

ΑΠΟ ΤΑ ΜΕΤΕΩΡΑ ΣΤΟ ΑΓΙΟ ΟΡΟΣ!

ΤΑΞΙΔΕΥΟΥΜΕ ΣΕ ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ & ΘΡΑΚΗ

28 ΟΚΤΩΒΡΙΟΥ-3 ΝΟΕΜΒΡΙΟΥ

Αναχώρηση από Ηράκλειο Ακτοπλοϊκώς με Μινωικές Γραμμές



1η μέρα Τρίτη 28/10 : ΗΡΑΚΛΕΙΟ – ΠΕΙΡΑΙΑΣ

Συγκέντρωση το απόγευμα στο **Λιμάνι του Ηρακλείου** και αναχώρηση για **Πειραιά** με Μινωικές Γραμμές στις 21:00 μ.μ. Διανουκτέρευση εν πλω.

2η μέρα Τετάρτη 29/10: ΠΕΙΡΑΙΑΣ – ΜΕΤΕΩΡΑ – ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Αφιξη νωρίς το πρωί στο λιμάνι του Πειραιά, επιβίβαση στο λεωφορείο μας και αναχώρηση, με τις απαραίτητες ενδιάμεσες στάσεις θα φτάσουμε στα **Μετεώρα** τα οποία αποτελούν ένα από τα πιο εντυπωσιακά μοναστικά και γεωλογικά συγκροτήματα στον κόσμο, γνωστό για τα τεράστια βραχώδη συμπλέγματα πάνω στα οποία είναι χτισμένα τα μοναστήρια. Έχουν ανακηρυχθεί **Μνημείο Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO** και αποτελούν σημαντικό κέντρο ορθόδοξης μοναστικής ζωής. Από τα 24 μοναστήρια που υπήρχαν στην ακμή τους (15ος-16ος αιώνες), σήμερα

λειτουργούν τα 6. Η **Ιερά Μονή Αγίου Στεφάνου** είναι ένα από τα έξι ενεργά μοναστήρια των Μετεώρων και θα την επισκεφθούμε. Ιδρύθηκε πιθανόν τον **14ο αιώνα** από ερημίτες και αργότερα επεκτάθηκε από μοναχούς που αναζητούσαν προστασία από επιδρομές. Το μοναστήρι υπέστη ζημιές κατά τον Β' Παγκόσμιο Πόλεμο και τον Εμφύλιο. Από το 1961 είναι **γυναικεία μονή**, οι μοναχές συνεχίζουν την παράδοση με ηρεμία και φιλοξενία. Ο επισκέπτης περνάει τη μικρή γέφυρα που ενώνει τον δρόμο με τον βράχο, χωρίς να χρειάζεται να ανέβει σκαλιά – κάτι που κάνει τη Μονή Αγίου Στεφάνου την πιο **εύκολα προσβάσιμη** από όλες. Μέσα στο καθολικό, αφιερωμένο στον **Άγιο Στέφανο**, ο χώρος είναι γεμάτος φως και μυρωδιά λιβανιού. Λίγο πιο πέρα, στον ναό του **Αγίου Χαραλάμπους**, φυλάσσεται το ιερό λείψανό του, που προσελκύει πλήθος προσκυνητών. Η εμπειρία ολοκληρώνεται με τη θέα από τα μπαλκόνια της μονής: ένας ορίζοντας που φτάνει ως τα Πιέρια Όρη, τον Όλυμπο και τις κορυφογραμμές της Πίνδου, αφήνοντας στον επισκέπτη την αίσθηση ότι βρίσκεται κυριολεκτικά ανάμεσα στον ουρανό και τη γη. Αναχώρηση για τη **Θεσσαλονίκη**, άφιξη στο ξενοδοχείο μας, τακτοποίηση και διανυκτέρευση.

