



ΠΑΝΕΠΙΣΤΗΜΙΟ ΑΙΓΑΙΟΥ
ΤΜΗΜΑ ΔΙΟΙΚΗΣΗΣ ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ
ΜΕΤΑΠΤΥΧΙΑΚΟ ΠΡΟΓΡΑΜΜΑ ΣΠΟΥΔΩΝ
ΣΤΡΑΤΗΓΙΚΗ ΔΙΟΙΚΗΣΗ ΤΟΥΡΙΣΤΙΚΩΝ ΠΡΟΟΡΙΣΜΩΝ &
ΕΠΙΧΕΙΡΗΣΕΩΝ ΦΙΛΟΞΕΝΙΑΣ

Διπλωματική Εργασία

Θέμα:
**«Η συμβολή του Ευ Ζην της Ικαρίας στην ανάπτυξη
του εναλλακτικού τουρισμού»**

Περιβολαράκη Σωτηρία

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια: Δρ. Πουλάκη Πανωραία

Χίος, Νοέμβριος 2023

Δήλωση μη λογοκλοπής και ανάληψης προσωπικής ευθύνης

Με πλήρη επίγνωση των συνεπειών του νόμου περί πνευματικών δικαιωμάτων, δηλώνω ότι είμαι αποκλειστικός συγγραφέας της παρούσας Διπλωματικής Εργασίας και δηλώνω ότι αυτή προετοιμάστηκε και ολοκληρώθηκε από εμένα προσωπικά και αποκλειστικά, αναλαμβάνω πλήρως όλες τις συνέπειες του νόμου στην περίπτωση κατά την οποία αποδειχθεί, διαχρονικά, ότι η εργασία αυτή ή τμήμα της δεν μου ανήκει διότι είναι προϊόν λογοκλοπής άλλης πνευματικής ιδιοκτησίας.



«Η συμβολή του Ευ Ζην της Ικαρίας στην ανάπτυξη
του εναλλακτικού τουρισμού»

Περιβολαράκη Σωτηρία

Επιτροπή Πτυχιακής / Διπλωματικής Εργασίας

Επιβλέπουσα Καθηγήτρια

Δρ. Πουλάκη Πανωραία

Επιτροπή

Δρ. Σαλαμούρα Μαρία
Δρ. Αλέξιος-Πατάπιος Κόντης

Χίος, Νοέμβριος 2023

Περίληψη

Τα τελευταία τριάντα περίπου χρόνια έχει αλλάξει παγκοσμίως η μορφή του τουρισμού και από το μοντέλο του μαζικού τουρισμού έχει γίνει μετάβαση κατά ένα μεγάλο ποσοστό στις Ειδικές και Εναλλακτικές Μορφές Τουρισμού (E.E.M.T). Αυτό συμβαίνει καθώς ο εναλλακτικός τουρισμός προσφέρει μια πιο βιωματική, βιώσιμη και πολιτισμικά πλούσια εμπειρία ταξιδιού, που ανταποκρίνεται στο αυξημένο ενδιαφέρον για το περιβάλλον και την προστασία του, την πολιτιστική συνέχεια και την κοινωνική αλληλεπίδραση. Η Ελλάδα, ως χώρος που παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον από πλευράς τουριστικού προϊόντος δεν θα μπορούσε παρά να ακολουθήσει αυτή την τάση η οποία παρουσιάζεται και σαν ευκαιρία περαιτέρω ανάπτυξης. Σε αυτό συμβάλλει η πλούσια μορφολογία της, τα πολιτιστικά της δρώμενα, η ιστορία της καθώς επίσης και η μεγάλη ποικιλία δραστηριοτήτων της. Έντονο ενδιαφέρον παρουσιάζουν περιοχές με ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και κουλτούρα. Μία από αυτές αποτελεί και η Ικαρία η οποία συγκαταλέγεται στις επονομαζόμενες «μπλε ζώνες» του παγκόσμιου χάρτη λόγω της ευζωίας και της μακροζωίας που διακρίνει τους κατοίκους της. Ίσως αυτή η ευζωία να είναι τελικά ένα κίνητρο προσέλκυσης τόσο τοπικά όσο και ευρύτερα της ειδικής αυτής κατηγορίας εναλλακτικού τουρισμού.

Λέξεις – κλειδιά: *Εν Ζην, εναλλακτικός τουρισμός, μακροζωία, Ικαρία, αργός τουρισμός*

Abstract

In the last thirty years or so, the form of tourism has changed worldwide and from the model of mass tourism there has been a transition by a large percentage to Special and Alternative Forms of Tourism (A.S.F.T). This is as alternative tourism offers a more experiential, sustainable and culturally rich travel experience, responding to increased interest in the environment and its protection, cultural continuity and social interaction. Greece, as an area of particular interest in terms of tourism product, could not but follow this trend, which presents itself as an opportunity for further development. Its rich morphology, its cultural events, its history as well as its wide variety of activities contribute to this. Areas with special characteristics and culture are of great interest. One of them is Ikaria, which is included in the so-called "blue zones" of the world map due to the well-being and longevity of its inhabitants. Perhaps this well-being is ultimately a motivation to attract both locally and more widely this special category of alternative tourism.

Keywords: Well - being, alternative tourism, longevity, Ikaria, slow tourism

Ευχαριστίες

Η παρούσα διπλωματική εργασία εκπονήθηκε στα πλαίσια του Διατμηματικού Μεταπτυχιακού Προγράμματος Σπουδών «Στρατηγική Διοίκηση Τουριστικών Προορισμών & Επιχειρήσεων Φιλοξενίας» του Πανεπιστημίου Αιγαίου.

Από καρδιάς θα ήθελα να ευχαριστήσω την επιβλέπουσα καθηγήτρια κα. Πανωραία Πουλάκη για όλη την καθοδήγησή της καθώς επίσης και τους καθηγητές του ΔΠΜΣ του Πανεπιστημίου Αιγαίου για την γνώση που με τόση θέρμη προσέφεραν.

Είμαι ξεχωριστά ευγνώμων και ένα μεγάλο ευχαριστώ αξίζει στους υπέροχους γονείς μου Βασιλική και Ιωάννη, τον αδερφό μου Χρήστο για την αμέριστη στήριξή τους σε κάθε μου βήμα.

Τέλος, θα ήθελα να ευχαριστήσω τους αγαπημένους και πολύτιμους φίλους μου για όλη την ενθάρρυνση και υποστήριξή τους.

Πίνακας Περιεχομένων

Περίληψη	4
Ευχαριστίες	6
Εισαγωγή	9
Κεφάλαιο πρώτο. Τουρισμός και Εναλλακτικός Τουρισμός	
1.1 Ο τουρισμός ως οντότητα	11
1.2 Προοπτικές στην ανάπτυξη του τουρισμού	12
1.3 Παράγοντες που επηρεάζουν την ανάπτυξη του τουρισμού.....	15
1.4 Η Ελλάδα ως προορισμός	19
1.4.1 Η συμβολή του τουρισμού στην Ελληνική οικονομία.....	20
1.4.2 Η συμβολή του τουρισμού στην τοπική και περιφερειακή ανάπτυξη	23
1.4.3 Προκλήσεις και ευκαιρίες από τον Τουρισμό	23
1.5 Εναλλακτικός τουρισμός	24
1.5.1 Ειδικές μορφές Τουρισμού	25
1.5.2 Η Έννοια του εναλλακτικού τουρισμού.....	28
1.6 Παραδείγματα Εναλλακτικού τουρισμού στην Ελλάδα και διεθνώς.....	29
1.6.1 Μελέτη περίπτωσης αγροτουρισμού και οινοτουρισμού στην Τοσκάνη	29
1.6.2 Μελέτη περίπτωσης ιαματικού τουρισμού ΣΠΑ στο Βέλγιο.....	30
1.6.3 Μελέτη περίπτωσης τουρισμού σκαφών αναψυχής στην Ισπανία.....	30
1.6.4 Μελετη περίπτωσης αγροτουρισμού στην Κρήτη	31
1.6.5 Μελέτη περίπτωσης εκθεσιακού τουρισμού στη Θεσσαλονίκη.....	31
1.6.6 Μελέτη περίπτωσης ορεινού τουρισμού σε Γρεβενά και Ιωάννινα	32
Κεφάλαιο Δεύτερο Ευ Ζην και Μακροζωία	
2.1 Ορισμός του Ευ Ζην.....	33
2.2 Πως αποτιμάται το Ευ Ζην	33
2.3 Σχετίζεται το Ευ Ζην με τη μακροζωία	35
2.3.1 Συμβολή του γονιδιώματος στη μακροζωία.....	36
2.3.2 Συμβολή των τελομαρών στη μακροζωία	37
Κεφάλαιο Τρίτο. Χαρακτηριστικά της Ικαρίας	
3.1 Γενικές πληροφορίες για την Ικαρία	40

3.2 Ιστορία της Ικαρίας	40
3.3 Πολιτισμικά και λαογραφικά στοιχεία της Ικαρίας.....	42
3.4 Διατροφικές συνήθειες κατοίκων της Ικαρίας	44
3.5 Αξιοθέατα και δραστηριότητες στην Ικαρία.....	45
3.5.1 Ιαματικά Λουτρά.....	45
3.5.2 Αξιοθέατα	47
3.5.3 Δραστηριότητες και αθλητισμός.....	49
Κεφάλαιο Τέταρτο. Στρατηγικός προσανατολισμός σε τομείς της Ικαρίας που μπορούν να συμβάλλουν στην ανάπτυξη του εναλλακτικού τουρισμού.	
4.1 Αργός Τουρισμός (Slow Tourism)	50
4.1.1 Μελέτη Περίπτωσης Αργού Τουρισμού – Λετονία	52
4.1.2 Μελέτη Περίπτωσης Αργού Τουρισμού – Βουλγαρία	59
4.2 Θαλάσσιος Τουρισμός (Sea Tourism)	62
4.3 Ιαματικός - Θεραπευτικός Τουρισμός	63
4.4 Αγροτουρισμός.....	64
Κεφάλαιο Πέμπτο. Συμπεράσματα – προτάσεις.....	67
Βιβλιογραφία	69

Εισαγωγή

Αναμφίβολα ο τουρισμός είναι ένας δυναμικός και ποικιλόμορφος τομέας, ο οποίος προσφέρει στους ταξιδιώτες εμπειρίες, αναψυχή, ξεκούραση και πλήθος άλλων πλεονεκτημάτων. Πέρα από τις κλασικές προσεγγίσεις του τουρισμού που συνδέονται με τα μαζικά ταξίδια και τη γνωστή επίσκεψη στα αξιοθέατα, αναδύεται μια προοδευτική κατηγορία τουρισμού που προσανατολίζεται προς τη βιωματική, βιώσιμη και πολιτισμικά πλούσια εμπειρία. Την κατηγορία αυτή εκπροσωπεί εναλλακτικός τουρισμός.

Ο εναλλακτικός τουρισμός, αποτελεί μια διαφορετική προσέγγιση στα ταξίδια, όπου η επικοινωνία με τον τόπο και τους ανθρώπους του υπερισχύει της απλής κατοίκησης του. Αυτή η προσέγγιση αντιμετωπίζει τον ταξιδιώτη ως περιέργο εξερευνητή, παρέχοντας του τη δυνατότητα να εμβαθύνει στον πολιτισμό, την κουλτούρα και την τρόπο ζωής του προορισμού. Υπό το πρίσμα του εναλλακτικού τουρισμού, ο ταξιδιώτης δεν επισκέπτεται απλά, αλλά αλληλεπιδρά με την τοπική κοινότητα εξερευνώντας τις αυθεντικές εμπειρίες που προσφέρει η κάθε περιοχή. Από τη συμμετοχή σε τοπικά έθιμα και δραστηριότητες μέχρι τη γνωριμία με τους ντόπιους και την ανακάλυψη κρυμμένων καλλιτεχνικών ή γαστρονομικών θησαυρών, ο εναλλακτικός τουρισμός ανοίγει πόρτες προς την πλούσια ποικιλία των ανθρώπινων εμπειριών. Ενταγμένος σε αξίες βιωσιμότητας, περιβαλλοντικής ευαισθητοποίησης και σεβασμού για τον τοπικό πολιτισμό, ο εναλλακτικός τουρισμός δεν αποτελεί απλά μια επιλογή ταξιδιού, αλλά μια φιλοσοφία ζωής. Μέσα από αυτόν, ο ταξιδιώτης δένεται με τις ρίζες του τόπου, μαθαίνει από τον τρόπο ζωής των ντόπιων και συνεισφέρει στην ανάπτυξη των τοπικών κοινοτήτων.

Στην Ελλάδα η ανάπτυξη του εναλλακτικού τουρισμού βρίσκει εύφορο έδαφος κυρίως λόγω της μορφολογίας της, της μεγάλης πολιτιστικής κληρονομιάς αλλά και των πολλών διαφορετικών μορφών τοπικής κουλτούρας που έχουν αναπτύξει οι κάτοικοι των περιοχών. Μια περιοχή από αυτές είναι η Ικαρία. Ο τρόπος ζωής των κατοίκων ο οποίος χαρακτηρίζεται από τη σωστή διατροφή, την ενασχόληση με τη φύση και τις κοινωνικές συναναστροφές την έχουν μετατρέψει σε μία περιοχή της οποίας οι κάτοικοι ζούν πολύ περισσότερο από το γενικό μέσο όρο, όπως επίσης διακατέχονται από το αίσθημα της πληρότητας και της ευθυμίας.

Η παρούσα εργασία αποπειράται να διερευνήσει μέσα από δευτερογενή έρευνα, πώς η ευζωία της Ικαρίας μπορεί να συμβάλλει στην ανάπτυξη του εναλλακτικού τουρισμού.

Αρχικώς, παρουσιάζεται η κλασική μορφή του τουρισμού όπως επίσης και τρόπος που συμβάλλει γενικά ο τουρισμός στο Ακαθάριστο Εθνικό Προϊόν της χώρας διαχρονικά. Αυτό γίνεται με σκοπό να γίνει αντιληπτή η σημασία του τουρισμού για την Ελλάδα και η επιτακτική ανάγκη στην μετεξέλιξη του μαζικού τουρισμού στη νέα τάση – μορφή που είναι ο εναλλακτικός τουρισμός και οι ειδικές μορφές του.

Εν συνεχεία, μελετάται η έννοια της ευζωίας και ποια είναι εκείνα τα στοιχεία που μπορούν να οδηγήσουν στη μακροζωία, καθώς επίσης και αν υπάρχει άμεση σύνδεση των δύο αυτών στοιχείων μεταξύ τους.

Στην τρίτη ενότητα, περιγράφονται τα πολιτισμικά, τα εδαφικά, τα ιστορικά χαρακτηριστικά και γενικότερα η κουλτούρα της Ικαρίας έτσι ώστε να προκύψει τελικώς κάποιο συμπέρασμα για το αν το «Ευ Ζην» του νησιού, κάτι για το οποίο φημίζεται και την έχει εντάξει στις πέντε «μπλε ζώνες παγκοσμίως» μπορεί να συμβάλλει στην ανάπτυξη του εναλλακτικού τουρισμού με άμεσο όφελος τόσο τοπικά όσο και εγχώρια.

Η τέταρτη ενότητα, παραθέτει στρατηγικές κινήσεις οι οποίες θα μπορούσαν να ενσωματωθούν στη διαμόρφωση του προσφερόμενου τουριστικού προϊόντος της Ικαρίας ενώ παρουσιάζονται και πετυχημένες μελέτες περίπτωσης από μέρη τα οποία έχουν υιοθετήσει στοιχεία του εναλλακτικού τουρισμού και ιδιαίτερα του αργού τουρισμού.

Τέλος, αναγνωρίζεται η σχέση της ευζωίας που κυριαρχεί στη Ικαρία και η άμεση σχέση που μπορεί να έχει με τη σύνδεσή της με τον εναλλακτικό τουρισμό. Προβάλλονται έτσι κρίσιμα συμπεράσματα και προτείνονται κινήσεις ανάπτυξης μορφών του εναλλακτικού τουρισμού για την ανάπτυξη του τουριστικού προϊόντος.

Κεφάλαιο πρώτο.

Τουρισμός και Εναλλακτικός Τουρισμός

1.1 Ο Τουρισμός ως οντότητα

Ο τουρισμός αποτελεί έναν από τους σημαντικότερους κλάδους της παγκόσμιας οικονομίας ο οποίος ασκεί τεράστια επίδραση στην ανάπτυξη των χωρών και των κοινοτήτων. Αντιπροσωπεύει μια δραστηριότητα που ενώνει ανθρώπους από διαφορετικές πολιτισμικές, κοινωνικές και οικονομικές πραγματικότητες, συμβάλλοντας στην παγκόσμια ευημερία και κατανόηση. Στο χρονικό ορίζοντα ύπαρξης του τουρισμού ως έννοια, συνεχώς μεταβάλλεται και σαν μορφή και σαν ένταση αλλά ταυτόχρονα εξελίσσεται και διαφοροποιείται σύμφωνα με τις τρέχουσες παγκόσμιες εξελίξεις και τα πρότυπα οικονομίας – κοινωνίας στις οποίες δρα και αναπτύσσεται. Ο όρος «tourism» και «tourist» χρησιμοποιήθηκε στην Αγγλία για πρώτη φορά το 1800. Το 1963 στη συνδιάσκεψη των Ηνωμένων Εθνών για τον τουρισμό και τα διεθνή ταξίδια που πραγματοποιήθηκε στη Ρώμη, ορίστηκε ως *«επισκέπτης - τουρίστας, κάθε άτομο το οποίο μετακινείται σε άλλη χώρα διαφορετικά από εκείνη της μόνιμης κατοικίας του για οποιοδήποτε λόγο εκτός από εκείνον την άσκησης αμειβόμενου επαγγέλματος»*. Στο ίδιο συνέδριο έγινε και διαχωρισμός των όρων τουρίστας και εκδρομέας. Ως έτος γέννησης του Τουρισμού θα θεωρήσουμε το 1855 όταν ο Thomas Cook οργάνωσε το «Circular Club», ενώ το 1890 ιδρύεται το Touring Club στη Γαλλία και το 1895 ιδρύεται η δική μας «Ποδηλατική Εταιρία» η οποία μετονομάζεται το 1909, με τροποποίηση του καταστατικού της, σε «Ελληνική Εταιρεία Περιηγήσεων – Touring Club».¹

Σύμφωνα με τον Orvar Lofgren, *«ως πρώτη μορφή τουρισμού αναγνωρίζεται η περιήγηση, με βάση μια ατομική αναζήτηση για τις ρίζες του παρελθόντος, την περιέργεια για άλλους πολιτισμούς και την περιπλάνηση σε άγνωστους τόπους»*². Αυτό φαίνεται να έχει πάρει διαφορετική μορφή στις μέρες μας. Ο σύγχρονος τρόπος ζωής έχει μετατρέψει τον τουρισμό σε μία ατομική ανάγκη για ξεκούραση και κοινωνική ανάγκη

¹ «Η ιστορική εξέλιξη του τουρισμού», Εφημερίδα Καθημερινή, Άρθρο 13/7/2013

² «On holiday. A history of vacationing», Orvar Lofgren, University of California, 1999

για αναφυχή, γεγονός που οδηγεί στην εξέλιξη της παγκόσμιας οικονομίας και της ανάπτυξης ενός τόπου αφού πλέον γίνεται μαζικότερα από ποτέ.

Ο σύγχρονος τουρίστας επιλέγει κάθε είδους προορισμό σε όλο τον κόσμο ενώ στον αντίποδα κάθε χώρα και περιοχή προσπαθεί να προσελκύσει το ενδιαφέρον του τουρισμού αναμένοντας τα αντίστοιχα πολιτισμικά, οικονομικά και κοινωνικά οφέλη. Σημαντική απόδειξη όλων αυτών που αναγράφονται στην παρούσα μελέτη, είναι ο ολοένα αυξανόμενος αριθμός εκθετών σε διεθνείς και εγχώριες εκθέσεις τουρισμού³.

Οι λόγοι για τους οποίους παρατηρείται αυτή η τάση ποικίλουν. Μερικοί από αυτούς είναι:

- Ταυτόχρονα με την αύξηση του τουρισμού σε έναν τόπο, βελτιώνονται και οι οικονομικοί του δείκτες. Η αύξηση των τουριστών αυξάνει την κατανάλωση και κατά συνέπεια την παραγωγή με άμεσο αποτέλεσμα την κυκλοφορία αξιών και την αναβάθμιση των προϊόντων και των υπηρεσιών που προσφέρονται από τον τόπο προορισμού.
- Κάθε τόπος έχει ιδιαίτερα χαρακτηριστικά και προσελκύει το ενδιαφέρον του ανάλογου τύπου τουρισμού – τουριστών.
- Λόγω της παγκοσμιοποίησης, η ανάδειξη του κάθε τόπου και των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών του είναι ευκολότερη και πιο άμεση. Σε αυτό συμβάλλουν κυρίως οι νέες τεχνολογίες, το διαδίκτυο και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης.
- Ο Τουρισμός, αν λειτουργήσει ορθά και μεθοδευμένα μπορεί να αναδείξει και να προστατεύσει την πολιτιστική και φυσική κληρονομιά ενός τόπου.

Για αυτούς και αρκετούς επιπλέον λόγους που ξεφεύγουν από τα πλαίσια μελέτης της παρούσας εργασίας, ο τουρισμός έχει αναδειχθεί σε μία από τις σημαντικότερες οικονομικές δραστηριότητες στην παγκόσμια οικονομία.

1.2 Προοπτικές στην ανάπτυξη του τουρισμού

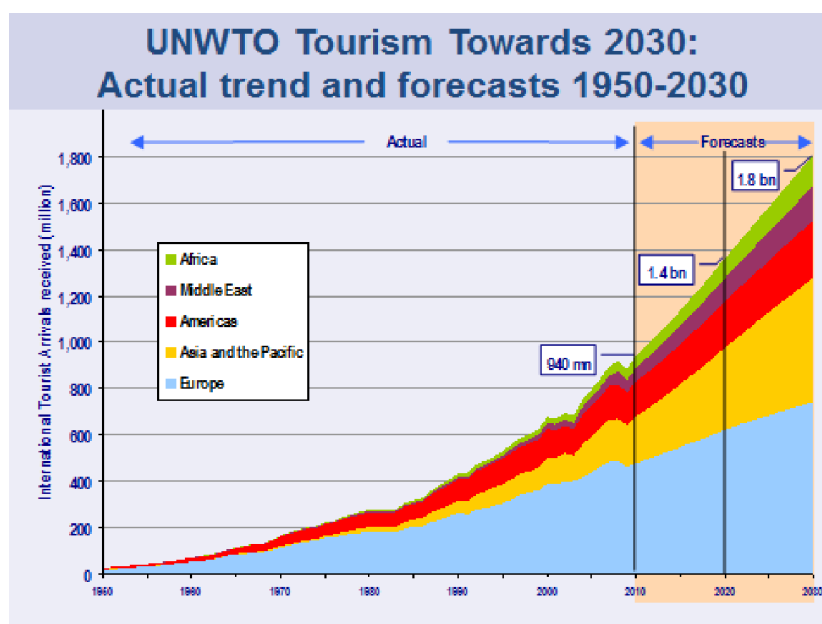
Ο τουρισμός όπως και η παγκόσμια οικονομία γενικότερα επηρεάζονται από τις διεθνείς εξελίξεις και προκλήσεις καθώς και από παράγοντες όπως η ψυχολογία, και το διαθέσιμο εισόδημα. Το διάστημα 1975 – 2008 σύμφωνα με έκθεση του United

³ <https://www.wtm.com/portfolio/en-gb/history.html> (15/5/2023)

Nations World Tourism Organization (UNWTO 2008), ο διεθνής τουρισμός είχε τριπλασιαστεί (924 εκατομμύρια αφίξεις το 2008 έναντι 300 εκατομμυρίων το 1975) και με πρόβλεψη την επόμενη δεκαπενταετία, δηλαδή μέχρι το 2020 να φτάσει τα 1,6 δις σε διεθνείς αφίξεις.

Σχήμα 1.

