Porte des Maures

# Var: Φύση, θάλασσα και ξεγνοιασιά

Στις ακτές της Μεσογείου, το Var ξεπροβάλλει σαν ένα μικρό θαύμα της φύσης. Ήλιος, ειδυλλιακά τοπία, αμόλυντο περιβάλλον, πλούσια πολιτιστική κληρονομιά, παραδόσεις, γαστρονομία, αμπελώνες... Όλα συνθέτουν ένα παζλ μοναδικής ομορφιάς αυτού του ξεχωριστού τόπου ιδανικό για ταξιδιώτες, οι οποίοι αναζητούν προορισμούς για αργό, πράσινο, δημιουργικό και πολιτιστικό τουρισμό που προσφέρει αυθεντικές εμπειρίες.

## **B**ORNES-LES-MIMOSAS: Η ΠΡΩΤΕΥΟΥΣΑ ΤΗΣ ΜΙΜΟΖΑΣ

Υπάρχουν πολλοί καλοί λόγοι για να επισκεφθείτε την Bormes. Η θέση της είναι εξαιρετική, καθώς βρίσκεται στην καρδιά του Var και διαθέτει 22 χλμ. ακτογραμμής. Το κλίμα είναι ήπιο και 300 ημέρες το χρόνο έχει ηλιοφάνεια! Μετράει 2.400 χρόνια ιστορίας, είναι μεσαιωνική και στην περιοχή υψώνεται το Fort Brégançon που αποτέλεσε θερινή κατοικία των προέδρων της Γαλλικής Δημοκρατίας. Η ανέπαφη φύση και οι εκπληκτικοί κήποι, εκ των οποίων το Parc Gonzalez που έχει χαρακτηριστεί Jardin Remarquable, αποτελούν μία ακόμα αφορμή για επίσκεψη.

Η Bormes, πρωτεύουσα της μιμόζας, είναι ένας πραγματικός παραθαλάσσιος κήπος με 90 διαφορετικά είδη μιμόζας και 700 διαφορετικά είδη φυτών! Επιπλέον, πολλοί είναι οι αμπελώνες της, ξεχωριστή η γαστρονομία της και τα ντόπια προϊόντα της. Είναι ο τόπος για διακοπές στο όνομα της χαλάρωσης και της γεύσης.

[www.bormeslesmimosas.com](http://www.bormeslesmimosas.com)

## **S**AINTE-RAPHAËL: Η ΔΥΝΑΜΗ ΤΗΣ ΦΥΣΗΣ

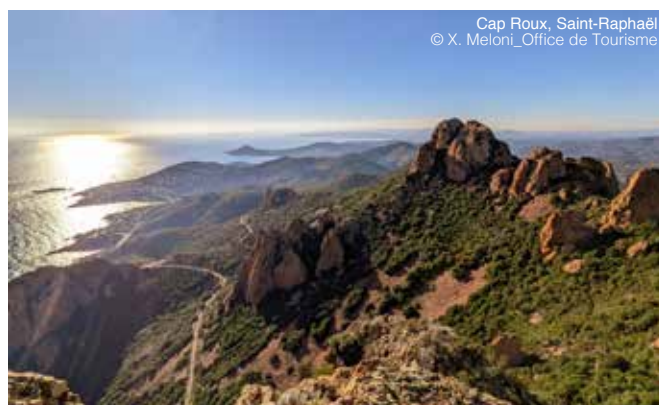
Σε ένα εξάισιο φυσικό περιβάλλον, το Saint-Raphaël λειτουργεί σαν... booster ενέργειας και καλής διάθεσης. Πρωταγωνίστρια η θάλασσα, με θαλάσσιο καταφύγιο 445

στρεμμάτων, όπου μπορείτε να απολαύσετε ατελείωτες δραστηριότητες, χαλαρωτικές ή πιο αθλητικές όπως snorkeling, paddle, καγιάκ, ελεύθερες καταδύσεις για μία πρώτη γνωριμία με το υποθαλάσσιο οικοσύστημα. Εντυπωσιακή και η Οροσειρά Estérel και η παράκτια διαδρομή Corniche d'Or που «βλέπει» στη Μεσόγειο. Χαρακτηριστικό της περιοχής είναι η μεσογειακή βλάστηση, τα πευκοδάση και οι κόκκινοι βράχοι, καθώς και η ακτή με τους υπέροχους κολπίσκους «σκαλισμένοι» μέσα στα βράχια. Ένας παράδεισος για πεζοπορία, ηλεκτρικό mountain bike και πολλές ακόμα υπαίθριες δραστηριότητες για όλη την οικογένεια.

[www.saint-raphael.com](http://www.saint-raphael.com)



Bormes-Les-Mimosas © OMT BORMES



Cap Roux, Saint-Raphaël  
© X. Meloni\_Office de Tourisme

## ΜΕΔΙΤΕΡΡΑΝΕΕ ΠΟΡΤΕ DES MAURES

Το κλίμα είναι ευχάριστο όλο το χρόνο, τα μικρά χωριά γραφικά, το τοπίο πανέμορφο για περίπατο, για βόλτα με ποδήλατο ή άλογο, τα μονοπάτια «αγγίζουν» την ακτή, η θάλασσα μαγική: Στοίχια, τα οποία συντελούν στη χαλάρωση που είναι τόσο απαραίτητη την περίοδο των διακοπών. Εδώ μπορείτε να απλώσετε τις πετσέτες σας για ένα πικνίκ στην παραλία ή στην σκιά του πευκοδάσους, ή να πάρετε ένα απεριτίφ δίπλα στη θάλασσα, ενώ για τους πιο δραστήριους υπάρχουν πολλές επιλογές για θαλάσσια σπορ. Στη σκιά της Οροσειράς des Maures, γύρω από τη Londe-les-Maures, απλώνονται σαν αστερισμοί μία σειρά αυθεντικών χωριών όπου ο χρόνος κυλά σε αργούς ρυθμούς όπως εκείνων ενός αγώνα παραδοσιακού rétanque (σ.σ εδαφοσφαίριση, παιχνίδι που παίζεται με βαριές μεταλλικές σφαίρες) ή μιας βόλτας στα στενά δρομάκια μίας προβηγκιανής αγοράς. Οι λάτρεις του οινοτουρισμού μπορούν να περιηγηθούν στους αμπελώνες με τα πόδια, ποδήλατο ή με άλογο και παράλληλα με την οιογονωσία, αλλά και τη γευσίγονωσία, να θαυμάσουν την πανέμορφη θέα, να παρακολουθήσουν υπαίθριες συναυλίες, να ξεναγηθούν με τετράτροχες μοτοσυκλέτες. Ξεχωριστές στιγμές για να τις ζήσετε με τους φίλους σας και την οικογένειά σας.

