

## Associazione di volontariato "Handy Superabile"

Sede legale: Via Isola dello Sparviero n.2 – Follonica (Grosseto)

T e l / fa x 050.818921 – cell. 3498505727

Web site: [www.handysuperabile.org](http://www.handysuperabile.org) – e-mail: [info@handysuperabile.org](mailto:info@handysuperabile.org)



## KOS (GRECIA)

### Paesaggi di Kos

#### NOTE INFORMATIVE GENERALI

L'assistenza Alpitour World in hotel è a vostra disposizione per aiutarvi a scoprire le meraviglie di Kos. Per quanto riguarda i clienti con mobilità ridotta le escursioni proposte sono consigliabili con l'aiuto di un accompagnatore e sono da valutare direttamente con gli uffici assistenza del Tour Operator, in base alla diversa disabilità. Per l'escursione si consiglia ai clienti in carrozzina l'accompagnamento di qualcuno in grado di trattenere/spingere la carrozzina senza difficoltà sia in condizioni di pavimentazione irregolare sia per l'eventuale presenza di rampe con pendenza significativa. L'escursione può essere effettuata con dei mezzi di trasporto adattati per il trasporto di persone in carrozzina oppure con auto privata con autista, concordando le diverse modalità direttamente con i responsabili degli uffici assistenza del tour operator Alpitour World, disponibili ad organizzare escursioni su "misura" per clientela con disabilità. Modalità e costi sono da valutarsi in loco.

TRASFERIMENTO: Partenza dall'Hotel

GUIDA UFFICIALE IN LINGUA ITALIANA

LUOGHI VISITATI: Kos Town, Sito Archeologico Asclepion, Zia, Antimachia (Mulino), Kefalos e le spiagge più belle dell'isola. L'ordine delle visite varia a seconda della posizione dell'albergo.

**ESCURSIONI PROPOSTE DAL TOUR OPERATOR:** **Paesaggi di Kos** (giornata intera) con visita ai più pittoreschi villaggi dell'isola, **Kalispera Kos**, cena a base di piatti locali e vino a volontà e spettacolo di musiche e danze folcloristiche, **Blue day** (giornata intera) a bordo di un caicco sole, mare e relax.

#### CONSIGLI PER LA VISITA

**Mettete scarpe comode, e portatevi indumenti da mare** visto che sosteremo sulle spiagge più belle dell'isola.

**Per le persone con mobilità ridotte:** alcuni siti sono inaccessibili per persone in sedia a rotelle, mentre i servizi igienici fruibili sono presenti solo al tempio di **Asklepion** e in centro a **Kos Town**. A Zia, Antimachia e Kefalos **non** sono presenti bagni sufficientemente grandi per accogliere persone in sedia a rotelle. La maggior parte delle spiagge non presentano passerelle.

#### BREVE DESCRIZIONE

Sull'isola di Kos vi sono diversi centri abitati, interessanti anche dal punto di vista paesaggistico, come **Kardamena**, **Kefalos**, **Antimachia**, con la sua fortezza, **Mastichari**, **Marmari** e **Pyli**, oltre ai più piccoli villaggi di **Zia**, **Zipari**, **Platani**, **Lagoudi**. Sull'isola vi sono molti siti archeologici come l'**Asklepion**, ovvero il tempio di Asclepio, Dio greco della medicina, antico centro di cure creato nel IV secolo a.C., dove Ippocrate, padre della medicina, esercitò la sua arte medica. Il complesso è costituito da tre livelli e ambienti diversi, come le terme e le zone per gli esercizi di atletica o altre cerimonie dedicate al dio Asclepio, figlio di Apollo. Meta obbligata **Kos Town**, capoluogo dell'isola, un grazioso e intricato insieme di viuzze dal sapore orientale. Si consiglia di visitare il porto dove si trova anche un importante edificio, il **castello dei Cavalieri dell'Ordine di San Giovanni**, una fortezza costruita nel XIV secolo per la difesa della città. Da visitare anche la **Piazza del Platano**, collegata alla Fortezza da un suggestivo ponte in pietra, dove troviamo il **Platano di Ippocrate**, considerato l'albero più antico d'Europa. Per quanto riguarda gli amanti del mare ci sono molte **spiagge** da visitare; le più belle si trovano nella località di **Kefalos**, nel sud dell'isola

