

# 2023 Travel

16

 **CHANIA**



FREE COPY  
ΔΙΑΤΙΘΕΤΑΙ ΔΩΡΕΑΝ



# ABBYCAR

## RENTALS

### MAKE TRIPS BETTER!

Επιλέξτε μας γιατί είναι σίγουρο ότι θα λάβετε μια μοναδική εμπειρία, θερμό καλωσόρισμα και άριστη εξυπηρέτηση.

Η γρήγορη και επαγγελματική εξυπηρέτηση με φιλική προσέγγιση είναι η μεγαλύτερη προτεραιότητά μας και γι' αυτό μαζί σας κάνουμε αυτό που κάνουμε καλύτερα, και αυτό είναι να δημιουργούμε εμπειρίες.

Choose us because you are certain to receive a unique experience, warm welcome and excellent service.

Fast and professional service with a friendly approach is our biggest priority, and that is why with you, we do what we do best, and that is create experiences.

Our New Website makes it easier than ever to find the perfect car for your next trip.

[www.abbycar.com](http://www.abbycar.com)

ΚΑΛΟΓΕΡΗ 4, ΧΑΝΙΑ | 4 KALOGERI STREET, CHANIA

T.: (+30)2122135282

email: [support@abbycar.com](mailto:support@abbycar.com)



# LET'S SPOON

Gelato & Coffee

Φρέσκο χειροποίητο παγωτό που φτιάχνεται καθημερινά με τα καλύτερα υλικά και φρέσκα επιλεγμένα για την ποιότητά τους φρούτα. Επίσης, χρησιμοποιούνται μόνο επιλεγμένα υλικά ΠΟΠ, όπως φιστίκι από το Bronte και φουντούκι από το Piemonte. Η σοκολάτα που χρησιμοποιείται είναι Domori, μία από τις καλύτερες στην αγορά. Εκτός από καταπληκτικό gelato, θα βρείτε και εκπληκτικό καφέ.

Fresh handmade ice cream made daily with the best ingredients and fresh fruit selected for their quality. Also, only selected POP material, such as pistachio from Bronte and hazelnut from Piemonte, are used. The chocolate used is domori, one of the best in the market. In addition to amazing gelato, you will also find amazing coffee.

ΚΑΡΑΟΛΗ & ΔΗΜΗΤΡΙΟΥ 2, ΧΑΝΙΑ | KARAOLI & DIMITRIOU 2, CHANIA  
T: 6982933746 | FB: [Let's Spoon gelato](#)



TRAVEL

# Outdoors

*Ο Νομός Χανίων είναι από τους δημοφιλέστερους προορισμούς της Κρήτης. Ο δυτικότερος νομός της Κρήτης θα σας κερδίσει από την πρώτη επίσκεψη με τις δεκάδες φυσικές ομορφιές, τις μοναδικές παραλίες, τις γραφικές πόλεις όπως τα Χανιά και τα πανέμορφα παραθαλάσσια και ορεινά χωριά, την τοπική γαστρονομία, τα φαράγγια και τα υπόλοιπα αξιοθέατα. Τα Χανιά με την πανέμορφη παλιά πόλη, ο Πλατανιάς, τα Σφακιά, ο δήμος Καντάνου – Σελίνου, η Κίσαμος, η Παλαιόχωρα είναι μερικοί από τους προορισμούς που αξίζει να εξερευνήσετε αυτό το καλοκαίρι.*

Καλές διακοπές!



*The prefecture of Chania is one of the most popular destinations in Crete.*

The westernmost prefecture of Crete will win you over from the first visit with dozens of natural beauties, unique beaches, picturesque cities such as Chania and beautiful seaside and mountain villages, local gastronomy, canyons and other sights. Chania with the beautiful old town, Platanias, Sfakia, the Municipality of Kantanou - Selinou, Kissamos, Paleochora are some of the destinations worth exploring this summer.

Happy Holidays!



# Deligiannis LINES

SFAKIA SEA TRANSFER'S  
LINE BOAT'S & WATER TAXI'S

ΛΙΜΑΝΙ ΧΩΡΑ ΣΦΑΚΙΩΝ, ΚΡΗΤΗ | PORT OF CHORA SFAKION, CRETE,  
T.: 6978645212, [www.deligiannislines.com](http://www.deligiannislines.com) FB: DELIGIANNIS LINES  
INSTA: DELIGIANNIS\_LINES

Χανιά 08 Chania

Σφακιά 18 Sfakia

Φραγκοκάστελλο 24 Fragokastello

Παλαιοχώρα 26 Paleochora

Φαλάσαρνα 34 Falasarna

Κίσσαμος 36 Kissamos

ΚΡΗΤΗ



# AKTI



BEACH  
RESTAURANT BAR



Για ποιοτικό φαγητό θα έρθεις στην Ακτί. Τα νόστιμα πιάτα, βασισμένα στην απλότητα και τα ντόπια υλικά της Κρήτης, θα ενθουσιάσουν τον ουρανίσκο σου από την πρώτη στιγμή. Η Ακτί λειτουργεί και ως beach bar, οπότε μπορείς απλώς να καθίσεις στην ξαπλώστρα και να απολαύσεις καφέ και snacks. Ακόμα, στο χώρο υπάρχει παιδότοπος και άνετο παρκινγκ, ενώ το μαγαζί λειτουργεί από τις 09:00 το πρωί μέχρι τις 02:00 το βράδυ!