[www.mpmtourisme.com](http://www.mpmtourisme.com)

## ΚΟΛΠΟΣ ΤΟΥ ΣΕΝ-ΤΡΟΠΕ: Η ΠΟΛΗ ΤΟΥ ΜΠΛΕ, ΤΟΥ ΠΡΑΣΙΝΟΥ ΚΑΙ ΤΟΥ ΧΡΥΣΟΥ

Ακτογραμμή ξεχωριστής ομορφιάς, παγκοσμίου φήμης παραθαλάσσια θέρετρα, αμπελώνες και χωριά της Προβηγκίας... Πού βρίσκόμαστε; Μα φυσικά στην καρδιά του κόλπου του Σεν-Τροπέ, στο βασίλειο της τέχνης του ζην! Το φως του το λάτρεψαν ζωγράφοι από τον Σινιάκ ως τον Ματίς, ενώ

οι άγριοι κολπίσκοι του και τα ονειρεμένα χωριουδάκια -Sainte-Maxime, Ramatuelle, Grimaud, Gassin, Rayol-Canadel-sur-Mer- το καθιστούν μοναδικό. Τα καταπράσινα τοπία, οι χρυσαφένες παραλίες και το γαλάζιο της θάλασσας συνιστούν το ιδανικό σκηνικό για να απολαύσετε τις τοπικές λιχουδιές όπως: Ταπενάδα, γαύρος, μπουγιαμπέσα, η περίφημη tarte tropézienne. Παράλληλα, η θρυλική παραλία Pampelonne στο Ramatuelle που συνδέεται με τον μύθο της Μπριζίτ Μπαρντό, έχει αλλάξει «εμφάνιση» και είναι τέλεια ενσωματωμένη στη φύση.

[visitgolfe.com](http://visitgolfe.com)

## LE LAVANDOU ΕΚΕΙ ΟΠΟΥ Η ΦΥΣΗ ΣΥΝΑΝΤΑ ΤΗΝ ΕΥΤΥΧΙΑ

Το Le Lavandou στους πρόποδες της Οροσειράς des Maures, με θέα στα νησιά Levant και Port-Cros, εκτείνεται σε 12 χιλιόμετρα ακτογραμμής και έχει 12 υπέροχες παραλίες. Συνδυάζει ιδανικά το πράσινο, τα διαφορετικά είδη λουλουδιών και τα θαλάσσια σπορ, ενώ απαραίτητη είναι μία βόλτα με καταμαράν κατά το ηλιοβασίλεμα ή μία εκδρομή με σκάφος για να συναντήσετε από κοντά τα κητώδη του Καταφυγίου Pelagos (έκταση 87.500 χλμ. αφιερωμένη στα προστατευόμενα θαλάσσια είδη). Συνέχεια έχει η ιστιοπλοΐα, η όρθια κωπηλασία, το καγιάκ, η ιστιοσανίδα και άλλα πολλά. Επιπλέον, εδώ μπορείτε να βρείτε ό,τι χρειάζεστε για να εξερευνήσετε τον κόσμο κάτω από τη θάλασσα και να θαυμάσετε την πλούσια πανίδα και χλωρίδα. Όσο για τη στεριά, αξίζει ένας περίπατος κατά μήκος του παραλιακού μονοπατιού με θέα που κόβει την ανάσα προς τον κόλπο της Saint-Clair και το Îles d'Or.

[www.ot-lelavandou.fr](http://www.ot-lelavandou.fr)

## ΚΑΛΩΣ ΟΡΙΣΑΤΕ ΣΤΗ ΜΕΣΟΓΕΙΑΚΗ ΠΡΟΒΗΓΚΙΑ

Hyères, Τουλόν και μία χούφτα ακόμα



Le Lavandou © Office de tourisme du Lavandou



Giens, Hyères © OT Provence Méditerranée - Julien Mauceri

τοποθεσίες μέχρι το Six-Fours: Αυτή είναι η Μεσογειακή Προβηγκία που συνδυάζει φύση, πολιτισμό και θάλασσα με διάφανα, σχεδόν εξωτικά, νερά. Η Τουλόν έχει αναγεννηθεί πλήρως, είναι μία πόλη με όραμα και ακολουθεί τον χαρακτηριστικό τρόπο ζωής της Προβηγκίας με την Rue des Arts, το ιστορικό κέντρο, την αγορά στο Cours Lafayette, την οικολογική συνοικία Chalucet. Στην Hyères διατηρούνται μνημεία και χώροι ιστορικής αξίας που ενισχύουν την προβηγκιανή γοητεία της. Ο αρχαιολογικός χώρος του ελληνικού φρουρίου στην Olbia, η μεσαιωνική πόλη, η ιστορική Villa Noailles που λειτουργεί και σαν εκθεσιακός χώρος, οι παραλίες, τα θαλάσσια σπορ κατά μήκος της χερσονήσου Giens, το αρχιπέλαγος Îles d'Or με την Porquerolles, το Ίδρυμα Τέχνης

Ο κόλπος του Σεν Τροπέ © E. Bertrand



Estérel © Estérel Côte d'Azur





Tourrettes, Pays de Fayence © OTIPF



Saint-Cyr-sur-Mer © Joan Costeja  
OT Saint-Cyr-sur-Mer



Μονοβάτι στην ακτή του Bandol  
© Bandol Tourisme

Carnignas, το φυσικό πάρκο Port-Cros και το Levant καθιστούν την περιοχή κατάλληλη για όσους αγαπούν τη θάλασσα και τους «slow» ρυθμούς.

[www.hyeres-tourisme.com](http://www.hyeres-tourisme.com)  
[www.toulontourisme.com](http://www.toulontourisme.com)  
[www.tourisme-ouestvar.com](http://www.tourisme-ouestvar.com)

### ΑΥΤΟΙ ΕΙΝΑΙ ΟΙ ΛΟΓΟΙ ΓΙΑ ΝΑ ΕΠΙΣΚΕΦΘΕΙΤΕ ΤΟ ESTÉREL

Τουλάχιστον πέντε είναι οι λόγοι για να ανακαλύψετε το Estérel της Κυανής Ακτής: Οι 2.700 ώρες ηλιοφάνειας όλο το χρόνο, τα ασυνήθιστα μέρη, οι ξεχωριστές ομορφιάς φυσικοί χώροι, η πλούσια κληρονομιά και οι δραστηριότητες για τον ελεύθερο χρόνο σε θάλασσα και στεριά με την ακτή που εκτείνεται για περισσότερα από 51 χλμ. Το Estérel δεν είναι μόνο αυτό, όμως. Η γοητεία του φτάνει ως το πλούσιο σε τέχνη και ιστορία Fréjus, αλλά και τις τοποθεσίες Puget-sur-Argens, Roquebrune-sur-Argens, Saint-Raphaël. Επιπλέον, η 32.000 εκταρίων προστατευόμενη περιοχή του Estérel με τα εννιά χωριά στους λόφους του Pays de Fayence: Bagnols-en-Forêt, Callian, Fayence, Mons, Montauroux, Saint-Paul-en-Forêt, Seillans, Tanneron, Tourrettes καθώς και η πλούσια φυσική και πολιτιστική κληρονομιά κάνουν τη διαφορά.