Η Δυναμική του Παγκόσμιου Τουρισμού



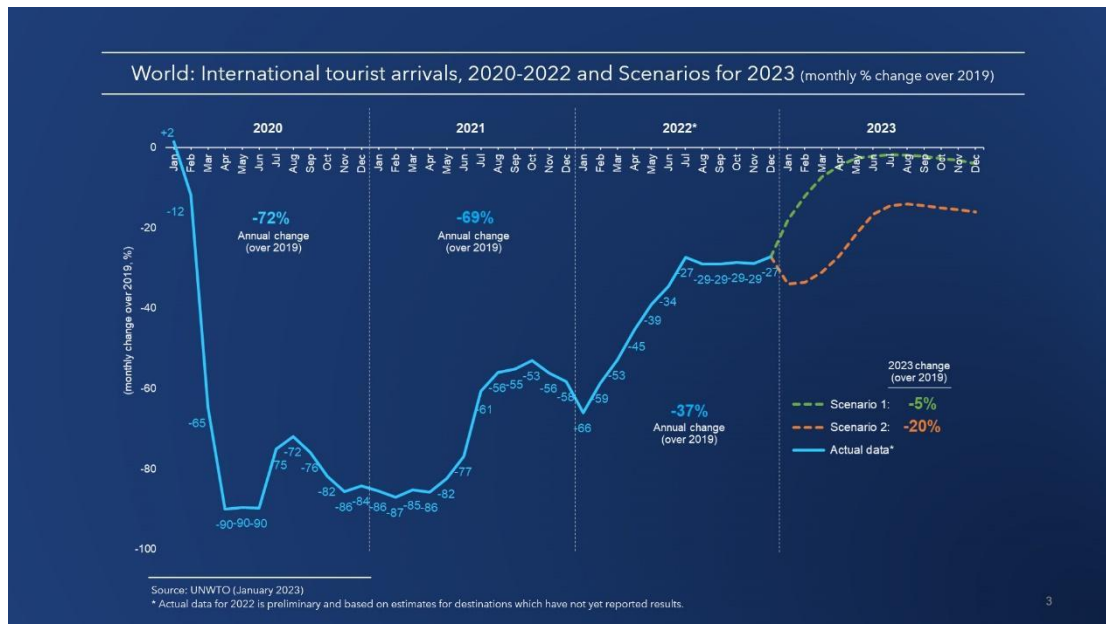
Πηγή: UNWTO, 2012 Tourism 2030 Vision⁴

Ωστόσο, σε περιόδους κρίσης υπάρχει αρνητικός αντίκτυπος και στον τουρισμό. Την περίοδο της χρηματοπιστωτικής κρίσης του 2008 υπήρξε μία μικρή αύξηση κατά 2% την αμέσως όμως επόμενη χρονιά λόγω της μείωσης κατά 2.1% του ΑΕΠ ο δείκτης τουρισμού εμφάνισε διπλάσια μείωση. Ένα άλλο χαρακτηριστικό παράδειγμα που οι παγκόσμιες εξελίξεις επηρέασαν τον τουρισμό, ήταν το φαινόμενο της πανδημίας το 2019. Η μελέτη που εκπονήθηκε από τον φορέα United Nations World Tourism Organization τον Ιανουάριο του 2023 παρουσιάζει όλη των πορεία του τουρισμού από το 2019 και την προσπάθεια ανάκαμψής του ακόμα και μετά από τέσσερα έτη.

⁴ «MARKETS PERFORMANCE AND PROSPECTS», UNWTO, 2012, Σελ.17

Σχήμα 2.

Στατιστικά τουρισμού 2019 – 2023



Πηγή: UNWOTO, IMPACT ASSESSMENT OF THE COVID-19 OUTBREAK ON INTERNATIONAL TOURISM⁵

Ο ίδιος φορέας, σε νεότερη μελέτη του τον Μάιο του 2023 αναφέρει ότι οι διεθνείς αφίξεις το πρώτο τετράμηνο του 2023 άγγιξαν το 80% των αφίξεων της εποχής πριν την πανδημία. Σε αριθμό αφίξεων έφτασαν τα 235 εκατομμύρια, ποσοστό διπλάσιο δηλαδή της αντίστοιχης περιόδου το 2020.

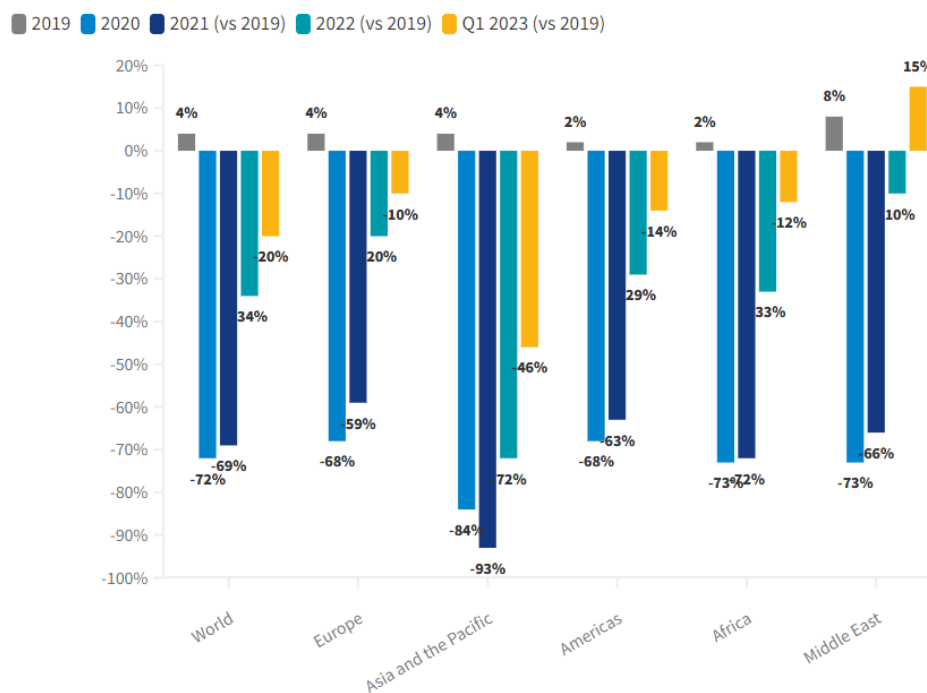
Τα στατιστικά αυτά και οι προβλέψεις για το επόμενο διάστημα, δείχνουν τον δυναμικό χαρακτήρα του τουρισμού και ότι παρά τις όποιες επιπτώσεις από δυσμενή παγκόσμια ή εγχώρια γεγονότα ο τουρισμός αναπτύσσεται μακροπρόθεσμα ταχύτερα από την παγκόσμια οικονομία.

⁵ <https://www.unwto.org/impact-assessment-of-the-covid-19-outbreak-on-international-tourism> (16/5/2023)

Σχήμα 3

Δεδομένα Τουρισμού

International Tourist Arrivals, World and Regions



Πηγή: World Tourism Organization (UNWTO)⁶

1.3 Παράγοντες που επηρεάζουν την ανάπτυξη του τουρισμού

Ο τουρισμός είναι μια πολυδιάστατη βιομηχανία που επηρεάζεται από τις ευρύτερες κοινωνικές, οικονομικές, πολιτισμικές, πολιτικές και τεχνολογικές μεταβολές.

Ξεκινώντας από την τεχνολογία είναι εύκολο κανείς να αντιληφθεί ότι η αλματώδης τεχνολογική πρόοδος από τη δεκαετία του 1960 και μετά, έδωσε τη δυνατότητα άμεσης ενημέρωσης και πληροφόρησης για όλους τους προορισμούς ενώ ταυτόχρονα και με την αναπτυξιακή διαδικασία των αεροπορικών μεταφορών, το να ταξιδέψει κάποιος σε εύλογο χρονικό διάστημα σε οποιονδήποτε προορισμό με χαρακτηριστικά που ταιριάζουν στο είδος του ταξιδιού που επιθυμεί έγινε πιο

⁶ <https://www.unwto.org/unwto-world-tourism-barometer-data> (16/5/2023)

ελκυστική επιλογή⁷. Το διαδίκτυο⁸ και τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης έχουν γίνει τα βασικά εργαλεία ενημέρωσης και διαχείρισης της πληροφορίας προκαλώντας σημαντικές αλλαγές στον τουρισμό. Ο εν δυνάμει τουρίστας μπορεί να πληροφορηθεί άμεσα για προορισμούς που συγκεντρώνουν ιδιαίτερα χαρακτηριστικά της επιλογής του, τις επιλογές μετακίνησης στους προορισμούς αυτούς, τη διαμονή, διάφορες δραστηριότητες καθώς επίσης και συμφέρουσες προσφορές πακέτων. Ο τουρίστας λοιπόν, σε πραγματικό χρόνο συγκεντρώνει όλη την απαραίτητη πληροφορία σε ότι αφορά έναν προορισμό. Το σημαντικότερο βέβαια είναι ότι η πληροφορία αυτή ανανεώνεται σε πραγματικό χρόνο κάτι που ενισχύει την εξατομίκευση της αναψυχής και του τουρισμού⁹. Επιπλέον, η χρήση νέων τεχνολογιών πληροφορικής έχει ενισχύσει το ηλεκτρονικό επιχειρείν ενδυναμώνοντας την αυτονομία και την ανεξαρτησία των επιχειρήσεων δημιουργώντας ένα πλήρως και διαρκώς αυξανόμενο ανταγωνιστικό περιβάλλον. Κατά συνέπεια, υπάρχουν επιπτώσεις στη δομή και στη ροή της προσφοράς υπηρεσιών. Για παράδειγμα έχει αλλάξει ο ρόλος των μεσαζόντων (τουριστικά γραφεία – τουριστικοί πράκτορες).

Ένας επιπλέον σημαντικός παράγοντας που επηρεάζει την ανάπτυξη του τουρισμού είναι ο κοινωνικο – οικονομικός παράγοντας. Για παράδειγμα, η κατάσταση της οικονομίας, οι συναλλαγματικές ισοτιμίες και οι επιπτώσεις των φορολογικών πολιτικών, μπορούν να επηρεάσουν την απόφαση των ανθρώπων να ταξιδέψουν. Η οικονομική σταθερότητα και η αγοραστική δύναμη διαμορφώνουν τις τουριστικές προτιμήσεις. Ο σύγχρονος τουρίστας διαφέρει από αυτόν της δεκαετίας του 1960 και του 1970. Πλέον, ταξιδεύει κατά μέσο όρο σε περισσότερους ταξιδιωτικούς προορισμούς, γίνεται πιο έμπειρος ταξιδευτής με αποτέλεσμα να γίνεται πιο απαιτητικός ως προς την ποιότητα υπηρεσιών. Η αύξηση του ελεύθερου χρόνου στις σύγχρονες κοινωνίες, το αυξημένο διαθέσιμο εισόδημα, οι κοινωνικές και οργανωτικές δομές και η πληθώρα προορισμών έχουν επηρεάσει την τουριστική αγορά δημιουργώντας δύο νέες τάσεις.

Στην πρώτη τάση, ο σύγχρονος τουρίστας έχει γίνει περισσότερο ένα άτομο που αναζητά την ικανοποίηση των δικών του ιδιαίτερων ενδιαφερόντων κάτι που με τη σειρά του οδηγεί στην ανάπτυξη ειδικών μορφών τουρισμού που αποκαλούνται και

⁷ Vellas, F. «Economie et Politique du Tourisme International», Paris: ECONOMICA, 2006

⁸ Buhalis D. & Peter O'Connor «Information Communication Technology Revolutionizing Tourism», 2005

⁹ Yeoman I., «Tomorrow's Tourist», 2008

«εναλλακτικές» όπως ο οικοτουρισμός, ο τουρισμός υγείας και ευεξίας, ο πολιτιστικός τουρισμός, ο επαγγελματικός τουρισμός κ.α.¹⁰. Γίνεται πλέον μια σαφής διάκριση από τον μαζικό τουρισμό που γνωρίσαμε παλαιότερα.

Η δεύτερη τάση, έχει να κάνει με το ότι ο τουρίστας πλέον διαθέτει τον ελεύθερο του χρόνο για αναψυχή σε πολλές μικρότερης χρονικής διάρκειας περιόδους ανά έτος και όχι σε μία ενιαία χρονική διάρκεια όπως για παράδειγμα τις διακοπές των Χριστουγέννων ή τις θερινές διακοπές. Συνεπώς, μειώνονται οι ημέρες παραμονής σε έναν προορισμό αλλά στον αντίποδα πολλαπλασιάζονται οι προορισμοί επίσκεψης. Οι αλλαγές αυτές επηρεάζουν συνολικά την τουριστική αγορά τόσο ως προς τη μέση διάρκεια παραμονής όσο και ως προς την εποχικότητα, τον ανταγωνισμό και της νέες μορφές προσφοράς και ζήτησης¹¹.

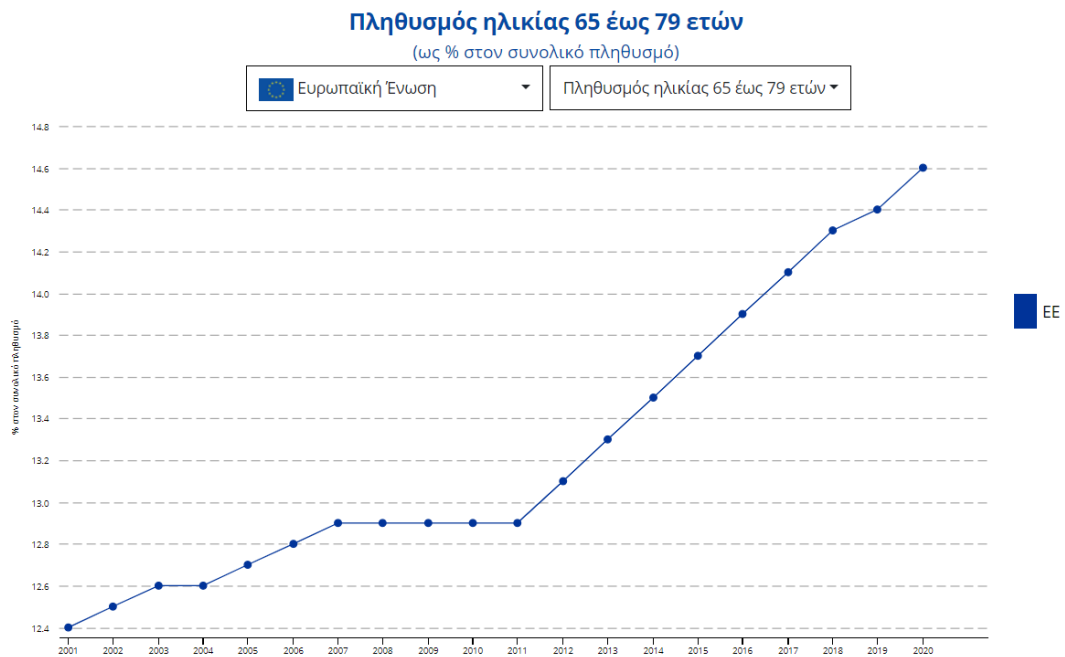
Πέραν των κλασικών παραγόντων που δείχνουν να επηρεάζουν τον τουρισμό, έχουν αναδυθεί πλέον και άλλα νέα θέματα τα οποία φαίνεται να απασχολούν τους τουρίστες. Θέματα ασφάλειας στους προορισμούς που θα επισκεφτεί, η πολιτική σταθερότητα, οι τρομοκρατικές επιθέσεις, οι πανδημίες, οι φυσικές καταστροφές, η απειλή για πολεμική σύρραξη είναι μερικές από τις αιτίες οι οποίες αναπροσαρμόζουν την τουριστική ζήτηση. Επίσης, οι δημογραφικές αλλαγές φαίνονται να επηρεάζουν τον τουρισμό διεθνώς. Σύμφωνα με τη Eurostat για τη διάρθρωση του πληθυσμού στην Ευρώπη, *«Ο πληθυσμός της ΕΕ γηράσκει και αυτό μπορεί να διαπιστωθεί μέσω διαφόρων στατιστικών δεικτών όπως: η εξέλιξη του ποσοστού του πληθυσμού των ηλικιωμένων, ο δείκτης εξάρτησης ηλικιωμένων και η διάμεση ηλικία. Εξετάζοντας πρώτα την εξέλιξη του ποσοστού των ηλικιωμένων στον πληθυσμό το 2020, το 21 % του πληθυσμού ήταν ηλικίας 65 ετών και άνω, έναντι 16 % το 2001, σημειώνοντας αύξηση κατά 5 ποσοστιαίες μονάδες. Ειδικότερα, όσον αφορά την ομάδα των 80 ετών και άνω, το μερίδιό τους ήταν σχεδόν 6 % το 2020, ενώ ήταν 3,4 % το 2001, το οποίο σημαίνει ότι το ποσοστό τους σχεδόν διπλασιάστηκε κατά την περίοδο αυτή. Από την άλλη πλευρά, το ποσοστό των νέων (ηλικίας 0 έως 19 ετών) στην ΕΕ ήταν 20 % το 2020, σημειώνοντας μείωση κατά 3 ποσοστιαίες μονάδες σε σύγκριση με 23 % το 2001»*¹².

¹⁰ Σωτηριάδης Μ, Φαρσάρη Ι., «Εναλλακτικές και ειδικές μορφές τουρισμού», 2009

¹¹ Hall, C. M., & Page, S. J. «The Geography of Tourism and Recreation», London: Routledge, 1999

¹² <https://www.statistics.gr/demography/bloc-1c.html?lang=el> (16/5/2023)

Σχήμα 4



Πηγή: Eurostat¹³

Τα στοιχεία αυτά αποτυπώνουν την εικόνα της Ευρωπαϊκής Ένωσης αλλά επί της ουσίας είναι και ένα στιγμιότυπο της ευρύτερης παγκόσμιας κατάστασης. Βάσει των δεδομένων λοιπόν ίσως προκύπτει μία ευκαιρία για τους προορισμούς που αποβλέπουν στον τουρισμό υγείας και ευεξίας να προσελκύσουν ολοένα και μεγαλύτερο αριθμό τουριστών, ανάλογης κατηγορίας. Χαρακτηριστικά όπως ο πολιτισμός, οι δραστηριότητες στη φύση, η εκπαίδευση, η συμμετοχή στα πολιτιστικά δρώμενα και στις τοπικές εκδηλώσεις συνεχώς κερδίζουν έδαφος στις προτιμήσεις των τουριστών ως προς τον προορισμό που θα επισκεφτούν. Το προφίλ του σύγχρονου τουρισμού ξεφεύγει από την κλασική δομή της απόλαυσης πολυτελών υπηρεσιών και της ηρεμίας. Αναζητά συμμετοχή σε τοπικές δραστηριότητες, να εκπαιδευτεί στην ιστορία του κάθε προορισμού και στην πολιτιστική κληρονομιά που αφήνει το αποτύπωμά της στον τόπο αυτόν.

13

https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/DEMO_PJANIND_custom_964289/bookmark/table?lang=en&bookmarkId=599174db-325f-429b-87ba-6af6b18e9ca9 (17/5/2023)

1.4 Η Ελλάδα ως προορισμός

Η Ελλάδα θεωρείται εδώ και αρκετά χρόνια ένας δημοφιλής τουριστικός προορισμός, κάτι που ενισχύεται από την κουλτούρα, την ιστορία, και τη γεωμορφολογία του τόπου. Δεν είναι τυχαίο ότι βρίσκεται μέσα στις τριάντα πιο ανταγωνιστικές χώρες στον τουρισμό. Κατέχει την εικοστή όγδοη θέση παγκοσμίως σύμφωνα με έκθεση του World Economic Forum που πραγματοποιήθηκε τον Μάιο του 2022¹⁴. Εξαιτίας του πολυμορφισμού της, η Ελλάδα δύναται να ικανοποιήσει κάθε ιδιαίτερη επιθυμία των τουριστών που την επισκέπτονται.

Ο διεθνής τουρισμός αναπτύχθηκε στην Ελλάδα με αρκετά γρήγορο ρυθμό. Από τις περίπου εβδομήντα χιλιάδες αφίξεις στις αρχές του 1950 φτάσαμε στα 1,4 εκατομμύρια το 1970, τα 9 εκατομμύρια το 1990, τα 17,5 εκατομμύρια το 2007 και στα 31 εκατομμύρια το 2019 χρονιά ορόσημο καθώς μετά συνέβησαν τα γεγονότα της πανδημίας και οι δείκτες δεν είναι ενδεικτικοί του ρυθμού που περιγράφεται στην παρούσα εργασία.

Από στοιχεία του Συνδέσμου Ελληνικών Τουριστικών Επιχειρήσεων (ΣΕΤΕ), προκύπτει ότι οι περισσότεροι τουρίστες που επισκέπτονται την Ελλάδα είναι Ευρωπαίοι, κυρίως από το Ηνωμένο Βασίλειο (11%) και από τη Γερμανία (13%)¹⁵. Τα τελευταία βέβαια χρόνια παρατηρείται αύξηση του αριθμού των τουριστών από την κεντρική Ευρώπη, τη Ρουμανία αλλά και από χώρες εκτός Ευρώπης όπως οι Ηνωμένες Πολιτείες Αμερικής και η Κίνα.

Πίνακας 1

Χώρες προέλευσης	Αφίξεις μη κατοίκων από το εξωτερικό ανά χώρα προέλευσης (σε χιλ.)												
	2010	2011	2012	2013	2014	2015	2016	2017	2018	2019	2020	2021	2022
Χώρες Ευραζίας	6.147	6.622	5.903	6.379	7.457	8.189	8.935	9.863	11.436	11.071	3.447	7.360	11.567
Αυστρία	338	310	236	236	285	327	359	396	521	583	161	422	614
Βέλγιο	340	433	327	345	409	483	467	527	587	588	136	359	502
Γαλλία	868	1.149	977	1.152	1.463	1.522	1.314	1.420	1.524	1.542	469	1.175	1.758
Γερμανία	2.039	2.240	2.109	2.268	2.459	2.810	3.139	3.706	4.381	4.026	1.526	3.001	4.352
Ισπανία	155	155	156	92	136	94	203	164	226	283	75	141	291
Ιταλία	844	938	848	964	1.118	1.355	1.387	1.441	1.667	1.553	373	806	1.413
Κύπρος	575	440	425	399	448	470	652	632	698	801	291	496	733
Ολλανδία	528	561	478	581	657	639	771	947	1.015	818	237	580	1.059
Λοιπές	460	395	347	342	480	489	644	631	818	878	159	379	846
Χώρες ΕΕ εκτός Ευρωζών	2.263	2.347	1.979	2.301	3.703	4.388	5.387	5.718	7.018	7.482	1.442	2.763	5.428
Δανία	241	245	205	202	240	238	242	279	385	308	88	204	274
Ρουμανία	258	224	230	279	543	540	1.026	1.149	1.389	1.378	205	626	1.379
Σουηδία	281	334	320	369	338	352	413	493	509	412	48	128	428
Τσεχία	295	309	289	287	348	437	280	339	368	402	103	266	419
Λοιπές	1.188	1.235	935	1.164	2.234	2.822	3.426	3.457	4.368	4.982	998	1.540	2.929
Λοιπές Χώρες	6.597	7.459	7.635	9.239	10.874	11.022	10.477	11.613	11.668	12.795	2.485	4.582	10.841
Αλβανία	242	411	469	505	488	491	722	829	987	944	266	309	860
Αυστραλία	108	116	118	129	183	183	169	324	322	339	29	9	112
Ελβετία	274	361	300	347	377	391	438	449	521	540	176	404	483
Ηνωμένο Βασίλειο	1.802	1.758	1.921	1.846	2.090	2.397	2.895	3.002	2.943	3.499	1.069	1.591	4.485
ΗΠΑ	498	485	374	467	592	750	779	865	1.097	1.179	107	396	1.089
Καναδάς	113	142	103	187	146	182	153	198	346	321	33	57	181
Ρωσία	451	739	875	1.353	1.250	513	595	589	520	583	26	120	36
Λοιπές	3.107	3.446	3.476	4.406	5.748	6.114	4.726	5.358	4.932	5.389	781	1.098	3.595
Σύνολο αφίξεων**	15.007	16.427	15.518	17.920	22.033	23.599	24.799	27.194	30.123	31.348	7.374	14.705	27.836

Πηγή: Έρευνα Συνόρων της Τράπεζας της Ελλάδας & ΣΕΤΕ

¹⁴ https://www3.weforum.org/docs/WEF_Travel_Tourism_Development_2021.pdf, p.13 (17/5/2023)

¹⁵ https://insete.gr/wp-content/uploads/2020/06/Key_figures_of_incoming_TourismGR-3.xls (17/5/2023)

Φυσικά, όλη αυτή η κατακόρυφη αύξηση του τουρισμού στην Ελλάδα δεν θα μπορούσε να μη συνδέεται με τις μεγάλες βελτιώσεις σε υποδομές όπως η δημιουργία ή, η ανακατασκευή λιμανιών, αεροδρομίων, του οδικού άξονα, των τουριστικών μονάδων, η ανάπτυξη των τηλεπικοινωνιακών δικτύων, της ευρυζωνικότητας κ.α. Σημαντική διαφήμιση προς το εξωτερικό ήταν και η επιτυχής διοργάνωση των Ολυμπιακών αγώνων του 2004 που κατέστησε στη συνείδηση των πολιτών ανά το κόσμο την Ελλάδα ως ένα μέρος ασφαλές, με πολλές δυνατότητες και προοπτικές.

1.4.1 Συμβολή του τουρισμού στην Ελληνική Οικονομία

Ο τουρισμός στην Ελλάδα είναι ένας από τους βασικούς οικονομικούς και αναπτυξιακούς παράγοντες της χώρας. Συμβάλει πολυεπίπεδα σε διάφορους τομείς της χώρας και συμμετέχει στο Ακαθάριστο Εθνικό Προϊόν με μία τάξη μεγέθους που κυμαίνεται από 11% μέχρι 15% περίπου κατά μέσο όρο όσον αφορά την άμεση συνεισφορά του και από 25,3% έως 30,5% αν συνυπολογιστεί και η έμμεση συνεισφορά του σύμφωνα με στοιχεία της Τράπεζας της Ελλάδος και του ΣΕΤΕ. Συγκεκριμένα, το 2022 οι τουριστικές εισπράξεις έφτασαν τα 23,9 δις^{16,17}. Από κάθε 1,0 € τουριστικής δραστηριότητας, δημιουργείται επιπλέον 1,2 € έως 1,65 € πρόσθετης οικονομικής δραστηριότητας. Αποτέλεσμα αυτού είναι για κάθε ευρώ τουριστικού εσόδου να αυξάνει το ΑΕΠ κατά 2,2 έως 2,65 € (IOBE 2012). Είναι εύκολα κατανοητό, ότι η οικονομική ανάπτυξη και ευημερία αρκετών περιοχών εξαρτώνται σε μεγάλο βαθμό από τον τουρισμό αφού ο τελευταίος συμβάλλει στην τοπική και στην περιφερειακή ανάπτυξη. Η οικονομία τριών νησιωτικών περιφερειών (Ν. Αιγαίο, Ιόνια νησιά και Κρήτη).