3η μέρα Πέμπτη 30/10: ΞΑΝΘΗ – ΦΕΡΕΣ – ΑΛΕΞΑΝΔΡΟΥΠΟΛΗ – ΠΟΡΤΟ ΛΑΓΟΣ – ΛΙΜΝΗ ΒΙΣΤΩΝΙΔΑ

Πρωινό στο ξενοδοχείο και αναχώρηση νωρίς το πρωί για **Ξάνθη**, την «πόλη των χρωμάτων», για να περιηγηθούμε στον παραδοσιακό οικισμό της Παλιάς Πόλης, που έχει χαρακτηριστεί διατηρητέος από το 1976, με τα πλακόστρωτα σοκάκια και τα εντυπωσιακά αρχοντικά, πολλά από τα οποία στεγάζουν σήμερα μουσεία και πολιτιστικούς χώρους, όπως η Οικία του Μάνου Χατζιδάκη και το αρχοντικό του Αργύρη Κουγιουμτζόγλου που σήμερα φιλοξενεί το Λαογραφικό Μουσείο. Χρόνος ελεύθερος για καφέ ή γλυκό, όπως τον ξακουστό ξανθιώτικο μπακλαβά και αναχώρηση για τις **Φέρες ή αλλιώς Βήρα**. Επίσκεψη της **Ιεράς Μονής Παναγίας Κοσμοσώτειρας** που ιδρύθηκε από τον Σεβαστοκράτορα Ισαάκιο Κομνηνό, πιθανότατα κατά το 1152 μ.Χ. Θεωρείται ένα από τα καλύτερα δείγματα της Κωνσταντινουπολίτικης τέχνης στον Ελλαδικό χώρο και λειτούργησε μέχρι και τα μέσα του 14ου αιώνα. Συνεχίζουμε προς **Αλεξανδρούπολη**, όπου θα έχουμε ελεύθερος χρόνο για καφεδάκι και θέα τον φάρο της Αλεξανδρούπολης. Αναχώρηση για τη **λίμνη Βιστωνίδα** και το γραφικό **Πόρτο Λάγος**, ανατολικά της Ξάνθης. Το Πόρτο Λάγος είναι διάσημο κυρίως για την **Ιερά Μονή Αγίου Νικολάου** και το **παρεκκλήσι της Παναγίας Παντάνασσας**, που ανήκουν στη **Μονή Βατοπεδίου του Αγίου Όρους**. Οι δύο μικρές εκκλησίες είναι **χτισμένες πάνω σε νησίδες της λίμνης** και ενώνονται με την ξηρά μέσω ξύλινων γεφυρών. Το σημείο αποπνέει ηρεμία και μυσταγωγία, ενώ προσφέρει υπέροχη θέα για φωτογραφίες. Πολλοί προσκυνητές έρχονται για να ανάψουν ένα κερί και να απολαύσουν τη γαλήνη του τοπίου. Άφιξη στην **Καβάλα** όπου θα τακτοποιηθούμε στο ξενοδοχείο μας και θα διανυκτερεύσουμε.