[www.esterel-cotedazur.com](http://www.esterel-cotedazur.com)

### PAYS DE FAYENCE: Η ΜΙΚΡΗ ΤΟΣΚΑΝΗ ΤΟΥ ΒΑΡ

Το Pays de Fayence με τα εννιά «σκαρφαλωμένα» στους λόφους χωριά με τις μιμόζες, τις τριανταφυλλίες, τους ελαιώνες και τα φελλόδεντρα, θυμίζει λίγο την Τοσκάνη και έχει χαρακτηριστεί από τα πιο όμορφα χωριά της Γαλλίας, χωριό με προσωπικότητα και πόλη διάσημη για τους χειροτέχνες της. Η φύση του Pays de Fayence είναι παρθένα με λίμνες, δάση και λόφους που μπορείτε να γνωρίσετε όλο το χρόνο και όπου μπορείτε να επιδοθείτε σε αθλήματα όπως κανό, αναρρίχηση, mountain bike, γκολφ, αιωροπτερισμό. Αν έχετε διάθεση για ένα πολιτιστικό διάλειμμα

το μουσείο Maison Waldberg, που φιλοξενεί έργα του Max Ernst, ή ο χώρος Manfredo Borsi που αποτίει φόρο τιμής στον καλλιτέχνη από τη Φλωρεντία είναι τα σωστά μέρη για εσάς. Όσο για τη γαστρονομία η περιοχή προσφέρει μεγάλη γκάμα ντόπιων προϊόντων και εξαιρετικής ποιότητας κουζίνα.

[www.paysdefayence.com](http://www.paysdefayence.com)

### SAINT-CYR-SUR-MER: ΜΙΑ ΠΑΡΑΘΑΛΑΣΣΙΑ ΓΩΝΙΑ ΤΗΣ ΠΡΟΒΗΓΚΙΑΣ

Χάρη στα 17 χλμ. ακτογραμμής, τα 232 εκτάρια ενταγμένα στο δίκτυο Natura 2000, τα 100 εκτάρια θάλασσας που τελούν υπό τον έλεγχο του Conservatoire du littoral (σ.σ δημόσιος οργανισμός για την προστασία των ακτών), τις αμμώδεις εκτάσεις και τους ορμίσκους, τις παραλίες για οικογένειες ή τις πιο απόκρημνες το Saint-Cyr απέκτησε το 2021 το περιφερειακό σήμα «Une Cop d'avance» που τιμά τις περιοχές με βιώσιμο χαρακτήρα, ενώ αναμένεται και η πιστοποίηση «καθαρό λιμάνι». Το νερό αποτελεί μέρος του DNA της πόλης με σημεία κατάδυσης όλων των επιπέδων στο μαγευτικό βυθό, δυνατότητα για σέρφινγκ, jet ski, ιστιοπλοΐα, wing foil, windfoil όλες τις εποχές. Επιπλέον, το σήμα FSN 2 \* πιστοποιεί την ποιότητα του νερού. Παράλληλα, η ομορφιά του κόλπου αυτού καθιστά το σημείο ιδανικό για πολυάριθμες εκδηλώσεις, εκ των οποίων και το Ευρωπαϊκό Πρωτάθλημα Ιστιοσανίδας.

[www.saintcyrsummer.com](http://www.saintcyrsummer.com)

### BANDOL ΜΙΑ ΜΙΚΡΗ ΟΑΣΗ

Όταν σκέφτεται κανείς το, διάσημο για το κρασί του, Bandol έρχονται στο νου εικόνες από το φως του ήλιου, στιγμές ευθυμίας και χαλάρωσης δίπλα από ένα ποτήρι ροζέ. Πρόκειται για ένα γλυκύτατο χωριό όπου μπορείτε να ανακαλύψετε μικρά μυστικά όπως οι κολπίσκοι, το παραλιακό μονοπάτι, τα εντυπωσιακά ηλιοβασιλέματα. Αν έχετε διάθεση για περιπέτεια και για παραδεισένια νησιά τα Porquerolles και Les Embiez με τις παραλίες και τους ποδηλατόδρομους

είναι αυτό που χρειάζεστε. Στην ενδοχώρα πολλά τα σημεία με εκπληκτική θέα όπως το παραδοσιακό χωριό La Cadière-d'Azur με πέτρινα σπίτια, μπλε παραθυρόφυλλα και παντού λουλούδια, ή το Castellet με το μεσαιωνικό κέντρο που αγαπούν οι καλλιτέχνες. Είστε λάτρεις της φύσης; Τότε το Εθνικό Πάρκο Calanques και το Φυσικό Περιφερειακό Πάρκο Sainte-Baume είναι ιδανικά για εσάς.

[www.bandoltourisme.fr](http://www.bandoltourisme.fr)

### ΤΟ VERDON ΣΕ ΡΥΘΜΟ ΔΙΑΚΟΠΩΝ

Στο Verdon οι επιλογές για ευχάριστες διακοπές είναι πολλές. Από τη μία δραστηριότητες όπως περίπατοι, ιππασία, ποδηλασία, κανό, από την άλλη κολύμβηση, πικνίκ και χαλαρές στιγμές στη λίμνη Sainte-Croix. Στο Verdon ξαναβρίσκετε τη φυσική ενέργεια, γεμίζεις τις μπαταρίες σου, έρχεσαι σε επαφή με την ουσία της ζωής. Σχετικά με τη γαστρονομία μπορείτε να δοκιμάσετε το «Μαύρο Διαμάντι της Προβηγκίας», δηλαδή την τρούφα του Verdon, το ελαιόλαδο και το κρασί, ενώ έχετε την ευκαιρία να επισκεφθείτε τους παραγωγούς και να γνωρίσετε από κοντά τα προϊόντα τους. Οι «slow» στιγμές δεν τελειώνουν εδώ, αλλά συνεχίζουν στη βεράντα ενός bistrot, ή ενός κομψού petit café. Καλές διακοπές!

[www.lacs-gorges-verdon.fr](http://www.lacs-gorges-verdon.fr)



Θέα από ψηλά στο Domaine oléicole de Taurenne  
© Isabelle Fabre

# Φυσικό μεταλλικό νερό από την πηγή στο ποτήρι σας

Η Γαλλία είναι η χώρα του φυσικού μεταλλικού νερού με περισσότερους από 80 διαφορετικούς τύπους. Αυτή η ποικιλία οφείλεται στα βουνά και τις ηφαιστειογενείς περιοχές της όπου δημιουργούνται πολύτιμες πηγές. Ακολουθεί το top 10 του μεταλλικού νερού σε αλφαβητική σειρά.

**Φυσικό Μεταλλικό Νερό d'Aix-les-Bains:** Πηγάζει από τις Άλπεις της Haute Savoie από το Όρος Chambotte. Ανακαλύφθηκε το 1848 και είναι πλούσιο σε ασβέστιο, μαγνήσιο και δεν περιέχει νιτρικά.