¹⁶ https://www.nbg.gr/-/jssmedia/Files/Group/meletes-oikonomikes-analuseis/elliniki-epixeirimatikotita/meletes-epixeirimatikotitas/Business_Trends_Tourism_2022Q4.pdf?rev=a9f8fc2693c04fb48c1ad1eecf135524 (17/5/2023)

^{17,18} https://insete.gr/wp-content/uploads/2023/06/23_06_Tourism_and_Greek_Economy_2021-2022.pdf (17/5/2023)

Πίνακας 2. Άμεσα και έμμεσα οφέλη του τουρισμού.

Κατηγορία Δαπάνης	2019, € εκ.	2021, € εκ.	2022, € εκ.	%Δ	
				2019-2022	2021-2022
Δαπάνη Εισερχόμενων Τουριστών	17.679	10.328	17.462	-1,2%	69,1%
Δαπάνη Τουριστών Κρουαζιέρας	500	174	379	-24,1%	117,6%
Δαπάνη Εταιρειών Κρουαζιέρας	138	48	105	-24,0%	117,6%
Αερομεταφορές	1.914	1.075	2.067	8,0%	92,4%
Θαλάσσιες Μεταφορές	96	80	122	27,2%	52,8%
Εγχώριος Τουρισμός	1.599	1.720	2.038	27,5%	18,5%
Επενδύσεις	1.178	1.584	1.741	47,7%	9,9%
Άμεση Επίπτωση Τουρισμού	€23.104	€15.009	€23.914	3,5%	59,3%
ως % ΑΕΠ	12,6%	8,3%	11,5%		
πολλαπλασιαστής IOBE	2,2	2,2	2,2		
Έμμεσο και Άμεσο Αποτέλεσμα	€50.829	€33.019	€52.611	3,5%	59,3%
ως % ΑΕΠ	27,7%	18,2%	25,3%		
πολλαπλασιαστής ΚΕΠΕ	2,65	2,65	2,65		
Έμμεσο και Άμεσο Αποτέλεσμα	€61.225	€39.773	€63.373	3,5%	59,3%
ως % ΑΕΠ	33,4%	21,9%	30,5%		
ΑΕΠ	€183.250	€181.675	€208.030	13,5%	14,5%

Πηγή: INSETE Intelligence

Ο κλάδος αποτελεί μια οριζόντια δραστηριότητα σε αντίθεση με δραστηριότητες του πρωτογενούς και του δευτερογενούς τομέα και επιδρά σε διαφορετικούς κλάδους της οικονομίας όπως οι μεταφορές, η ψυχαγωγία, η διαμονή, η εστίαση κ.α. συμβάλλοντας στην ανάπτυξη του κοινωνικού και παραγωγικού ιστού της χώρας. Αξίζει να σημειωθεί ότι η απασχόληση στον τουρισμό, άμεσα, αγγίζει το 17% ενώ συνολικά κυμαίνεται μεταξύ 36,7% και 44,2% αποτελώντας βασικό μέσο μείωσης της ανεργίας¹⁸.

Οι επενδύσεις είναι ένα ακόμα αποτέλεσμα της οικονομικής συνεισφοράς του τουρισμού. Λαμβάνοντας υπόψη δύο σημεία αναφοράς, τα έτη 2021 και 2022 (πριν την πανδημία του Covid-19 και μετά την επιστροφή στην κανονικότητα) και τις παρακάτω παραδοχές προέκυψαν σημαντικά στοιχεία επενδύσεων.

- Στις νέες κατασκευές εκτιμήθηκε ο αριθμός των νέων δωματίων που κατασκευάστηκαν σύμφωνα με το Ξενοδοχειακό Επιμελητήριο Ελλάδας, καθώς και το Μέσο Εκτιμώμενο Κόστος Κατασκευής νέων δωματίων ανά κατηγορία αστεριού βάσει στοιχείων της αγοράς

- Στις ανακαινίσεις εκτιμήθηκε ο αριθμός των δωματίων ανά κατηγορία στη λήξη του προηγούμενου έτους βάσει ΞΕΕ καθώς και το μέσο κόστος ανακαίνισης, συντήρησης, επισκευής των υπαρχόντων δομών ανα κατηγορία αστεριού (ΙΤΕΠ 2022)¹⁹

Συνοπτικά, το σύνολο των επενδύσεων από τον ξενοδοχειακό κλάδο έφτασε το 2021 τα € 1.894 εκ, και το 2022 τα € 2.033 εκ, αύξηση δηλαδή κατά 7% μη συνυπολογιζόμενων των καταλυμάτων που ανήκουν σε ξενοδοχειακές μονάδες (ενοικιαζόμενα δωμάτια, βίλες κλπ.).

Πίνακας 3. Εκτίμηση επενδύσεων στον ξενοδοχειακό κλάδο

Νέες Κατασκευές Ξενοδοχείων						
		Σύνολο	5*	4*	3*	2*/1*
Νέα Δωμάτια	2021	11.268	1.643	4.261	2.515	2.849
	2022	13.666	3.539	3.920	3.345	2.862
Κόστος Κατασκευής (€ εκατ.)	2021	1.064	226	488	219	132
	2022	1.412	511	466	299	135
Εγχώρια Προστ. Αξία (€ εκατ.)	2021	661	134	298	141	89
	2022	881	308	289	193	92
Πηγή: ΞΕΕ - Εκτιμήσεις-Επεξεργασία INSETE Intelligence						
Ανακαινίσεις Ξενοδοχείων						
		Σύνολο	5*	4*	3*	2*/1*
Δωμάτια, τέλος έτους	2020	433.541	93.619	121.523	102.147	116.252
	2021	440.904	97.344	124.909	102.276	116.375
Κόστος Ανακαίνισης (€ εκατ.)	2021	830	395	211	142	82
	2022	621	220	185	128	89
Εγχώρια Προστ. Αξία (€ εκατ.)	2021	401	175	102	76	49
	2022	307	97	89	68	52
Πηγή: ΞΕΕ - Εκτιμήσεις-Επεξεργασία INSETE Intelligence						
Επενδύσεις Ξενοδοχείων σε Εγχώρια Προστιθέμενη Αξία						
		Σύνολο	5*	4*	3*	2*/1*
Εγχώρια Προστ. Αξία (€ εκατ.)	2021	1.063	309	400	216	137
	2022	1.189	405	378	262	144
Πηγή: ΞΕΕ-Εκτιμήσεις-Επεξεργασία INSETE Intelligence						

Πηγή: ΞΕΕ – Εκτιμήσεις – Επεξεργασία INSETE Intelligence

¹⁹ https://www.itep.gr/wp-content/uploads/2023/04/ITEP_Annual-Survey_2023-02-28_total_press-conference03.pdf (25/5/2023)

1.4.2. Η συμβολή του τουρισμού στην τοπική και περιφερειακή ανάπτυξη

Όπως προαναφέρθηκε, οι σημαντικές βελτιώσεις στις υποδομές της Ελλάδας ταυτίστηκαν με την δυναμική ανάπτυξη του τουρισμού και αντίστροφα. Αυτό παρατηρήθηκε κυρίως στην επαρχία. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι ότι από τις 10.087 ξενοδοχειακές μονάδες στο σύνολο της χώρας (Στοιχεία ΞΕΕ 2022), μόνο το 6,9% βρίσκονται στην Αττική, ενώ περίπου 38,7% βρίσκονται στην Κρήτη και στα νησιά του Νοτίου Αιγαίου αντιπροσωπεύοντας όμως το 48,54% στο σύνολο των κλινών²⁰.

Ο τουρισμός συνεισφέρει στην τοπική ανάπτυξη και κυρίως σε μικρές και απομονωμένες περιοχές που δεν υπάρχει η δυνατότητα άλλης αναπτυξιακής δραστηριότητας, παρατηρείται ενθάρρυνση στη δημιουργία ή ανάπτυξη έργων υποδομής (βλ. οδικό δίκτυο, λιμάνια, αεροδρόμια, τηλεπικοινωνιακά δίκτυα, συγκοινωνίες κ.α.) .

Μια άλλη ιδιότητα του τουρισμού είναι ότι προβάλλεται και ενισχύεται η ιδιαιτερότητα, οι δυνατότητες και τα χαρακτηριστικά κάθε περιοχής συμβάλλοντας με αυτό τον τρόπο στην αποκέντρωση και την προσφορά εναλλακτικών τρόπων τουρισμού ακόμα και εργασίας.

1.4.3. Προκλήσεις και ευκαιρίες από τον τουρισμό

Η Ελλάδα σαν προορισμός είναι εδραιωμένος στη συνείδηση και στις επιλογές του σύγχρονου τουρίστα. Το προσφερόμενο όμως τουριστικό προϊόν της Ελλάδας είναι συχνά χαμηλότερης ποιότητας από τις αναμενόμενες απαιτήσεις αντιμετωπίζοντας ταυτόχρονα διαρθρωτικά προβλήματα. Μερικά από αυτά είναι η έντονη εποχικότητα, μικρές μονάδες και κακή εξυπηρέτηση σε κρίσιμους προορισμούς. Είναι επιτακτικό λοιπόν, όταν ο τουρισμός έχει τόσο μεγάλο μερίδιο στο ΑΕΠ της Ελλάδας να υπάρξουν δράσεις προς ανάπτυξη του προσφερόμενου προϊόντος – υπηρεσίας. Τέτοιες δράσεις θα μπορούσαν να είναι οι ακόλουθες:

²⁰ https://www.grhotels.gr/app/uploads/2023/01/01_Hotels_2022_Total.pdf (25/5/2023)

- Η ανάπτυξη ειδικών μορφών τουρισμού έτσι ώστε να αμβλυνθεί η εποχικότητα και να υπάρξει ομοιόμορφη γεωγραφική κατανομή του τουρισμού δεδομένου ότι κάθε περιοχή σίγουρα μπορεί να προσφέρει ειδικές και εναλλακτικές μορφές τουρισμού.
- Ενίσχυση της επιχειρηματικότητας έτσι ώστε μέσω του ανταγωνισμού να υπάρξει καλύτερη της ποιότητα υπηρεσιών.
- Διαχείριση του τουρισμού ανα περιοχή ή ανα περιφέρεια. Μιας μικρότερης κλίμακας διαχείριση μπορεί να λάβει υπόψη τα ιδιαίτερα χαρακτηριστικά κάθε περιοχής.
- Αναβάθμιση των τουριστικών προορισμών.
- Ανάδειξη σε τουρίστες στόχους, των προορισμών προτίμησής τους, οι οποίοι έχουν προκύψει από ανάλυση δεδομένων των προσωπικών τους επιλογών (συλλογή δεδομένων από τα μέσα κοινωνικής δικτύωσης στα οποία έχουν δώσει προγενέστερα συγκατάθεση).
- Προώθηση του Ελληνικού τουρισμού αφού έχει προηγηθεί μελέτη των τάσεων στη διεθνή αγορά όπως επίσης και ανάλυση αγορών που έχουν ήδη προσελκύσει το ενδιαφέρον του μεγαλύτερου όγκου του παγκόσμιου τουρισμού.

Κάθε δράση θα πρέπει να ενσωματωθεί σε μία στρατηγική για τη βιώσιμη ανάπτυξη που αποτελεί το πλαίσιο αναφοράς κάθε σύγχρονης πολιτικής. Βασικό της χαρακτηριστικό είναι η αναζήτηση «αιεφορίας» (Κοκκώσης Χ., Τσάρτας Π., Γκρίμπα Ε., 2011).

1.5 Εναλλακτικός Τουρισμός

Πριν τη δεκαετία του '80 παρατηρήθηκαν αρκετά προβλήματα τα οποία προκαλούνταν από το μαζικό τουρισμό σε τοπικές κοινωνίες και η τουριστική ανάπτυξη δέχθηκε πλήγμα κυρίως σε παράκτιες περιοχές. Για το λόγο αυτό αναζητήθηκαν νέα πρότυπα τουριστικής ανάπτυξης που θα εκμεταλλευόντουσαν τους διαθέσιμους πόρους με ορθό τρόπο και δεν θα τους κατασπαταλούσαν. Συνεπώς, αυξήθηκε το ενδιαφέρον για εναλλακτικές μορφές τουρισμού έναντι του μαζικού

τουρισμού και των απειλών που επιφέρει στον τοπικό πληθυσμό και το οικοσύστημα^{21,22}.

Όσον αφορά τη ζήτηση, άλλαζε σταδιακά η μορφή των επιθυμιών από ολοένα και μεγαλύτερο μερίδιο τουριστών οι οποίοι ήταν δυσαρεστημένοι με την κλασική μορφή τουρισμού και οι οποίοι αναζητούσαν κάτι διαφορετικό από τις διακοπές τους. Από την άλλη, όσον αφορά την προσφορά, συνεκτιμήθηκε ότι μέσω του εναλλακτικού τουρισμού, οι επισκέπτες αυτού του είδους λειτουργούν λιγότερο επιβαρυντικά χωρίς όμως να διαμορφώνουν αρνητικά οικονομικά αποτελέσματα. Σύμφωνα με τον Fennel (2001):

“Οι εναλλακτικές μορφές τουρισμού δίνουν την ευκαιρία στις χώρες να εκμηδενίσουν τις εξωγενείς επιδράσεις, να αναπτύξουν τη δική τους υποδομή και ανωδομή, συμμετέχοντας οι ίδιες στην ορθολογική τους ανάπτυξη. Ουσιαστικά παρέχουν τη δυνατότητα να κερδίσουν τη μάχη σε σημαντικά θέματα αντί να τα παραχωρούν όλα σε ξένους επιχειρηματίες και ξένους θεσμικούς παράγοντες του τουριστικού χώρου”²³.

Παρά το γεγονός ότι ο εναλλακτικός τουρισμός έχει εδραιωθεί τα τελευταία τριάντα χρόνια, η σύγκρισή του με τον μαζικό τουρισμό γοητεύει περισσότερο τους ερευνητές από την πραγματική εννοιολογία και τα χαρακτηριστικά τα οποία τον κάνουν να διαφοροποιείται από τις υπόλοιπες μορφές τουριστικής ανάπτυξης.

1.5.1 Ειδικές Μορφές Τουρισμού

Ο τουρισμός ειδικών ενδιαφερόντων θεωρείται λανθασμένα από αρκετούς μελετητές ως συνώνυμο του εναλλακτικού τουρισμού. Στις ειδικές μορφές τουρισμού, ο τουρίστας δεν ενδιαφέρεται απαραίτητα για την εναλλακτική τουριστική ή την αειφόρο ανάπτυξη και τον υπεύθυνο τουρισμό αλλά για την επιλογή προορισμού με σκοπό την ικανοποίηση του ειδικού ενδιαφέροντός τους είτε μέσω της συμμετοχής τους σε κάποια δραστηριότητα ή μέσω της επίσκεψής τους σε κάποιο σημείο ενδιαφέροντος²⁴.

²¹ J. Jarviluoma, «Alternative tourism and the evolution of tourist areas», Tourism Management, Vol.13 No.1 pp.118-120 ref.11, 1992

²² M. Romeril, «Alternative tourism: the real tourism alternative? In Progress in Tourism, Recreation and Hospitality Management», Vol. 6, (C. Cooper and A. Lockwood,;1; eds) Wiley 1994

²³ David A. Fenell, «A Content Analysis of Ecotourism Definitions», Brock University, 2001, pp. 32

²⁴ Jafar Jafari, «Encyclopedia of Tourism», 2000

Με βάση το γενικότερο κίνητρο των τουριστών έχουν καταγραφεί στην ελληνική και την ξενόγλωσση βιβλιογραφία διάφορες μορφές ειδικού ή εναλλακτικού τουρισμού με τις κυριότερες να είναι οι εξής:

Ενεργητικών δραστηριοτήτων	Αυτό το είδος τουρισμού περιλαμβάνει κάθε είδους αθλητικό τουρισμό, περιηγητικό τουρισμό, καταδυτικό τουρισμό, αναρριχητικό τουρισμό, ορεινό τουρισμό, αναρριχητικό τουρισμό.
Υγείας και ευεξίας	Σε αυτό το είδος τουρισμού περιλαμβάνονται ο τουρισμός υγείας, ο ιαματικός, ο θερμαλιστικός, ο φυσικοθεραπευτικός, ο θεραπευτικός και ο τουρισμός υγιεινής διαβίωσης. Ο τελευταίος είναι και αυτός ο οποίος θα μας απασχολήσει ιδιαίτερα στην παρούσα εργασία.
Ενδιαφέροντος ενασχόλησης στους παραγωγικούς τομείς	Ο αγροτουρισμός, ο οινοτουρισμός, ο ιχθυοτουρισμός, ο βιομηχανικός τουρισμός είναι μερικές από τις ομάδες που ανήκουν σε αυτή την κατηγορία τουρισμού.
Φυσικού περιβάλλοντος	Σε αυτή την κατηγορία συμπεριλαμβάνεται ο τουρισμός στην ύπαιθρο, ο οικολογικός τουρισμός, ο γυμνιστικός τουρισμός, ο οικοαγροτουρισμός, ο γαιοτουρισμός κ.α..
Πολιτισμού	Σε αυτή την κατηγορία συγκαταλέγεται ο αρχαιολογικός τουρισμός, ο πολιτιστικός τουρισμός, ο θρησκευτικός τουρισμός, ο κινηματογραφικός τουρισμός κ.α..
Εκπαίδευσης	Σε αυτή την κατηγορία βρίσκουμε τον εκπαιδευτικό τουρισμό, τον επαγγελματικό τουρισμό, τον συνεδριακό τουρισμό και τον τουρισμό κινήτρων.
Λοιπές μορφές	Σαν πιο γενική κατηγορία περιέχει τον κοινωνικό τουρισμό, τον εθελοντικό τουρισμό, τον σεξοτουρισμό, τον αστικό τουρισμό, τον παραθεριστικό, τον τουρισμό της τρίτης ηλικίας, τον τουρισμό γευσιγνωσίας, τον τουρισμό κυνηγιού κ.λπ.

Οι συγκεκριμένες μορφές, όπως αναφέρθηκε και προγενέστερα είναι ένα μέρος του συνόλου των μορφών τουρισμού που συναντάμε στη βιβλιογραφία ενώ καθημερινά προκύπτουν και άλλες. Δημιουργείται λοιπόν εύλογα το ερώτημα αν κάθε μία από αυτές αποτελεί ξεχωριστή οντότητα ή αν κάθε μία αποτελεί μέρος των δραστηριοτήτων που συμμετέχουν οι τουρίστες κατά την περίοδο των διακοπών τους.

Αναντίρρητα, κάποιες μορφές τουρισμού όπως ο αγροτουρισμός και ο οικοτουρισμός μπορούν να θεωρηθούν ως ειδικές μορφές τουρισμού ή εναλλακτικού τουρισμού όμως κάποιες άλλες μπορούν να θεωρηθούν συμπληρωματικές δραστηριότητες που εντάσσονται σε άλλες γενικότερες μορφές. Για παράδειγμα ο οινοτουρισμός μπορεί να ενταχθεί ως δραστηριότητα στον αγροτουρισμό.

Από την άλλη πλευρά, κάποιοι τουρίστες οι οποίοι επισκέπτονται έναν προορισμό μπορεί να εμπίπτουν σε περισσότερες από μία κατηγορίες οπότε υπάρχει σαφής δυσκολία ένταξής τους σε μία συγκεκριμένη κατηγορία τουρισμού. Για παράδειγμα, μπορεί κάποιος να επισκεφτεί την Ασία για ένα συνέδριο αλλά μετά το πέρας του συνεδρίου να επισκεφτεί ναούς, θέατρα, ορεινές περιοχές και να συμμετέχει σε αθλητικές δραστηριότητες. Αυτό κάνει ακόμα πιο δύσκολο το διαχωρισμό του τουρισμού ειδικού ενδιαφέροντος από τον εναλλακτικό τουρισμό κάτι που φαίνεται και από την αντιφατική βιβλιογραφία.

Οι Hall & Weiler (1992) και οι Swarbrooke & Horner (1999) διατυπώνουν την άποψη ότι όταν το κίνητρο του ταξιδιώτη και η απόφασή του για ένα ταξίδι καθορίζονται από ένα ή περισσότερα ειδικά ενδιαφέροντα που του γεννιούνται είτε πριν επισκεφτεί κάποιον τουριστικό προορισμό είτε κατά τη διάρκεια των διακοπών του τότε μιλάμε για τουρισμό ειδικών ενδιαφερόντων. Άρα, εφόσον οι τουρίστες που επιλέγουν τον εναλλακτικό τουρισμό έχουν ειδικά ενδιαφέροντα τότε ο εναλλακτικός τουρισμός αποτελεί υποσύνολο του τουρισμού ειδικών ενδιαφερόντων.

Κάποιες μορφές τουρισμού στη μία περίπτωση μπορούν να θεωρηθούν εναλλακτικές και σε άλλη περίπτωση όχι σύμφωνα πάντα με τις προϋποθέσεις που ισχύουν ανά περίπτωση. Για παράδειγμα, ο τουρισμός υγείας που περιλαμβάνει δραστηριότητες όπως η επίσκεψη σε ιαματικές πηγές σε Μέθανα και Ικαρία, η επίσκεψη σε ορεινές περιοχές π.χ. στις πηγές του Καϊάφα και του Αχέρωντα, η επίσκεψη σε ξενοδοχεία που προσφέρουν υπηρεσίες θαλασσοθεραπείας και η επίσκεψη σε συγκεκριμένους προορισμούς για άτομα με ειδικές ιατρικές ανάγκες όπως είναι οι νεφροπαθείς οι οποίοι είναι αναγκασμένοι να ταξιδεύουν σε περιοχές που έχουν κέντρα αιμοκάθαρσης. Από αυτές τις δραστηριότητες μόνο η επίσκεψη τουριστών σε

πηγές ορεινών περιοχών μπορεί να θεωρηθεί εναλλακτικός τουρισμός ενώ όλες οι υπόλοιπες θεωρούνται ειδικών ενδιαφερόντων.

Επιπρόσθετα, υπάρχει η κατηγορία τουριστών οι οποίοι δεν προσδιορίζουν το απώτερο κίνητρο και τις δραστηριότητές τους οπότε δεν μπορούν να ενταχθούν σε μία συγκεκριμένη κατηγορία ειδικού ενδιαφέροντος, εναλλακτικού ή μαζικού τουρισμού. Για παράδειγμα ο κοινωνικός τουρισμός παρέχει στα μέλη του εισιτήρια κοινωνικού τουρισμού με τα οποία ο τουρίστας θα πάει διακοπές αλλά δεν γνωρίζουμε αν ο συγκεκριμένος που θα κάνει χρήση τους θα επισκεφτεί και αρχαιολογικούς χώρους, ιαματικές πηγές ή θα συμμετάσχει σε δραστηριότητες οινοπαραγωγής. Επομένως, χρειάζεται να γίνεται αναφορά για προορισμούς που κυριαρχεί ο εναλλακτικός τουρισμός, ο ειδικών ενδιαφερόντων τουρισμός, ή ο μαζικός τουρισμός και όχι απόλυτα για εναλλακτικούς, ειδικών ενδιαφερόντων ή μαζικούς προορισμούς²⁵.

1.5.2 Η έννοια του Εναλλακτικού Τουρισμού

Ο όρος «εναλλακτικός τουρισμός» πρωτοεμφανίστηκε στο συνασπισμό του Coalition on Third World Tourism – ECTWT, ο οποίος όταν ιδρύθηκε το 1981 στην Μπανγκόκ διακήρυξε ότι σαν στόχο έχει «να εξερευνήσει πιθανές μορφές εναλλακτικού τουρισμού στις χώρες του Τρίτου Κόσμου»²⁶. Έπειτα, το 1984 στο Chiang-Mai, οι συμμετέχοντες του ίδιου συνασπισμού (ECTWT) συμφώνησαν ότι «ο εναλλακτικός τουρισμός είναι μια διαδικασία που προωθεί μία δίκαιη μορφή ταξιδιού μεταξύ των μελών διαφορετικών κοινωνιών με στόχο την αμοιβαία αλληλοκατανόηση, την αλληλεγγύη και την ισότητα μεταξύ των συμμετεχόντων»²⁷.

Αρκετοί συγγραφείς όπως ο Cazes (1989), ο Mader (1988), ο Weaver (1991) και ο Himmetoglu (1992), θεωρούν τον εναλλακτικό τουρισμό ως μία σύγχρονη μορφή ανάπτυξης συνυφασμένο με έννοιες όπως: πράσινος, Αντιτουρισμός, συμμετοχικός, οικο-, ήπιος, υπεύθυνος, κατάλληλος, ελεγχόμενος, ευγενής, μικρής κλίμακας, και

²⁵ Κωνσταντίνος Ανδριώτης, «ΑΕΙΦΟΡΙΑ και ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ», εκδόσεις Σταμούλη, 2008, σελ. 72

²⁶ Lanfant, Marie-Françoise, and Nelson H. H. Graburn (1992). "International Tourism Reconsidered: The Principle of the Alternative." In *Tourism Alternatives: Potentials and Problems in the Development of Tourism*, edited by Valene L. Smith and William R. Eadington. Philadelphia: University of Pennsylvania Press, pp. 90

²⁷ Holden, P. «Alternative tourism: Report of the workshop on alternative tourism with a focus on Asia.», Bangkok: Ecumenical Coalition on Third World Tourism, 1984

διαφορετικός. Όπως παρατηρήσαμε όμως και πρωτίτερα οι συγκεκριμένοι όροι είναι αρκετά γενικοί για να καλύψουν το πεδίο δράσης του εναλλακτικού τουρισμού. Σύμφωνα με τον Κωνσταντίνο Ανδριώτη (2008, σελ 73), η εξέταση της έννοιας του εναλλακτικού τουρισμού δείχνει ότι ο εναλλακτικός τουρισμός είναι αντίθετος με την μαζικοποίηση και υιοθετεί διαφορετικές πρακτικές οι οποίες ξεφεύγουν απ' το κλασσικό τρίπτυχο του μαζικού τουρισμού ήλιος, θάλασσα και σεξ (3S's- sun, sea, sex). Έτσι προτείνει ότι:

«Ο εναλλακτικός τουρισμός είναι μια μικρή κλίμακα και μη μαζικής μορφής ανάπτυξη τουριστικών προορισμών που προωθεί μια ενεργητική μορφή διακοπών φιλική προς το περιβάλλον και τις κοινωνικές και πολιτιστικές αξίες που κάνει δυνατή την αλληλεπίδραση και την κοινή συμβίωση μεταξύ των μελών διαφορετικών κοινωνικών ομάδων (των τουριστών και των κοινωνιών υποδοχής τους) και αναπτύσσεται με τη σύμφωνη γνώμη και συμμετοχή του ντόπιου κοινωνικού συνόλου».