4η μέρα Παρασκευή 31/10: ΠΟΛΗ ΚΑΒΑΛΑΣ – ΒΑΠΤΙΣΤΗΡΙΟ ΑΓΙΑΣ ΛΥΔΙΑΣ – ΝΕΑ ΚΑΡΒΑΛΗ- ΟΥΡΑΝΟΥΠΟΛΗ ΚΑΙ ΚΡΟΥΑΖΙΕΡΑ ΣΤΟ ΑΓΙΟ ΟΡΟΣ

Πρωινό στο ξενοδοχείο και αναχώρηση για την πόλη της Καβάλας, όπου θα επισκεφθούμε το **Ιερό Βαπτιστήριο της Αγίας Λυδίας της Φιλιππησίας**, εκεί που βάπτισε ο Απόστολος Παύλος την πρώτη Ελληνίδα και Ευρωπαία χριστιανή, την πορφυροπώλιδα, Λυδία Φιλιππησία. Συνεχίζουμε προς τη **Νέα Καρβάλη**, λίγα χιλιόμετρα έξω από την Καβάλα, ένας προσφυγικός οικισμός που ιδρύθηκε από Έλληνες της Καππαδοκίας μετά τη Μικρασιατική Καταστροφή του 1922. Θα επισκεφθούμε τον ιερό **Ναό Αγίου Γρηγορίου του Θεολόγου**, όπου βρίσκεται και το σκήνωμα του Αγίου σε ασημένια λάρνακα, εντός του ναού. Η Νέα Καρβάλη φημίζεται και για τα τοπικά νόστιμα γλυκίσματα, τους φημισμένους σε όλη την Ελλάδα, “κουραμπέδες Καρβάλης” που περιέχουν ολόκληρα αμύγδαλα! Επόμενος προορισμός μας η **Ουρανούπολη** όπου θα ζήσουμε από κοντά την μαγεία του Αγίου Όρους του ιερού τόπου που έχει χαρακτηριστεί **Μνημείο Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO**. Το πλοίο μας οδηγεί κατά μήκος της Δυτικής πλευράς της χερσονήσου, αποκαλύπτοντας ένα τοπίο που κόβει την ανάσα: επιβλητικά βουνά, ήρεμη θάλασσα και τα μοναστήρια-κάστρα που στέκονται αγέρωχα εδώ και αιώνες. Καθώς πλεύουμε, θα έχουμε την ευκαιρία να θαυμάσουμε **8**

ιστορικά μοναστήρια: την **Ι.Μ. Δοχειαρίου**, την **Ι.Μ. Ξενοφώντος**, **Ι.Μ. Παντελεήμονος**, (**Ρωσικό Μοναστήρι**), την **Ι.Μ. Ξηροποτάμου**, την **Ι.Μ. Σίμωνος Πέτρας**, την **Ι.Μ. Γρηγορίου**, την **Ι.Μ. Διονυσίου** και, στο φόντο του επιβλητικού Άθω που αγγίζει τα 2.033 μέτρα, την **Ιερά Μονή Αγίου Παύλου**. Στην πορεία θα διακρίνουμε επίσης τις Σκήτες της Αγίας Άννας και της Νέας Σκήτης, ενώ πολλές φορές τα δελφίνια της περιοχής συνοδεύουν το ταξίδι μας προσφέροντας μοναδικές στιγμές. Με το πέρας της κρουαζιέρας αναχωρούμε για την **Καβάλα**, όπου θα έχουμε ελεύθερο χρόνο για γεύμα και περιήγηση στην παλιά πόλη, το Βήμα του Αποστόλου Παύλου, το Φρούριο, το περίφημο Ιμαρέτ, το Ρωμαϊκό Υδραγωγείο και τις Καμάρες. Άφιξη στο ξενοδοχείο μας και διανυκτέρευση.

5η μέρα Σάββατο 01/11: ΑΓΙΟΣ ΔΗΜΗΤΡΙΟΣ – ΑΓΙΟΣ ΠΑΪΣΙΟΣ – ΒΑΣΙΛΙΚΑ – ΑΝΩ ΠΟΛΗ – ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ

Πρωινό στο ξενοδοχείο και αναχώρηση για Θεσσαλονίκη για την επίσκεψή μας στο **ναό του Αγίου Δημητρίου**, πολιούχου της πόλης, και την υπόγεια κρύπτη του, εκεί όπου, σύμφωνα με την παράδοση, μαρτύρησε ο θαυματουργός Άγιος τον 4ο αιώνα μ.Χ. Χρόνος για προσκύνημα και συνεχίζουμε προς την Σουρωτή και την **Ιερά Μονή Αγίου Ιωάννη του Θεολόγου**, ένα από τα μεγαλύτερα Ορθόδοξα Προσκυνηματα, όπου βρίσκεται και ο τάφος του **Αγίου Παΐσιου**. Σχετικός χρόνος παραμονής για προσκύνημα. Έπειτα, κατευθυνόμαστε προς το βυζαντινό μοναστήρι της **Αγίας Αναστασίας της Φαρμακολύτριάς**, στην περιοχή **Βασιλικά**, ένα ιστορικό Μοναστήρι που αποτελεί Σταυροπηγιακή Μονή και η οποία υπάγεται απευθείας στο Οικουμενικό Πατριαρχείο. Αναχώρηση για την **Άνω Πόλη της Θεσσαλονίκης**, την πιο γραφική και παραδοσιακή συνοικία της Πόλης, όπου θα θαυμάσουμε την τοπική μακεδονική αρχιτεκτονική. Εκεί θα επισκεφθούμε τη **Μονή Βλατάδων** του 14ου αιώνα, το μόνο ενεργό ανδρικό μοναστήρι στη Θεσσαλονίκη που λειτουργεί έως και σήμερα. Από το σημείο του **Πύργου του Τριγωνίου**, τον δεύτερο σημαντικότερο πύργο της πόλης που χτίστηκε σχεδόν την ίδια χρονική περίοδο με τον Λευκό Πύργο θα έχουμε πανοραμική θέα όλη την πόλη. Ελεύθερος χρόνος για περιήγηση και γεύμα στον κέντρο της Θεσσαλονίκης. **Το βράδυ προαιρετικό δείπνο στα λαδάδικα!** Διανυκτέρευση στο ξενοδοχείο μας.

6η μέρα Κυριακή 02/11: ΘΕΣΣΑΛΟΝΙΚΗ– ΒΕΡΓΙΝΑ – ΠΑΝΑΓΙΑ ΣΟΥΜΕΛΑ – ΠΕΙΡΑΙΑΣ

Πρωινό στο ξενοδοχείο και αναχώρηση για το για τον **Αρχαιολογικό Χώρο της Βεργίνας**, έναν από τους σημαντικότερους ιστορικούς και αρχαιολογικούς τόπους της Ελλάδας. Εδώ θα ξεναγηθούμε στα ερείπια της αρχαίας Αιγές, της πρώτης πρωτεύουσας του βασιλείου της Μακεδονίας, και στους περίφημους Βασιλικούς Τάφους, με σημαντικότερο εκείνον που αποδίδεται στον Φίλιππο Β, πατέρα του Μεγάλου Αλεξάνδρου. Η Βεργίνα αποτελεί Μνημείο Παγκόσμιας Κληρονομιάς της UNESCO και ένα συγκλονιστικό παράθυρο στην ιστορία της αρχαίας Μακεδονίας. Συνεχίζουμε για το **ιερό προσκύνημα της Παναγίας Σουμελά**, όπου θα έχουμε χρόνο να προσκυνήσουμε τη θαυματουργή εικόνα της Παναγίας και να περιηγηθούμε στον επιβλητικό ναό. Η μονή αποτελεί τη νεότερη έδρα της Παναγίας Σουμελά του Πόντου, ένα από τα σημαντικότερα ιερά προσκυνηματα της Ορθοδοξίας. Το αρχικό μοναστήρι ιδρύθηκε τον 4ο αιώνα μ.Χ. στον Πόντο, στη Μονή Σουμελά του όρους Μελά, από τους μοναχούς Βαρνάβα και Σωφρόνιο. Σύμφωνα με την παράδοση, η θαυματουργή εικόνα φιλοτεχνήθηκε από τον Ευαγγελιστή Λουκά τον 1ο αιώνα μ.Χ. και φυλάχθηκε για αιώνες στη Μονή, η οποία υπήρξε κέντρο πίστης, πολιτισμού και εθνικής ταυτότητας για τους Ποντίους. Η εικόνα συνδέεται με πλήθος θαυμάτων και υπήρξε σημείο αναφοράς και παρηγοριάς για τον ποντιακό λαό, ιδιαίτερα σε δύσκολες ιστορικές περιόδους. Κατά τη Μικρασιατική Καταστροφή, οι μοναχοί την έκρυψαν για να τη σώσουν από τη λεηλασία. Το 1931, ύστερα από ενέργειες του Ελευθερίου Βενιζέλου, επαναπατρίστηκε στην Ελλάδα και σήμερα φυλάσσεται στην ομώνυμη μονή στο Βέρμιο, συνεχίζοντας να προσελκύει πλήθος πιστών.