Το **Badoit** είναι ένα φυσικό μεταλλικό νερό με προσθήκη διοξειδίου του άνθρακα. Πολλές είναι οι πηγές από όπου πηγάζει στο Saint-Galmier στο διαμέρισμα του Λίγηρα. Ανακαλύφθηκε το 1700 και είναι από τα πιο πλούσια σε μαγνήσιο. Διατίθεται σε κόκκινο μπουκάλι και είναι έντονα αναβράζον.

Το **Carola** από το Ribeaupillé πηγάζει ανάμεσα στους αμπελώνες του Δρόμου των Κρασιών

της Αλοσατίας και έχει μέτρια περιεκτικότητα σε μεταλλικά στοιχεία. Ανακαλύφθηκε τον 16ο αιώνα και σήμερα διατίθεται σε τρεις εκδοχές: Φυσικό, Αναβράζον, Έντονα Αναβράζον. Η εμπορική του διάθεση ξεκίνησε το 1922, 100 χρόνια πριν.

Το **Chateldon** πηγάζει από το ομώνυμο χωριό, στο διαμέρισμα του Puy-de-Dôme στην Ωβέρνη. Φυσικά ανθρακούχο, είναι ένα νερό «grand cru», θεωρείται η Rolls-Royce των μεταλλικών νερών και προτείνεται σε πολλά exclusive εστιατόρια.

Το **Contrex** έχει διουρητική δράση, είναι ελαφρύ και χρησιμοποιείται για θεραπευτικούς σκοπούς (προβλήματα στα

νεφρά και το πεπτικό σύστημα). Προέρχεται από τα Βόσγια Όρη και συγκεκριμένα από το Contrexéville.

Το **Evian** πηγάζει από το Évian-les-Bains στην Haute Savoie. Εξαιρετικά αγνό και με χαμηλή περιεκτικότητα σε μεταλλικά στοιχεία, είναι ιδανικό για παιδιά και είναι διάσημο για τις ιδιότητές του από το 1878.

Το **Perrier** είναι φυσικό μεταλλικό νερό με προσθήκη διοξειδίου του άνθρακα από την πηγή της Vergèze στο Gard. Ανακαλύφθηκε το 1903 και είναι μία από τις πιο διάσημες επικές ανθρακούχου νερού της Γαλλίας. Συχνά καταναλώνεται σαν ελαφρύ aperitif με μία φέτα λεμόνι.

Το **Vals** είναι μεταλλικό ανθρακούχο νερό που προέρχεται από την Vals-les-Bains στην Ardèche στην καρδιά του Φυσικού Πάρκου. Ανακαλύφθηκε το 1602 και διαθέτει ιδιότητες που βοηθούν στην πέψη.

Το **Vichy Célestins** είναι το πιο διάσημο νερό της Vichy, της «βασιλισσας» των ιαματικών πηγών στην Ωβέρνη. Εξάγεται σε 40 χώρες, είναι εμπλουτισμένο με μεταλλικά στοιχεία και πλούσιο σε ιώδιο, βοηθάει στα προβλήματα του πεπτικού.

Το **Vittel** είναι το νερό των Βοσγιών Ορέων. Η πηγή ανακαλύφθηκε το 1854 (το Vittel υπήρξε κέντρο ιαματικών πηγών ήδη από τη ρωμαϊκή εποχή) και το νερό είναι πλούσιο σε μέταλλα και έχει θεραπευτικές ιδιότητες.

Μπουκάλι και ποτήρι με νερό © the\_burtons - iStock / Getty Images Plus



Νερό κυλάει στο βράχο © PhotoAlto/Odilon Dimier iStock / Getty Images Plus



# Megève: Γοητεία και αυθεντικότητα

Ένα παραδοσιακό «χωριό» της Haute Savoie στην καρδιά της περιφέρειας του Λευκού Όρους, με εκπληκτική ιστορία και μοναδική κληρονομιά... Η Megève έχει έντονη προσωπικότητα και παραμένει ζωντανή κάθε εποχή, καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου.



Fondue © Commune de Megève Marie Bougault



Mountain-bike με θέα στο Λευκό Όρος © Amoureux du Monde

**Η** γοητεία της Megève απλώνεται σαν μαγική χρυσόσκονη στην τοπική κουζίνα που έχει εμπνεύσει πολλούς σεφ, μέχρι τις πολιτιστικές εκδηλώσεις, τα δρομάκια, τις μικρές πλατείες, τα σιντριβάνια, τα πλυσταριά όπου κάποτε έπλεναν τα ρούχα, τα μεσαιωνικά χωριά, ενώ η ορεινή αρχιτεκτονική παραμένει ανέπαφη.

## Η ΒΑΣΙΛΙΣΣΑ ΤΟΥ ΣΚΙ

Κομφή και αυθεντικό το βουνό πρωταγωνιστεί στη Megève με δεκάδες προτάσεις για δραστηριότητες, εκδηλώσεις και εμπειρίες που ανανεώνονται διαρκώς. Πώς ξεκίνησε η αγάπη των ντόπιων για το σκι; Αρχικά, η Megève ήταν μία ήσυχη αγροτική κοινότητα μέχρι που το 1914 πραγματοποιήθηκε ο πρώτος αγώνας σκι με τους αγρότες να σκαρφίζονται ιδέες για τις απαραίτητες εγκαταστάσεις. Στη συνέχεια η βαρόνη Noémie de Rothschild γοητευμένη

από την ομορφιά της περιοχής αποφάσισε τη δημιουργία ενός χιονοδρομικού κέντρου προσκαλώντας σκιέρ από το 1920.

Με αυτόν τον τρόπο η Megève έγινε η βασίλισσα του σκι στη Γαλλία και 100 χρόνια μετά το πάθος για σκι παραμένει στο ίδιο υψηλό επίπεδο, περνώντας από γενιά σε γενιά σε μία προστατευόμενη περιοχή φυσικού κάλλους.

Αποτελεί θρόνο χάρη και στις χιονοδρομικές πίστες έκτασης 400 χλμ., στην πίστα για κλασικό σκι, τις χειμερινές δραστηριότητες και το μαγευτικό περιβάλλον. Μία ενδιαφέρουσα πληροφορία είναι ότι το 1927 ο αρχιτέκτονας Henry-Jacques Le Môme σχεδίασε μία εξοχική κατοικία για τις διακοπές της βαρόνης Rothschild, αντλώντας έμπνευση από τις αγροικίες της Σαβοΐας. Κάπως έτσι γεννήθηκε, λοιπόν, το πρώτο σαλέ, το οποίο αποτελεί σύμβολο των διακοπών στο βουνό. Σήμερα τα τρία σαλέ που κατασκεύασε ο Le Môme στη

Megève φέρουν το σήμα «κληρονομιά του 20ου αιώνα». Επιπλέον, στη Megève παρουσιάστηκε για πρώτη φορά στο μενού γαλλικού εστιατορίου το περίφημο φοντί!