Από τον παραπάνω ορισμό προκύπτει ότι ο εναλλακτικός τουρισμός αποβλέπει στη βελτίωση της διαβίωσης του ντόπιου πληθυσμού, στην προστασία της χλωρίδας και της πανίδας, την προβολή της ντόπιας κουλτούρας και γενικότερα της καλυτέρευσης του υπάρχοντος κοινωνικό-οικονομικού συστήματος και του περιβάλλοντος.

1.6 Παραδείγματα Εναλλακτικού Τουρισμού στην Ελλάδα και Διεθνώς

1.6.1. Μελέτη περίπτωσης αγροτουρισμού και οινοτουρισμού στην Τοσκάνη.

Η τοπική αυτοδιοίκηση σε συνεργασία με τοπικούς συνεταιρισμούς και τους ιδιοκτήτες αγροτικών εκτάσεων προώθησαν τον αγροτουρισμό στην Ιταλία και ειδικότερα στην Τοσκάνη μέσω της διαχείρισης αγροτικών συγκροτημάτων τα οποία συνδυάζουν την οινοποτοτροφοδοσία, τη γευσιγνωσία και τη μαγειρική με τοπικά προϊόντα με τη διαμονή των ενδιαφερόμενων και τη συμμετοχή τους στις διαδικασίες παραγωγής του τελικού προϊόντος.

Γι αυτούς που δεν επιθυμούν να συμμετέχουν στην παραγωγική διαδικασία υπάρχει και ο λεγόμενος “αγροτουρισμός πολυτελείας” στον οποίο χρησιμοποιούνται αναπαλαιωμένοι πύργοι ή αγροτικά καταλύματα με αθλητικές εγκαταστάσεις για

ιππασία, σκι κ.α. Το τελικό προϊόν αυτής της κατηγορίας εντάσσεται στον οικοτουρισμό, τον περιηγητικό τουρισμό το χειμερινό και το χιονοδρομικό τουρισμό.

1.6.2 Μελέτη περίπτωσης ιαματικού τουρισμού Σπα στο Βέλγιο

Η πόλη Σπα βρίσκεται στην περιφέρεια της Λιέγης στο Βέλγιο. Είναι γνωστή για τις ιαματικές πηγές της που είναι άφθονες και γνωστές από το 14^ο αιώνα. Έγινε γνωστή όχι μόνο για τους φυσικούς ιαματικούς της πόρους αλλά και για το φυσικό της περιβάλλον όπως επίσης και επειδή συγκέντρωνε όλες της πολιτικές δυνάμεις από το 18^ο αιώνα και μετά. Επίσης, το 1763 κατασκευάστηκε ένα από τα πιο δημοφιλή καζίνο της εποχής, το Casino De Spa, με ιδιαίτερη ευρωπαϊκή κλασική αρχιτεκτονική το οποίο προσέλκυε άτομα υψηλής κοινωνικής τάξης από όλη την Ευρώπη.

Μετά το 1980 επαναπροσδιορίστηκε η ταυτότητα του τουριστικού προϊόντος που προσέφερε η περιοχή και προσανατολίστηκε περισσότερο προς τον ιαματικό τουρισμό και τον τουρισμό ευεξίας. Για το λόγο αυτό έγιναν επενδύσεις στο νέο ιαματικό κέντρο σύγχρονης αρχιτεκτονικής και το βελγικό κράτος σταμάτησε να επιδοτεί τις επισκέψεις πολιτών σε λουτρά με αποτέλεσμα να προκύπτει ζήτημα επιβίωσης και ανταγωνιστικότητας με άμεση αλλαγή τουριστικής πολιτικής.

Σήμερα, το Σπα έχει προωθηθεί σαν ένας προορισμός εναλλακτικού και ειδικού τουρισμού με ποικιλία δραστηριοτήτων όπως φεστιβάλ, καζίνο, μηχανοκίνητο αθλητισμό, υπηρεσίες ευεξίας κ.λπ.

1.6.3 Μελέτη περίπτωσης τουρισμού σκαφών αναψυχής στην Ισπανία

Η Ισπανία τα τελευταία χρόνια έχει επενδύσει στον θαλάσσιο τουρισμό για το λόγο αυτό έχει αναπτύξει έναν μεγάλο αριθμό ομοιογενών λιμανιών με σκοπό να καθιερωθεί ως ένας παραθαλάσσιος τουριστικός σταθμός σκαφών αναψυχής. Τέτοια λιμάνια έχουν δημιουργηθεί κυρίως στην Ανδαλουσία και στις Βαλεαρίδες Νήσους. Επίσης, η οικονομική ανάπτυξη της Ισπανίας ώθησε το τουριστικό ρεύμα το οποίο με τη σειρά του οδήγησε στην άνοδο των δραστηριοτήτων αναψυχής. Αυτό είναι εμφανές στην περιοχή της Καταλονίας.

1.6.4 Μελέτη περίπτωσης αγροτουρισμού στην Κρήτη

Η Μηλιά Χανίων είναι ένας εγκαταλελειμμένος οικισμός του 15^{ου} αιώνα ο οποίος βρίσκεται σε επαρχία του Κισσάμου στη Δυτική Κρήτη και σε υψόμετρο 550 μέτρων. Ο χώρος πέριξ του οικισμού έχει έκταση περίπου 1.200 στρεμμάτων. Το 1982 ξεκίνησε η ανασύλωση του μεσαιωνικού οικισμού και στη θέση του δημιουργήθηκε ξενώνας 15 δωματίων με ξύλο και πέτρα από την περιοχή ενώ διατήρησε και τα αρχιτεκτονικά στοιχεία της περιοχής. Ο οικισμός προσανατολίστηκε στη διατήρηση του κύκλου της ζωής με φιλικό τρόπο προς το περιβάλλον και τον τουρίστα και σύμφωνα με την κρητική παράδοση. Για το λόγο αυτό δεν διαθέτει ηλεκτρικό ρεύμα πλήρως αλλά περιορισμένο το οποίο προέρχεται από ηλιακή ενέργεια συνεπώς χρησιμοποιούνται άλλα μέσα όπως η χρήση κεριών. Εντός του οικισμού υπάρχει κτήμα με βιολογικά προϊόντα και φάρμα η οποία περιέχει ζώα σε ελεγχόμενο φυσικό χώρο. Επίσης, διαθέτει βιολογικό εστιατόριο και εντευκτήριο το οποίο μπορεί να φιλοξενήσει μέχρι ογδόντα άτομα για μικρά συνέδρια όπως επίσης και εξωτερικό αμφιθέατρο το οποίο μπορεί να φιλοξενήσει πολιτιστικές εκδηλώσεις. Οι δραστηριότητες που προσφέρονται σε αυτό το μέρος είναι τα μαθήματα μαγειρικής και η συμμετοχή στην παρασκευή γευμάτων κρητικής κουζίνας, περπάτημα στα μονοπάτια της περιοχής, η δοκιμή ντόπιων κρασιών και το χαλαρωτικό διάβασμα σε αιώρα.

1.6.5 Μελέτη περίπτωσης εκθεσιακού τουρισμού στη Θεσσαλονίκη

Στη Θεσσαλονίκη η Διεθνής Έκθεση τουρισμού Philoxenia έχει γίνει θεσμός. Πραγματοποιείται κάθε χρόνο και εκτός από την προβολή και την ενίσχυση ξενοδοχειακών και τουριστικών επιχειρήσεων συμβάλλει στην προώθηση και την αναβάθμιση του ελληνικού τουριστικού προϊόντος όπως επίσης και των ειδικών και εναλλακτικών μορφών τουρισμού. Η έκθεση απευθύνεται στη διεθνή αγορά τουρισμού και οι εκθέτες της προέρχονται από ξένες χώρες και την Ελλάδα. Το Υπουργείο Πολιτισμού και Αθλητισμού και το Υπουργείο Τουρισμού είναι οι μεγάλοι χορηγοί της έκθεσης.

1.6.6 Μελέτη περίπτωσης ορεινού τουρισμού σε Γρεβενά και Ιωάννινα

Ο ορεινός τουρισμός στην Ελλάδα λόγω της μορφολογίας του εδάφους και της ποικιλίας των φυσικών του πόρων ευνοεί δραστηριότητες όπως η πεζοπορία, η ιππασία, η αναρρίχηση και η ορειβασία.

Στην περιοχή των Γρεβενών και ειδικότερα στην κοιλάδα της Βάλια Κάλντα του Εθνικού Δρυμού Πίνδου το έδαφος χαρακτηρίζεται από βιοποικιλότητα ορμητικά ποτάμια και μεγάλες τάφρους κάτι το οποίο ενισχύει την ανάπτυξη πλούσιας χλωρίδας και πανίδας. Η ποικιλία όλων αυτών των στοιχείων καθιστούν την περιοχή ενδιαφέρουσα από οικολογική, ερευνητική, γεωμορφολογική και βιολογική άποψη.

Η περιοχή των Ζαγοροχωρίων στα Ιωάννινα από την άλλη έχει παρόμοια χαρακτηριστικά τα οποία συνδυάζονται με ένα δίκτυο σαράντα έξι γραφικών χωριών κατασκευασμένα παραδοσιακά με ξύλο και πέτρα στα οποία οι κάτοικοι είναι αρκετά φιλόξενοι και προσφέρουν παραδοσιακά φαγητά, γλυκά και κρασιά.

Κεφάλαιο Δεύτερο.

Ευ Ζην και μακροζωία

2.1 Ορισμός του «Ευ Ζην»

Στη βιβλιογραφία συναντούμε τον όρο «Ευ Ζην» ποικιλοτρόπως. Χαρακτηρισμοί όπως *ευδαιμονία*, *καλή ζωή*, *ποιότητα ζωής*, *ευεξία* και *well being* είναι μερικοί από αυτούς που αποτυπώνονται για να προσδιορίσουν την ιδιότητα του όρου που έχει ως σκοπό τη βελτίωση της ποιότητας ζωής των ανθρώπων σε όλους τους τομείς. Για να επιτευχθεί όμως αυτή η βελτίωση θα πρέπει να υπάρχει σωματική και ψυχική υγεία του ατόμου ή όπως ανέφερε και ο Γιορβανέλης προσπαθώντας να πείσει τους Ρωμαίους να ακολουθήσουν το δρόμο της αρετής «*Mens sana in corpore sano*», το γνωστό σε όλους μας «Νους υγιής εν σώματι υγιεί». Το Ευ Ζην είναι το μέσο που μας δίνει τη δυνατότητα να επιτύχουμε τους στόχους μας πράγμα που θα οδηγήσει στην προσωπική ευτυχία του ατόμου.

Στη σύγχρονη πραγματικότητα το Ευ Ζην έχει προσαρμοστεί στις ανάγκες τις κοινωνίας και διερευνά θέματα σχετικά με τη διατροφή, τη σωματική δραστηριότητα, την καλλιέργεια του πνεύματος, τις κοινωνικές σχέσεις, και γενικότερα την ψυχολογία και οτιδήποτε μπορεί να οδηγήσει στη βελτίωση της ποιότητας ζωής του ατόμου ή της κοινωνίας. Περιλαμβάνει δηλαδή ένα συγκερασμό καταστάσεων, συναισθημάτων και τρόπου ζωής που σχετίζονται με την προσωπική ευτυχία και ικανοποίηση του καθενός²⁸.

2.2 Πώς αποτιμάται το «Ευ Ζην»

Για να μπορέσει να μετρηθεί με ακρίβεια η έννοια της ευημερίας θα πρέπει σύμφωνα και με τον ορισμό να υπάρχει κατάλληλο μέτρο που θα περιλαμβάνει κάθε πτυχή της ευημερίας όπως η ψυχολογική κατάσταση και ο τρόπος ζωής του ατόμου. Συνεπώς, η ευημερία μπορεί να χωριστεί σε δύο υποκατηγορίες, την αντικειμενική και την υποκειμενική.

²⁸ Ruggeri, K., Garcia-Garzon, E., Maguire, Á. et al. «Well-being is more than happiness and life satisfaction: a multidimensional analysis of 21 countries». *Health Qual Life Outcomes* 18, αρ. άρθρου 192/2020

Η αντικειμενική ευημερία εξετάζει το βιοτικό επίπεδο. Είναι ένας χρήσιμος δείκτης για τις έρευνες που σχετίζονται με πολιτισμούς, χώρες ή ομάδες ανθρώπων. Μετράει τα εισοδήματα, την εκπαίδευση, την ασφάλεια και το προσδόκιμο ζωής²⁹. Ο Οργανισμός Οικονομικής Συνεργασίας και Ανάπτυξης (ΟΟΣΑ), το Ηνωμένο Εθνικό Πρόγραμμα Ανάπτυξης (UNDP) και η Στατιστική Υπηρεσία της Ιταλίας έχουν προσδιορίσει έξι υπό μελέτη τομείς που σχετίζονται με την αντικειμενική ευημερία:

1. Υγεία
2. Απασχόληση
3. Κοινωνικοοικονομική ανάπτυξη
4. Πολιτική
5. Ασφάλεια
6. Περιβάλλον

Η υποκειμενική ευημερία από την άλλη περιλαμβάνει τη συναισθηματική και την νοητική αξιολόγηση της ζωής ενός ατόμου. Δύο κυρίαρχα υποκειμενικά μέτρα είναι το πόσο ικανοποιημένο και ευτυχισμένο είναι το άτομο στη ζωή του. Η μέτρηση της υποκειμενικής ευημερίας βοηθάει στην προτυποποίηση μοντέλων πρόβλεψης ψυχικής υγείας³⁰. Καθορίζεται από το άτομο σε αντιδιαστολή με το πώς ή ζωή του γίνεται αντιληπτή από το εξωτερικό του περιβάλλον. Μετράει στην ουσία το πώς νιώθουν εσωτερικά τα ίδια τα άτομα.

Με τη σειρά της η υποκειμενική ευεξία μπορεί να χωριστεί σε δύο υποκατηγορίες, την ηδονική συνιστώσα και την ικανοποίηση. Η ηδονική συνιστώσα έχει να κάνει με το συναίσθημα και τη διάθεση. Το χαρακτηριστικό της ικανοποίησης σχετίζεται με τις σκέψεις του ατόμου και την αίσθηση επάρκειας στη ζωή του. Το μέτρο σύγκρισης των ατόμων για την αίσθηση της προσωπικής τους επάρκειας ταυτίζεται με κοινωνικά και πολιτιστικά υπόβαθρα.

Το 2013, ο Οργανισμός Οικονομικής Συνεργασίας και Ανάπτυξης όρισε την υποκειμενική ευεξία σαν βασικό παράγοντα αξιολόγησης της τελικής αίσθησης περί ευεξίας λόγω του ότι τα άτομα αυτοπροσδιορίζουν τα επίπεδα ευεξίας τους μέσω

²⁹ <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0091743520300281> (10/6/2023)

³⁰ <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0091743520300281> (10/6/2023)

ψυχολογικών τεστ³¹. Οι παράγοντες επίσης που επηρεάζουν την υποκειμενική ευεξία είναι:

1. Γενετικοί παράγοντες
2. Βασικές ανάγκες
3. Ψυχολογικές ανάγκες
4. Κοινωνικό περιβάλλον
5. Οικονομικοί παράγοντες
6. Πολιτικό περιβάλλον

2.3 Σχετίζεται το «Ευ Ζην» με τη μακροζωία;

Το ελιξήριο της αιώνιας ζωής ήταν ανέκαθεν ένα θέμα που απασχολούσε την ανθρωπότητα. Παρόλο που τα τελευταία χρόνια η ανάλυση του ανθρώπινου γονιδιώματος και η ανάπτυξη της τεχνολογίας υπόσχονται μελλοντικά να μην υπάρξει τέλος στη ζωή μας αλλά και γηρατειά³² μέχρι τώρα κανείς δεν ξέφυγε από τις καταστάσεις του θανάτου και της γήρανσης. Στον Δυτικό ανεπτυγμένο κόσμο όπως συνηθίζεται να λέγεται, όπου δεν υπάρχουν εμπόλεμες καταστάσεις, φτώχεια, υποσιτισμός και ελλειπής ιατρική περίθαλψη, ο μέσος όρος ζωής αυξάνεται με αργούς ρυθμούς παρόλο που έχει επιτευχθεί πρόοδος στην αντιμετώπιση σοβαρών ασθενειών όπως ο καρκίνος και οι καρδιοπάθειες από πλευράς ιατρικής, και παρόλο που η τεχνολογία και η οικονομία εξελίσσονται ραγδαία. Αυτό είναι ένα σημείο συζήτησης. Κατά πόσο δηλαδή η οικονομική, η επιστημονική και η τεχνολογική ανάπτυξη συμβάλλουν στη μακροζωία από μόνες τους και όχι συνδυαστικά. Για παράδειγμα όπως προαναφέρθηκε, η ιατρική έχει προχωρήσει αρκετά σε ευαίσθητους τομείς αλλά ταυτόχρονα λόγω της εκβιομηχάνισης το ειδών πολλά τρόφιμα έχουν υποβαθμίσει την ποιότητά τους ενώ την ίδια στιγμή το περιβάλλον μολύνεται με τοξικές ουσίες οι οποίες περνούν στην τροφική αλυσίδα επιβαρύνοντας εκ νέου την υγεία των ανθρώπων.

³¹ Organization for Economic Co-operation and Development. OECD guidelines on measuring subjective well-being. Paris, 2013

³² Buss L.W., «The evolution of individuality», Princeton University Press, 1987

Για περίπου μία δεκαετία, ο ερευνητής και συγγραφέας Νταν Μπουέντερ συνεργάστηκε με τον οργανισμό National Geographic για να εντοπίσει περιοχές στον κόσμο όπου οι κάτοικοί τους στο μεγαλύτερο ποσοστό ζουν σχεδόν κατά μέσο όρο εκατό χρόνια και άνω και δεν παρουσιάζουν τις συνηθισμένες εκφυλιστικές ασθένειες της εποχής μας και δεν αντιμετωπίζουν προβλήματα υγείας όπως οι καρδιοπάθειες, η υπέρταση, παχυσαρκία, ο διαβήτης, ο καρκίνος κ.α..

Εντόπισε συνολικά πέντε περιοχές στον κόσμο (Ικαρία, Οκινάουα, Ολιάστρα, Λόμα Λίντα, Νικόγια) τις οποίες ονόμασε «Μπλε περιοχές» και πληρούσαν τα υπο εξέταση στοιχεία. Το βασικό όμως στοιχείο το οποίο ανακάλυψε ήταν ότι σε όλες αυτές τις περιοχές οι κάτοικοι ακολουθούσαν το μοντέλο του Ευ Ζην.

2.3.1 Συμβολή του γονιδιώματος στη μακροζωία

Η ζωή του ατόμου ξεκινάει κατά τη διαδικασία της γονιμοποίησης. Ένα μεγάλο μέρος των αναπτυξιακών μεταβολών του παρουσιάζονται πριν τη γέννηση του και συνεχίζονται μέχρι την εφηβεία του. Μετά από αυτό το διάστημα οι οργανικές λειτουργίες βαθμιαία εξασθενούν και επέρχεται η γήρανση και κατά συνέπεια ο θάνατος. Κατά το πρώτο στάδιο της ζωής μας, η ανάπτυξη και η ωρίμανση του οργανισμού ελέγχονται οργανωμένα από το γενετικό κώδικα που αναπτύχθηκε κατά το στάδιο της εξέλιξης. Στο δεύτερο στάδιο της ζωής μας δεν γνωρίζουμε ακριβώς τι συμβαίνει καθώς βρίσκονται σε εξέλιξη αρκετές μελέτες που διατυπώνουν την άποψη ότι μεταλλάξεις οδηγούν σε πρόωρη γήρανση είτε σε αύξηση της μακροζωίας.

Πάντως, αρκετές μελέτες προσανατολίζουν τις έρευνές τους στο κατά πόσο το γονιδίωμα και η κληρονομικότητα σχετίζονται με τη μακροζωία. Μέχρι σήμερα τα αποτελέσματα που έχουν προκύψει υποδεικνύουν ότι σε υπερήλικες και αιωνόβιους υπάρχει διαφοροποίηση της έκφρασης κάποιων τύπων γονιδίων που καθυστερούν τη διαδικασία της γήρανσης. Μερικά από αυτά είναι το γονίδιο CETP³³ μέσω του οποίου παράγεται μια πρωτεΐνη με αντι-αθηρογόνες ιδιότητες, το γονίδιο ACE³⁴ το οποίο συμβάλλει στην ομοίωση του καρδιαγγειακού συστήματος και το γονίδιο R19X³⁵ το οποίο παρουσιάστηκε σε μεγάλες συγκεντρώσεις, πολύ παραπάνω από άλλους

³³ <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6233165/> (12/6/2023)

³⁴ <https://medlineplus.gov/genetics/gene/ace/> (12/6/2023)

³⁵ <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25363704/> (12/6/2023)

πληθυσμούς στην ευρώπη (40 φορές περισσότερο) σε κατοίκους των Ανωγείων Κρήτης³⁶ και είναι υπεύθυνο για τη μείωση των τριγλυκεριδίων και την αύξηση της καλής χοληστερόλης συνεπώς και στην προστασία από καρδιαγγειακά νοσήματα.

Ο Δρ. Τομ Κίρκγουντ καθηγητής του Πανεπιστημίου του Νιούκαστλ, σε εργασία του (2017) αναφέρει τα αποτελέσματα μελετών του που σχετίζονται με το πώς τα γονίδια συμβάλλουν στη μακροζωία καταλήγοντας ότι αυτή επηρεάζεται κατά 25% από κληρονομικούς παραγοντες και το υπόλοιπο 75% σχετίζεται με περιβαλλοντικούς παράγοντες και τον τρόπο ζωής³⁷. Σε αντίστοιχη έρευνα παρουσιάστηκε η άποψη ότι παράγοντες του περιβάλλοντος επηρεάζουν την έκφραση και τη συμπεριφορά των γονιδίων (επιγενετικές αλλαγές) αφού εντοπίστηκαν τέσσερα γονίδια με αυτή την ιδιότητα τα οποία καθορίζουν και τη διαδικασία της γήρανσης και κατ' επέκταση τη μακροζωία³⁸.

2.3.2 Συμβολή των τελομαρών στη μακροζωία³⁹

Τα κύτταρα δεν αναπαράγονται εφ' όρου ζωής και αυτό γιατί σε κάθε διαίρεση των κυττάρων προκύπτουν βλάβες και απώλειες στην αντιγραφή του DNA. Έχει υπολογιστεί ότι μέσος όρος “λαθών” ανά κυτταρική διαίρεση ανέρχεται σε έξι και απ' ότι φαίνεται ή γήρανση των κυττάρων προκύπτει από τα συσσωρευμένα αυτά σφάλματα. Αυτό δεν είναι απαραίτητα κακό καθώς το γήρας των κυττάρων φαίνεται να προστατεύει από τον καρκίνο.

Το μεγαλύτερο ποσοστό απωλειών συμβαίνει κατά τον πολλαπλασιασμό των κυττάρων στη διαδικασία της μίτωσης. Κατά τη διαδικασία αυτή κάθε χρωμόσωμα χωρίζεται στα δύο από της άκρες του στα σημεία που ονομάζονται τελομαρή. Είναι περιοχές του DNA χωρίς ιδιαίτερη πληροφοριακή αξία. Έχουν παρομοιαστεί με το προστατευτικό άκρο των κορδονιών των παπουτσιών που προστατεύουν από τη φθορά⁴⁰. Ο τρόπος που το πετυχαίνουν αυτό είναι μέσω της δομής τους που επιτρέπουν την προσκόλληση πρωτεϊνών που συγκρατούν τη διπλή έλικα του DNA στην κάθε άκρη της και έτσι δεν χάνεται η χρήσιμη πληροφορία που βρίσκεται κατά μήκος του

³⁶ <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24343240/> (15/6/2023)

³⁷ <https://physoc.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1113/EP086205> (15/6/2023)

³⁸ <https://journals.plos.org/plosgenetics/article?id=10.1371/journal.pgen.1002629> (15/6/2023)

³⁹ <https://acta.hms.org.gr/wp-content/uploads/2019/01/5-26.pdf> (15/6/2023)

⁴⁰ <https://www.youtube.com/watch?v=irUQEG4BSK4> (15/6/2023)

χρωμοσώματος. Το υλικό από το DNA που έχει αποκοπεί κατά τα πρώτα στάδια της διαίρεσης είναι μέρος του τελομαρούς το οποίο ανά διαίρεση μικραίνει και χρειάζεται ανασύσταση στο μήκος του αλλιώς παύει να υπάρχει τελικά από το χρωμόσωμα και η υπόλοιπη γενετική πληροφορία του μεσομερούς αποκόπτεται καθιστώντας το κύτταρο βιολογικά ανενεργό.