## Associazione di volontariato "Handy Superabile"

Sede legale: Via Isola dello Sparviero n.2 – Follonica (Grosseto)

T e l / fa x 050.818921 – cell. 3498505727

Web site: [www.handysuperabile.org](http://www.handysuperabile.org) – e-mail: [info@handysuperabile.org](mailto:info@handysuperabile.org)



**L'isola di Kos** misura circa 50 km di lunghezza per 12 km di larghezza nella parte più larga e vi abitano circa 30000 persone, di cui la maggior parte concentrate nel capoluogo omonimo dell'isola. Ha una sola strada principale che collega la capitale a Kefalos. Dalla strada principale si diramano le strade secondarie che portano alle diverse località e villaggi.



Pur essendo un'isola molto fertile e senza problemi di acqua, l'agricoltura, oggi, rappresenta un'attività secondaria e trascurata dalla maggior parte degli abitanti.

Le coltivazioni sono concentrate nella zona di **Masticari** dove è possibile trovare, durante la stagione estiva, alcuni contadini che rivendono i loro prodotti (pomodori, meloni, angurie, cetrioli, patate e tanto altro) in caratteristici chioschi allestiti ai lati della strada principale (main road).

Gli allevamenti di ovini e in particolare di bovini rappresentano un'ulteriore caratteristica che differenzia **Kos** dalla maggior parte delle **isole greche**; numerose sono infatti le mucche che pascolano liberamente per i campi dell'isola e che certamente avrete occasione di "incontrare".

## Associazione di volontariato "Handy Superabile"

Sede legale: Via Isola dello Sparviero n.2 – Follonica (Grosseto)

T e l / fa x 050.818921 – cell. 3498505727

Web site: [www.handysuperabile.org](http://www.handysuperabile.org) – e-mail: [info@handysuperabile.org](mailto:info@handysuperabile.org)



Nella **Baia di Kefalos** (costa sud-ovest) troviamo le due spiagge più famose di Kos: la prima, **Paradise Beach** (nella prima foto) possiede uno stupendo fondale sabbioso che digrada dolcemente, con acqua calma e cristallina; essa si raggiunge attraverso un sentiero sterrato; la seconda è **Aghios Stefanos** (le restanti 3 foto) lunga spiaggia, di sabbia dorata mista a ghiaia fine, divisa in due dalle rovine della **Basilica**, risalenti al V secolo, da dove si può ammirare, in tutto il suo splendore, l'isolotto di **Kastri**, uno dei simboli di Kos. Proprio davanti si trova l'isolotto, con la **chiesa di San Nicolas**, raggiungibile anche a nuoto, ed è un punto molto interessante per gli amanti dello snorkeling.

In entrambe troviamo ombrelloni da affittare, ma non vi sono passerelle o pedane che permettano agli ospiti in carrozzina di arrivare alla battigia, né sono disponibili sedie anfibe tipo JOB per favorire il trasporto in acqua delle persone con mobilità ridotta..



## Associazione di volontariato "Handy Superabile"

Sede legale: Via Isola dello Sparviero n.2 – Follonica (Grosseto)

T e l / fa x 050.818921 – cell. 3498505727

Web site: [www.handysuperabile.org](http://www.handysuperabile.org) – e-mail: [info@handysuperabile.org](mailto:info@handysuperabile.org)



**Cavo Paradiso** (costa sud-est) è la spiaggia più bella di Kos. Il mare ha un colore azzurro dalle tonalità stupende, mentre la sabbia passa dal bianco al rosa. Sulla spiaggia c'è anche un piccolo bar che vende bibite e dispone di alcuni lettini. Mancano però passerelle per raggiungere la battigia e una sedia anfibia tipo JOB.