## ΠΡΩΤΕΥΟΥΣΑ ΤΗΣ ΓΑΣΤΡΟΝΟΜΙΑΣ ΤΩΝ ΑΛΠΕΩΝ

Η Megève είναι μία πραγματική πρωτεύουσα της γαστρονομίας των Άλπεων με δύο σεφ βραβευμένους με αστέρι Michelin, Emmanuel Renault και Anthony Bisquerra, και το γαστρονομικό γεγονός Toquicimes (φέτος από τις 20 ως τις 23 Οκτωβρίου), το οποίο εξυμνεί τα παραδοσιακά προϊόντα, το savoir faire της περιοχής με ένα πρόγραμμα πλούσιο σε εκδηλώσεις, διαγωνισμούς, γευσίγνωσια, εργαστήρια, γεύματα. Έπειτα από το Παρίσι, το Λονδίνο, τη Σιγκαπούρη η βραβευμένη με οκτώ αστέρια Michelin, σεφ Anne-Sophie Pic, καταφθάνει στη Megève και το Le 1920 του πεντάστερου Four Seasons Hotel Megève με μία νέα «Dame de Pic» για μία υπέροχη γευστική εμπειρία.

## ΥΔΑΤΙΝΟΣ ΚΑΙ ΒΙΩΣΙΜΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ

Το πεπρωμένο της Megève ήταν γραμμένο ήδη στο όνομά της που προέρχεται από το «media aquarum» μια λατινική έκφραση που σημαίνει «στη μέση των νερών», η οποία αναφέρεται στη θέση μίας μεσαιωνικής μονής ανάμεσα σε δύο ποταμούς: Τον Planay (που περνά πίσω από το σημερινό δημαρχείο) και τον Glapet (το οποίο βρίσκεται δίπλα στα



Ένα από τα χωριά  
© Commune de Megève - Marie Bougault



Σκι στο βουνό © Commune de Megève - Marie Bougault

κεντρικά γραφεία του οργανισμού Megève Tourisme). Η πρώτη γραπτή αναφορά σχετικά με τη Megève ως τοποθεσία καταγράφεται στις 18 Σεπτεμβρίου του 1202. Καθ'όλη τη διάρκεια του χρόνου διεξάγονται αθλητικές δραστηριότητες με θέμα το νερό. Εδώ, άλλωστε βρίσκεται το Le Palais, το μεγαλύτερο αθλητικό συγκρότημα των Άλπεων, με εσωτερικές και εξωτερικές πισίνες, λουτροθεραπεία, πατινάζ. Το αθλητικό κέντρο αντλεί την ενέργειά του από υδροηλεκτρικούς στρόβιλους, ηλιακούς και φωτοβολταϊκούς συλλέκτες. Αν αγαπάτε τη δράση μπορείτε να επιλέξετε βόλτα, μπάνιο και κανό στον καταρράκτη Belle aux Bois. Μία ακόμα πρόταση είναι αυτή της διαδρομής «οκτώ σιντριβάνια, δύο χείμαρροι», ενώ αξίζει να ανακαλύψετε τη λίμνη Javen, αλλά και να απολαύσετε στιγμές χαλάρωσης σε περισσότερους από 10 χώρους ευεξίας και spa. Το μήνυμα του βιώσιμου τουρισμού αποτυπώνεται και στις περιηγήσεις με άμαξα: Οι 25 άμαξες με άλογα που αποτελούν σύμβολο της περιοχής, παραμένουν στην κεντρική πλατεία όλο το χρόνο για να ξεναγήσουν τους επισκέπτες στο χωριό και τα περίχωρά του. Τέλος, στην Megève δραστηριοποιούνται 51 παραγωγί και φάρμες που παράγουν ντόπια προϊόντα όπως λαχανικά και βιολογικές μαρμελάδες των Jardins de la Mottaz. Η Megève είναι ο τέλειος προορισμός για έναν νέο, αργό και βιώσιμο ορεινό τουρισμό, όλο το χρόνο.

Balneo © Commune de Megève - Marie Bougault



Ένα χωριός  
© Commune de Megève - Marie Bougault

[megeve.com](http://megeve.com)

# Νύχτες στο νερό για... όνειρα γλυκά

Στη λίμνη, στο νησί, στην ακτή, σε ένα house-boat στους ποταμούς ή τα κανάλια... Πολλές είναι οι επιλογές στη Γαλλία όταν πρόκειται για διακοπές σε άμεση επαφή με το νερό, τη φύση και τους αργούς ρυθμούς. Παρακάτω μερικές από αυτές.



**Τ**ο ιδιαίτερο ξενοδοχείο Κάστρο του Brindos ξεπροβάλλει από τις όχθες μίας θρυλικής λίμνης του Anglet στη Γαλλική Χώρα των Βάσκων. Τα προσεγμένα δωμάτια και τα δέκα πλωτά καταλύματα σας προσκαλούν σε ένα ονειρικό «ταξίδι» σε άμεση επαφή με τη φύση. Απολαύστε ένα aperitif στο μπαρ στην προβλήτα, δειπνήστε στη βεράντα του θερμοκηπίου κάτω από τα πλατάνια, χαλαρώστε στο spa με γιόγκα ή διαλογισμό στο νερό.

([www.brindos-cotebasque.com](http://www.brindos-cotebasque.com)).

Μήπως προτιμάτε νησί; Στο Belle-Ile, καταπράσινο νησί της Βρετάνης που αγαπούν οι ζωγράφοι, έχει έδρα το Castel Clara, ένα υπέροχο θαλάσσιο θέρετρο.

Τα δωμάτια και οι σουίτες «βλέπουν» στη θάλασσα, το εστιατόριο και το μπαρ προσφέρουν πιάτα με φρέσκα συστατικά από τη θάλασσα ή τη γύρω περιοχή, ενώ τη διαφορά κάνει μία ξεχωριστή καντίνα-φορτηγό με ντόπια κουζίνα. Στο Spa Complexe & Thalasso μπορείτε να... γεμίσετε τις μπαταρίες σας, ενώ μπορείτε να ανακαλύψετε όλο το νησί με ποδήλατο ή κάνοντας περιπάτους.

([www.castel-clara.com](http://www.castel-clara.com)).

Σειρά τώρα έχει η Μεσόγειος και συγκεκριμένα η Μασσαλία με το Les Bords de Mer, ένα υπέροχο ξενοδοχείο «λουσμένο» στο φως. Διαθέτει 19 σύγχρονα δωμάτια και σουίτες που «βλέπουν» στο απέραντο γαλάζιο,

ένα εστιατόριο πάνω στη θάλασσα με εκπληκτική θέα στα νησιά Frioul με θαλασσινές γεύσεις, και spa στο επίπεδο του νερού με πισίνες, σάουνα, χαμάμ.