Η ανασύσταση των τελομαρών είναι εφικτή μέσω ενός ενζύμου που ονομάζεται τελομεράση. Διάφορες μελέτες σε μονοκύτταρους οργανισμούς έχουν υποδείξει ότι οργανισμοί με πολύ ενεργή τελομεράση (άλγη *Tetrahymena* *Thermophila*) τους κάνει “αθάνατους” σε ευνοϊκές συνθήκες. Στον ανθρώπινο οργανισμό, στα εμβρυϊκά κύτταρα και σε κύτταρα που πολλαπλασιάζονται συχνά (Ηπατικά κύτταρα), η τελομεράση είναι αρκετά ενεργή. Αντιθέτως, στο υπόλοιπα κύτταρα των ενηλίκων είναι σχεδόν ανενεργή. Συνεπώς δεν αποφεύγεται ο συνεχόμενη φθορά των τελομερών κάτι που οδηγεί τους επιστήμονες στην αναζήτηση παραγόντων που την ενεργοποιούν έτσι ώστε να επιμηκύνουν τη ζωή των κυττάρων μας. Από την άλλη, στους πολυκύτταρους οργανισμούς, μεγάλη ποσότητα τελομεράσης ή ακόμα πιο σωστά περίσσεια τελομεράσης χρησιμοποιείται από τα καρκινικά κύτταρα ώστε να αναπαράγονται αορίστως επιβαρύνοντας τον οργανισμό.

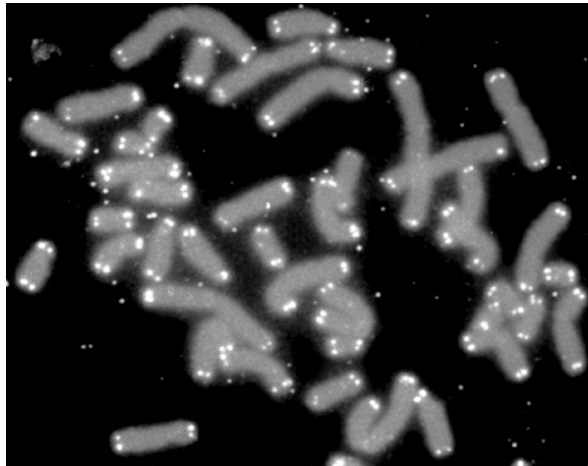
Έρευνες⁴¹ έχουν δείξει ότι σε μεγάλες περιόδους τοξικού στρες παρατηρείται επιτάχυνση της γήρανσης σε κυτταρικό επίπεδο και αυτό αποτυπώνεται στο μήκος των τελομαρών το οποίο εμφανίζεται συνεχώς μικρότερο κάτι που δημιουργεί με τη σειρά του μικρότερη αντίσταση στη φθορά των κυτταρικών διαιρέσεων αφού η τελομεράση είναι μειωμένη στο μισό. Σημειώνεται ότι τοξικό στρες προκαλείται από μη ισορροπημένη ψυχολογία, από την κακή διατροφή, το κάπνισμα και περιβαλλοντικούς παράγοντες όπως η μόλυνση του περιβάλλοντος στο οποίο ζούμε, η χωρίς μέτρο έκθεση σε ακτινοβολίες κ.α..

Τέλος, έχει βρεθεί ότι παράγοντες που υποβοηθούν την τελομεράση είναι η άσκηση, η ισορροπημένη διατροφή με φρούτα, λαχανικά και λιπαρά ψάρια, η χαλάρωση και ο διαλογισμός.

41

<https://www.bougouliamaria.gr/el/pathiseis/%CE%B1%CE%BD%CF%84%CE%B9%CE%B3%CE%AE%CF%81%CE%B1%CE%BD%CF%83%CE%B7-%CF%84%CE%B5%CE%BB%CE%BF%CE%BC%CE%B5%CF%81%CE%AE/63-%CE%B1%CE%BD%CF%84%CE%B9%CE%B3%CE%AE%CF%81%CE%B1%CE%BD%CF%83%CE%B7-%CE%B1%CE%BD%CF%84%CE%B9%CF%83%CF%84%CE%B1%CE%B8%CE%B5%CE%AF%CF%84%CE%B5-%CF%83%CF%84%CE%BF-%CE%B3%CE%AE%CF%81%CE%B1%CF%82.html> (15/6/2023)

Εικόνα 1. Ανθρώπινα χρωμοσώματα στα οποία διακρίνονται στις άκρες τα τελομαρή (Λευκά)



Πηγή: https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/4/4a/Telomere_caps.gif

Κεφάλαιο Τρίτο.

Χαρακτηριστικά της Ικαρίας

3.1 Γενικές πληροφορίες για την Ικαρία

Η Ικαρία είναι Ελληνικό νησί που υπάγεται στην Περιφέρεια Βορείου Αιγαίου⁴² και ανήκει στο νομό Σάμου στο ανατολικό Αιγαίο δηλαδή. Έχει έκταση διακοσίων πενήντα πέντε τετραγωνικών χιλιομέτρων με εκατόν εξήντα χιλιόμετρα ακτογραμμή. Το όνομά της οφείλεται στο μύθο του Δαίδαλου και του Ίκαρου ο οποίος κατέπεσε σύμφωνα με το μύθο στις ακτές της. Σύμφωνα με την απογραφή του 2021 έχει πληθυσμό 8.843⁴³ κατοίκων.

Το νησί στο μεγαλύτερο μέρος του είναι ορεινό όπως ορεινά είναι και τα περισσότερα χωριά που κατοικούνται. Ο λόγος ήταν για να είναι προστατευμένοι οι κάτοικοι από πειρατικές επιδρομές παλαιότερων εποχών. Κατά μήκος του νησιού διέρχεται η οροσειρά του Αθήρα με ύψος 1.041 μέτρα. Είναι πυκνή σε βλάστηση και υπάρχει αφθονία πόσιμου νερού (φράγμα Πέξι). Στο δυτικό μέρος του νησιού βρίσκεται το δάσος του Ράντη που έχει χαρακτηριστεί ως ένα από τα πιο σπάνια μεσογειακά προϊστορικά δάση. Η πανίδα του νησιού είναι επίσης πλούσια με συνιθισμένα ζώα αλλά και κάποια σπάνια (σαύρα κορκόφυλας). Το κλίμα της Ικαρίας είναι μεσογειακό παράκτιο, δηλαδή ξηρό με θερμό καλοκαίρι και υγρούς ήπιους χειμώνες.

3.2 Ιστορία της Ικαρίας⁴⁴

Η ιστορία της Ικαρίας ξεκινάει από τη νεολιθική εποχή περίπου το 7.000 π.Χ από κατοίκους που αποκαλούνταν Πελασγοί. Το 750 π.Χ. στην περιοχή που σήμερα ονομάζεται Κάμπος αποικίστηκε από Έλληνες της Μιλητού. Την αποκάλεσαν Οινόη

⁴² Εγκυκλοπαίδεια Πάπυρος Λαρούς Μπριτάννικα. Εκδοτικός Οργανισμός Πάπυρος. 1996. σελ. 140.

⁴³ https://elstat-outsourcers.statistics.gr/Census2022_GR.pdf (20/6/2023)

⁴⁴ <https://ikarianet.gr/113/%CE%BC%CE%AF%CE%B1-%CF%83%CF%8D%CE%BD%CF%84%CE%BF%CE%BC%CE%B7-%CE%B9%CF%83%CF%84%CE%BF%CF%81%CE%AF%CE%B1-%CF%84%CE%B7%CF%82-%CE%B9%CE%BA%CE%B1%CF%81%CE%AF%CE%B1%CF%82-%CF%84%CE%BF%CF%85-%CE%B1%CE%BD/> (20/6/2023)

από το κρασί της και ήταν επισήμως η πρώτη περιοχή που κατοικήθηκε και αναπτύχθηκε πολιτισμός. Τον 6^ο αιώνα π.Χ η Ικαρία πέρασε στη διοίκηση της Σάμου και την ίδια εποχή κατασκευάστηκε στο βορειοανατολικό τμήμα του νησιού ο ναός της Αρτέμιδος στην περιοχή του Να. Ο Νας ήταν από τα σημαντικότερα λιμάνια της Ικαρίας και κατάλληλο μέρος για να κάνουν οι ναυτικοί θυσίες στη θεά Άρτεμη προστάτιδα των θαλασσοπόρων.

Ενώ κατά την ελληνιστική εποχή η Ικαρία εγκαταλήφθηκε κατά τη Βυζαντινή εποχή υπήρξε σχετική αναβίωση του πολιτισμού στο νησί. Μία περιοχή κοντά στην Οινόη που ονομαζόταν Εύδηλος αναπτύχθηκε και λειτούργησε ως δευτερεύον ναυπηγείο. Όταν όμως το 1050 μ.Χ κατόπιν αποφάσεων των αρχών έκλεισαν τα ναυπηγεία του Αιγαίου με σκοπό να κατασκευάζονται τα πλοία στην Κωνσταντινούπολη η Σάμος και οι γύρω περιοχές έπαψαν να αποτελούν ναυτικά κέντρα και λόγω της παρακμής που ακολούθησε οι κάτοικοι της Ικαρίας μετακινήθηκαν προς το εσωτερικό και απρόσιτο μέρος του νησιού. Κατά την επιδρομή των Τούρκων στη Μικρά Ασία τον 11^ο αιώνα, αρκετοί Έλληνες μετανάστευσαν προς τα νησιά του Αιγαίου με την Ικαρία να είναι μία ασφαλής λύση.

Το 14^ο αιώνα και ενώ η Ικαρία άνηκε στη Γενοβέζικη αυτοκρατορία στο Αιγαίο οι κάτοικοι του νησιού κατέστρεψαν τα λιμάνια τους για να μην είναι εύκολη η απόβαση ανεπιθύμητων επισκεπτών. Ανέπτυξαν ένα προτότυπο σύστημα επικοινωνίας κατά το οποίο επτά πύργοι που λειτουργούσαν ως παρατηρητήρια κατά μήκος της ακτογραμμής όταν έβλεπαν ένα εχθρικό ή άγνωστο πλοίο επικοινωνούσαν μεταξύ τους ανάβοντας φωτιά και ανοίγοντας μία δεξαμενή η οποία ήταν πάντα γεμάτη νερό το οποίο έφτανε σε κεντρική δεξαμενή κάθε κάστρου. Από το επίπεδο της στάθμης του νερού στη δεξαμενή τα κάστρα αντιλαμβάνοντουσαν αν πρόκειται για επίθεση πειρατών, άγνωστο σκάφος κ.α.. Οι Ιππότες του Αγίου Ιωάννη ασκούσαν εξουσία στην Ικαρία μέχρι το 1521 όπου η Οθωμανική Αυτοκρατορία την κατέκτησε. Το 1912 οι επαναστάτες κάτοικοι του νησιού εκδίωξαν την Τουρκική φρουρά αλλά λόγω των βαλκανικών πολέμων δεν μπορούσε να συνενωθεί με την Ελλάδα παραμένοντας για πέντε μήνες ανεξάρτητη πολιτεία.

Στα νεότερα χρόνια, από το 1960 και μετά ξεκίνησαν οι Ελληνικές κυβερνήσεις να επενδύουν στις υποδομές του νησιού για να προωθηθεί ο τουρισμός.

3.3 Πολιτισμικά και λαογραφικά στοιχεία της Ικαρίας

Η Ικαρία λόγω της απόστασης από την ηπειρωτική χώρα και των καταστάσεων απομόνωσης παλαιότερων χρόνων έχει διατηρήσει ιδιαίτερα χαρακτηριστικά στη γλώσσα και στα έθιμά της. Έχει διατηρήσει την αρχαϊζουσα γλώσσα και οι κάτοικοί της ασχολούνται κυρίως με τη ναυτιλία και με τοπικά επαγγέλματα ενώ φημίζονται για τους μεταξύ τους δεσμούς, για το ότι δεν δίνουν τόσο μεγάλη σημασία σε οτιδήποτε θα θεωρούσαν άλλοι ουσιώδες και κυρίως για τους αργούς ρυθμούς με τους οποίους κυλά η καθημερινότητά τους. Είχε υιοθετήσει την ανταλλακτική εργασία συνεπώς και η οικονομία του νησιού έχει τέτοια χαρακτηριστικά. Ενδεικτικό παράδειγμα αυτής της κατάστασης είναι ότι πριν τον 20^ο αιώνα δεν χρησιμοποιούσαν νόμισμα. Ίσως για αυτό το λόγο να χαρακτηρίζονται οι κάτοικοί της από κοινωνικότητα, φιλικότητα, φιλοξενία και με τάση οικειοθελούς συμβολής σε κατασκευές δημόσιων και ιδιωτικών υποδομών.

Ένα άλλο γεγονός που την έχει κατατάξει στο παγκόσμιο χάρτη στις περιοχές των «Μπλε Ζωνών» είναι το υψηλό προσδόκιμο ζωής το οποίο ξεπερνάει το μέσο όρο της χώρας (79,8 έτη) σχεδόν κατά μία δεκαετία (88,1 έτη). Διάφορες έρευνες εικάζουν ότι σε αυτό συμβάλλει ο υγιεινός τρόπος ζωής και η έλλειψη άγχους δηλαδή το «Ευ Ζην» της Ικαρίας.

Καθοριστικό ρόλο σε όλα αυτά έχει διαδραματίσει η ίδια η κουλτούρα των κατοίκων του νησιού δηλαδή η αίσθηση του χρόνου, η αυτάρκεια και η αλληλοβοήθεια όπως αναφέρθηκαν και προηγουμένως. Η ιδιαίτερη διαχείριση του χρόνου έχει δύο σκέλη, τον αργό ρυθμό εκτέλεσης οποιασδήποτε δραστηριότητας ενώ ο δεύτερος έχει να κάνει με τις νυχτερινές δραστηριότητες. Φαίνεται ότι η τάση αυτή διαμορφώθηκε κατά τις παλαιότερες περιόδους επιδρομών στο νησί. Οι Ικαριώτες, προκειμένου να ανταπεξέλθουν στις δύσκολες καταστάσεις της πειρατείας εφάρμοσαν την απομακρυσμένη εγκατάσταση των κατοικιών τους και την απόκρυψή τους. Για τον ίδιο λόγο πραγματοποιούσαν τα δραστηριότητές τους αργά το βράδυ έτσι ώστε να παραμένουν αφανείς και τα καταστήματά τους λειτουργούσαν κατά τις νυχτερινές ώρες κάτι που αποτυπώθηκε στη γενική τους κουλτούρα μέχρι και σήμερα. Η διασπορά των οικισμών οδήγησε και στην ανάγκη της αυτονομίας και της αυτάρκειάς τους. Συνεπώς, το κάθε νοικοκυριό είχε το δικό του αγροτεμάχιο από το οποίο έβγαζε ο ιδιοκτήτης τα απαραίτητα τρόφιμα για τη διαβίωσή του. Έτσι, η μέρα χωριζόταν στις αγροτικές εργασίες το πρωί, την ανάπαυση το μεσημέρι, τα ψώνια και τις κοινωνικές

συναναστροφές το βράδυ. Σήμερα, το μοντέλο είναι ακριβώς το ίδιο με τη διαφορά ότι η επαγγελματική δραστηριοποίησή τους εφαρμόζεται τις απογευματινές ή τις βραδινές ώρες. Ένα άλλο σημείο το οποίο παρουσιάζει ιδιαίτερο ενδιαφέρον είναι ότι η ώρα της εργασιακής ενασχόλησης εμπλέκεται με κοινωνικές συναναστροφές με αποτέλεσμα να ολοκληρώνεται πολύ αργότερα από το αναμενόμενο η κάθε εργασία.

Το νυχτερινό ωράριο ήταν πράγματι λειτουργικό στα παλαιότερα χρόνια. Πλέον παρουσιάζεται περισσότερο ως μέρος της κουλτούρας της κοινωνίας της Ικαρίας αλλά και ως ένα τουριστικό προϊόν για να προσελκύσουν μια μερίδα εναλλακτικών τουριστών. Ωστόσο, ενώ δεν τίθεται σήμερα θέμα επιβίωσης, η “χρήση” αυτής της φιλοσοφίας με το βραδινό ωράριο διευκολύνει τους ντόπιους στην ενασχόλησή τους με τις αγροτικές εργασίες.

Ένα άλλο χαρακτηριστικό των κατοίκων της Ικαρίας είναι ότι διακρίνονται για την ολιγάρκειά τους. Αυτό είναι απόρροια των στερήσεων στα παλαιότερα χρόνια. Η ολιγάρκειά τους αυτή αποτυπώνεται και στη διατροφή τους καθώς αρκούνται με ότι μπορούν να παράξουν οι ίδιοι και η φύση (βότανα, ψάρια, χόρτα). Σε συνδυασμό με τις κοινωνικές τους συναναστροφές και τα γλέντια, ίσως να είναι από τα μυστικά της μακροζωίας τους.

Τέλος, η κοινωνία της Ικαρίας διακατέχεται από στοιχεία αλληλοβοήθειας, συλλογικότητας και κοινοτισμού. Παρά το γεγονός ότι κάθε νοικοκυριό είναι αυτόνομο όταν κάποιος έχει ανάγκη από εργατικά χέρια οι συντοπίτες του τον βοηθούν και η βοήθεια αυτή ανταποδίδεται σε κάτι αντίστοιχο στο μέλλον. Το ονομάζουν «αλλαξιά» ή «ανεβούθκιο». Επίσης, όπου υπάρχει η ανάγκη για κοινοφελή δημόσια έργα το πρώτο λόγο τον έχουν οι ντόπιοι και σε πολύ μικρότερο ποσοστό συμβάλλει η Ελληνική πολιτεία. Αξίζει να σημειωθεί, στην περιοχή έχουν δημιουργήσει συλλόγους που συγκεντρώνουν πόρους από πολιτιστικά δρώμενα και τους προσφέρουν ταυτόχρονα με εθελοντική εργασία στη δημιουργία έργων υποδομής

3.4 Διατροφικές συνήθειες κατοίκων Ικαρίας

Οι κάτοικοι της Ικαρίας έχουν υιοθετήσει στοιχεία της μεσογειακής διατροφής η οποία καλύπτει όλες τις σύγχρονες, επιστημονικά αποδεδειγμένες προϋποθέσεις υγιεινής και ισορροπημένης διατροφής κάτι το οποίο φαίνεται να συμβάλει και στη μακροζωία.

Στις ορεινές κυρίως περιοχές κάθε σπίτι έχει χτιστά αγροτεμάχια με την ονομασία «πεζούλες» στις οποίες οι κάτοικοι καλλιεργούν εποχικά φρούτα, λαχανικά και όσπρια. Τα νοικοκυριά παίρνουν το κρέας, τα αυγά και το γάλα από οικόσιτα ζώα ενώ λόγω της διασποράς των κατοίκων και επειδή το σιτάρι δεν επαρκεί το εισάγουν από άλλα νησιά, τον αλέθουν καθημερινά πριν φτιαχτεί το ψωμί και μοιράζεται με περιοδεία στα χωριά. Σε περιόδους μη επάρκειας χρησιμοποιούν αντί για αλεύρι από σιτάρι, αλεύρι από το σπόρο πρίνου ή κεχρόξυλο. Τα κύρια διατροφικά χαρακτηριστικά στην Ικαρία όπως προκύπτουν από μελέτη που έγινε το 2015 από την Καρδιολογική Κλινική του Πανεπιστημίου Αθηνών με όνομα «Ικαρία» και σχετίζεται με το ρόλο της διατροφής και του τρόπου ζωής των κατοίκων της Ικαρίας που οδηγεί σε μακροζωία είναι οι εξής⁴⁵:

- Μεγάλη κατανάλωση ντόπιων και εποχικών φρούτων και λαχανικών (4-5 φορές την εβδομάδα)
- Μεγάλη κατανάλωση οσπρίων (2-3 φορές την εβδομάδα)
- Κατανάλωση ελαιόλαδου (5 – 7 φορές την εβδομάδα)
- Μεγάλη κατανάλωση δημητριακών (ψωμί από σιτάρι ή κριθάρι ολικής άλεσης)
- Μέτρια κατανάλωση γαλακτοκομικών προϊόντων
- Μέτρια κατανάλωση αλκοολούχων ποτών. Προτιμούν κυρίως το ντόπιο κρασί με το φαγητό τους στο οποίο προσθέτουν νερό. (100 ή 200 ml ημερησίως)
- Μεγάλη κατανάλωση θαλασσινών (2 φορές την εβδομάδα)
- Μέτρια κατανάλωση μελιού
- Μικρή κατανάλωση κρέατος και πουλερικών (1-2 φορές την εβδομάδα)
- Σχεδόν καθόλου κατανάλωση ζάχαρης και ζαχαρωδών προϊόντων
- Μεγάλη κατανάλωση αφεψημάτων από ντόπια βότανα και καφέ (300 ml ημερησίως)

⁴⁵ <https://www.iatriko.gr/el/content/mystika-makrozoias-meleti-ikaria?cl=609> (20/6/2023)

- Μεγάλη κατανάλωση νερού.

3.5 Αξιοθέατα και δραστηριότητες στην Ικαρία

3.5.1 Ιαματικά Λουτρά

Η Ελλάδα είναι η χώρα της ευρωπαϊκής ένωσης στην οποία βρίσκονται οι περισσότερες ιαματικές πηγές. Όπως και οι αντίστοιχες άλλες χώρες – λουτροπεριοχές προσελκύουν τουρισμό που επιζητεί διακοπές χαλάρωσης, σε καλό περιβαλλοντικό κλίμα και μπάνιο σε θερμές πηγές. Στην Ικαρία οι πηγές είναι φημισμένες για το ραδόνιο που αναβλύζουν. Το νερό των πηγών κατά την υπόγεια διαδρομή του έρχεται σε επαφή με ραδιενεργά ορυκτά του γρανιοδιορίτη στην περιοχή του Ξυλοσύρτη, αναμειγνύεται με επιφανειακά ύδατα και αναβλύζουν από τα πετρώματα. Επίσης, αναμειγνύονται με θαλασσινό νερό (αλιπηγές πλησίον της θάλασσας) και εμπλουτίζονται με τα ευεργετικά στοιχεία του.

Στο νησί υπάρχουν οκτώ θερμοπηγές. Στα Θέρμα (περιοχή του Αγίου Κηρύκου) βρίσκονται οι πέντε κυριότερες ιαματικές πηγές:

- Του Σπηλαίου: Η περιεκτικότητα του ραδίου είναι 10 μονάδες (Mache). Είναι ιδανική για Spa καθώς βρίσκεται σε φυσική σπηλιά της παραλίας Θερμών και διαθέτει ατμόλουτρα, σάουνα για δεκαπέντε άτομα και δύο πισίνες των επτά ατόμων για υδρομασάζ.
- Του Απόλλωνα: Η περιεκτικότητα του ραδονίου είναι 584 μονάδες (Mache). Βρίσκεται σε κεντρικό σημείο των Θερμών και περιέχει 26 λουτήρες, υδρομασάζ και καμπίνες όπου ο ενδιαφερόμενος μπορεί να επιλέξει ανάμεσα σε νερό του Σπηλαίου, του Απόλλωνα ή μίξη των δύο πηγών.
- Του Κράτσα. Η περιεκτικότητα του ραδονίου είναι 484 μονάδες (Mache). Η πηγή όπως και το λουτροκατάστημα βρίσκεται στο κέντρο των Θερμών.
- Του Παμφίλη και της Αρτέμιδος τα οποία δεν αξιοποιούνται προς το παρόν με κάποιον τρόπο.

Στον Άγιο Κήρυκο νότια της Ικαρίας υπάρχουν άλλες τρεις ιαματικές πηγές εκ των οποίων οι δύο είναι και υπαίθριες:

- Του Ασκληπιού: Παλαιότερα ονομαζόταν και Μουσταφά καθώς κάποιος μεγάλος σε ηλικία Τούρκος διοικητής θεραπεύτηκε στα νερά της. Έχει

περιεκτικότητα σε ραδόνιο 450 μονάδες (Mache) και αναβλύζει από τη θάλασσα.

- Της Λευκάδας: Στον παραλιακό δρόμο προς Άγιο Κήρυκο υπάρχουν δύο ιαματικές πηγές (Χλιό και Θερμό) οι οποίες είναι αναξιοποίητες, καταλήγουν στη θάλασσα και είναι ιδανικές για δερματικές παθήσεις ενώ μπορεί κάποιος να συνδυάσει κολύμβηση σε κρύο και θερμό νερό.
- Της Αγίας Κυριακής: Βρίσκεται στο Φανάρι Ικαρίας. Η πηγή αναβλύζει από τη θάλασσα σε φυσικές γούρνες δέκα μέτρα από τη θάλασσα και το νερό της πηγής το ονομάζουν «Αθάνατο νερό» αφού είναι διουρητικό και βοηθάει στην αποβολή λίθων και άμμου από νεφρά και κύστη.