**Kefalos** si trova nella parte sud ovest dell'isola, a 40 km dalla capitale, è l'ultimo villaggio dell'isola. Ubicato in cima ad una collina offre una vista mozzafiato. Questo meraviglioso paesaggio rappresenta il simbolo di Kos, e viene raffigurato in molte cartoline e foto turistiche. Kefalos era l'antica capitale dell'isola, all'epoca chiamata Astypalya. E' un paesino molto tranquillo, con piccole case bianche che contrastano con i colori della macchia mediterranea; sono presenti stretti vicoletti e caratteristici caffè, panifici e pasticcerie. Consigliabile una sosta in un punto panoramico per scattare qualche foto al bellissimo paesaggio, bere un caffè e assaggiare il **baclava**, un dolce tipico al miele e noci. Vengono organizzati diversi eventi culturali paesani come il Carnevale, la festa religiosa di San Paraskevi del 26 Giugno, l'Assunzione della Madonna del 15 Agosto e la sagra di San Giovanni il 29 Agosto.



## Associazione di volontariato "Handy Superabile"

Sede legale: Via Isola dello Sparviero n.2 – Follonica (Grosseto)

T e l / fa x 050.818921 – cell. 3498505727

Web site: [www.handysuperabile.org](http://www.handysuperabile.org) – e-mail: [info@handysuperabile.org](mailto:info@handysuperabile.org)



## ANTIMACHIA

Spostandoci da sud verso nord, raggiungiamo **Antimachia** che si trova nella parte centrale dell'isola, a 25 km dalla città di Kos e a 4 km da Masticari; si tratta di un villaggio agricolo tradizionale dove si trova una vecchia "**Casa Tradizionale**", allestita a museo, che contiene oggetti di vita quotidiana e strumenti agricoli antichi recuperati dagli antichi villaggi circostanti. La casa presenta, all'ingresso, uno scalino di 10 cm e gli spazi non sono generosi. Di fronte alla casa si trova un mulino a vento, anch'esso restaurato. A Kos, una volta, i mulini erano numerosi ma oggi la maggior parte sono abbandonati e in cattive condizioni.

Altra attrazione del villaggio è la **fortezza veneziana**, una roccaforte risalente al XV secolo (vedi foto in basso a sx), con alte mura, che domina sulle pianure sottostanti. Si trova a pochi chilometri dal paese e, per raggiungerla, si deve prendere la strada che costeggia la base militare e percorrerla fino in fondo per tre o quattro chilometri. Essa risulta aperta al pubblico ma con il botteghino dei biglietti chiuso e le attrezzature sembrano abbandonate da alcuni anni.

Nei pressi possiamo ammirare diverse piante curiose e particolari, come questa raffigurata nella foto in basso che ci è stata fatta notare dalla brava e accorta guida.



## Associazione di volontariato "Handy Superabile"

Sede legale: Via Isola dello Sparviero n.2 – Follonica (Grosseto)

T e l / fa x 050.818921 – cell. 3498505727

Web site: [www.handysuperabile.org](http://www.handysuperabile.org) – e-mail: [info@handysuperabile.org](mailto:info@handysuperabile.org)



## ZIA

Spostandoci verso il nord dell'Isola raggiungiamo il paese di **Zia**, un paesino che si trova in alta collina, nell'entroterra, e dista 14 km da Kos Town. La strada che conduce al paese presenta numerosi tornanti. Esso è probabilmente il villaggio più conosciuto e di maggiore attrazione turistica, con negozietti di souvenir e di prodotti tipici greci, ristoranti e taverne in tipico stile greco ed un paesaggio tra i più belli di Kos. Purtroppo, essendo un paesino di montagna, le strade presentano salite impegnative che richiedono ad una persona in carrozzina manuale l'aiuto di un accompagnatore. Qui vi consigliamo di provare la **Kanelada**, lo sciroppo di cannella tipico di Zia. Da non perdere assolutamente la vista panoramica mozzafiato sulle isole vicine (Kalymnos Pserimos e Bodrum, quest'ultima sulla costa Turca)

Scendendo da Zia possiamo apprezzare il bel paesaggio sulle saline.