([lesdomainesdefontenille.com/fr/lesbordsdemer.html](http://lesdomainesdefontenille.com/fr/lesbordsdemer.html))

Μοιάζει βγαλμένο σαν από παραμύθι το Les Cabanes des Grands Lacs στο Franche-Comté ανάμεσα στο δάσος και τη λίμνη Bonnal. Διαθέτει 25 καμπάνες: 13 σε δέντρα, δύο σε ξύλινα υποστυλώματα και δέκα πλωτές. Και εδώ πρωταγωνίστρια είναι η φύση που σας προσκαλεί σε 100% χαλάρωση σε αυτό το ασυνήθιστο, σχεδόν μαγικό, κατάλυμα.

([www.cabanesdesgrandslacs.com](http://www.cabanesdesgrandslacs.com))

## ΣΙΚ ΚΑΙ SLOW ΤΑΞΙΔΙΑ

Η Γαλλία είναι ο ιδανικός προορισμός για τουρισμό στους ποταμούς: Με μακρόχρονη παράδοση στον συγκεκριμένο τομέα, τον μεγαλύτερο αριθμό σε σημεία αναχώρησης (πάνω από 70) και δυνατότητα πλεύσης σε σχεδόν όλες τις περιοχές από το Camargue στη Βρετάνη μέσω της Βουργουνδίας και την Αλσατία.

Το Loft Studio Viaggi είναι ένα ταξιδιωτικό γραφείο στο Μιλάνο της Ιταλίας που ειδικεύεται στον τουρισμό σε ποταμούς, οργανώνοντας slow και κομψά ταξίδια σε όλη τη Γαλλία. Ξεκινάμε από την Αλσατία στο Canal des houillères de la Sarre, φτάνουμε στο Canal de La Marne au Rhin (314 χλμ.), περνάμε στους ποταμούς Meuse και Moselle, συνεχίζουμε στο Κανάλι των Βοσγίων και στο Canal du



Coucoo Grands Lacs - Odysée © Coucoo



Coucoo Grands Lacs - Songe © MikesTravelBook

Rhône au Rhin, έπειτα στο Αηζου, στους ποταμούς Sarthe και Mayenne, στο κανάλι Ardennes και τα ποτάμια Meuse και Aisne, τη Βρετάνη με τα 500 χλμ. κανάλια της και καταλήγουμε κατά μήκος του ποταμού Charente ανάμεσα στους αμπελώνες του Cognac.

Ένας εξαιρετικός προορισμός είναι η Βουργουνδία, η οποία με τις υδάτινες διαδρομές της μήκους 1.900 χλμ., είναι μία από τις πιο δημοφιλείς περιοχές για τουρισμό στο ποτάμι. Επιπλέον, στο σύνολό του ο Νότος προσφέρεται για τέτοιου είδους διακοπές όπως για παράδειγμα κατά μήκος του Canal de Midi, του Γκαρόν, του ποταμού Lot και του Ροδανού στο Camargue. Οι διακοπές με house-boat σε άμεση επαφή με τη φύση, τον πολιτισμό και τις παραδόσεις των τόπων, αποτελούν μοναδική εμπειρία. Για την πλοήγησή τους δεν χρειάζεται άδεια χειριστή σκάφους καθώς όλα είναι εύκολα και διαισθητικά και μπορείτε να πλεύσετε από την ανατολή έως τη δύση του ηλίου με απόλυτη ελευθερία, πραγματοποιώντας στάσεις στα λιμάνια των κωμοπόλεων ή στην ύπαιθρο. Μόλις αγκυροβολήσει το σκάφος μπορείτε να φτάσετε στο πλησιέστερο κέντρο με ποδήλατο ή με τα πόδια, να κάνετε πεζοπορία, να αθληθείτε. Πρόκειται για διακοπές κατάλληλες για όλους, με τρεις τύπους σκαφών - smart, σουίτα και luxury- σε προσιτές τιμές που ξεκινούν από 140 € ανά άτομο την εβδομάδα.

[www.loftviaggi.it/vacanze-in-house-boat](http://www.loftviaggi.it/vacanze-in-house-boat)



Canal du Midi © Paul Prescott - Adobe Stock

## ΤΑ ΣΗΜΑΝΤΙΚΑ ΕΓΚΑΙΝΙΑ ΤΟΥ 2022

### Η Cité des Vins et des Climats στη Βουργουνδία

Τρεις είναι οι τοποθεσίες της Cité des Vins et des Climats που αφορά στην οικική κουλτούρα της Βουργουνδίας: Beaune, Mâcon και Chablis. Συνολικά 6.000 τ.μ. είναι η αφιερωμένη έκταση στους αμπελώνες προσφέροντας αισθητηριακές εμπειρίες. Τα εγκαίνια αναμένονται τον Σεπτέμβριο του 2022.

[www.cite-vins-bourgogne.fr](http://www.cite-vins-bourgogne.fr)

### Η Διεθνής Cité της Γαστρονομίας και του Οίνου στη Ντιζόν

Άνοιξε τις πύλες της στις 6 Μαΐου 2022. Το πρόγραμμα περιλαμβάνει οινοτουρισμό, οιονομία, εκπαίδευση και 1.750 τ.μ. εκθεσιακού χώρου, καθώς και οινοποιείο με 3.000 αξιολογήσεις.

[www.metropole-dijon.fr](http://www.metropole-dijon.fr)

### Το Poste du Louvre στο Παρίσι

Το Poste du Louvre, ιστορικό κτίριο στον αριθμό 50 της rue du Louvre, άνοιξε εκ νέου τις πύλες του τον περασμένο Ιανουάριο. Πέρα από το διάσημο ταχυδρομείο που λειτουργεί κανονικά, το πενταώροφο κτίριο διαθέτει καταστήματα, εστιατόρια, κοινωνικές δομές φιλοξενίας, παιδικό σταθμό, ένα 5άστερο ξενοδοχείο, ένα μπαρ στην ταράτσα και σύντομα έναν αστικό κήπο.

[www.lapostedulouvre.fr](http://www.lapostedulouvre.fr)

### Νέο μουσείο στην Εθνική Βιβλιοθήκη της Γαλλίας

Έπειτα από 12 χρόνια ανακαίνισης ανοίγει και πάλι αυτό το καλοκαίρι το Richelieu της Bibliothèque Nationale de France με ένα ολοκαίνουριο μουσείο με τους θησαυρούς της συλλογής της βιβλιοθήκης να εκτίθενται σε εκπληκτικές αίθουσες.

[www.bnf.fr/fr/le-nouveau-musee-de-la-bnf](http://www.bnf.fr/fr/le-nouveau-musee-de-la-bnf)



Βιτρό Flavie Vincent - Petit Arbre de Rachi © Cité du Vitrail

### Η Cité du Vitrail στην Troyes

Η Cité du Vitrail με 3.000 τ.μ. εκθεσιακού χώρου, εργαστήρια, κέντρο σπουδών για το γυαλί ανοίγει αυτό το Φθινόπωρο στο ιστορικό κτίριο του Hôtel-Dieu-le-Comte, στην καρδιά της Troyes.

