

iscover



Πίνδος είναι ένα σύμπλεγμα βουνάν, αρασειρών, φαραγγιάν και πραβρών, Joses n επιβλητικάτερη προσειρά της Πίνδου είναι προσεορό ντ Σουμέρκου. Το Ιτσουμέρκοι Αλθουνικό δρι περιπρηγιαριένα από των ποιομούς Άρακθα, Αποροπόσμο (Ακετλέο) και τους αμέτρητους ποιοποίομες το Εκεμέζους για το Εκεμέζους το Εκεμέζους ποιολογία το Εκεμέζους το Εκεμέζους το Εκεμέζους προσείς το Εκεμέζους το Εκεμέζους το Εκεμέζους ποιοκέπητε από το το Εκεμέζους το Εκεμέζους ποιοκέπητε από το το Τουκό το Εκεμέζους ποιοκέπητε από το το Εκεμέζους ποιοκέπητε από το το Τουκό το Τουκό Τουκό ποιοκέπητε από το το Τουκό ποιοκέπητε από το Τουκό Τουκό ποιοκέπητε το Εκεμέζους ποιοκέπητε από το Τουκό ποιοκέπητε το Τουκό ποιοκέπητε το Τουκό ποιοκέπητε ποιοκέπητ

## Χλωρίδα / Πανίδα

Η ποικιλομορφία του κλίματος της περιο-χής, σε συνδυασμό με τις μεγάλες υψομε-τρικές διαφορές και την έντονη εναλλαγή της γεωμορφολογίας και του ανάγλυφου ιι προστατευόμενα είδη zώων, όπωs ο iκos, η αρκούδα, το αγριόγιδο, ο αετόs,





Μουσεία



To Mouscia advyspovns stavns «Beddeapos Tananyávns» Pplansteu ata xapa EARÁvnsé, diháčevária ata vánja ta appla el Angala Angala EARÁvnsé, diháčevária ata vánja ta a ppány Sinjaunad oxaficia va narpanjejbáve jety ata op njunjetvo výhran sa nadkrynt sa A.E.T. Beddeapou Tananyávni. Ta čyst ata pilnáv y na ta v úrépana, na sney hybrau ata útano, va nevej skihola sa vá ta uhová výhrana sa domina od sa na sa vánjauna sa vánjaun

Στο χωριό Τσόπελα έχει το εργαστήρι του **ο Γιώργος Πολύχος**, που από το 1969, σχεδιάχει και φιλοτεχνεί κοσμή-ματα. Από το 1984, μελετά, σχεδιάχει



# Σπήλαιο







Χωριά







report of the supplied and sup

Τα Πρόμαντα βρίσκονται σε υφόμετρο 840μ, κότω από την επιβλητική κορυφή της Στρογγούδας, πίσω από την οποία απλάνεται η οροσειρά των Τεσυμέρκων. Είναι το κέντρο της ευρύτερης περιακής των Τεσυμέρκων, με πληθυσμό που κυμοίνεται στους 800 κατοίκους, όπου την καθοκαιργή περιόδο ξεπεργέν τους 1500. Έδρο του δήμου Βροφίαν Τεσυμέρκων και πάθεν ορενό του αριστικό θέρτρο, αφο διαθέτει ξενόξια, πάθεγενς, εχακροπίδατεία, καφετέρετες και νικετρινή διασκέδοση. Επίσης διαθέτει σύγχρονο Κέντρο Υγείας, φομιακό, κέντρο περιβαλλονικής εκπαίδευσης, πρατήριο κοισιήμαν, γέπατες. Αλή τι πικοδρομία, συτυγμή τήμη και αναπάτα άλαν των βαθμίδων. Σε αυτό το παροδοιακό κεφαλοχώρι, που δίνει κάρο στο σύγχρονο τρόπο zwińs, ο επισκέπτης μπορεί να βρει πληροφορίες για δ.τι κρειαστεί.





## Παραδοσιακοί Οικισμοί



Καθαρρίτες είναι χαισμένοι σε υψόμετρο 1200 μ. Ευρήματα μαρτυρούν ου η ριαχή κατοικείται από την εποχή του χαϊλκού! Ο οικισμός όνθισε ιδιοίτερα το 18ο όνα, με ποιθλούς κατοίκους να διατηρούν εμπορικούς οίκους στα μεγάθα ρωποϊκό κένρα. Σήμερα σάχονιαι επιβθητικιά αρχονιικά εκείνης της εποχής.





Μοναστήρια





χωρίο Εππηνικό. Χισμένη στη σημερινή της μορφή το 18ο αιώνα, με ιστορία από το 1190, δεσπόχει στην κορυφή ενός απότομου, σχεδόν κά-θετουβράχου με απόπυτη θέα προς τη χαράδρα του Αράχθου.





## Χρήσιμα τηλέφωνα

ορείων Τzουμέρκων / Municipality of Northern Tzoumerka	26593	60200	
εντρικών Τzουμέρκων / Municipality of Central Tzoumerka	26853	60219	
B Iwavvivov / National Emergency Aid Centre of Ioannina	26510	65161	
κό Νοσοκομείο Ιωαννίνων / University Hospital of Joannina	26510	99111	
οκ. Χατzηκώστα Ιωαννίνων / "Chatzikosta" Hospital of Ioannina	26513	66111	
οκομείο Άρταs / Hospital of Arta	26810	22222	
ρο Υγείας Πραμάντων / Pramanta Health Center	26593	60100	
ρο Υγείαs Αγνάντων / Agnanta Health Center			
νομικό τμήμα Προμάντων / Pramanta Police Station			
νομικό τμήμα Αγνάντων / Agnanta Police Station	26850	31208	
ιδρόμιο Ιωαννίνων / Ioannina Airport	26510	83600	
ιδρόμιο Ακτίου / Aktio Airport	26820	26113	
οταξί Πραμάντων / Pramanta TΔXI	6946 7	70482	
ι Ιωαννίνων / Ioannina Bus Station	26510	25014	
Aptas / Arta Bus Station			
Προμάντων / Pramanta Post Office			
τήριο καυσίμων (Πράμαντα) / Gas Station (Pramanta)			
τήριο καυσίμων (Γέφυρα Πιλάκαs) / Gas Station (Plaka's Bridge)	26850	31310	



ο Αραχουος του αρμός ενται ένα από το αποντικούρα ποιστρική να ποτο Ετενά φαράγηνη, καταικόρυφες πιθαγές, καταιρράκτες και δυνατάπτια για δροσερές βουτιές. Ενδείκνυται για αρχάριους και προχωρημένους. Το πιο έμπειροι έχουν τη δυνατάπτια να δοκτιμαστούν και σε πιο δύσκοθια κατεβάσματα όποις ο Καιθαρρύτικος, που είναι ένας ένας από τους





ίτεροι έρχονται για να περ-

Η περιοχή προσφέρεται γι πρεινή ποδηλασία, οδήγης με **4X4** και μοτοσυκλέτες ο



δραστηριότητες στο βουνό είναι σίγουρα η αναρρίκηση και η καταρρίκηση (rappel). Το ορεινό συγκρότημα των Τzουιέρκων με την ιδιαίτερη ομορ-ριά τους δημιουργούν τέπειες υνθήκες για αναρρίχηση

Ευπειροι και καταξιωμένοι οδηγοί είναι πάντα στη διάθεση του επισκέ-