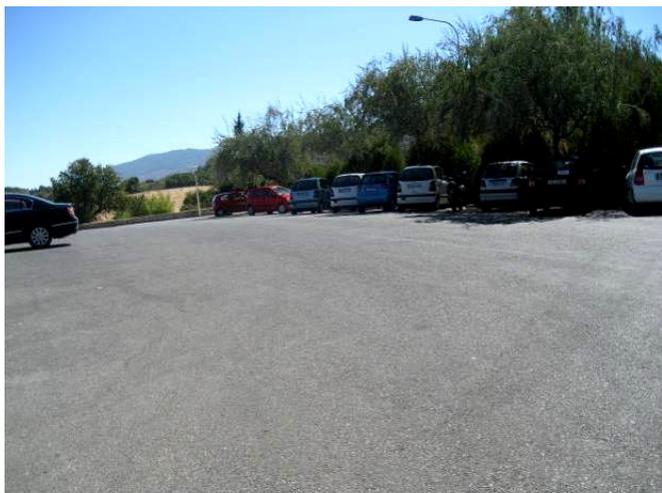


## Associazione di volontariato "Handy Superabile"

Sede legale: Via Isola dello Sparviero n.2 – Follonica (Grosseto)

T e l / fa x 050.818921 – cell. 3498505727

Web site: [www.handysuperabile.org](http://www.handysuperabile.org) – e-mail: [info@handysuperabile.org](mailto:info@handysuperabile.org)



## ASKLEPION

Da Zia spostandoci verso Kos Town (sempre verso nord) facciamo sosta a **ASKLEPION**, dove si trova il santuario dedicato ad Asclepio (Esculapio), il Dio della medicina. Portato alla luce nel 1902 da un archeologo tedesco, l'**Asklepion** è il luogo storico più suggestivo di Kos. È conosciuto in tutto il mondo greco grazie alla fama di Ippocrate, padre della medicina, che vi esercitò la sua arte medica, e alla presenza di numerosi medici rinomati per le loro grandi capacità. I malati, che arrivavano anche da lontano, si presentavano al santuario supplicando aiuto e venivano accettati se reputati degni dopo un'accurata valutazione da parte dei sacerdoti. Questo tempio presenta un percorso abbastanza agevole per una persona in carrozzina. È presente un parcheggio asfaltato molto ampio, la rampa di accesso ha una pendenza moderata e permette di superare una scala con sei gradini. Qui sono presenti servizi igienici fruibili anche dalle persone in carrozzina, anche se mancano di maniglioni di sostegno.

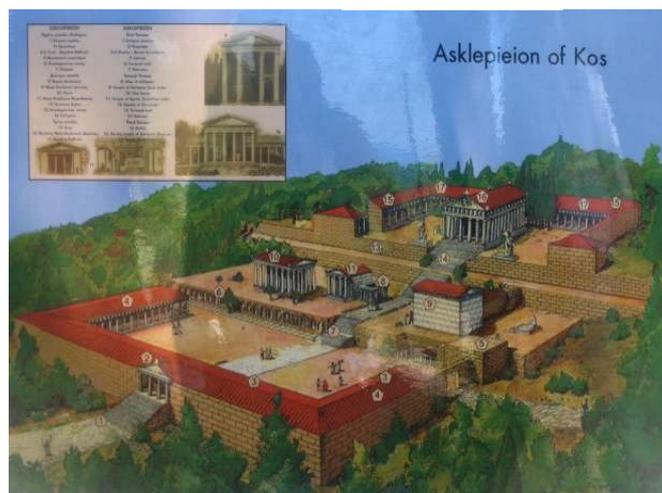


## Associazione di volontariato "Handy Superabile"

Sede legale: Via Isola dello Sparviero n.2 – Follonica (Grosseto)