For quality food you will come to the Akti. The delicious dishes, based on the simplicity and local ingredients of Crete, will excite your palate from the first moment.

The coast also acts as a beach bar, so you can just sit on the sun seat and enjoy coffee and snacks. In addition, there is a playground and comfortable parking in the area and is open from 09:00 in the morning until 02:00 at night!



ΑΓΙΑ ΜΑΡΙΝΑ, ΧΑΝΙΑ, ΚΡΗΤΗ | AGIA MARINA, CHANIA, CRETE, T.: 28210 60694,  
FB: AKTI BEACH RESTAURANT BAR



TRAVEL CHANIA

# Chania

## Το προορισμός στην Κρήτη

*Το δυτικό άκρο της Κρήτης είναι ένας μοναδικής αξίας τουριστικός προορισμός, μια πραγματική εμπειρία ζωής. Μοιάζει με ένα πολύχρωμο ψηφιδωτό από κουλτούρες και πολιτισμούς που άφησαν το αποτύπωμά τους σε αυτή τη γη. Έχει να επιδείξει μοναδικές ομορφιές, εξωτικές παραλίες, παραδοσιακές πόλεις και χωριά, τοπικές γεύσεις και δραστηριότητες που πρέπει να ανακαλύψετε. Τα γραφικά Χανιά, ο Πλατανιάς, τα Σφακιά, ο δήμος Καντάνου - Σελίνου, η Κίσσαμος, η Παλαιόχωρα σας περιμένουν.* ➔







TRAVEL CHANIA

# The top destination in Crete

*The westernmost spot of Crete is a touristic destination of unique value, truly a one-of-a-lifetime experience. It looks like a colorful mosaic of cultures and civilizations that have left their mark on this land. It has many attractions to exhibit, exotic beaches, traditional cities and villages, local flavors, and activities you should explore. The picturesque Chania, Platanias, Sfakia, Kantanou – Selinou municipality, Kissamos, and Paleochora are awaiting you.*





## Παραδοσιακή Στράτα

Έχοντας αποκομίσει την εμπειρία του 2022, παρουσιάζουμε φέτος το 2ο κύκλο της Παραδοσιακής Στράτας, τιμώντας τις ρίζες και τις παραδόσεις μας, μεταφέροντας τις αξίες, την κουλτούρα, τα ήθη και τα έθιμα του τόπου μας. Η Παραδοσιακή Στράτα αποτελεί πλέον ένα θεσμό που αναδεικνύει την ιδιαίτερη πολιτισμική ταυτότητα των Χανίων, δημιουργώντας βιωματικές εμπειρίες και αναμνήσεις ζωής στους κάτοικους της πόλης μας και στους επισκέπτες.

Σας περιμένουμε όλες και όλους με χαρά!

**Νεκτάριος Ψαρουδάκης**  
ΑΝΤΙΔΗΜΑΡΧΟΣ ΤΟΥΡΙΣΜΟΥ



## Traditional Strata

Having gained the experience of 2022, we present this year the 2nd round of traditional army, honoring our roots and traditions, conveying our values, culture, customs and customs of our country.

Traditional Strata is now an institution that highlights the particular cultural identity of Chania, creating experiential experiences and memories of life for our city's residents and visitors. We are waiting for you all with joy!

**Nektarios Psaroudakis**  
TOURISM DEPUTY MAYOR



### INFO

Από την Τρίτη 20/06/2023 και κάθε Τρίτη μέχρι τέλος Σεπτεμβρίου, ομάδες από παραδοσιακούς συλλόγους, περιδιαβαίνουν το Ενετικό Λιμάνι αναβιώνοντας με μουσική, χορό και τραγούδι την "Παραδοσιακή Στράτα".

From Tuesday 20/06/2023 and every Tuesday until the end of September, groups of traditional clubs are traveling the Venetian port reviving with music, dance and song "Traditional Strata".

ΣΤΡΩΜΑΤΑ ΝΕΑΣ ΓΕΝΙΑΣ Οικολογικά • Ορθοπεδικά • Ανατομικά  
ΥΠΟΣΤΡΩΜΑΤΑ • ΞΕΝΟΔΟΧΕΙΑΚΟΣ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΣ • ΛΕΥΚΑ ΕΙΔΗ

# MEDICAL STROM®

ΜΠΙΚΟΥΒΑΡΑ **Κ**ΗΣ  
ΚΩΝΣΤΑΝΤΙΝΟΣ

*Για μας το στρώμα  
είναι τέχνη!*



ΣΤΡΩΜΑΤΑ  
ΝΕΑΣ  
ΓΕΝΙΑΣ

Εργοστάσιο & Έκθεση: Λεωφ. Καζαντζάκη 91 • Τηλ.: 28210 79100 & 95623

Έκθεση: Λεωφ. Καζαντζάκη 1 (φανάρια Κλαδισού) • Τηλ.: 28210 74488 & 69169

Έκθεση: Καλύβες Αποκορώνου (έναντι ΕΚΟ) • Τηλ.: 28250 33169

COZZY ΕΠΙΠΛΑ ΟΙΚΙΑΚΟΥ - ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΥ ΕΞΟΠΛΙΣΜΟΥ • Γέφυρα Κλαδισού Τηλ.: 28210 69169

[www.medicalstrom.gr](http://www.medicalstrom.gr) • [info@medicalstrom.gr](mailto:info@medicalstrom.gr)

# Fashion Soul



## Ντύσου με την ψυχή σου

Θα μας βρείτε στην πιο new entry περιοχή των Χανίων. Μεγάλη ποικιλία ρούχων και αξεσουάρ στις καλύτερες τιμές και από άριστη ποιότητα!