Με τις απαραίτητες στάσεις για ξεκούραση και καφεδάκι συνεχίζουμε προς το **λιμάνι του Πειραιά**. Άφιξη και επιβίβαση στο πλοίο για την επιστροφή μας με Μινωικές Γραμμές στις 21:00 μ.μ. Διανυκτέρευση εν πλω.

7η μέρα Δευτέρα 03/11: ΗΡΑΚΛΕΙΟ

Άφιξη στο **λιμάνι του Ηρακλείου**. Τέλος εκδρομής.

	Σε Δίκλινο δωμάτιο	Σε Τρίκλινο δωμάτιο	Σε Μονόκλινο δωμάτιο
Τιμή κατ' άτομο	419,00 €	399,00 €	515,00 €

ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ:

- Ακτοπλοϊκά εισιτήρια Ηράκλειο – Πειραιάς – Ηράκλειο με τις ΜΙΝΩΙΚΕΣ σε οικονομική θέση
- 2 διανυκτερεύσεις στην Θεσσαλονίκη στο El Greco 3* και 2 διανυκτερεύσεις στην Καβάλα στο Oceanis Hotel 3*
- Πρωινό καθημερινά στα ξενοδοχεία
- Εκδρομές, περιηγήσεις, ξεναγήσεις και μεταφορές όπως περιγράφονται στο αναλυτικό πρόγραμμα, με πολυτελές κλιματιζόμενο λεωφορείο
- **Η κρουαζιέρα του Αγίου Όρους**
- Ξενάγηση στον Αρχαιολογικό Χώρο της Βεργίνας
- Διόδια αυτοκινητοδρόμων
- Ασφάλεια αστικής επαγγελματικής Ευθύνης
- Έμπειρος συνοδός του γραφείου μας
- Ενημερωτικό έντυπο διαδρομής
- Φ.Π.Α

ΔΕΝ ΠΕΡΙΛΑΜΒΑΝΟΝΤΑΙ:

- Είσοδοι σε Μονές ή επισκεπτόμενους χώρους
- Ο φόρος διανυκτέρευσης των ξενοδοχείων (5,00€ ανά δωμάτιο ανά ημέρα)
- Μεσημεριανά και βραδινά γεύματα, ποτά στα ξενοδοχεία
- Ό,τι δεν αναφέρεται ρητά στο πρόγραμμα ή αναφέρεται ως προαιρετικό/προτεινόμενο.
- Η εθελοντική δωρεά (5,00€ ανά άτομο) για τον μηδενισμό του ανθρακικού σας αποτυπώματος (CO²)

ΣΗΜΕΙΩΣΕΙΣ:

1. **Τετράκλινες/Τρίκλινες εσωτερικές καμπίνες** για Ηράκλειο – Πειραιάς – Ηράκλειο **επιπλέον 15,00 € ανά άτομο ανά διαδρομή.**
2. **Δίκλινες εσωτερικές καμπίνες** για Ηράκλειο – Πειραιάς – Ηράκλειο **επιπλέον 45,00 € ανά άτομο ανά διαδρομή.**
3. Η οριστικοποίηση της κράτησής σας γίνεται με **προκαταβολή 150€ ανά άτομο.**
4. Η σειρά των επισκέψεων ενδέχεται να τροποποιηθεί για την καλύτερη έκβαση της εκδρομής.

Η ΠΕΡΙΒΑΛΛΟΝΤΙΚΗ ΜΑΣ ΕΥΘΥΝΗ ΚΑΙ ΤΟ ΑΠΟΤΥΠΩΜΑ CO₂ ΤΟΥ ΤΑΞΙΔΙΟΥ ΜΑΣ

Στο πλαίσιο της δέσμευσής μας για έναν πιο υπεύθυνο και βιώσιμο τουρισμό, χρησιμοποιούμε το εργαλείο Carmacal για τον υπολογισμό του ανθρακικού αποτυπώματος κάθε ταξιδιού.