Το 1936 και το 1938, ο Μ. Περτέσης διαπίστωσε την υψηλή ποσότητα ραδονίου και η πρώτη μελέτη για την αξιοποίηση των θερμομεταλλικών πηγών της Ικαρίας έγινε από το Πανεπιστήμιο Θεσσαλονίκης (Α.Κ. Μακρή). Οι ιαματικές πηγές στην Ικαρία θεωρούνται κατάλληλες για τη θεραπεία των εξής παθήσεων:

- Υπόξεις και χρόνια ρευματισμοί όπου περιλαμβάνονται διάφορες μορφές αρθρίτιδας
- Ουρική αρθρίτιδα
- Νευραλγίες, νευρίτιδες, μυϊτιδες
- Γυναικολογικές παθήσεις
- Διαταραχές των ενδοκρινών αδένων
- Ορισμένες περιπτώσεις ανωμαλιών του κυκλοφορικού συστήματος
- Διαταραχές του αναπνευστικού συστήματος
- Δερματικές παθήσεις.

3.5.2 Αξιοθέατα

Νας⁴⁶

Ο Νας είναι μία αρχαία παραθαλάσσια πόλη που σύμφωνα με τη μυθολογία κατοικούσαν οι κόρες του Δία που ονομαζόντουσαν Ναϊάδες. Σε αυτήν χτίστηκε ένα από τα πιο γνωστά ιερά αφιερωμένο στην Ταυροπόλο Αρτέμιδα. Δυστυχώς οι κίονες του ναού χρησιμοποιήθηκαν από τους κατοίκους για κατασκευή χριστιανικών εκκλησιών το 19^ο αιώνα συνεπώς από το ναό σώζεται μόνο το δάπεδο. Στην περιοχή βρισκόταν και το αρχαίο λιμάνι που εκτεινόταν από την παραλία μέχρι το φαράγγι του Χάλαρη. Σήμερα σώζεται η προκυμαία του λιμανιού. Ο Νας είναι μια περιοχή που προσφέρεται για εναλλακτικό τουρισμό, όπως επίσης και για γυμνιστικό τουρισμό καθώς κατά μήκος του πράσινου τοπίου, διέρχεται ποτάμι το οποίο καταλήγει στην παραλία και καταρράκτης πεζοπορώντας προς τον αρχαίο ναό.

Οινόη⁴⁷

Η Οινόη ήταν η αρχαία πρωτεύουσα του νησιού. Ήταν μία πόλη στη βορειοδυτική πλευρά του νησιού πλησίον του Κάμπου και του Εύδηλου γνωστή και ως Διονυσιάδα. Το όνομά της μάλλον προέρχεται από τον οίνο που καλλιεργείται στην περιοχή γύρω από το όρος Πράμνος αν και μία άλλη θεωρία αναφέρει ότι το όνομά της προκύπτει από την Οινόη Αττικής ως αποικία της. Τον 5^ο αιώνα π.Χ. οι Οινόη και Θέρμαι από την Ικαρία έγιναν μέλος της Αθηναϊκής συμμαχίας. Σήμερα σώζεται τμήμα των τειχών της πόλης καθώς και ένα ερειπωμένο οίκημα Βυζαντινής περιόδου.

Δράκανο⁴⁸

Το Δράκανο είναι μία αρχαία πόλη Αλεξανδρινής εποχής του 4^{ου} αιώνα π.Χ. η οποία οφείλει το όνομά της στο ομώνυμο βουνό και θεωρείται η πατρίδα του Διονύσου. Σήμερα σώζονται ερείπια της Ακρόπολης καθώς και ένας πύργος ο οποίος ήταν ένας

⁴⁶

<https://www.visitikaria.gr/gr/%CE%B1%CE%BD%CE%B1%CE%BA%CE%AC%CE%BB%CF%85%CF%88%CE%B5/%CF%87%CF%89%CF%81%CE%B9%CE%AC-%CE%BF%CE%B9%CE%BA%CE%B9%CF%83%CE%BC%CE%BF%CE%AF/%CE%BD%CE%B1%CF%82>
(29/6/2023)

⁴⁷

https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%9F%CE%B9%CE%BD%CF%8C%CE%B7_%CE%99%CE%BA%CE%B1%CF%81%CE%AF%CE%B1%CF%82 (29/6/2023)

⁴⁸ <http://www.nikaria.gr/pages/%CE%94%CF%81%CE%AC%CE%BA%CE%B1%CE%BD%CE%BF.html>
(29/6/2023)

από τους επτά πύργους – παρατηρητήρια του νησιού. Ιστορικές αναφορές κάνουν λόγο για το ότι σε ένα μέρος του πύργου προκλήθηκαν ζημιές όταν το 1826 ο ναύαρχος Σαχτούρης θέλοντας να δοκιμάσει τα κονόνια από τα πλοία του επέλεξε σαν στόχο τον πύργο.

Ο πύργος του Δράκανο μαζί με τους πύργους του Χειμάρρου Νάξου και του Αγίου Πέτρου στην Άνδρο θεωρούνται οι ψηλότεροι πύργοι των κυκλάδων και του βορειοανατολικού αιγαίου ενώ παράλληλα ο πρώτος αποτελεί επίσημα μνημείο και υπάγεται στην ΚΑ΄ Εφορεία Προϊστορικών και κλασικών αρχαιοτήτων.

Κάστρο του Κοσκινά⁴⁹

Το κάστρο του Κοσκινά βρίσκεται στο όρος Κοσκινάς του χωριού Κοσοίκια του Ευδήλου στην Ικαρία. Είναι γνωστό και με τα ονόματα Κάστρο της Μεσαριάς ή κάστρο της Νικαριάς. Είναι Βυζαντινής κατασκευής το οποίο δημιουργήθηκε έχοντας το ρόλο του οχυρού του νησιού λόγω της καλής ορατότητας προς όλους τους θαλάσσιους δρόμους.

Εσωτερικά του κάστρου διατηρείται ακόμα και σήμερα ο ναός του Αγίου Γεωργίου του Δοργανά, φτιαγμένος με κίονες αρχαίων ναών, ο οποίος όμως την ημέρα της εορτής του Αγίου λειτουργεί κανονικά και πλήθος κόσμου τον επισκέπτεται. Περιμετρικά του κάστρου σώζεται ένα μέρος των τειχών.

Μουσείο Αγίου Κηρύκου⁵⁰

Το αρχαιολογικό μουσείο του Αγίου Κηρύκου βρίσκεται στην ομώνυμη περιοχή στην πρωτεύουσα του νησιού. Είναι ένα νεοκλασικό κτήριο που περιέχει ευρύματα αρχαϊκής και κλασικής περιόδου όπως , αγγεία, λίθινα και χάλκινα εργαλεία, νομίσματα καθώς και αμφορείς τα οποία βρέθηκαν στο βυθό της θάλασσας σε ναυάγια και σε ανασκαφές των γύρω περιοχών.

49

https://web.archive.org/web/20211203032449/http://odysseus.culture.gr/h/2/gh251.jsp?obj_id=18785 (29/6/2023)

50

<https://www.visitikaria.gr/gr/%CE%B1%CE%BD%CE%B1%CE%BA%CE%AC%CE%BB%CF%85%CF%88%CE%B5/%CE%BC%CE%BF%CF%85%CF%83%CE%B5%CE%AF%CE%B1/%CE%B1%CF%81%CF%87%CE%B1%CE%B9%CE%BF%CE%BB%CE%BF%CE%B3%CE%B9%CE%BA%CF%8C-%CE%BC%CE%BF%CF%85%CF%83%CE%B5%CE%AF%CE%BF-%CE%B1%CE%B3%CE%AF%CE%BF%CF%85-%CE%BA%CE%B7%CF%81%CF%8D%CE%BA%CE%BF%CF%85> (29/6/2023)

Μουσείο Κάμπου⁵¹

Το αρχαιολογικό μουσείο του Κάμπου βρίσκεται στον ομώνυμο οικισμό στο λόφο της Αγίας Ειρήνης. Εκθέτει αρχαιολογικά ευρήματα από τα ερείπια της αρχαίας Οινόης, το Φραντάτο, την Αρέθουσα και το Πετροπούλι.

3.5.3 Δραστηριότητες & Αθλητισμός

Η Ικαρία είναι ένας προορισμός ιδανικός για εναλλακτικό τουρισμό και δραστηριότητες όπως ο περίπατος, η αναρρίχηση, η ορειβασία, οι καταδύσεις, οι ποδηλατικές εξορμήσεις, το σερφ κ.α.. καθώς μπορεί να συνδυάσει τόσο την ενασχόληση με το βουνό αλλά και τη θάλασσα.

51

<https://www.visitikaria.gr/gr/%CE%B1%CE%BD%CE%B1%CE%BA%CE%AC%CE%BB%CF%85%CF%88%CE%B5/%CE%BC%CE%BF%CF%85%CF%83%CE%B5%CE%AF%CE%B1/%CE%B1%CF%81%CF%87%CE%B1%CE%B9%CE%BF%CE%BB%CE%BF%CE%B3%CE%B9%CE%BA%CF%8C-%CE%BC%CE%BF%CF%85%CF%83%CE%B5%CE%AF%CE%BF-%CE%BA%CE%AC%CE%BC%CF%80%CE%BF%CF%85> (29/6/2023)

Κεφάλαιο Τέταρτο.

Στρατηγικός προσανατολισμός σε τομείς της Ικαρίας που μπορούν να συμβάλλουν στην ανάπτυξη του εναλλακτικού τουρισμού.

4.1 Αργός Τουρισμός (Slow Tourism)

Μια από τις νέες τάσεις του σύγχρονου τουρισμού, αναμφίβολα αποτελεί ο αργός τουρισμός. Η μορφή αυτή λειτουργεί ως αντίδοτο στις αρνητικές πτυχές του μαζικού τουρισμού έχοντας στόχο την αξιοποίηση μιας αυθεντικής εμπειρίας στον προορισμό. Ο αργός τουρισμός είναι άρρηκτα συνδεδεμένος με τα κινήματα του Slow food και Cittaslow (Hall 2006). Η ιδέα του «αργού φαγητού» ξεκίνησε το 1999 από τον Ιταλό δήμαρχο Paolo Saturnini, με σκοπό να αντιμετωπίσει το κίνημα του γρήγορου φαγητού που οι μεγάλες αλυσίδες τότε προωθούσαν (Hatiroglu,2014). Εμπνευσμένο από το Slow Food, το Cittaslow στηρίζεται σε μια βιώσιμη ζωή όπου οι κάτοικοι συνδέονται άμεσα με τη φύση, την οικολογία, την γεωργία, τα τοπικά προϊόντα, την διατροφή και συνεπώς την καλύτερη αστική διαβίωση, στοιχεία δηλαδή που χαρακτηρίζουν και τον τρόπο ζωής στην Ικαρία. Η έννοια του αργού τουρισμού στηρίζεται σε πέντε πυλώνες⁵²:

- Θετική πλευρά της βραδύτητας
- Κυκλική οικονομία
- Ανθεκτικότητα
- Κοινωνική δικαιοσύνη
- Βιωσιμότητα και πολιτισμός

Αναντίρρητα, το σύγχρονο οικονομικό και κοινωνικό περιβάλλον περιβάλλεται γύρω από τον γρήγορο τρόπο ζωής, το άγχος, την έλλειψη χρόνου και την απουσία ουσιαστικής επικοινωνίας στις ανθρώπινες σχέσεις. Σε αυτό το πλαίσιο άνθισαν οι

⁵² <https://prettyslow.life/cittaslow-movement-slow-city-sustainable-living/> (15/9/2023)

χαμηλού κόστους εταιρείες που σε συνδυασμό με τη μείωση της εργασίας, πραγματοποιούσαν περισσότερα ταξίδια μέσα στο χρόνο, με μικρότερη όμως χρονική διάρκεια. Η συνήθης φράση “Life in the fast line” που χαρακτηρίζει τις σύγχρονες κοινωνίες, έχει γίνει πλέον τρόπος ζωής αναζητώντας συνεχώς και αδιαλείπτως υπερκατανάλωση και γρήγορους ρυθμούς στις καθημερινές συνήθειες (Χατίπογλου 2014).

Ο αργός τουρισμός είναι η απάντηση στο ότι η βραδύτητα δεν αποτελεί μειονέκτημα και αδυναμία του ατόμου να συμβαδίσει με τους ρυθμούς της σύγχρονης πραγματικότητας. Αντιθέτως, προάγει την επανασύνδεση του ανθρώπου με τους φίλους, την οικογένεια και την ανακάλυψη νέων προορισμών, γεύσεων και ανθρώπων σε μια ζωή με νόημα (Μοίρα 2017) επιδιώκοντας την ενθάρρυνση των ταξιδιωτών να μειώσουν την συχνότητα των ταξιδιών τους μέσα στο χρόνο και να παρατείνουν την χρονική διάρκεια διαμονής τους στον προορισμό (Barros & Machado 2010, Dickinson & Lumsdon 2010). Με αυτό τον τρόπο διαφαίνεται και η καλή σχέση που έχει με την αειφόρο ανάπτυξη αποτελώντας ένα από τα προτερήματα αυτής της μορφής τουρισμού.

Οι δυο θεμελιώδεις αρχές του, στηρίζονται ανάμεσα στην αληθινή σύνδεση με τον προορισμό και στη πραγματοποίηση του να κάνεις πράγματα στη σωστή ταχύτητα (Dickinson, Lumsdon, and Robbins 2010a, 282). Η πρώτη αρχή, προδιαθέτει μια ουσιαστική και αποτελεσματική επικοινωνία με τους ντόπιους του κάθε προορισμού, μετέχοντας στη καθημερινή ζωή των κατοίκων και στην καλύτερη κατανόηση του τοπικού πολιτισμού και της παράδοσης. Η δεύτερη αρχή, οδεύει το άτομο σε μια διαδικασία αλλαγής και μεταστροφής καθημερινών συνηθειών εστιάζοντας στη καλύτερη διαχείριση του χρόνου, επιδιώκοντας έτσι την ποιότητα έναντι της ποσότητας.

Εν κατακλείδι, ο αργός τουρισμός είναι απαγκιστρωμένος από το χρήμα και ότι αυτό το περιβάλλει. Συνιστά μια συνειδητή επιλογή του ατόμου, δημιουργώντας συνθήκες ώστε το ταξίδι να μοιάζει με στιγμές χαλάρωσης, παρά ένα απλό αγχωτικό διάλειμμα μεταξύ σπιτιού και προορισμού. Το αργό ταξίδι αποζημιώνει αυτόν που το επιλέγει, αυτόν που δεν θα διαλέξει να ακολουθήσει το δρόμο του πλήθους και της ταχύτητας, αντιθέτως θα ανασχεδιάσει τον χρόνο και θα επαναπροσδιορίσει την σχέση με τα μέρη και τους ανθρώπους του.

4.1.1 Μελέτη Περίπτωσης Αργού Τουρισμού – Λετονία

Η Δημοκρατία της Λετονίας ιδρύθηκε το 1918. Ήταν υπό ξένο έλεγχο για πολλά χρόνια (από τη Σοβιετική Ένωση 1940-1941 και 1945-1991, από τη Γερμανία 1941-1945), ώσπου με την κατάρρευση της Σοβιετικής Ένωσης το 1991 έγινε ανεξάρτητη χώρα για άλλη μια φορά. Εσθονία, Λετονία και Λιθουανία, τρεις γειτονικές χώρες, ονομάζονται επίσης Βαλτικές χώρες. Το έδαφος της Λετονίας καλύπτει 64.562 τετραγωνικά χιλιόμετρα από τα οποία σχεδόν 30.000 τετραγωνικά χιλιόμετρα καλύπτονται από δάση, καθιστώντας τη μία από τις πιο πράσινες χώρες στον κόσμο. Περίπου το ένα πέμπτο της επικράτειας προστατεύεται. Υπάρχουν επίσης πέντε περιφέρειες. Η περιοχή της Ρίγας, Kurzeme, Zemgale, Vidzeme και Latgale. Κάθε μια από τις περιφέρειες έχει τα δικά της χαρακτηριστικά και πολιτισμικά στοιχεία. Το συνολικό μήκος των συνόρων είναι 1.866 χιλιόμετρα από τα οποία τα 498 χιλιόμετρα είναι θαλάσσια σύνορα και 1.368 χιλιόμετρα είναι χερσαία σύνορα. Επί του παρόντος, ο πληθυσμός της Λετονίας είναι μόλις 2 εκατομμύρια, εκ των οποίων περίπου το ένα τρίτο ζει στη Ρίγα, την πρωτεύουσα της Λετονίας (Central Statistical Bureau of Latvia, 2014).

Η νέα τουριστική ταυτότητα της Λετονίας αναπτύχθηκε την εποχή που τα στατιστικά για τον τουρισμό της χώρας δεν φαίνονταν θετικά. Εδώ και πολλά χρόνια, υπήρξε μια αύξηση του αριθμού των εισερχόμενων ημερήσιων τουριστών αλλά μείωση των διανυκτερεύσεων. Το 2013, ο αριθμός των συνοριακών διελεύσεων είχε φτάσει τα 5,8 εκατομμύρια ενώ το μέσο διάστημα παραμονής του επισκέπτη ήταν κατά μέσο όρο 1,4 διανυκτερεύσεις (Central Statistical Bureau of Latvia, 2014). Με πληθυσμό μόλις 2 εκατομμύρια, ο αριθμός των συνοριακών διελεύσεων ήταν σχεδόν τρεις φορές μεγαλύτερος από το συνολικό πληθυσμό της Λετονίας. Σύμφωνα με επίσημα στατιστικά (Central Statistical Bureau of Latvia, 2014), οι ξένοι ταξιδιώτες είχαν ξοδέψει 608,4 εκατ. ευρώ το 2013 που ήταν μια αύξηση 11,5% σε σχέση με το 2012. Η μέση ημερήσια δαπάνη ανά ξένο ταξιδιώτη ανερχόταν στα 75 ευρώ. Η πλειοψηφία των ξένων ταξιδιωτών προέρχεται γενικά από τις γειτονικές της χώρες:

- Περισσότερο από το ένα τρίτο των ξένων ταξιδιωτών προέρχονται από τη Λιθουανία,
- Ακολουθεί η Εσθονία και η Ρωσία.

Ωστόσο, μόνο το ένα τρίτο των ξένων τουριστών που έρχονταν στη Λετονία διανυκτέρευαν. Αν ληφθούν υπόψη μόνο όσοι τουρίστες διανυκτέρευαν η μέση διαμονή τους ανερχόταν στις 4,6 ημέρες, με τις δαπάνες τους να κυμάνθηκαν γύρω στα 481,5 εκατομμύρια ευρώ με στοιχεία του 2013.

Τα στοιχεία των ξένων ταξιδιωτών που έμειναν στη Λετονία το 2013 έδειξαν ότι οι τρεις πρώτοι εισερχόμενοι τουρίστες ήταν οι Ρώσοι, οι Γερμανοί και οι Λιθουανοί με τους Εσθονούς, τους Νορβηγούς και τους Φινλανδούς να ακολουθούν. Ο κύριος σκοπός της επίσκεψης στη Λετονία για τους ξένους ταξιδιωτές που διανυκτέρευαν ήταν⁵³:

- η αναψυχή (39,0%),
- επισκέψεις σε φίλους και συγγενείς (27,8%)
- επαγγελματικό ταξίδι (24,7%).

Όσον αφορά τα μεταφορικά μέσα που χρησιμοποίησαν για να φτάσουν στον προορισμό τους οι ξένοι ταξιδιωτές που διανυκτέρευαν το 2013 στη Λετονία ήταν:

- αεροπορικώς (50,3%),
- Αυτοκίνητο - μηχανή (34,1%),
- σιδηροδρομικώς (9,1%)
- Μέσω θάλασσας (6,3%).

Σε σχέση με τους ντόπιους ταξιδιωτές στη Λετονία, περίπου 1,25 εκατομμύρια άνθρωποι συνέχισαν τα ψυχαγωγικά και άλλα ιδιωτικά ταξίδια το 2013. Περίπου 1,19 εκατομμύρια από αυτούς τους ταξιδιωτές πραγματοποίησαν 11,4 εκατομμύρια ταξίδια στη Λετονία:

- 8,4 εκατομμύρια ταξίδια αυθημερόν
- 3,0 εκατομμύρια διανυκτερεύσεις.

Σε σύγκριση με το 2012, ο αριθμός των μονοήμερων ταξιδιών αυξήθηκε κατά 17,6%, ενώ ο αριθμός των διανυκτερεύσεων μειώθηκε κατά 17,1%. Ωστόσο, η μέση διάρκεια του ταξιδιού αυξήθηκε από 2,1 διανυκτερεύσεις επισκεπτών το 2012 σε 2,3 διανυκτερεύσεις επισκεπτών το 2013. Οι πιο δημοφιλείς περιοχές ήταν η Ρίγα και το Κουρζεμέ. Η μέση ημερήσια δαπάνη κατά τη διάρκεια των ταξιδιών αναψυχής και των

⁵³ (Central Statistical Bureau of Latvia, 2014)

ιδιωτικών ήταν 17,4 ευρώ ανά άτομο το 2013 (Central Statistical Bureau of Latvia, 2014). Η έρευνα που πραγματοποίησε η LTDA (Latvian Tourism Development Agency) το 2012 σε συνεργασία με την ανεξάρτητη αρχή έρευνας της αγοράς «Latvian Facts» καθώς επίσης και με Λετονικά πανεπιστήμια την εποχή που διεξήχθει η έρευνα ήταν και εξακολουθεί να είναι η μεγαλύτερη μελέτη σχετικά με τους ξένους τουρίστες. Έδωσε αποτελέσματα στις ποιοτικές πτυχές του ταξιδιού στη Λετονία, όπως η συνολική ικανοποίηση από το ταξίδι, την εικόνα της χώρας, τις πηγές πληροφοριών και την προθυμία του ταξιδιώτη να συστήσει τη Λετονία ως τον πρώτο ταξιδιωτικός προορισμό σε φίλους και συγγενείς. Τέτοια δεδομένα δεν υπήρχαν στα επίσημα στατιστικά στοιχεία που παρέχει η Κεντρική Στατιστική Υπηρεσία της Λετονίας.

Η τουριστική πολιτική της Λετονία εμπίπτει στην αρμοδιότητα του Υπουργείου Οικονομικών και η εφαρμογή της έχει ανατεθεί στη Λετονικό Οργανισμό Τουριστικής Ανάπτυξης (στα λετονικά – Tūrisma attīstības valsts aģentūra, TAVA). Η LTDA είναι κρατικός οργανισμός που είναι υπεύθυνος για την προώθηση της τουριστικής ανάπτυξης στη Λετονία. Οι κύριες λειτουργίες του LTDA είναι οι εξής:

- Διασφάλιση της εφαρμογής της πολιτικής ανάπτυξης του τουρισμού της Λετονίας.
- Υλοποίηση δραστηριοτήτων τουριστικής διαφήμισης και δημοσίων σχέσεων στη Λετονία και στο εξωτερικό, όπως επίσης και δραστηριότητες για την προώθηση της πώλησης τουριστικών προϊόντων
- Υλοποίηση τουριστικής ανάπτυξης με σύμπραξη κράτους και ιδιωτικού τομέα
- Προσέλκυση οικονομικών πόρων για την τουριστική ανάπτυξη (Latvian Tourism Development Agency, 2014).

Το 2010, η LTDA ενέκρινε δύο σημαντικά στρατηγικά έγγραφα στον τομέα του τουριστικού μάρκετινγκ:

- Τη Λετονική στρατηγική μάρκετινγκ τουρισμού 2010-2015
- Ως μέσο επικοινωνίας το σύνθημα «Latvia. Best enjoyed slowly»

Παρουσιάζει τη Λετονία ως ένα μέρος όπου «οι τουρίστες έχουν μια ευκαιρία να αλλάξουν τον ρυθμό της ζωής τους και να απολαύσουν τον ελεύθερο χρόνο χωρίς βιασύνη, δοκιμάζοντας νέες εμπειρίες, αποσκοπώντας στην αρμονία και ανακαλύπτοντας τις αληθινές αξίες» (Latvian Tourism Development Agency, 2010, p.

15). Όπως έχουν τονίσει οι Kotler και Gertner (2002, σ. 256), «ο τουρισμός απαιτεί δημιουργία εικόνας και το branding βασίζεται στην πραγματικότητα του τόπου.» Ομοίως, οι Bayrak and Kozak (2013, σελ. 22) τονίζουν την αναγκαιότητα οι προορισμοί να διαφοροποιούνται από τους άλλους «καλλιεργώντας τη μοναδική τους ταυτότητα ή προσωπικότητα, η οποία βασίζεται στις βασικές αξίες τους». Το νέο τουριστικό σύνθημα αποσκοπεί στις αρχές αυτές αφού οι «βασικές αξίες του Λετονικού Τουρισμού χαρακτηρίζονται από ειλικρίνεια, βαθύτητα, ευκολία και σιγουριά που βασίζονται στο περιβάλλον, τον πολιτισμό και τους ανθρώπους της Λετονίας» (Latvian Tourism Development Agency, 2010, σελ. 15). Η στρατηγική προέβλεψε ότι «η ανάπτυξη του λετονικού τουρισμού ως προϊόν βασίζεται σε πέντε βασικές αξίες (Latvian Tourism Development Agency, 2010, σελ. 27):

- 1) ποιότητα,
- 2) βιωσιμότητα
- 3) εξατομίκευση
- 4) υψηλή προστιθέμενη αξία και
- 5) Συμμετοχικό τουρισμό και δημιουργία εμπειριών.