## Dress with your soul

You will find us in the newest entry area of Chania. A wide variety of clothes and accessories at the best prices and of excellent quality!

**You don't have a soul, you are a soul.  
You have a body...**

ΔΑΣΚΑΛΟΓΙΑΝΝΗ 24, ΧΑΝΙΑ  
DASKALOGIANI 24, CHANIA,  
T.: 2821058156



## TRAVEL CHANIA

### ΧΑΝΙΑ

Μία πόλη σαν καρτ ποστάλ είναι τα Χανιά. Περιηγηθείτε στην γραφική παλιά πόλη με τους μαχαλάδες και τις γειτονιές, θαυμάστε τα βενετσιάνικα αρχοντικά και τα τζαμιά, το ενετικό λιμάνι με τον φάρο, σήμα κατατεθέν, και όλα τα απομεινάρια των πολιτισμών που πέρασαν από την γοητευτική και πολύ καλά διατηρημένη πόλη.

**Το βενετσιάνικο λιμάνι** με το φάρο και η παλιά πόλη στο κέντρο έχουν χαρίσει στα Χανιά τη φήμη της πιο γραφικής πόλης στην Κρήτη, που φιλοξενεί χιλιάδες επισκέπτες κάθε χρόνο. Τα Χανιά διαθέτουν άριστη τουριστική υποδομή με πολύ καλά ξενοδοχεία, εστιατόρια, μαγαζιά διασκέδασης, καταστήματα για αγορές, κοντινές πανέμορφες παραλίες που μαζί με την ανεπανάληπτη κρητική φιλοξενία θα κάνουν τις διακοπές σας αξέχαστες. Στα βορειοδυτικά της πόλης βρίσκεται η περιοχή της Νέας Χώρας. Είναι μία περιοχή μπροστά στην παραλία και μπορεί κανείς να τη

### ΧΑΝΙΑ

Chania is a city that looks just like a postcard. Wander in the picturesque old town with the mahallahs and the neighborhoods, admire the Venetian mansions and the mosques, the Venetian port with the lighthouse, its trademark, and all the remains from the civilizations that passed through this charming and well remained city. **The Venetian port**, with the lighthouse and the old town in the center, are the elements that have offered Chania its fame as the most picturesque city of Crete, which hosts thousands of visitors every year. Chania has excellent touristic infrastructure, with nice hotels, restaurants, night-clubs, shops, and gorgeous beaches nearby that along with the extraordinary Cretan hospitality, will make your vacation in Crete unforgettable. Nea Hora is on the northwest side of the city. It is an area in front of the beach that anyone can find



# KAIKI Seafood Restaurant

Ένα από τα καλύτερα εστιατόρια θαλασσινών στα Χανιά. Απολαύστε φρέσκα ψάρια και θαλασσινά, αλλά και παραδοσιακά ελληνικά πιάτα φτιαγμένα με μεράκι και τις καλύτερες πρώτες ύλες. Σε ένα υπέροχο περιβάλλον με θέα στη θάλασσα.



One of the best seafood restaurants in Chania. Enjoy fresh fish and seafood, as well as traditional Greek dishes made with taste and the best raw materials. In a wonderful environment with sea views.



ΑΚΤΗ ΠΑΠΑΝΙΚΟΛΗ 5, ΧΑΝΙΑ | COAST PAPANIKOLIS 5, CHANIA  
T.: 2821 094466, E-MAIL: [kaikichania@gmail.com](mailto:kaikichania@gmail.com)  
FB: [KAIKI Seafood Restaurant](#), INSTAGRAM: [kaiki\\_seafood\\_restaurant](#)



βρει ακολουθώντας τον παραλιακό δρόμο, πίσω από το Ενετικό Λιμάνι στα δυτικά. Εδώ υπάρχουν μερικές εξαιρετικές και μια ωραία αμμουδερή παραλία κατά μήκος της προκυμαία και υπέροχο μικρό λιμάνι.

### **Παλαιά Πόλη Χανίων**

Αξίζει να ανακαλύψετε την πανέμορφη Παλαιά Πόλη Χανίων. Κάθε σημείο της και μια έκπληξη. Σταθείτε δίπλα στον φάρο του λιμανιού των Χανίων, το ενετικό έργο του 16ου αιώνα, που θυμίζει καρτ-ποστάλ. Θαυμάστε αξιοθέατα σημαντικά, όπως το τέμενος του Κιουτσούκ Χασάν Μπέη ή Γαλί Τζαμισί, το ανακαινισμένο Μεγάλο Αρσενάλι, τη Σπλάνζια -τον παλιό τουρκομαχαλά που διατηρεί το χρώμα του- το Κουμ Καπί (Ακτή Μιαούλη). Αφεθείτε στη μαγεία της αριστοκρατικής συνοικίας Χαλεπά, με τα νεοκλασικά κτήρια που φιλοξένησαν τα Προξενεία των Μεγάλων Δυνάμεων επί Κρητικής Πολιτείας. Εδώ φυσάει αρχοντικός αέρας άλλης εποχής: στη σχολή του Σαν Ζοζέφ, στη ρωσική εκκλησία της Αγίας Μαγδαληνής, στο Παλάτι που εγκατέλειψε ο Πρίγκιπας Γεώργιος το 1906... Η παλιά πόλη των Χανίων θα σας συνεπάρει στον δικό της διαχρονικό χρόνο. Η Παλιά Πόλη είναι ένα πραγματικό στολίδι και διαθέτει πολλά καταστήματα, καφετέριες και μεζεδοπωλεία.

by following the coastal road behind the Venetian Port on the west. Here, there are some excellent beaches, one of them being sandy, along the sea-front and a wonderful small port.