CO ₂ Emission (kg)	Equivalent Driving Distance (km)	English Equivalent Description	Greek Equivalent Description
164	~820	About the emissions from driving an average car for 820 km	Περίπου τις εκπομπές από οδήγηση μέσου αυτοκινήτου για 820 χλμ.

- **Το δικό σας αποτύπωμά:** 164 κιλά CO₂ ανά άτομο. Αυτό αντιστοιχεί περίπου στις εκπομπές από τη χρήση ενός μέσου αυτοκινήτου για 820 χιλιόμετρα.
- **Γιατί το Μετράμε:** Μέσω της γνώσης, μπορούμε να κάνουμε όλες τις ενέργειες για να περιορίσουμε/μηδενίσουμε την μόλυνση από τα ταξίδια μας
- **Αντισταθμίστε το οικολογικό σας αποτύπωμα:** Με μόλις **5 ευρώ**, μπορείτε να ισοσταθμίσετε τις εκπομπές CO₂ του ταξιδιού σας και να συμβάλετε άμεσα σε περιβαλλοντικές δράσεις με θετικό αντίκτυπο. Μια απλή πράξη με ουσιαστική αξία – για εσάς, τους προορισμούς που επισκέπτεστε και το μέλλον του πλανήτη μας.
- **Τα χρήματα αυτά θα αποδοθούν στο Ίδρυμα Lions Club International**, το οποίο δρα στις τοπικές κοινωνίες παγκοσμίως στην αντιμετώπιση κλιματικών καταστροφών κ περιβαλλοντικών αναγκών. Ζητήστε περαιτέρω ενημέρωση για την παγκόσμια οργάνωση Lions.

Ταξιδεύουμε με οικολογική συνείδηση και σεβασμό στο περιβάλλον και στις τοπικές κοινωνίες— απολαμβάνουμε την εκδρομή μας στα πολιτιστικά μονοπάτια της Μακεδονίας και της Θράκης, φροντίζοντας τον κόσμο που μας φιλοξενεί!

**Για οποιαδήποτε διευκρίνιση ή πληροφορία σχετικά με την αντιστάθμιση των εκπομπών ή τον υπολογισμό του αποτυπώματος, μη διστάσετε να επικοινωνήσετε μαζί μας.*



Co-funded by the COSME programme of the European Union



Visit www.travelife.info/sustour/codes for more guidance & 20+ other sustainability codes of conduct.

© photos by Mega Caesario*, Ronny Sison*, Baleni, Jan Macharia*, Coffee Shack, Alice Young*, Tadeu Ji* & Reza Irawan* (* @ unsplash)

Επισκέψεις σε Τοπικές Κοινότητες & Μνημεία Πολιτιστικής Κληρονομιάς

Στηρίζουμε τον βιώσιμο τουρισμό και μοιραζόμαστε μαζί σας απλές συμβουλές για να απολαμβάνετε τις εμπειρίες σας με σεβασμό προς τον τόπο που επισκεπτόμαστε.

- ✓ **Να είστε επιλεκτικοί** – προτιμήστε τουριστικές επιχειρήσεις που εξηγούν πώς ωφελούν τους ανθρώπους, το περιβάλλον και την πολιτιστική κληρονομιά
- ✓ **Κινηθείτε με σεβασμό στο περιβάλλον** – διαλέξτε δραστηριότητες και μέσα μεταφοράς με μειωμένο περιβαλλοντικό αποτύπωμα
- ✓ **Ενημερωθείτε** – γνωρίστε λίγα πράγματα για τη φύση, την ιστορία και τον πολιτισμό της περιοχής πριν την επίσκεψή σας για να εμπλουτίσετε την εμπειρία σας
- ✓ **Ακολουθήστε τις οδηγίες** του/της ξεναγού ή οικοδεσπότη σας όσον αφορά την ασφάλεια, τα τοπικά έθιμα και τι επιτρέπεται ή απαγορεύεται
- ✓ **Σεβαστείτε την ιδιωτικότητα των ανθρώπων** – ζητήστε άδεια πριν τραβήξετε φωτογραφίες ή βίντεο ατόμων ή πιο ιδιαίτερων τοποθεσιών