T e l / fa x 050.818921 – cell. 3498505727

Web site: [www.handysuperabile.org](http://www.handysuperabile.org) – e-mail: [info@handysuperabile.org](mailto:info@handysuperabile.org)



Purtroppo il santuario è disposto su tre piani (terrazze) ed una persona sulla sedia a rotelle o con le grucce, una volta che ha raggiunto la prima terrazza, è costretta a fermarsi, perché la pavimentazione è sconnessa e sono presenti molte scale (vedi foto sopra a sx); merita comunque raggiungere il primo piano (la prima terrazza) e ascoltare l'intera spiegazione della guida parlante italiano. Qui possiamo vedere le fondamenta delle **camere dei malati**. Sul lato sinistro si trovano i resti delle terme dove veniva praticata al malato la hydroterapia. Successivamente egli doveva sacrificare un animale al Dio Asclepio, e trascorrere l'intera notte, nell'**Abaton**, la seconda terrazza (secondo piano), disteso sulla pelle della vittima sacrificata. Più avanti sulla destra si trova **Excedera** il luogo dove si riunivano i sacerdoti.

Le cure praticate nell'ospedale si basavano su una vita sana, con terapie a base di erbe naturali e di idroterapia, attività fisica, con particolare attenzione alla dieta (la base della medicina di Ippocrate), ma anche al rilassamento e allo svago. La fede in Asklepio e nelle sue cure e la sacralità del luogo, tra statue e simboli religiosi, rafforzavano la speranza del malato in una sicura guarigione. Sulla seconda terrazza ci sono le basi dei due altari di Apollo (il padre) e di Asklepio (il figlio) con alcune colonne ricostruite. La statua andò distrutta, ma la guida ci informa che si poteva ammirare addirittura dal porto di Kos. Con l'introduzione del Cristianesimo che proibì il culto di Asklepio al posto della statua fu costruita una chiesa cristiana.



## Associazione di volontariato "Handy Superabile"

Sede legale: Via Isola dello Sparviero n.2 – Follonica (Grosseto)

T e l / fa x 050.818921 – cell. 3498505727

Web site: [www.handysuperabile.org](http://www.handysuperabile.org) – e-mail: [info@handysuperabile.org](mailto:info@handysuperabile.org)



## KOS TOWN

La capitale **Kos** è caratterizzata da una mescolanza dell'antico con il moderno dove una buona parte dei luoghi e delle strade sono accessibili a tutti i disabili; sul lungomare troviamo quasi ovunque percorsi per non vedenti e le rampe di raccordo sono presenti in quasi ogni incrocio, anche se talvolta un pò ripide. Con una popolazione di 19.000 abitanti, Kos Town offre, se pur piccola, la possibilità di visitare diversi siti di interesse storico/culturale. Il fulcro della città è rappresentato dal lungomare del porto, caratterizzato da tipiche taverne greche e caffè ma anche dai caratteristici kaiki ormeggiati al porto (tipiche imbarcazioni greche in legno, usate in passato per la pesca) e le imbarcazioni/aliscafi che offrono interessanti escursioni per le vicine isole.

La zona del porto presenta un viale pedonale, sul lungomare, che attraversa l'intera città. Seguendo il viale troviamo **Piazza dei Delfini**, facilmente riconoscibile per la fontana decorativa, da cui raggiungiamo **Kanari Street**, ricca di negozi, e **Averof Street** con numerose caratteristiche taverne.