### **Old Town of Chania**

The gorgeous Old Town of Chania is worth discovering. Stand near Chania's port lighthouse, the 16th-century Venetian work that looks like a postcard. Admire important landmarks, such as the Küçük Hasan Pasha Mosque, or Yalı Mosque, the renovated Grand Arsenal, Splanzia – the old Turkish quarter that still maintains its color – Koum Kapi (Miaouli Coast). Indulge in the magic of the aristocratic Halepa district, with the neo-classical buildings that once hosted the Consulates of the Allies during the Cretan State times. Here, you will feel an aristocratic atmosphere coming from another era; At the Saint Joseph school, in the Russian church of Saint Magdalene, the Palace abandoned by Prince George in 1906... Chania's Old Town will take you on a journey in its own intertemporal time. The Old Town is a jewel, and it has multiple shops, coffee shops, and little taverns (mezedopolia).



## PNEVMATIKAKIS WINERY

Το πρώτο οινοποιείο ιδρύθηκε στην Ποταμί-  
δα Κισσάμου και το 2007 κτίστηκε το υπερσύγ-  
χρονο οινοποιείο στον Δραπανιά Κισσάμου το  
οποίο διαθέτει επίσης πετρόχτιστο κελάρι και  
μουσείο κρασιού. Προτεραιότητα μας είναι να συνεχίσου-  
με τον παραδοσιακό τρόπο οινοποίησης σε συνδυασμό με  
την σύγχρονη τεχνολογία. Ο υψηλής ποιότητας οίνος που  
παράγεται στο νομό Χανίων αποτελεί στοιχείο του πλούτου  
της περιοχής. Το οινοποιείο Πνευματικάκη δέχεται καθημε-  
ρινά επισκέψεις ενώ γίνονται και ξεναγήσεις στις εγκατα-  
στάσεις του από άτομα του οινοποιείου.

The first winery was established in Pota-  
mida Kissamos and in 2007 the state-of-  
the-art winery was built in Drapania Kiss-  
amos which also has a stone cellar and a  
wine museum. Our priority is to continue the tra-  
ditional way of winemaking combined with mod-  
ern technology. The high quality wine produced  
in the prefecture of Chania is an element of the  
wealth of the region. The Pnevmatikaki winery  
receives daily visits, while there are also guided  
tours of its facilities by winery personnel.

ΔΡΑΠΑΝΙΑΣ ΚΙΣΣΑΜΟΥ, ΧΑΝΙΑ | DRAPANIAS KISSAMOU, CHANIA, T.: 28221031740  
FB: [Pnevmatikakis Winery-Οινοποιείο Πνευματικάκη](#)



## TRAVEL CHANIA

### ΑΞΙΖΕΙ ΝΑ ΔΕΙΤΕ

#### Σπλάντζια

Η κατ' εξοχήν τουρκική συνοικία των Χανίων, στην οποία δεσπόζει σήμερα ο ορθόδοξος ναός του Αγίου Νικολάου, ο ενετικός ναός του Αγίου Ρόκκου, η τουρκική υπόγεια κρήνη, αλλά και ο τεράστιος πλάτανος. Σήμερα η Σπλάντζια είναι μια από τις πιο δημοφιλείς γειτονιές των Χανίων, με δεκάδες καταστήματα, εστιατόρια, μπαράκια και εμπορικά να ζωντανεύουν τα παλιά σοκάκια.

#### Αιγυπτιακός Φάρος

Ο Αιγυπτιακός Φάρος είναι το «στολίδι» του ενετικού λιμανιού και το πλέον φωτογραφημένο μνημείο της πόλης. Χρονολογείται του 16ου αιώνα, έχει ύψος 21 μέτρα, το φως του καλύπτει απόσταση επτά μιλίων και θεωρείται από τους παλαιότερους φάρους στον κόσμο. Θυμίζει μιναρέ ως προς τη μορφή του και ως



### WORTH SEEING

#### Splantzia

The orthodox temple of Saint Nicholas, the Venetian temple of Saint Roch, the Turkish underground fountain, and the enormous sycamore are in the principally Turkish district of Chania. Today, Splantzia is one of the most popular neighborhoods of Chania, having dozens of shops, restaurants, and bars giving life to the old alleys.

#### Egyptian Lighthouse

The Egyptian Lighthouse is the "jewel" of the Venetian port and consists of the city's most photographed landmark. It dates back to the 16th century, it is 21 meters high, its light covers a distance of 7 miles, and it is considered one of the oldest lighthouses in the world. Its form and



# Marathi Watersports



Αν σχεδιάζετε τις διακοπές σας στην Κρήτη, ελάτε στην παραλία του Μίνωα στο Μαράθι για να απολαύσετε μεγάλη γκάμα σε θαλάσσια σπορ.