[www.cite-vitrail.aube.fr](http://www.cite-vitrail.aube.fr)

## ΣΗΜΑΝΤΙΚΕΣ ΕΚΘΕΣΕΙΣ

### Les Nuits Normandie Impressionniste

Με αφορμή την 150η επέτειο του αριστουργήματος του Κλοντ Μονέ «Impression, soleil levant», το οποίο δημιούργησε το 1872 στη Χάβρη και από όπου προήλθε ο όρος ιμπρεσιονισμός, το Φεστιβάλ Normandie Impressionniste προτείνει ένα Σαββατοκύριακο γιορτής και πολιτισμού στις 26, 27 και 28 Αυγούστου. 15 οι τοποθεσίες μεταξύ αυτών οι Rouen, Caen, Χάβρη, Giverny, Deauville, Dieppe, Saint-Lô και Orne, περίπου 20 οι σύγχρονοι καλλιπείς, εκθέσεις, χορός, μουσική και δημιουργικά εργαστήρια.

[www.normandie-impressionniste.fr](http://www.normandie-impressionniste.fr)



Giverny - Οι Κήποι του Ιδρύματος Monet © Adobe Stock / Julien

### Ο Γκαουντί στο Παρίσι

Μετά τη Βαρκελώνη φτάνει στο Museo d'Orsay η έκθεση «Gaudí» αφιερωμένη στον Καταλανό αρχιτέκτονα του καταλανικού μοντερνισμού Αντόνι Γκαουντί μέσα από 650 αντικείμενα, έργα Τέχνης, έγγραφα, σχέδια και φωτογραφίες. Μέχρι τις 17 Ιουλίου 2022.

[www.musee-orsay.fr](http://www.musee-orsay.fr)

### Η Βενετία στο Μπορντό

Μέχρι τις 2 Ιανουαρίου 2023 θα έχει διάρκεια η έκθεση «Venise, la Sérénissime» στο Μπορντό δίνοντας τη δυνατότητα στον επισκέπτη να πραγματοποιήσει μία «περιήγηση» 45 λεπτών στη Βενετία μέσα από καλλιτεχνικούς και αρχιτεκτονικούς θησαυρούς.

[www.bassins-lumieres.com](http://www.bassins-lumieres.com)



Bassins des Lumières Έκθεση «Venise, la Sérénissime»  
© Culturespaces - Eric Spiller

### Yves Klein, το ατελείωτο μπλε

Στο χώρο Carrières des Lumières στο Les Baux-de-Provence κάντε μία 10λεπτη «βουτιά» στο ατελείωτο μπλε των έργων του Yves Klein.

[www.carrieres-lumieres.com](http://www.carrieres-lumieres.com)

### Η Τζοκόντα στη Μασσαλία

Φέτος η Τζοκόντα μεταφέρεται εικονικά στο Palais de la Bourse της Μασσαλίας σε μία έκθεση-ταξίδι στον κόσμο της Τζοκόντα και του Λεονάρντο Ντα Βίντσι, μέχρι τις 21 Αυγούστου.

[www.grandpalais-immersif.fr](http://www.grandpalais-immersif.fr)

## ΑΘΛΗΤΙΣΜΟΣ

### Tour de France 2022

Εκκίνηση την 1η Ιουλίου και τερματισμός στις 24 Ιουλίου. Αυτές είναι οι ημερομηνίες του 109ου Tour de France 2022 που ξεκινά από την Κοπεγχάγη της Δανίας, περνάει στην Ελβετία, τη Γαλλία μέσα από τις Άλπεις (Morzine, Megève, Alpe d'Huez, Briançon), μετά στα Πυρηναία, το Carcassonne, το Foix, τη Λούρδη για το μεγάλο φινάλε στα Ηλύσια Πεδία στο Παρίσι. Φέτος, έπειτα από 13 χρόνια, επιστρέφει και το Tour de France γυναικών με οκτώ στάπ από τις 24 ως τις 31 Ιουλίου με σημείο εκκίνησης τον Πύργο του Άιφελ και τερματισμό στη Super Planchette des Belles Filles της Αλσατίας σε 1.183 μέτρα υψόμετρο.

[www.letour.fr](http://www.letour.fr) - [www.letourfemmes.fr](http://www.letourfemmes.fr)

### Παγκόσμιο Κύπελλο Ράγκμπι 2023

Το 10ο Παγκόσμιο Κύπελλο Ράγκμπι θα διεξαχθεί από τις 8 Σεπτεμβρίου έως τις 28 Οκτωβρίου 2023. Είναι η δεύτερη φορά που η Γαλλία διοργανώνει το Παγκόσμιο Κύπελλο μετά το 2007. Οι αγώνες θα πραγματοποιηθούν στα στάδια των: Παρίσι-St Denis, Villeneuve-d'Ascq στη Νάντη, Μπροντό, Τουλούζ, Saint-Etienne, Décines (Λυών), Μασσαλίας και Νίκαιας.

[www.rugbyworldcup.com](http://www.rugbyworldcup.com)

### Παγκόσμιο Κύπελλο Σκι 2023

Οι 47οι αγώνες για το Παγκόσμιο Κύπελλο Αλπικού Σκι 2023 θα διεξαχθούν στη Courchevel/Méribel από τις 6 έως τις 19 Φεβρουαρίου 2023.

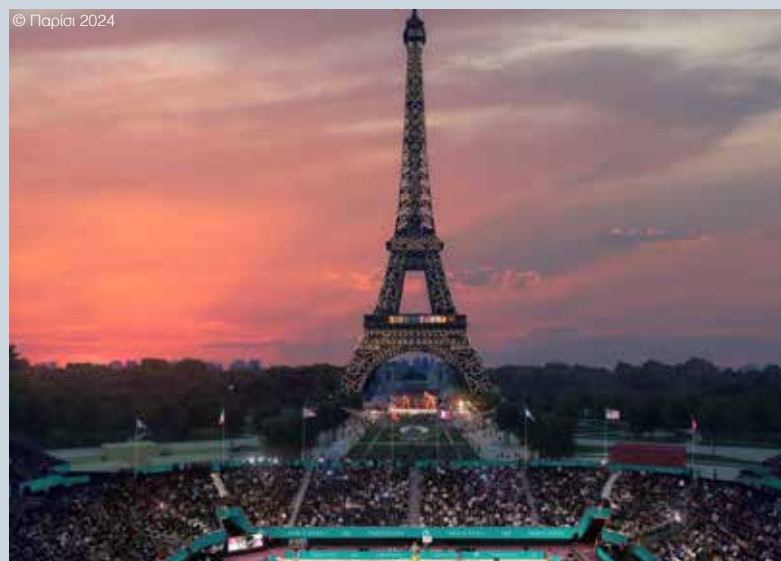
[www.courchevelmeribel2023.com](http://www.courchevelmeribel2023.com)

### Ολυμπιακοί Αγώνες 2024

Ξεκινά ήδη η αντίστροφη μέτρηση για τους Ολυμπιακούς Αγώνες (26 Ιουλίου - 11 Αυγούστου) και τους Παραολυμπιακούς (28 Αυγούστου - 8 Σεπτεμβρίου) του Παρισιού του 2024. Έχει ήδη οριστεί η ημερομηνία για τη διάθεση των εισιτηρίων που θα αγγίζουν τον αριθμό-ρεκόρ των 13,4 εκατ. εκ των οποίων 3,4 εκατ. για τους Παραολυμπιακούς. Θα πωλούνται σε ειδική ενιαία πλατφόρμα για όλο τον κόσμο με κόστος για όλα τα αθλήματα στα 24 ευρώ και για τα αθλήματα των Παραολυμπιακών στα 15 ευρώ.