Ως προς τα στρατηγικά προϊόντα, αναγνωρίζεται διεθνώς ότι ο πολιτιστικός τουρισμός, ο φυσιοτουρισμός και προϊόντα με υψηλή προστιθέμενη αξία όπως για παράδειγμα ο ιατρικός τουρισμός, ο τουρισμός ευεξίας, οι αθλητικές εκδηλώσεις και ο επιχειρηματικός τουρισμός είναι συμβατά με αυτές τις βασικές αξίες. Ο γενικός στόχος του στρατηγικού μάρκετινγκ ενός τόπου είναι «η ενίσχυση της θέσης της χώρας στην παγκόσμια αγορά» (Kotler & Gertner, 2002, σ. 253). Προκειμένου να εφαρμοστεί η Λετονική Στρατηγική Μάρκετινγκ Τουρισμού 2010-2015, η LTDA ανέπτυξε τη στρατηγική εξωτερικής επικοινωνίας του Λετονικού Tourism Marketing 2011-2014 που περιέγραφε τις δραστηριότητες μάρκετινγκ καθώς και τις αγορές-στόχους υψηλής προτεραιότητας. Γενικά, η αγορά εισερχόμενων ταξιδιών της Λετονίας χωρίζονται σε τέσσερις κατηγορίες με βάση τη γεωγραφική κατάτμηση:

- Υψηλή προτεραιότητα (Λιθουανία, Εσθονία, Γερμανία, Ρωσία, Σουηδία και Φινλανδία).
- Προτεραιότητα (Νορβηγία, Μεγάλη Βρετανία, Ιταλία, Δανία, Ισπανία και Ολλανδία).

- Δευτερεύουσας σημασίας (όλες οι άλλες ευρωπαϊκές χώρες).
- Προοπτικής. (αγορές εκτός Ευρώπης – ΗΠΑ, Ιαπωνία, Κίνα Ινδία)

Αυτές οι κατηγορίες καθορίζουν πόσοι πόροι θα διατεθούν για ενέργειες μάρκετινγκ προς κάθε χώρα. Επιπλέον, το κοινό στο οποίο στοχεύει στην αγορά υψηλής προτεραιότητας παρουσιάζει κάποια κοινά χαρακτηριστικά. Βασίζονται σε κοινωνικοδημογραφική κατάτμηση και μοντέλα κύκλου ζωής πελάτη. Πιο συγκεκριμένα:

- νέοι και φοιτητές,
- νέοι επαγγελματίες,
- οικογένειες με παιδιά,
- μεσαία γενιά
- ασημένια γενιά

Οι τρεις τελευταίες κατηγορίες επιλέγονται ως οι πιο κατάλληλες για να εφαρμοστεί το μοντέλο τουρισμού της Λετονίας και η φράση «Η καλύτερη απόλαυση έρχεται αργά». Επιπλέον, στην αγορά-στόχο υψηλής προτεραιότητας επιλέχθηκε ο προσανατολισμός στη μεσαία και ασημένια γενιά για τη Γερμανία, στις οικογένειες με παιδιά και τη μεσαία γενιά για τη Ρωσία, στη μεσαία γενιά και οικογένειες με παιδιά για τη Φινλανδία, στη μεσαία γενιά και ασημένια γενιά για τη Σουηδία, στις οικογένειες με παιδιά και στη μεσαία γενιά για τη Λιθουανία και την Εσθονία (Λεττονικός Οργανισμός Τουριστικής Ανάπτυξης, 2011).

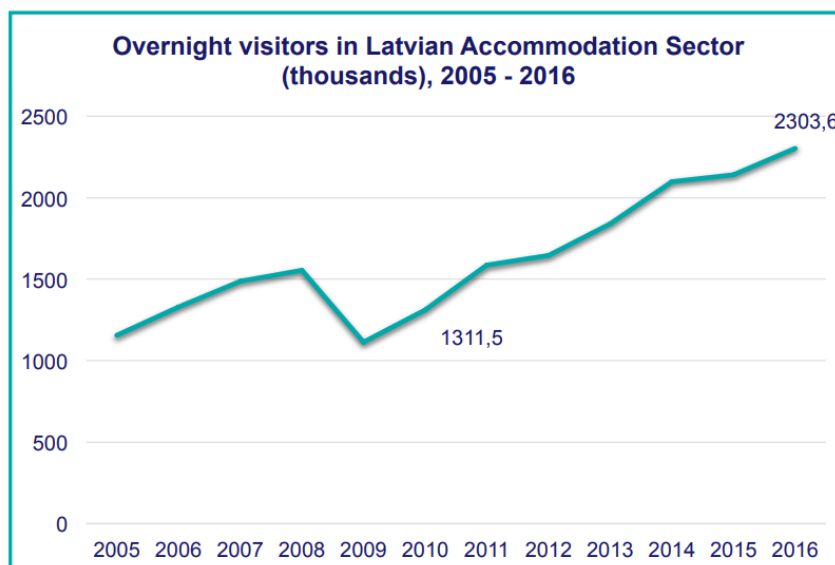
Η στρατηγική προσέλκυσης ατόμων με υψηλότερο εισόδημα και από τη μέση και από τις ασημένιες γενιές σύμφωνα με μελέτες δείχνουν να συμβάλλουν σε μία αυξημένη διάρκεια παραμονής στον προορισμό (Machado, 2010). Δηλαδή πιο παλιά και πιο πολλά. Οι εύποροι άνθρωποι τείνουν να μένουν περισσότερο στον προορισμό. Ωστόσο, αξίζει να σημειωθεί ότι το αργό ταξίδι θεωρείται ελκυστικό σε συγκεκριμένες κατηγορίες, γι' αυτό προωθείται κυρίως στην ασημένια γενιά από τη Γερμανία και τη Σουηδία, στη μεσαία γενιά από τη Γερμανία, τη Φινλανδία και τη Σουηδία αλλά όχι για στη μεσαίας γενιά από τη Λιθουανία και την Εσθονία.

Δεδομένου ότι το αργό ταξίδι συνδέεται με το αργό φαγητό, που σημαίνει υψηλότερη ποιότητα αλλά με υψηλότερο κόστος, ο προσανατολισμός σε αυτές τις κατηγορίες εξηγείται με το γεγονός ότι το διαθέσιμο εισόδημα και κατά συνέπεια η

αγοραστική δύναμη της μεσαίας γενιάς και της ασημένιας γενιάς διαφέρει γεωγραφικώς. Για παράδειγμα, οι τουρίστες από τη Σκανδιναβία και τις χώρες της δυτικής Ευρώπης δαπανούν περισσότερα από τις γειτονικές χώρες της Λετονίας. Επίσης, το ότι το αργό ταξίδι μεταφράζεται ως μια σωματικά αργή δραστηριότητα, σε αντίθεση με το «ενεργό» ταξίδι στοχεύει άμεσα τους ηλικιωμένους που παρουσιάζουν μικρότερη κινητικότητα. Η νέα στρατηγική ενθαρρύνει τους ανθρώπους να παραμείνουν περισσότερο στη Λετονία και να ανακατευθύνουν το τουριστικό ρεύμα στην ύπαιθρο. Οι τουρίστες που διαμένουν σε αγροτικές περιοχές τείνουν να δαπανούν περισσότερα ανά άτομο σε σύγκριση με τη διαμονή σε αστικές περιοχές λόγω παραμονής μεγαλύτερης διάρκειας, μεγαλύτερη χρήση καταλυμάτων και την αγορά περισσότερων προϊόντων και υπηρεσιών κατά τη διάρκεια διαμονής (Bel, Lacroix, Lyser, Rambonilaza, & Turpin, 2015). Αυξημένη διάρκεια παραμονής στον προορισμό είναι πιο βιώσιμη όχι μόνο οικονομικά αλλά και περιβαλλοντικά (Gössling et al., 2005). Αναγνωρίζεται επίσης ότι οι μεγαλύτερες διακοπές έχουν θετικό αποτέλεσμα αντίκτυπο όχι μόνο από πλευρά της προσφοράς του τουριστικού προϊόντος αλλά και στους ίδιους τους τουρίστες. Άνθρωποι που κάνουν διακοπές για επτά ή περισσότερες νύχτες έχουν υψηλότερα επίπεδα ικανοποίησης σχετικά με αναψυχή τους και τη ζωή γενικά (Neal, Sirgy, & Uysal, 2004). Ένας από τους παράγοντες που συμβάλλουν στη διάρκεια της διαμονής είναι η ευνοϊκή εικόνα του προορισμού (Machado, 2010). Δηλαδή, τόσο καλύτερη εικόνα έχουν οι τουρίστες για τον προορισμό, τόσο περισσότερο τείνουν να μένουν εκεί.

Αν και όπως υποστηρίζει ο Pike (2009, σελ. 857), η αλλαγή θέσης ενός προορισμού σε μια πιο ανταγωνιστική αγορά «θα συμβεί μόνο αργά για μεγάλο χρονικό διάστημα», η νέα τουριστική εικόνα της Λετονίας ταιριάζει καλύτερα με το τουριστικό μοντέλο που προσφέρει. Έρευνα μεταξύ ξένων τουριστών στη Λετονία που πραγματοποιήθηκε το 2012 δείχνει ότι το 75% των ερωτηθέντων συμφώνησε ότι η Λετονία έχει απήχηση με τη νέα της ρήση «Λεττονία. Απόλαυσα καλύτερα αργά.» Η μεγαλύτερη συμφωνία παρατηρήθηκε μεταξύ των ηλικιωμένων ταξιδιωτών, ταξιδιωτών που είχαν περάσει περισσότερο χρόνο στη Λετονία και εκείνοι των οποίων η πραγματική εμπειρία ξεπέρασε τις προσδοκίες τους (Λεττονικός Οργανισμός Τουριστικής Ανάπτυξης, 2012).

Σύμφωνα με επίσημα στοιχεία του υπουργείου οικονομικών της Λετονίας⁵⁴, τα αποτελέσματα στο διάστημα 2010 – 2017 που προωθήθηκε η καμπάνια για τον αργό τουρισμό ήταν θετικά τόσο σε ποιοτικό όσο και σε ποσοτικό επίπεδο. Πιο συγκεκριμένα, στο διάστημα 2010 – 2016 ο αριθμός των τουριστών αυξήθηκε κατά 75% με αύξηση του συνολικού αριθμού διανυκτερεύσεων στα 3 εκ. βράδια.



Πηγή: Ministry of Economics of the Republic of Latvia, https://projects2014-2020.interregeurope.eu/fileadmin/user_upload/tx_tevprojects/library/file_1510823814.pdf (15/9/2023)

Ο τουρισμός συνεισέφερε άμεσα 4% στο συνολικό ΑΕΠ της Λετονίας. Οι τουριστικές εξαγωγές παρήγαγαν 962 εκατομμύρια ευρώ το 2016, αντιπροσωπεύοντας το 6% των συνολικών εξαγωγών και το 18% των εξαγωγίμων υπηρεσιών. Η τουριστική απασχόληση της Λετονίας κάλυψε το 9% της συνολικής απασχόλησης παρέχοντας 78 χιλιάδες θέσεις εργασίας στον τουρισμό.

Στα ποιοτικά χαρακτηριστικά, το υπουργείο αναφέρει ότι κατά τη διάρκεια της προώθησης του αργού τουρισμού, η Λετονία ανέπτυξε ποιοτικότερα και πιο ανταγωνιστικά προϊόντα, η εστίασή της εξελίχθηκε και τελικά παγιώθηκε στον τουριστικό χάρτη ως μία επιλογή για ξεκούραση, αναζωογόνηση και ένας τρόπος με κουλτούρα και ωραία φύση.

⁵⁴ https://projects2014-2020.interregeurope.eu/fileadmin/user_upload/tx_tevprojects/library/file_1510823814.pdf, σελ 11-15 (15/9/2023)

4.1.2 Μελέτη Περίπτωσης Αργού Τουρισμού – Βουλγαρία

Τα ταξίδια και ο τουρισμός στη Βουλγαρία αντιπροσωπεύουν το 11,5% του συνολικού της ΑΕΠ, με συνεισφορά στο συνολικό ποσοστό απασχόλησης 10,7% ή 335.500 θέσεις εργασίας. Επιπλέον, η Βουλγαρία έλαβε 9.208.000 αφίξεις διεθνών τουριστών (World Travel & Tourism Council, 2018). Παρόλο που ο τουριστικός τομέας δεν είναι ο σημαντικότερος οικονομικός τομέας για τη χώρα (Central Intelligence Agency, 2018), ο τουρισμός έχει αυξηθεί σημαντικά, ακριβώς 7,6% από το 2016. Η βουλγαρική κυβέρνηση είναι ενημερωμένη με τα οφέλη του τουριστικού τομέα και επί του παρόντος επενδύει και προωθεί τον τουρισμό στη Βουλγαρία (Marcus, 2017; Υπουργείο Τουρισμού, 2018β). Η σημερινή συμμετοχή του Υπουργείου Τουρισμού της Βουλγαρίας ως μέλος στον Παγκόσμιο Οργανισμό Τουρισμού των Ηνωμένων Εθνών (UNWTO) και η τρέχουσα δραστηριότητα που αναλαμβάνει διάφορα βιώσιμα έργα επισημαίνει ότι η Βουλγαρία είναι πρόθυμη να αλλάξει σε μία περισσότερο φιλική προς το περιβάλλον τουριστική χώρα. Οι στόχοι των έργων είναι η βελτίωση και η προώθηση της βιώσιμης τουριστικής ανάπτυξης, για την προώθηση της βιώσιμης οικονομικής ανάπτυξης και τη μείωση των αρνητικών επιπτώσεων του τουρισμού (Υπουργείο Τουρισμού, 2018β). Η Βουλγαρία συμμετέχει σήμερα ή είναι μέλος των παρακάτω έργων με τον Παγκόσμιο Οργανισμό Τουρισμού των Ηνωμένων Εθνών (Υπουργείο Τουρισμού, 2018β):

- Μονάδα Τουρισμού και Βιοποικιλότητας, η οποία παρέχει συμβουλευτικές υπηρεσίες για τη βιοποικιλότητα και τη βιώσιμη ανάπτυξη του τουρισμού και της φύσης.
- Έργο για την ορθολογική χρήση της ηλεκτρικής ενέργειας στα ξενοδοχεία.
- Προστασία των παιδιών, εκστρατεία για την αποφυγή της εκμετάλλευσης των παιδιών στον τουρισμό.
- Silk Road, ένα έργο συνεργασίας με τη Βουλγαρία και 28 χώρες για την επέκταση της αγοράς προσφέροντας νέες ευκαιρίες χρησιμοποιώντας τις παλιές συνδέσεις του Silk Road.
- Αειφόρος τουρισμός – μια πρωτοβουλία για τη μείωση της φτώχειας μέσω της βιώσιμης ανάπτυξης με έργα και δημιουργία τοπικών θέσεων εργασίας
- Turkcom, μια παγκόσμια πολιτική επικοινωνίας μεταξύ των Εθνικών Οργανισμών Τουρισμού και του UNWTO, έτσι ώστε να δημιουργήσει ένα

κανάλι αμφίδρομης επικοινωνίας για την αύξηση της ανάπτυξης και των μελλοντικών συμμαχιών τουριστικής ανάπτυξης.

- Τουρισμός και νερό. Προστασία του κοινού μας μέλλοντος, ένα έργο για την ευαισθητοποίηση σχετικά με τους υδάτινους πόρους και τη διατήρησή τους μέσω του τουρισμού.

Από την άλλη πλευρά, η Βουλγαρία έχει συμπεριλάβει στις επίσημες αναφορές της για τον τουρισμό τις παρακάτω κατηγορίες (Υπ. Τουρισμού, 2018α):

- Πολιτιστικός τουρισμός,
- Οικοτουρισμός και Ζωή στο Χωριό,
- Προσκυνηματικός Τουρισμός,
- Αθλητικός τουρισμός,
- Οινοτουρισμός και τουρισμός κουζίνας,
- Balneo,
- Spa and Wellness Tourism.

Αυτά δείχνουν την τάση να δημιουργηθεί περισσότερος οικολογικός τουρισμός, που προάγει την τοπική οικονομική ανάπτυξη και διατηρεί τον πολιτισμό. Ο αργός τουρισμός τα ενσωμάτωσε όλα αυτά στην περιοχή της Βουλγαρίας αφού είναι μια από τις πλουσιότερες ευρωπαϊκές χώρες σε βιοποικιλία, διαφορετικούς και μοναδικούς πολιτισμούς και λαογραφία, και μια σειρά από προστατευόμενα πάρκα, εθνικά πάρκα και οικολογικά μονοπάτια σε όλη τη χώρα (Bulgaria Travel, 2013).

Παρόλο που η Βουλγαρία δεν εμφανίζεται ως εγγεγραμμένη στον οργανισμό Cittaslow (Citta Slow International Organization, 2018), έχει δεκαπέντε κοινότητες αργού φαγητού εγγεγραμμένες στον επίσημο οργανισμό κινήσεων Slow food (Οργανισμός Slow Food, 2018). Επιπλέον, τα προηγούμενα έργα στα οποία συμμετείχε η Βουλγαρία, καθώς και τα επίσημα φυλλάδια για τον τουρισμό και την επίσημη Στρατηγική του Υπουργείου Τουρισμού για τη Βιώσιμη Ανάπτυξη του Τουρισμού έως το 2030 (Υπ. Τουρισμός, 2018α, 2018β; Stanchev, 2016) δείχνει ότι η Βουλγαρία ενσωματώνει πλήρως τον αργό τουρισμό. Αυτό συμβαίνει παρά την έλλειψη μιας λεζάντας που θα διαφημίζει τον αργό τουρισμό όπως συμβαίνει στη Λετονία.

Ο αργός τουρισμός στη Βουλγαρία σήμερα παρουσιάζει αυξανόμενο ακαδημαϊκό ενδιαφέρον για έρευνα από τα βουλγαρικά πανεπιστήμια (Stanchev, 2016). Κάθε χρόνο, ο αυξανόμενος αριθμός τοπικών επιχειρήσεων που προσφέρουν επιλογές αργού τουρισμού, όπως η Bulgaria Personalized (2018) και το Bulgaria Travel (2013) παρουσιάζει ένα αποτύπωμα για τη σημασία αυτού του τομέα στον βουλγαρικό τουρισμό.

Στο συνέδριο επαγγελματιών με τίτλο «Travel Academy» στην πόλη Pravets το 2017, οι Mihalev και Tsankova παρουσίασαν βουλγαρικούς ταξιδιωτικούς οδηγούς στη βουλγαρική γλώσσα και έναν μεταφρασμένο στα αγγλικά που ονομάζεται «101 Byways. Ταξιδεύοντας σε λιγότερο γνωστά μέρη στη Βουλγαρία». Οι Mihalev και Tsankova (2017) υποστήριξαν ότι η αργή τουριστική αγορά είναι η ταχύτερα αναπτυσσόμενη στον τομέα του τουρισμού στη Βουλγαρία. Η μελέτη τους περιγράφει αυτή τη νέα αγορά ως μία τάση των ανθρώπων να θέλουν να ξεφύγουν από τις πόλεις. Διευκρινίζουν ότι οι νέοι ταξιδιώτες δεν είναι άνεργοι και αδιάφοροι αλλά πλήρως ενημερωμένοι ταξιδιώτες με συγκεκριμένες ανάγκες (Mihalev & Tsankova, 2017). Τα στοιχεία που προσκόμισαν στην παρουσίασή τους αποκαλύπτουν ότι το 59,09% αυτής της νέας αγοράς ταξιδεύει όταν είναι δυνατόν για να ξεφύγει από τις πόλεις, το 9,09% ταξιδεύει μία φορά την εβδομάδα, το 27,27% ταξιδεύει δύο φορές το μήνα και το 4,55% ταξιδεύει μία φορά το μήνα. Επίσης, σύμφωνα με τους συγγραφείς, το 76,19% ταξιδεύει με τα αγαπημένα του πρόσωπα, το 14,29% ταξιδεύει με μια μεγάλη παρέα φίλων και το 9,52% ταξιδεύει με μια ομάδα τριών έως τεσσάρων φίλων. Έτσι, τα στοιχεία δείχνουν ότι οι νέοι ταξιδιώτες που το κάνουν δεν προτιμούν να ταξιδεύουν μόνοι τους. Επίσης, οι Ivan Mihalev και Tsankova (2017) ισχυρίζονται ότι το 59,09% αυτού του νέου στόχου επιλέγει τις θέσεις τους ψηφιακά πράγμα που οδηγεί στο συμπέρασμα ότι οι νέοι ταξιδιώτες χρησιμοποιούν τη νέα τεχνολογία σε αναζήτηση των αυθεντικών εμπειριών, όπως αναφέρει ο Caffyn (2012). Η μελέτη αποκαλύπτει επίσης ότι το 77,27 % των ταξιδιωτών επέλεξαν εστιατόρια αντί για εγκαταστάσεις γρήγορου φαγητού.

4.2 Θαλάσσιος Τουρισμός (Sea Tourism)

Όταν κάποιος αναφέρεται στον όρο «Θαλάσσιος τουρισμός» ασυναίσητα το μυαλό μας πηγαίνει σε δραστηριότητες του τουρισμού που σχετίζονται με το θαλάσσιο στοιχείο. Μερικές από αυτές είναι η κολύμβηση, η αλιεία σαν ερασιτεχνική ενασχόληση, η επίσκεψη σε μουσεία με θεματολογία τη θάλασσα, οι θαλάσσιες περιηγήσεις με κρουαζιερόπλοια ή σκάφη αναψυχής όπως επίσης και οι θαλάσσιες αθλητικές δραστηριότητες κ.α. Έτσι, ένας πλήρης και συνοπτικός ορισμός που έχει δοθεί για τον θαλάσσιο τουρισμό είναι *«Κάθε δραστηριότητα που έχει ως κυρίαρχο κίνητρο τη θάλασσα και τις ακτές τις – είτε ως πεδίο δραστηριοτήτων τουρισμού είτε ως ειδικό ενδιαφέρον, συχνά με αθλητική ή πολιτιστική διάσταση (Διακομιχάλης Μ., 2009:42, Κραντονέλλης Κ., 1995)»*.

4.2.1 Χαρακτηριστικά Θαλάσσιου τουρισμού

Η χώρα μας και οι περιοχές που δραστηριοποιούνται σε αυτή τη μορφή τουρισμού αποσκοπούν σε σημαντικά οικονομικά οφέλη. Από την πλευρά των τουριστών καταγράφεται ζήτηση στους παρακάτω τομείς:

4.2.1.1 Χωροταξικά

Ο θαλάσσιος τουρισμός δραστηριοποιείται όπου υπάρχει θάλασσα. Σε μία από τις κατηγορίες της, την ιστιοπλοΐα και το γιότινγκ οι τουρίστες μπορούν να εξερευνήσουν απομακρυσμένες ακτοπλοϊκές γραμμές χρησιμοποιώντας κατάλληλο σκάφος έχοντας σχεδόν πλήρη ελευθερία μετακίνησης. Σε αντίθεση με αυτή την κατηγορία, η κατηγορία κρουαζιέρας δραστηριοποιείται στην ανοιχτή θάλασσα.

4.2.1.2 Χρονικά

Είναι τουρισμός προσανατολισμένος κυρίως στους θερινούς μήνες. Ένα ταξίδι με γιοτ συνήθως διαρκεί μία ή περισσότερες ημέρες ενώ μία κρουαζιέρα από επτά και πάνω ενώ σε ορισμένες περιπτώσεις μπορεί να διαρκέσει και ένα μήνα πάντα με γνώμονα τις καιρικές συνθήκες που επικρατούν στο θαλάσσιο χώρο. Στην Ελλάδα αυτή η δραστηριοποίηση ξεκινάει τον Απρίλιο και ολοκληρώνεται το Νοέμβριο. Εξαιρέση παρουσιάζουν τα θαλάσσια αθλήματα τα οποία πραγματοποιούνται καθ'όλη τη διάρκεια του έτους εφόσον οι συνθήκες το επιτρέπουν.

4.2.1.3 Στόχου αγοράς

Ο θαλάσσιος τουρισμός απευθύνεται γενικώς σε όλες τις ηλικιακές ομάδες ανεξαρτήτου κοινωνικού στρώματος και μορφωτικού επιπέδου αλλά με οικολογική συνείδηση. Πιο συγκεκριμένα όμως, η ναύλωση ενός σκάφους αναψυχής είναι μια προσιτή λύση για τουρίστες μέσης οικονομικής επιφάνειας σε νεαρή ή μέση ηλικία διατηρώντας πάντα το χαρακτηριστικό του ταξιδιού περιπέτειας (Sea Adventure Holidays). Αντίθετα, η κρουαζιέρα απευθύνεται σε μεγαλύτερη κλίμακα ανθρώπων, όλων των ηλικιακών ομάδων με ιδιαιτερότητες, κοινωνικό αλλά και οικονομικό επίπεδο. Τέλος, ο τουρισμός θαλάσσιων αθλημάτων απευθύνεται κυρίως σε άτομα νεαρότερης ηλικίας με έντονο ενδιαφέρον στις αθλητικές δραστηριότητες.

4.3 Ιαματικός – Θεραπευτικός τουρισμός

Το ανθρώπινο σώμα αποτελείται κατά 70% περίπου νερό πράγμα που φανερώνει την ιδιαίτερη σχέση του με αυτό το στοιχείο. Χωρίς το νερό δεν υπάρχει ζωή. Εκτός από την ιδιότητά του να καλύπτει την αίσθηση της δίψας παρουσιάζει και ιδιαίτερα ευεργετική δράση στην υγεία. Αυτό το φαινόμενο παρουσιαζόταν έντονο σε συγκεκριμένες πηγές τις οποίες αργότερα ονόμασαν «ιαματικές» ή «μεταλλικές» ενώ οι άνθρωποι άρχισαν τη συστηματική τους χρήση σε λουτρά. Διάφορες περιοχές του κόσμου (π.χ. Ικαρία) χρησιμοποιούν τις ιαματικές αυτές πηγές είτε ως μέσο θεραπείας διάφορων ασθενειών είτε ως μέσο ευεξίας. Χαρακτηριστικό παράδειγμα είναι η θαλασσοθεραπεία δηλαδή η εφαρμογή θαλασσινού θερμού νερού στα επονομαζόμενα Spa των τουριστικών μονάδων και τα ιαματικά λουτρά τα οποία έχουν δημιουργηθεί από ρήγματα τεκτονικών πλακών από τα οποία έχει διέλθει αναμεμιγμένο θαλασσινό νερό συνδυασμένο με ανθρακικά αέρια, χλωριούχο νάτριο, ιώδιο και ροδόνιο.