Είμαστε το κέντρο για τα θαλάσσια σπορ στα Χανιά της Κρήτης και κοντά μας θα απολαύσετε πολλές θαλάσσιες δραστηριότητες. Το πάντα ενημερωμένο προσωπικό μας είναι στη διάθεση σας για ότι χρειαστείτε, ανεξαρτήτου εμπειρίας και ηλικίας.

If you are planning your holidays in Crete, come to the beach of Minoa in Marathi to enjoy a wide range of water sports. We are the center for water sports in Chania, Crete and near us you will enjoy many water activities. Our ever-informed staff is at your disposal for whatever you need, regardless of experience and age.

ΠΑΡΑΛΙΑ ΜΑΡΑΘΙ, ΧΑΝΙΑ, ΚΡΗΤΗ | MARATHI BEACH,  
CHANIA, CRETE, T.: 6989597866,  
E-MAIL: [contact@marathi-watersports.eu](mailto:contact@marathi-watersports.eu),  
SITE: [www.marathi-watersports.eu](http://www.marathi-watersports.eu)



## TRAVEL CHANIA

προς την εσωτερική πέτρινη σκάλα, που οδηγεί στο μπαλκόνι με το γυάλινο πυργίσκο.

### Αρχαιολογικό Μουσείο

Το Αρχαιολογικό Μουσείο Χανίων ιδρύθηκε το 1963 και βρίσκεται στο σημείο όπου βρισκόταν παλιά το Βενετσιάνικο μοναστήρι του Αγίου Φραγκίσκου στην οδό Χάληδων στην πόλη των Χανίων. Η συλλογή του Μουσείου περιλαμβάνει ευρήματα από ανασκαφές σε διάφορες περιοχές της πόλης που έγιναν κατά τη διάρκεια των τελευταίων 50 χρόνων ενώ τα εκθέματά του δίνουν μία διαχρονική εικόνα της πολιτισμικής ιστορίας του Νομού Χανίων από τη νεολιθική εποχή έως και τα χρόνια της ρωμαιοκρατίας. Στο ανατολικό κομμάτι του κτιρίου είναι τοποθετημένα εκθέματα της προϊστορικής περιόδου ενώ στο δυτικό τμήμα τα ευρήματα τοποθετούνται χρονικά από τα Γεωμετρικά χρόνια μέχρι τη Ρωμαϊκή περίοδο. Το Αρχαιολογικό Μουσείο, διοργανώνει περιοδικές εκθέσεις, εκπαιδευτικά προγράμματα και διάφορες εκδηλώσεις πολιτισμού στο χώρο του καθ' όλη τη διάρκεια του έτους. ➔

the inside stony staircase that leads to the balcony with the glass turret, are reminiscent of a minaret.

### Archaeological Museum

Chania's Archaeological Museum was founded in 1963 and is located where the Venetian monastery of Saint Francis on Halidon Street, in Chania's town, used to be. The collection of the Museum includes findings from excavations carried out over the last 50 years, from various areas of the city, while its exhibits offer a timeless picture of the cultural history of Chania's District, from the New Stone Age until the Roman Empire. On the east side of the building, there are exhibits dating from the Prehistory era, while on the west part, the findings are chronologically showcased, starting from the Greek Dark Ages until the Roman Empire era. The Archaeological Museum organizes temporary exhibitions, educational programs, and various cultural events all year long. ➔





## Delizia Gelato Italiano

**Αυθεντικό ιταλικό παγωτό  
Delizia Gelato Italiano στα  
Χανιά!** Πίσω από τη βιτρίνα του  
Delizia Gelato Italiano βρίσκεται  
το εργαστήριο, όπου ο Matteo  
από την Ιταλία και ο Χρήστος  
από τα Χανιά, ετοιμάζουν με  
πάθος τη γλυκιά τους αλχημεία!  
Το μυστικό τους δεν είναι άλλο  
από αγνές πρώτες ύλες, φρέσκο  
γάλα, βιολογικά φρέσκα φρούτα,  
αγάπη και τέχνη που ακολουθούν  
για να φέρουν γεύσεις και  
αισθήσεις παιδικών ημερών.

**Authentic Italian ice cream  
Delizia Gelato Italiano in  
Chania!** Behind the showcase  
of Delizia Gelato Italiano is the  
workshop, where Matteo from  
Italy and Christos from Chania,  
so passionately prepare their  
sweet alchemy!  
Their secret is nothing more  
than pure raw materials, fresh  
milk, organic fresh fruit, love  
and art that follow to bring  
flavors and senses of childhood  
days.

ΧΑΛΗΔΩΝ 13, ΧΑΝΙΑ | CHALIDON 13, CHANIA T.: 2821054377,  
SITE: [www.deliziagelatoitaliano.com](http://www.deliziagelatoitaliano.com)





## ΣΦΑΚΙΑ

Η Χώρα Σφακίων βρίσκεται στη νότια ακτή του νομού Χανίων της Κρήτης, 75 χιλιόμετρα από τα Χανιά, και είναι η έδρα του δήμου Σφακίων, μιας περιοχής στο νοτιοανατολικό μέρος του νομού Χανίων γνωστή με μια λέξη ως Σφακιά. Αυτό το μικρό χωριό των Σφακίων, αλλά και όλη η περιοχή των Σφακίων γενικότερα, είναι τόπος για όποιον αναζητά στις διακοπές του την επαφή με την φύση, μακριά από τον μαζικό τουρισμό των βορείων περιοχών του νομού Χανίων. Αυτό μεταφράζεται, είτε ως χαλάρωση σε κάποια παραλία, είτε το να κάνετε πεζοπορία σε μονοπάτια της περιοχής. Επομένως, αν είστε λάτρεις της φύσης ή αν θέλετε να ξεφύγετε από τα συνηθισμένα, η Χώρα Σφακίων



## SFAKIA

Sfakia's Chora is on the south coast of Chania, prefecture of Crete, 75 kilometers from Chania, and it consists of Sfakia's municipality base, an area on the southeastern part of Chania's district known as Sfakia.