## Associazione di volontariato "Handy Superabile"

Sede legale: Via Isola dello Sparviero n.2 – Follonica (Grosseto)

T e l / fa x 050.818921 – cell. 3498505727

Web site: [www.handysuperabile.org](http://www.handysuperabile.org) – e-mail: [info@handysuperabile.org](mailto:info@handysuperabile.org)



In **Piazza Elefteria** (Piazza della Libertà – vedi foto sopra), la piazza principale della città, oltre a diverse caffetterie, troviamo il **Museo Archeologico**, un edificio neoclassico che ospita reperti di epoca Ellenistica e Romana. Al lato del Museo c'è la **Torre con l'orologio** e il **Palazzo del Circolo** (vedi foto sopra a dx), oggi sede di un cinema.



Sempre nella piazza principale si trova anche la moderna **Agora**, un mercato turistico coperto, aperto anche di sera, accessibile anche alle persone in carrozzina, presso il quale è possibile trovare diversi souvenir e prodotti tipici come il miele di Ippocrate, a base di timo, e le spezie.

**Associazione di volontariato "Handy Superabile"**

Sede legale: Via Isola dello Sparviero n.2 – Follonica (Grosseto)

T e l / fa x 050.818921 – cell. 3498505727

Web site: [www.handysuperabile.org](http://www.handysuperabile.org) – e-mail: [info@handysuperabile.org](mailto:info@handysuperabile.org)



Anche nella città moderna sono dovunque visibili le rovine del passato.



## Associazione di volontariato "Handy Superabile"

Sede legale: Via Isola dello Sparviero n.2 – Follonica (Grosseto)

T e l / fa x 050.818921 – cell. 3498505727

Web site: [www.handysuperabile.org](http://www.handysuperabile.org) – e-mail: [info@handysuperabile.org](mailto:info@handysuperabile.org)



La zona più interessante della città, tuttavia, è la **Fortezza dei Cavalieri di San Giovanni**, affascinante all'esterno, con le sue doppie mura e le torri. La Fortezza ospita un museo, in quanto all'epoca non era abitata ma adibita esclusivamente a rifugio in caso di pericolo.

Ripidi gradini e pareti a picco, tuttavia, rendono inaccessibile l'interno della fortezza alle persone in carrozzina. L'entrata si trova presso **Piazza del Platano**, collegata alla Fortezza da un suggestivo ponte in pietra che costituisce, insieme al **Platano di Ippocrate**, uno dei simboli più rappresentativi di Kos. E' proprio in questa piazza che possiamo ammirare il mitologico albero: un **platano** imponente, vecchio di 600 anni, con il tronco vuoto, sorretto da impalcature di metallo, che la leggenda lo vuole ancora più vecchio e risalente all'epoca di Ippocrate, all'ombra del quale, sembra che quest'ultimo impartiva lezioni di medicina ai suoi allievi.



## Associazione di volontariato "Handy Superabile"

Sede legale: Via Isola dello Sparviero n.2 – Follonica (Grosseto)

T e l / fa x 050.818921 – cell. 3498505727

Web site: [www.handysuperabile.org](http://www.handysuperabile.org) – e-mail: [info@handysuperabile.org](mailto:info@handysuperabile.org)



Dietro al Platano c'è la grande **Moschea di Gazi Hassan Pasha** del 1786, proprietà della minoranza turca di Kos. Qui purtroppo la pavimentazione è alla veneziana ed è sconnessa (si consiglia alle persone in carrozzina l'aiuto di un accompagnatore). L'edificio bianco al lato della Fortezza è il **Palazzo della Reggenza**, risalente all'epoca dell'amministrazione Italiana. Questo Palazzo, oggi, è la sede giudiziaria dell'isola, con l'ufficio della Polizia; al lato opposto, sotto un grandissimo fikus benjamin, si trovano i **bagni turchi**, ossia l'hammam dell'epoca Ottomana. Vicino alla piazza possiamo vedere le rovine dell'antica **Acropoli**, o quello che ne rimane.