- ✓ **Σεβαστείτε τους υπόλοιπους επισκέπτες** – ώστε να μη διαταραχθεί η εμπειρία ή η πρόσβασή τους
- ✓ **Δείξτε ευαισθησία στις κοινωνικές ανισότητες** – αποφύγετε την επίδειξη πλούτου, ιδιαίτερα σε λιγότερο προνομιούχες περιοχές
- ✓ **Κάντε ερωτήσεις** – ο/η τοπικός/ή σας ξεναγός ή οικοδεσπότης θα χαρεί να μοιραστεί τις γνώσεις του μαζί σας
- ✓ **Συμμετέχετε ενεργά** – αν σας προσκαλέσουν σε ένα τοπικό έθιμο ή δραστηριότητα, μην διστάσετε να συμμετάσχετε
- ✓ **Αποφεύγουμε τις επισκέψεις σε ορφανοτροφεία** – τα ευάλωτα παιδιά δεν είναι τουριστικό αξιοθέατο
- ✓ **Σεβαστείτε το πρόγραμμα των σχολείων ή άλλων ιδρυμάτων**– μην διακόπτετε τη λειτουργία τους
- ✓ **Αν θέλετε να προσφέρετε**, ρωτήστε μας πώς να το κάνετε υπεύθυνα – η προσφορά γλυκισμάτων ή χρημάτων σε μεμονωμένα άτομα μπορεί να έχει περισσότερο αρνητικά παρά θετικά αποτελέσματα
- ✓ **Υποστηρίξτε τις τοπικές, μικρές και/ή κοινοτικές επιχειρήσεις** – ειδικά εκείνες που αναδεικνύουν τη φύση ή τον πολιτισμό του τόπου
- ✓ **Αποφύγετε τις αγορές από παιδιά** – ενδέχεται, άθελά σας, να ενισχύετε την εκμετάλλευσή τους
- ✓ **Μην αγοράζετε σουβενίρ, τρόφιμα ή ποτά που βλάπτουν το περιβάλλον, τους ανθρώπους ή την άγρια ζωή** – ιδιαίτερα όσα απαγορεύεται να αγοράζονται ή να πωλούνται
- ✓ **Σεβαστείτε τα τοπικά ήθη σε ότι αφορά φιλοδωρήματα και συναλλαγές**, όπως το παζάρεμα – και πληρώστε το δίκαιο αντίτιμο
- ✓ **Μειώστε τα απόβλητα** – από τρόφιμα μέχρι χαρτί, πάρτε μόνο ό,τι και όσο χρειάζεστε, και φέρτε μαζί σας επαναχρησιμοποιούμενα αντικείμενα (π.χ. παγούρι, ποτήρι, τσάντα)
- ✓ **Απορρίψτε τα σκουπίδια υπεύθυνα** – και χρησιμοποιήστε τις διαθέσιμες τοπικές υποδομές ανακύκλωσης
- ✓ **Χρησιμοποιήστε το νερό με σύνεση** – η συμμετοχή σας στη δραστηριότητα δεν πρέπει να επιβαρύνει περιοχές με έλλειψη νερού
- ✓ **Εξοικονομήστε ενέργεια** – για να μειώσετε το αποτύπωμα άνθρακα και την επιβάρυνση των τοπικών πόρων
- ✓ **Υποστηρίξτε δράσεις για την κλιματική αλλαγή**, π.χ. προγράμματα αντιστάθμισης ή αναδάσωσης.