This small village of Sfakia, but also the whole Sfakia area, is a region for someone searching for a vacation to connect with nature, away from the mass tourism of the northern Chania district area. This translates to relaxing on some beach or hiking in the area's paths. Furthermore, if you are a nature lover or if you want to escape the ordinary, Sfakia's Chora is



**ciao**  
Rolling News

**ciao.gr**



**... To site  
των διασρήμων**



Ενημερωθείτε τώρα online στο **iciao.gr**



# Ταβέρνα Νίκος | Nikos Tavern

Στη Χώρα των Σφακιών, βρίσκεται η Ταβέρνα Νίκος, μια οικογενειακή, παραδοσιακή ταβέρνα με γνήσια σφακιανή κουζίνα και απίστευτα πιάτα. Κρητικοί μεζέδες πρωταγωνιστούν σε κάθε τραπέζι, όπως στάκα, ντάκος, χοχλιούς, βροβιούς, ντολμαδάκια, σταμναγκάθι και πολλές ακόμα λικουδιές. Φυσικά, εκτός από εξαιρετικό φαγητό, στην ταβέρνα του Νίκου θα έχεις και άριστη εξυπηρέτηση, φιλοξενία και ζεστή ατμόσφαιρα.

In Chora of Sfakia, there is Taverna Nikos, a family-owned, traditional tavern with genuine Sfakian cuisine and incredible dishes. Cretan appetizers star in every table, such as Staka, Dakos, Chochlious, Vrovius, Dolmadakia, Stamnagathi and many more delicacies. Of course, in addition to amazing food, you will also have excellent service, hospitality and warm atmosphere in the Nikos Tavern.

ΧΩΡΑ ΣΦΑΚΙΩΝ, CHORA SFAKION  
T: 28250 9111  
FB: [Taverna Nikos/Ταβέρνα Νίκος](#)

είναι ένα από τα ήσυχα θέρετρα που μπορείτε να μείνετε για να κάνετε τις διακοπές σας στα Σφακιά της Κρήτης.

Στα Σφακιά θα δείτε τοπία μαγευτικά. Θα βρείτε ξενοδοχεία και ενοικιαζόμενα δωμάτια, χτισμένα αμφιθεατρικά πάνω από το παλιό λιμανάκι. Αρκετές ταβέρνες, καφέ και άλλα καταστήματα που βρίσκονται κυρίως γύρω από το παλιό λιμάνι, εξυπηρετούν τις ανάγκες των μόνιμων κατοίκων και όσων επιλέγουν να κάνουν εδώ τις καλοκαιρινές τους διακοπές. Αξίζει να επισκεφθείτε το φαράγγι Σαμαριάς, ένα από τα μεγαλύτερα φαράγγια της Ευρώπης και ένας από τους δημοφιλέστερους προορισμούς στην Κρήτη. Αξίζει ακόμη να επισκεφθείτε το Φραγκοκάστελο. Το ενετικό φρούριο που σώζεται σε πολύ καλή κατάσταση μέχρι σήμερα, 15 χιλιόμετρα ανατολικά από την Χώρα Σφακίων.

one of the quiet resorts where you can spend your vacation in Crete's Sfakia.

In Sfakia you will observe enchanting landscapes. You will find hotels, rooms to rent, amphitheatrically built above the old port. Many taverns, coffee shops, and other shops surrounding the old port serve the needs of the locals and those who decide to spend their summer vacation here.

Samaria Gorge is worth visiting, it is one of the biggest canyons in Europe and one of the most popular destinations in Crete.

Frangokastello is also worth visiting. The Venetian fortress is well preserved today, located 15 kilometers east of Sfakia's Chora.





## Madares Restaurant

Στο παραδοσιακό εστιατόριο «Μαδάρες» στο ισόγειο του ξενοδοχείου Madares Hotel μπορείτε να γευτείτε φρέσκο ψάρι. Οι ψαράδες του οικογενειακού καϊκιού μας, ψαρεύουν καθημερινά προσφέροντάς σας τις πιο φρέσκες γεύσεις. Απολαύστε ακόμη, αυθεντικές κρητικές συνταγές με φρέσκα τοπικά υλικά, μεγάλη γκάμα από ορεκτικά, μαγειρευτά φαγητά, φαγητά της ώρας, αλλά και πιάτα θαλασσινών.

At the traditional restaurant "Madares" on the ground floor of the Madares Hotel you can taste fresh fish. The fishermen of our family boat are fishing daily by offering you the freshest flavors. Still enjoy authentic Cretan recipes with fresh local ingredients, a wide range of appetizers, cooked foods, time food, and seafood dishes.

