

PANTEBOY ΣΤΗ ΦΥΣΗ

Βαθιές ανάσες στον Χορτιάτη

Της **Στελλίνας Μαργαριτίδου**

Φωτ.: **health Guardians, Γιώργος Μπαϊρακτάρης**

Μονοπάτια με βρυόφυτα και φτέρες... Καθώς ανηφορίζεις κι αφήνεις στα δεξιά σου τον ήλιο να δύνει στον Θερμαϊκό, αντικρίζεις δάση με καστανιές, φράξους και αναρριχητικά που σχηματίζουν μια αδιαπέραστη λόχμη. Ο Χορτιάτης είναι ένα φιλικό προς κάθε αναβάτη βουνό.

Πρόσφατα έγινε φιλικό ακόμη και για όσους έχουν προβλήματα κίνησης, χάρη στα ειδικά ηλεκτροκίνητα αμαξίδια με τα οποία η ανάβαση γίνεται ένα χόμπι χωρίς αποκλεισμούς.

Δεν είναι το βουνό των μεγάλων ορειβατικών συγκινήσεων, λένε. Είναι όμως μια διέξοδος προς την κορυφή, και η έννοια έχει διαφορετική για τον καθένα ερμηνεία...

Ο Χορτιάτης δεν έχει ούτε μεγάλο ύψος ούτε έκταση, ούτε επιβλητικό όγκο. Ενταγμένος σχεδόν στο αστικό τοπίο της Θεσσαλονίκης, προσπαθεί να πάρει αποστάσεις από το πολύ τσιμέντο και να αγναντέψει τον Ολυμπο.

Δυο φορές τον χρόνο τα μέλη της Κίνησης Πολιτών Χορτιάτη διοργανώνουν στο βουνό μια ανάβαση που λαμβάνει τον χαρακτήρα ομαδικής εκδρομής και γιορτής, αφού η διαδρομή κάθε φορά κρύβει εκπλήξεις.

Όπως, για παράδειγμα, η αναζήτηση των μονοπατιών που κάποτε χάρασαν οι παγοποιοί του Χορτιάτη με τα τσουβάλια τους γεμάτα πάγο.

«Εβαζαν σε ειδικά σημεία που δεν τα 'βλεπε ο ήλιος φύλλα οξιές και πάνω σ' αυτά μάζευαν το νερό που γινόταν πάγος. Μετά με ειδικό τρόπο έκοβαν τον πάγο σε παγοκολόνες, τον έβαζαν σε τσουβάλια και τον φόρτωναν στα ζώα τους να τον πουλήσουν. Πολλές οικογένειες Χορτιατινών έζησαν έτσι» διηγείται ο Γ. Δαδούλης, μέλος της Κίνησης Πολιτών Χορτιάτη.

Αλλά δεν είναι μόνον η άγνωστη ιστορία. Είναι η πεζοπορία, οι σχολικές εκδρομές, ακόμη και οι διακοπές του καλοκαιριού στο καταφύγιο Χορτιάτη, είναι οι ομάδες των προσκόπων που οργανώνουν εξορμήσεις στην περιοχή.

«Μαθήματα γιόγκα, μαθήματα διάσωσης, θεραπευτικής ιππασίας, οργανωμένες επισκέψεις για ομάδες τρίτης ηλικίας, φοιτητές» είναι μερικά μόνο από τα προγράμματα που προσφέρουμε, λέει ο Γιώργος Μπαϊρακτάρης, ιδιοκτήτης γραφείου που ειδικεύεται στους τουριστικούς περιπάτους και συνεργάζεται με το Καταφύγιο Χορτιάτη.

Η εξόρμηση σχεδιάζεται με προσοχή και είναι προσιτή σε όλους. Αλλωστε η αφετηρία της ορειβατικής ή περιπατητικής εκδρομής ξεκινά από το τέρμα των αστικών λεωφορειών του Χορτιάτη.

«Από την κυκλική πλατεία του τέρματος των λεωφορειών, προχωρούμε στο Μοναστήρι του Αγίου Σωτηρίου και σε



Δρόμοι μέσα στο βουνό. Μια πεζοπορία 2-2,5 ωρών με όλο τον απαραίτητο εξοπλισμό χαρίζει ευεξία και υγεία



απόσταση 4,5 χιλιομέτρων φτάνουμε στο Πάρκο Κεραίων –σύγχρονο αξιοθέατο. Αριστερά ξεκινά ο δασικός δρόμος που περνά ανάμεσα από τις κεραίες και σε 2,7 χιλιόμετρα φτάνετε στο καταφύγιο του Χορτιάτη. Η πεζοπορία είναι το μυστικό για καλύτερη ποιότητα ζωής σε καθημερινή βάση. Δεν είναι μόνον η άθληση και η επαφή με τη φύση. Το περπάτημα και μάλιστα σ' ένα τέτοιο περιβάλλον χαρίζει ευεξία, δίνει περισσότερη ενέργεια, καλύτερο μυϊκό τόνο, αύξηση της οστικής μάζας, δίνει περισσότερα χαμόγελα», λέει ο κ. Μπαϊρακτάρης.

Αυτή η πορεία ανάμεσα στα βυζαντινά υδραγωγεία της περιοχής, το σημείο εκτέλεσης των Ελλήνων στην Κατοχή, τα σημεία σφαγής του Εμφυλίου, τα μονοπάτια των Ινδών οδηγών, των Αγγλων και Γάλλων που πήραν μέρος στον Α' Παγκόσμιο Πόλεμο, στους μενεξέδες, τους κρόκους, τις ανεμώνες και τις ίριδες, τα ίχνη των ποδηλάτων και των τετράτροχων μηχανών είναι προσβάσιμη σε όλους. Αυτό που χρειάζεται είναι καλή διάθεση και μια μεγάλη, βαθιά ανάσα... στο πράσινο!



Περπατώ εις το δάσος: Ορειβατικές εκδρομές διοργανώνονται σχεδόν κάθε Σαββατοκύριακο στον Χορτιάτη. Αριστερά: Ειδικό αμαξίδιο για περίπατο ακόμη και στο βουνό. Με τη νέα αυτή δυνατότητα ακόμη και τα άτομα που έχουν προβλήματα κίνησης μπορούν να κάνουν ορειβασία