Έχει αποδειχθεί ότι η υδροθεραπεία επιδρά σε διάφορα μέρη του σώματος. Συγκεκριμένα, η αυξημένη θερμοκρασία του νερού επιδρά στο σύνολο των οργάνων με κυριότερη ιδιότητα τη ρύθμιση της θερμοκρασίας του σώματος και του συνόλου των αγγείων. Η υδροστατική πίεση επιδρά στην αναπνοή και το κυκλοφορικό ενώ η υδροδυναμική αντίσταση του νερού συμβάλλει στην αποτελεσματικότερη ενδυνάμωση των μυών. Αντίθετα, η άνοση του νερού συμβάλλει στη χαλάρωση των μυών καθώς μειώνει φαινομενικά το βάρος του σώματος.

Από την άλλη, το ραδόνιο που υπάρχει στις ιαματικές πηγές, εφαρμόζεται θεραπευτικά κυρίως στην αντιμετώπιση νόσων του μυοσκελετικού συστήματος, των δερματικών παθήσεων και την επούλωση πληγών.

Γενικότερα λοιπόν, ο ιαματικός τουρισμός απευθύνεται σε άτομα ανεξαρτήτου ηλικίας τα οποία αναγνωρίζουν τα οφέλη της χρήσης ιαματικών θεραπειών, άτομα τρίτης ηλικίας τα οποία χρήζουν συγκεκριμένης θεραπείας και σε ασθενείς οι οποίοι βλέπουν βελτίωση των συμπτωμάτων που τους ταλαιπωρούν. Προκειμένου δε να υπάρξει αποτελεσματικότερη θεραπεία απαιτείται μια μέση παραμονή από δύο μέχρι τέσσερις εβδομάδες (Αποστολόπουλος Κ. και Σδράλη Δ., 2009: 142).

4.4 Αγροτουρισμός

Το πλούσιο φυσικό υπέδαφος που διαθέτουν οι περισσότερες επαρχιακές περιοχές έχει οδηγήσει στο συμπέρασμα ότι ο αγροτουρισμός ίσως είναι το μέσο για την ανάπτυξη των περιφερειών αφού προσελκύει ολοένα και μεγαλύτερη μερίδα του πληθυσμού. Ο αγροτουρισμός συντελεί στην άυξηση των εισοδημάτων των αγροτών αλλά και της τοπικής κοινωνίας. Σύμφωνα με τους Hummelbrunner και Miglbauer (1994) στην Αυστρία, σχεδόν το 25% από τις φάρμες δέχεται τουρίστες τουλάχιστον για 100 χρόνια. Την ίδια άποψη διατυπώνει και ο Denman (1994) ο οποίος αναφέρει ότι στο Ηνωμένο Βασίλειο πάνω από το 23% των αγροτών έχει ενσωματώσει στις δραστηριότητές του και τον τουρισμό.

Τα τελευταία χρόνια ο αγροτουρισμός στην ύπαιθρο έχει αναπτυχθεί ταχέως και αυτό είναι ένα παγκόσμιο φαινόμενο. Συμβαίνει κυρίως με δύο τρόπους. Αυτόν της ζήτησης για αγροτουρισμό και αυτόν της προσφοράς αγροτικών προϊόντων.

Από την πλευρά της ζήτησης ένας πολύ μεγάλος αριθμός του πληθυσμού ασφυκτιά στις μεγαλουπόλεις από τη στενή δόμηση, τη χαμηλά ποιοτική καθημερινότητά του με τους γρήγορους ρυθμούς ζωής και αναζητά ένα πιο φυσικό τρόπο ζωής που θα του την προσφέρει η ύπαιθρος. Σύμφωνα με την Τριανταφύλλου (2001) στην περιοχή των Πρεσπών, στο χωριό Άγιος Γερμανός, οι αγροτουρίστες έχουν

ως βασικό σκοπό την επαφή με τη φύση, το περιβάλλον και τον πολιτισμό, με μεγάλο μέρος αυτών να προέρχεται από μεγάλα αστικά κέντρα.

Από την πλευρά της προσφοράς αγροτικών προϊόντων σύμφωνα με τον Sharpley (2002) τα τελευταία χρόνια υπάρχει μείωση των εισοδημάτων των αγροτών. Αυτό ωθεί τους αγρότες σε εναλλακτικούς τρόπους αύξησης των εισοδημάτων τους αξιοποιώντας το διαθέσιμο κομμάτι γης που κατέχουν είτε με την παραγωγή και πώληση προϊόντων, είτε με συμμετοχική διαδικασία των τουριστών στην παραγωγή προϊόντων προσφέροντας έτσι βιωματικές δράσεις και ενασχόληση με τη φύση, είτε αξιοποιώντας τις μονάδες τους σαν καταλύματα.

Σύμφωνα με τον Λογοθέτη (1988), *«Η μορφή του τουρισμού που αναπτύσσεται σε αγροτικές κυρίως περιοχές, στηρίζεται στην αξιοποίηση των φυσικών, πολιτιστικών και ανθρώπινων τοπικών πόρων, ικανοποιεί εξειδικευμένες ανάγκες του σύγχρονου ανθρώπου και αποβλέπει στη συγκράτηση και παραπέρα παλιννόστηση του ντόπιου πληθυσμού, στην εξασφάλιση συμπληρωματικού εισοδήματος και στην άνοδο του βιοτικού επιπέδου και πολιτιστικού του επιπέδου»*. Όταν ένας τουρίστας επισκέπτεται μία αγροτική μονάδα έχει ως βασικό κίνητρο τη συναναστροφή με τον αγροτικό πληθυσμό, το αγρατικό περιβάλλον και διαδικασίες. Η επιτροπή του ΕΟΤ το 1983 όρισε τον αγροτουρισμό ως εξής:

«Η τουριστική εκείνη δραστηριότητα που αναπτύσσεται σε χώρο μη αστικό, από τους απασχολούμενους κυρίως με τη γεωργία, σε μικρές μονάδες οικογενειακής ή συναιτεριστικής μορφής, με στόχο τη δημιουργία συμπληρωματικού εισοδήματος στον τοπικό πληθυσμό, τόσο από την ενοικίαση των καταλυμάτων στους τουρίστες όσο και από την τροφοδοσία αυτών με προϊόντα τοπικής παραγωγής, καθώς επίσης και προϊόντα συναφών δραστηριοτήτων (χειροτεχνίας - οικοτεχνίας) επιτοπίως παραγόμενων».

Μεσω του συγκεκριμένου ορισμού, το Υπουργείο Αγροτικής Ανάπτυξης & Τροφίμων, έχει θέσει τους στόχους για την ανάπτυξη του αγροτουρισμού στην Ελλάδα τους εξής:

- Διατήρηση του πληθυσμού στις αγροτικές περιοχές
- Περιβαλλοντική προστασία και διατήρηση της ντόπιας αρχιτεκτονικής και κουλτούρας
- Ενίσχυση της ντόπιας αγροτικής παραγωγής

- Αύξηση των εισοδημάτων και της απασχόλησης στις αγροτικές περιοχές από δραστηριότητες που δεν σχετίζονται άμεσα με τη γεωργία
- Καλύτερευση του βιοτικού επιπέδου και των συνθηκών εργασίας για τους ντόπιους κατοίκους.

Κεφάλαιο Πέμπτο.

Συμπεράσματα - προτάσεις

Η Ικαρία μέσω της ιδιαίτερης πολιτισμικής της φυσιογνωμίας και του τρόπου ζωής των κατοίκων της ο οποίος διαμορφώθηκε από τις σύνθετες κοινωνικές και ιστορικές συνθήκες αποτυπώνεται στη σύγχρονη κοινωνία της Ικαρίας. Η αντίληψη του χρόνου, η αίσθηση αυτάρκειας, η κοινωνικότητα, η συλλογικότητα και οι πολιτισμικές και πολιτιστικές δράσεις των κατοίκων του νησιού είναι τα βασικά χαρακτηριστικά ικαριωτών τα οποία διατηρούν στο πέρασμα του χρόνου. (Αλιβιζάτου, Πούλιος, Παπαδάκη, 2015:58-59)

Η Ικαρία είναι ένας δημοφιλής προορισμός με πλούσιο υπέδαφος, φυσική ομορφιά και ιδιαίτερη πολιτισμική φυσιογνωμία. Ανήκει στις λεγόμενες μπλε ζώνες των οποίων οι κάτοικοι φημίζονται για τη μακροβιότητά τους, τη μεσογειακή τους διατροφή και τους ήρεμους ρυθμούς στην καθημερινότητά τους. Λόγω των ιδιαίτερων χαρακτηριστικών της, δεν είναι ένας προορισμός τον οποίο επιλέγουν άτομα που επιζητούν τον μαζικό τουρισμό. Αντιθέτως, ο τουρισμός της είναι επιλεκτικός και περιορισμένης κλίμακας ενώ αποτελεί βασικό παράγοντα οικονομικής ανάπτυξης του νησιού. Η βιώσιμη και αειφόρος ανάπτυξη που θα εκμεταλλεύεται και θα αναδεικνύει το φυσικό τοπίο και το πολιτισμικό κεφάλαιο είναι ο βασικός στόχος για τον τουρισμό στο νησί της Ικαρίας. (ΕΟΤ, 2003:86-97) Αυτό μπορεί να επιτευχθεί μέσω της προώθησης πολιτιστικού τουρισμού που προάγει τον άυλο πολιτισμό και αναδεικνύει την ιδιαίτερη κουλτούρα του νησιού (Γιαννίρης, 1998:22-23) κρατώντας όμως τη μορφή του τουρισμού σε μικρής κλίμακας τουρισμό που όμως μπορεί να μην είναι πλέον εποχικός.

Η ιδιαίτερη μορφολογία του εδάφους δίνει τη δυνατότητα για οικολογικό, φυσιολατρικό, περιπατητικό και αθλητικό τουρισμό. Ήδη, αναγνωρίζοντας αυτή την ευκαιρία η τοπική κοινότητα έχει προβεί σε χάραξη μονοπατιών και δημιουργία καταφυγίων σε ορεινά σημεία. Η μεγάλη ευκαιρία όμως για να προσελκύσει ακόμα περισσότερους τουρίστες είναι η περαιτέρω ανάπτυξη του αγροτουρισμού, του ιατρικού τουρισμού μέσω της διαφήμισης των ιαματικών πηγών και τελικά η ταύτιση του ευ ζην που την χαρακτηρίζει με τον λεγόμενο αργό τουρισμό.

Με την παρούσα εργασία καταλήγουμε στο συμπέρασμα ότι δυνατά σημεία της Ικαρίας για την ανάπτυξη του εναλλακτικού τουρισμού στο νησί και κατ' επέκταση της προόδου όλου του νησιού είναι η πλούσια μορφολογία του υπέδαφους, τα πολιτιστικά και πολιτισμικά δρώμενα των κατοίκων, η κουλτούρα των ικαριωτών, η μεσογειακή διατροφή, η αίσθηση επάρκειας, η ενασχόληση με τη γη και η ήρεμη καθημερινότητα απαλλαγμένη από στρεσογόνους παράγοντες. Πρόταση λοιπόν για περαιτέρω διερεύνηση του τρόπου με τον οποίο θα υλοποιηθεί και με δεδομένες τις μελέτες περίπτωσης που αναφέρθηκαν σε προηγούμενο κεφάλαιο και αποδεικνύουν τα θετικά πρόσημα αυτής της στρατηγικής, είναι η υιοθέτηση του αργού τουρισμού σαν μέσο προσέλκυσης μερίδας τουριστών οι οποίοι αναζητούν αυτού του είδους προορισμούς και η ένταξη στο δίκτυο με τους Cittaslow προορισμούς. Με την επιλογή αυτή, ταυτίζονται η κουλτούρα και η ευζωία του νησιού, τα πολιτισμικά και πολιτιστικά στοιχεία με την έννοια του αργού τουρισμού ενώ ταυτόχρονα καταργείται η εποχικότητα του τουριστικού προϊόντος που προσφέρει το νησί.

ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ

Ξενόγλωσση & Ελληνική βιβλιογραφία

1. Fenell, D. A. (2001). «*A Content Analysis of Ecotourism Definitions*». Brock University.
2. Hall, C. M. (1999). «*The Geography of Tourism and Recreation*». London: Routledge.
3. Holden, P. (1984). «*Alternative tourism: Report of the workshop on alternative tourism with a focus on Asia.*». Bangkok: Ecumenical Coalition on Third World Tourism.
4. Jafari, J. (2000). «*Encyclopedia of Tourism*».
5. Jarviluoma, J. (1992). «*Alternative tourism and the evolution of tourist areas*» (ref 11 ed., Vol. 13). Tourism Management.
6. L.W., B. (1987). «*The evolution of individuality*». Princeton University Press.
7. Lanfant, Marie-Françoise, and Nelson H. H. Graburn. (1992). "*International Tourism Reconsidered: The Principle of the Alternative.*" In *Tourism Alternatives: Potentials and Problems in the Development of Tourism*. (V. L. Eadington, Ed.) Philadelphia: University of Pennsylvania Press.
8. Lofgren, O. (1999). «*On holiday. A history of vacationing*». University of California.
9. Lofgren, O. (1999). *On holiday. A history of vacationing*. University of California.
10. O'Connor, B. D. (2005). «*Information Communication Technology Revolutionizing Tourism*».
11. Romeril, M. (1994). «*Alternative tourism: the real tourism alternative? In Progress in Tourism, Recreation and Hospitality Management*» (Vol. 6). Wiley.
12. Ruggeri, K., Garcia-Garzon, E., Maguire, Á. et al. (2020). «*Well-being is more than happiness and life satisfaction: a multidimensional analysis of 21 countries*». Health Qual Life Outcomes.
13. Vellas, F. (2006). *Economie et Politique du Tourisme International*. Paris: ECONOMICA.
14. Yeoman. (2008). «*Tomorrow's Tourist*».

15. Ανδριώτης, Κ. (2008). *Αειφορία και Εναλλακτικός Τουρισμός*. Αθήνα: Αθ. Σταμούλης.
16. Γκόλιου, Ρ. (2017). *Μακροζωία. Ο απόλυτος οδηγός*. Ιβίσκος.
17. Καλλιβρούσης, Γ. Δ. (2020). *Το θεραπευτήριο του Αιγαίου*. Αθήνα: Οσελότος.
18. Κωνσταντίνος Ανδριώτης. (2008). «*ΑΕΙΦΟΡΙΑ και ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΣ*». εκδόσεις Σταμούλη.
19. ΜΑΡΙΟΣ ΣΩΤΗΡΙΑΔΗΣ, ΙΩΑΝΝΑ ΦΑΡΣΑΡΗ. (2009). *ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΚΑΙ ΕΙΔΙΚΕΣ ΜΟΡΦΕΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ. ΣΧΕΔΙΑΣΜΟΣ MANAGEMENT ΚΑΙ MARKETING*. INTERBOOKS.
20. Παπαγεωργίου, Α. (2019). «*Η πολιτισμική ιδιαιτερότητα της νήσου Ικαρίας: Συλλογική κουλτούρα, τοπική κοινωνία και τρόπος ζωής*». Αθήνα: Ελληνικό Ανοικτό Πανεπιστήμιο.
21. Φιλίππα, Χ. Ν. (13/7/2013). «*Η ιστορική εξέλιξη του τουρισμού*». Εφημερίδα Καθημερινή.
22. ΧΑΡΗΣ ΚΟΚΚΩΣΗΣ, ΠΑΡΙΣ ΤΣΑΡΤΑΣ, ΕΛΕΥΘΕΡΙΑ ΓΚΡΙΜΠΙΑ. (2011). *ΕΙΔΙΚΕΣ ΚΑΙ ΕΝΑΛΛΑΚΤΙΚΕΣ ΜΟΡΦΕΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ. ΖΗΤΗΣΗ ΚΑΙ ΠΡΟΣΦΟΡΑ ΝΕΩΝ ΠΡΟΪΟΝΤΩΝ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ*. ΚΡΙΤΙΚΗ.

Δικτυακοί τόποι

- 1) What Is Well-being: A Guide on How To Measure And Improve It available at:
<https://www.lifehack.org/908290/what-is-well-being> (20/6/2023)
- 2) Τι είναι το Ευ Ζην: Ένας οδηγός για το πώς να την μετρήσετε και να την βελτιώσετε. Available at:
<https://sciencearchives.wordpress.com/2021/08/10/%CF%84%CE%B9-%CE%B5%CE%AF%CE%BD%CE%B1%CE%B9-%CF%84%CE%BF-%CE%B5%CF%85-%CE%B6%CE%B7%CE%BD-%CE%AD%CE%BD%CE%B1%CF%82-%CE%BF%CE%B4%CE%B7%CE%B3%CF%8C%CF%82->

[%CE%B3%CE%B9%CE%B1-%CF%84%CE%BF-%CF%80%CF%8E/](#) (21/6/2023)

- 3) Η έννοια του Ευ Ζην. Available at:
<https://efzin.wordpress.com/%CE%B5%CE%B9%CF%83%CE%B1%CE%B3%CF%89%CE%B3%CE%B7/> (21/6/2023)
- 4) The history of World Travel Market, available at:
<https://www.wtm.com/portfolio/en-gb/history.html> (15/5/2023)
- 5) Impact assessment of the covid-19 outbreak on international tourism, available at: <https://www.unwto.org/impact-assessment-of-the-covid-19-outbreak-on-international-tourism> (16/5/2023)
- 6) Unwto world tourism barometer and statistical annex, June 2018, available at: <https://www.unwto.org/unwto-world-tourism-barometer-data> (16/5/2023)
- 7) Γήρανση του πληθυσμού, available at:
<https://www.statistics.gr/demography/bloc-1c.html?lang=el> (16/5/2023)
- 8) Ετήσια Έρευνα για τον Ξενοδοχειακό Κλάδο 2022, available at:
https://www.itep.gr/wp-content/uploads/2023/04/ITEP_Annual-Survey_2023-02-28_total_press-conference03.pdf (25/5/2023)
- 9) Ξενοδοχειακό Δυναμικό Ελλάδας, available at:
https://www.grhotels.gr/app/uploads/2023/01/01_Hotels_2022_Total.pdf (25/5/2023)
- 10) Population structure indicators at national level, available at:
https://ec.europa.eu/eurostat/databrowser/view/DEMO_PJANIND_custom_964289/bookmark/table?lang=en&bookmarkId=599174db-325f-429b-87ba-6af6b18e9ca9 (17/5/2023)

- 11) **Travel and Tourism Development Index 2021: Rebuilding for a Sustainable and Resilient Future**, available at:
https://www3.weforum.org/docs/WEF_Travel_Tourism_Development_2021.pdf , p.13 (17/5/2023)
- 12) **Βασικά Τουριστικά Μεγέθη της Ελλάδας**, available at:
https://insete.gr/wpcontent/uploads/2020/06/Key_figures_of_incoming_TourismGR-3.xlsx (17/5/2023)
- 13) **Ο ελληνικός τουρισμός έχει βάλει πλώρη να ξεπεράσει το 2019, κερδίζοντας μερίδια σε ένα περιβάλλον προκλήσεων**, available at:
https://www.nbg.gr/jssmedia/Files/Group/meletesoikonomikesanaluseis/i-epixeirimatikotita/meletesepixeirimatikotitas/Business_Trends_Tourism_2022Q4.pdf?rev=a9f8fc23c04fb48c1ad1eecf135524 (17/5/2023)
- 14) **Η συμβολή του τουρισμού στην ελληνική οικονομία το 2022**, available at:
https://insete.gr/wpcontent/uploads/2023/06/23_06_Tourism_and_Greek_Economy_2021-2022.pdf (17/5/2023)
- 15) **Current recommendations on the selection of measures for well-being**. Available at:
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0091743520300281>
(10/6/2023)
- 16) **CETP genetic variant rs1800777 (allele A) is associated with abnormally low HDL-C levels and increased risk of AKI during sepsis**. Available at:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC6233165/> (12/6/2023)
- 17) **Rare variant APOC3 R19X is associated with cardio-protective profiles in a diverse population-based survey as part of the Epidemiologic Architecture for Genes Linked to Environment Study**. Available at:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/25363704/> (12/6/2023)

- 18) ACE gene angiotensin I converting enzyme. Available at:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24343240/> (15/6/2023)
- 19) Why and how are we living longer? Available at:
<https://physoc.onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1113/EP086205>
(15/6/2023)
- 20) Epigenome-Wide Scans Identify Differentially Methylated Regions for Age and Age-Related Phenotypes in a Healthy Ageing Population. Available at:
<https://journals.plos.org/plosgenetics/article?id=10.1371/journal.pgen.1002629> (15/6/2023)
- 21) Η σημασία της τελομεράσης στην κυτταρική γήρανση και οι προοπτικές παρέμβασης στα ανθρωπινά νοσήματα, available at:
<https://acta.hms.org.gr/wp-content/uploads/2019/01/5-26.pdf> (15/6/2023)
- 22) Telomeric DNA Research. Available at:
<https://www.youtube.com/watch?v=irUOEG4BSK4> (15/6/2023)
- 23) Αντιγήρανση. Αντισταθείτε στο γήρας. Available at:
<https://www.bougouliamaria.gr/el/pathiseis/%CE%B1%CE%BD%CF%84%CE%B9%CE%B3%CE%AE%CF%81%CE%B1%CE%BD%CF%83%CE%B7-%CF%84%CE%B5%CE%BB%CE%BF%CE%BC%CE%B5%CF%81%CE%AE/63-%CE%B1%CE%BD%CF%84%CE%B9%CE%B3%CE%AE%CF%81%CE%B1%CE%BD%CF%83%CE%B7-%CE%B1%CE%BD%CF%84%CE%B9%CF%83%CF%84%CE%B1%CE%B8%CE%B5%CE%AF%CF%84%CE%B5-%CF%83%CF%84%CE%BF-%CE%B3%CE%AE%CF%81%CE%B1%CF%82.html> (15/6/2023)

24) Αποτελέσματα απογράφης πληθυσμού κατοικιών Ελστάτ 2021, available at: https://elstat-outsourcers.statistics.gr/Census2022_GR.pdf (20/6/2023)

25) Μία σύντομη ιστορία της Ικαρίας (του Αντωνίου Ι. Παπαλά, από το φωτογραφικό άλμπουμ “Ικαρία”). Available at: <https://ikarianet.gr/113/%CE%BC%CE%AF%CE%B1-%CF%83%CF%8D%CE%BD%CF%84%CE%BF%CE%BC%CE%B7-%CE%B9%CF%83%CF%84%CE%BF%CF%81%CE%AF%CE%B1-%CF%84%CE%B7%CF%82-%CE%B9%CE%BA%CE%B1%CF%81%CE%AF%CE%B1%CF%82-%CF%84%CE%BF%CF%85-%CE%B1%CE%BD/> (20/6/2023)

26) Μυστικά μακροζωίας: Μελέτη Ικαρία, available at: <https://www.iatriko.gr/el/content/mystika-makrozoias-meleti-ikaria?cl=609> (20/6/2023)

27) Περιοχή Νας της Ικαρίας. Available at: <https://www.visitikaria.gr/gr/%CE%B1%CE%BD%CE%B1%CE%BA%CE%AC%CE%BB%CF%85%CF%88%CE%B5/%CF%87%CF%89%CF%81%CE%B9%CE%AC-%CE%BF%CE%B9%CE%BA%CE%B9%CF%83%CE%BC%CE%BF%CE%AF/%CE%BD%CE%B1%CF%82> (29/6/2023)

28) Οινόη Ικαρίας Available at: <https://el.wikipedia.org/wiki/%CE%9F%CE%B9%CE%BD%CF%8C%CE%B7%CE%99%CE%BA%CE%B1%CF%81%CE%AF%CE%B1%CF%82> (29/6/2023)

29) Ο Πύργος Δράκανο της Νικαρίας. Available at: <https://eleftheriaonline.gr/local/politismos/history/item/184101-o-pyrgos-drakano-tis-ikarias> (29/6/2023)

30) Κάστρο Κοσκινά. Available at:

https://web.archive.org/web/20211203032449/http://odysseus.culture.gr/h/2/gh251.jsp?obj_id=18785 (29/6/2023)

31) Μουσεία Ικαρίας. Available at:

<https://www.visitikaria.gr/gr/%CE%B1%CE%BD%CE%B1%CE%BA%CE%AC%CE%BB%CF%85%CF%88%CE%B5/%CE%BC%CE%BF%CF%85%CF%83%CE%B5%CE%AF%CE%B1>
(29/6/2023)

32) Cittaslow movement: what is a slow city? available at:

<https://prettyslow.life/cittaslow-movement-slow-city-sustainable-living/>
(15/9/2023)

33) Building Latvian Tourism Identity. Available at:

https://projects2014-2020.interregeurope.eu/fileadmin/user_upload/tx_tevprojects/library/file_1510823814.pdf, σελ 11-15 (15/9/2023)