ΛΟΥΤΡΟ, ΣΦΑΚΙΑ | LOUTRO, SFAKIA, T.: 698 210 5838

E-MAIL: [madareshotel@gmail.com](mailto:madareshotel@gmail.com), FB: [Madares Hotel](#), [www.madareshotel.gr](http://www.madareshotel.gr)



TRAVEL CHANIA



### ΛΟΥΤΡΟ ΣΦΑΚΙΩΝ

Το Λουτρό αποτελεί έναν μικρό, αλλά εξαιρετικά γραφικό, παραθαλάσσιο οικισμό στο νότιο τμήμα των Σφακιών. Ο συνδυασμός δύο παραγόντων, της αμφιθεατρικότητάς του και της νησιώτικης αρχιτεκτονικής του, όπου το μπλε του ωκεανού κυριαρχεί στο λευκό οικιστικό τοπίο, του αποδίδει έναν αέρα κυκλαδίτικου νησιού. ➔

### LOUTRO SFAKION

Loutro is a small but extremely picturesque, seaside settlement in the southern part of Sfakia. The combination of two factors, its amphitheatricity and its island architecture, where the ocean blue dominates the white residential landscape, attributes it to it a Cycladic island air. ➔



TRAVEL CHANIA



## ΦΡΑΓΚΟΚΑΣΤΕΛΛΟ

Η παραλία Φραγκοκάστελλο είναι μια από τις πιο δημοφιλείς στην ευρύτερη περιοχή των Σφακίων. Βρίσκεται στη νότια ακτή των Χανίων και απέχει 18 χιλιόμετρα ανατολικά της Χώρας Σφακίων. Η ατελείωτη αμμουδιά της και τα ρηχά νερά της την καθιστούν απολύτως κατάλληλη για τα παιδιά. Είναι οργανωμένη και εκεί θα βρείτε ομπρέλες και ξαπλώστρες, ενώ στον οικισμό υπάρχουν ταβέρνες και ενοικιαζόμενα δωμάτια για τους τουρίστες. Πολύ κοντά στην παραλία στο Φραγκοκάστελλο βρίσκεται το ομώνυμο μεσαιωνικό κάστρο. Το Φραγκοκάστελλο αποτελεί ένα από τα σημαντικότερα αξιοθέατα της περιοχής και φημίζεται για την «εμφάνιση» των Δροσουλίτων, των σκιών που

## FRANGOKASTELLO

Frangokastello Beach is one of the most popular in the wider area of Sfakia. It is located on the south coast of Chania and is 18 kilometers east of Sfakia. Its endless sandy sand and its shallow waters make it perfectly suitable for children. It is organized and there you will find umbrellas and sun loungers, while in the settlement there are taverns and rooms to let for tourists. Very close to the beach in Frangokastello is the homonymous medieval castle. Frangokastello is one of the most important sights in the area and is famous for the "appearance" of Drosoulites, the

**iEnrika.gr**

Ο πιο ολοκληρωμένος επαγγελματικός οδηγός!





# Frangokastello Beach Bar Cafe



Ο απόλυτος προορισμός στην παραλία Φραγκοκάστελλο για καφέ, χυμό, cocktails και καταπληκτικό φαγητό. Για θαλάσσια σπορ απευθυνθείτε στο Sup & Kayak Rentals.

The ultimate destination on Frangokastello beach for coffee, juice, cocktails and amazing food. For water sports, you can attend Sup & Kayak Rentals.

ΦΡΑΓΚΟΚΑΣΤΕΛΛΟ, ΣΦΑΚΙΑ | FRANGOKASTELLO, SFAKIA, T.: 6989 118039, FB: [Beach bar cafe frangokastello](#) INSTAGRAM: [beach\\_bar\\_caffe\\_frangokastello](#). Sup & Kayak Rentals: T.: 6989118039



# Μποφόρ Εστιατόριο Beaufort Restaurant

Ένα μοντέρνο εστιατόριο με εκλεπτυσμένο μενού που αξίζει να επισκεφθείτε. Δοκιμάστε πιάτα θαλασσινών και κρεατικών που ικανοποιούν και τον πιο απαιτητικό ουρανίσκο. Συνοδέψτε το γεύμα ή το δείπνο με κρασί από την πλούσια κάβα.

A modern restaurant with a sophisticated menu worth visiting. Try seafood and meat dishes that satisfy even the most demanding palate. Accompany meal or dinner with wine from the rich cellar.

ΦΡΑΓΚΟΚΑΣΤΕΛΛΟ, ΣΦΑΚΙΑ | FRANGOKASTELLO, SFAKIA, T.: 28250 92112, 6907 724605 E-MAIL: [beaufort.restaurant2023@gmail.com](mailto:beaufort.restaurant2023@gmail.com), FB, INSTAGRAM: [@beaufort\\_modern\\_restaurant](#)



# Μπάμπης & Πόπη ταβέρνα Babis & Popi Tavern

Από το 1971 αποτελεί σταθερή αξία στη γεύση της περιοχής. Την παράδοση συνεχίζει η νέα γενιά της οικογένειας που φροντίζει ώστε να φύγετε απόλυτα ικανοποιημένοι. Πιάστε τραπέζι στην αυλή με θέα τη θάλασσα και απολαύστε παραδοσιακά φαγητά και μεζέδες παρέα με ντόπια κρασιά.

Since 1971 it is a stable value in the taste of the area. The tradition continues the new generation of the family who takes care to leave completely satisfied. Catch a table in the yard overlooking the sea and enjoy traditional food and appetizers with local wines.