[www.paris2024.org](http://www.paris2024.org)

© Παρίσι 2024



### ΟΙ ΜΕΓΑΛΕΣ ΠΑΛΙΡΡΟΙΕΣ 2022

Οι πιο θαυματικές παλίρροιες της Γαλλίας παρατηρούνται στη Βρετανία και τη Νορμανδία, ιδιαίτερα στον κόλπο του Mont Saint-Michel. Κατά το παλιρροϊκό φαινόμενο οι δύο περιοχές συνδέονται. Λέγεται πως η παλίρροια στον κόλπο ανεβαίνει με την ταχύτητα ενός αλόγου που καλπάζει (στην πραγματικότητα με ταχύτητα 6 χλμ. την ώρα). Το Mont Saint-Michel (Νορμανδία) και τα τείχη του Saint-Malo (Βρετανία) είναι δύο προνομιακά σημεία παρατήρησης του φαινομένου. Σημαντικό είναι να γνωρίζετε τον συντελεστή της παλίρροιας: Όσο πιο υψηλός είναι τόσο πιο υψηλή θα είναι και η στάθμη της θάλασσας. Με συντελεστή 110 το Mont Saint-Michel επανέρχεται στη... μορφή νησιού και στο Saint-Malo το επίπεδο της θάλασσας αγγίζει τα 13 μέτρα! Το φαινόμενο σημειώνεται καθ' όλη τη διάρκεια του χρόνου, αλλά οι πιο εντυπωσιακές παλίρροιες καταγράφονται μεταξύ Μαρτίου και Σεπτεμβρίου κοντά στις ισημερινές. Οι πίνακες συντελεστών και των ωρών της παλίρροιας είναι διαθέσιμοι στις ιστοσελίδες των γραφείων τουρισμού.

[www.ot-montsaintmichel.com](http://www.ot-montsaintmichel.com) και

[www.saint-malo-tourisme.com](http://www.saint-malo-tourisme.com)

# Χάρτης

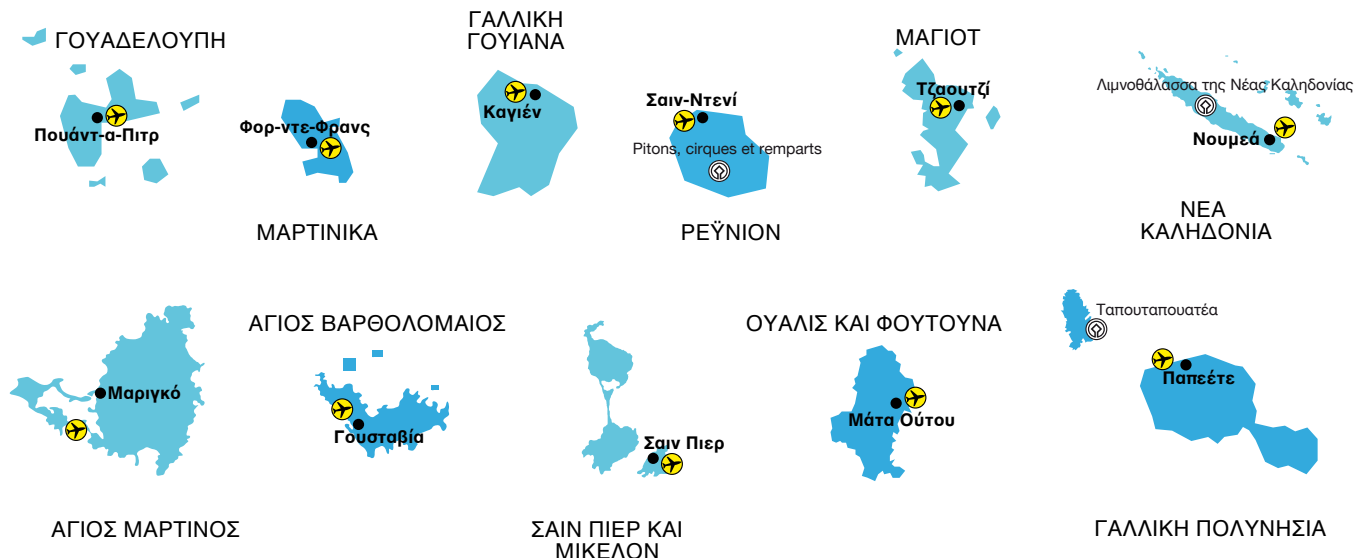
📍 Πολιτιστική Κληρονομιά UNESCO



Βρείτε όλες τις χρήσιμες πληροφορίες για την οργάνωση του ταξιδιού σας, τις συνδέσεις με τη Γαλλία και πολλά ακόμα στο

[www.france.fr/fr/avant-de-partir](http://www.france.fr/fr/avant-de-partir)

## ΥΠΕΡΠΟΝΤΙΑ ΕΔΑΦΗ



ΠΑΡΛΕ  
ΒΟΥ  
ΦΡΑΝΣΕ;

ΠΑΡΛΕ  
ΒΟΥ  
ΦΡΑΝΣΕ;

## ΓΑΛΛΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΛΛΑΔΟΣ

ΜΑΘΗΜΑΤΑ ΔΙΑ ΖΩΣΗΣ  
ΚΑΙ ΔΙΑΔΙΚΤΥΑΚΑ

ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ & ΕΓΓΡΑΦΕΣ: [WWW.IFG.GR](http://WWW.IFG.GR)

[WWW.IFG.GR](http://WWW.IFG.GR)

ΣΥΝΔΕΘΕΙΤΕ ΜΑΖΙ ΜΑΣ



ΓΑΛΛΙΚΟ ΙΝΣΤΙΤΟΥΤΟ ΕΛΛΑΔΟΣ

📍 Σίνα 31, 106 80, Αθήνα

☎ 210 339 8600 ✉ [contact@ifg.gr](mailto:contact@ifg.gr)

  
AMBASSADE  
DE FRANCE  
EN GRÈCE  
*Liberté  
Égalité  
Fraternité*

**INSTITUT  
FRANÇAIS**  
Grèce

# ΓΑΛΛΙΑ Ο ΠΙΟ ΓΛΥΚΟΣ ΠΡΟΟΡΙΣΜΟΣ



ELEGANCE IS A JOURNEY

**AIRFRANCE** 



Περισσότερες πληροφορίες στο [www.airfrance.gr](http://www.airfrance.gr)