ΦΡΑΓΚΟΚΑΣΤΕΛΛΟ, ΣΦΑΚΙΑ | FRANGOKASTELLO, SFAKIA T.: 28250 92093, [www.babis-popi.com](http://www.babis-popi.com)



TRAVEL CHANIA



οι ντόπιοι λένε ότι φαίνονται στον κάμφο γύρω από το κάστρο κάθε χρόνο στα τέλη της άνοιξης. Το Βενετικό όνομα του κάστρου ήταν Άγιος Νικήτας. Επικράτησε όμως η ονομασία Φραγκοκάστελλο, που του αποδόθηκε από τον τοπικό πληθυσμό και σημαίνει το κάστρο των Φράγκων, καθώς οι ντόπιοι συνήθιζαν να αποκαλούν Φράγκους όλους τους ξένους καθολικούς. Το όνομα επικράτησε για όλη την περιοχή και η παραλία στο Φραγκοκάστελλο το διατήρησε. Δυτικά της παραλίας Φραγκοκάστρου θα βρείτε την παραλία Βάταλο και δυτικά την Ορθή Άμμο, αν προτιμάτε λίγο πιο ήρεμες καταστάσεις. ➡

shadows that locals say they look in the plain around the castle every year in late spring. The Venetian name of the castle was Saint Nikitas. However, the name Frangokastello, which was attributed to him by the local population, prevailed and means the Castle of the Franks, as the locals used to call the Franks all foreign Catholics. The name prevailed for the whole area and the beach in Frangokastello maintained it. West of Frangokastello Beach you will find Vatalo Beach and west of the right sand, if you prefer a little calmer situations. ➡







## Kioni Villas



Τα Kioni Villas αποτελούνται από 4 ξεχωριστά σπίτια μέσα σε ένα κατάφυτο οικόπεδο 6 στρεμμάτων. Είναι ιδανική επιλογή για όσους αναζητούν ηρεμία. Πλήρως εξοπλισμένα σπίτια με ιδιωτική βεράντα, κοινόχρηστο κήπο με παιδική χαρά και ιδιωτικό πάρκινγκ. Στα 120 μέτρα είναι η παραλία και η ταβέρνα Kioni.

The Kioni Villas consist of 4 separate houses in a lush plot of 6 acres. It is an ideal choice for those looking for tranquility. Fully equipped houses with a private terrace, a communal garden with a playground and private parking. At 120 meters are the beach and the Kioni tavern.

ΛΑΚΚΟΙ, ΣΦΑΚΙΑ | LAKKI, SFAKIA  
T.: 698 344 0732, EMAIL: [kioni.villas@gmail.com](mailto:kioni.villas@gmail.com)  
FB: Kioni Villas – Taverna



## Kioni taverna

Μπροστά στην παραλία Λάκκοι, με τους ανέμους κολπίσκους και το λιμανάκι και θέα την Γαύδο και την Γαυδοπούλα, βρίσκεται η ταβέρνα Κίονι.

Εδώ, στην σκιά των δέντρων και υπό τον ήχο της θάλασσας, μπορείτε να δοκιμάσετε πιάτα παραδοσιακής κουζίνας από τη μαμά. Σπιτικές γεύσεις που φτιάχνονται με ντόπια προϊόντα παραγωγής των ιδιοκτητών της οικογενειακής ταβέρνας.



In front of Lakki beach, with the windscreen creeks and the port and view of Gavdos and Gavdopoula, is the tavern Kioni. Here, in the shade of the trees and under the sound of the sea, you can try dishes traditional mom's cuisine. Homemade flavors made with local products of the owners of the family tavern.



ΠΑΡΑΛΙΑ ΛΑΚΚΟΙ, ΣΦΑΚΙΑ | LAKKI BEACH, SFAKIA  
T.: 697 573 0998

[www.kioni-tavern.business.site](http://www.kioni-tavern.business.site)  
FB: Kioni Villas – Taverna INSTAGRAM: [kioni\\_taverna1](https://www.instagram.com/kioni_taverna1)

## ΠΑΛΑΙΟΧΩΡΑ

Χτισμένη πάνω σε δύο κόλπους που τους αντικρίζουμε όταν κατέβουμε από τα Χανιά προς τα νότια διασχίζοντας τον ορεινό όγκο του νομού και καταλήγουμε στις όμορφες παραλίες του Λυβικού Πελάγους. Πριν την Παλαιόχωρα θα ήταν παράλειψη να μην αναφέρουμε την ιστορική Κάνδανο.

Η Παλαιόχωρα θεωρείται το πιο πολυσύχναστο, οργανωμένο τουριστικό θέρετρο της νοτιοδυτικής Κρήτης. Συγκεντρώνει όλο τον τουρισμό από Έλληνες, αλλά και πάρα πολλούς ξένους επισκέπτες όλης της περιοχής, λόγω όχι μόνο των ξεχωριστών παραλιών της, αλλά και της κρητικής φιλοξενίας.

Θα θέλαμε πολλές σελίδες ακόμη για να περιγράψουμε τους αναρίθμητους κολπίσκους και τις απόμερες αμμουδιές, που εκτείνονται σε όλο το μήκος και πλάτος της περιοχής αυτής. Μία επιτόπου επίσκεψη θα σας πείσει για την ομορφιά τους.

Μία από τις πιο όμορφες παραλίες είναι το Ελαφονή- ➔

## PALEOCHORA

Built on the two gulfs we gaze at when we arrive from Chania, on the south when crossing the mountainous mass of the district, and ending up at the beautiful beaches of the Libyan Sea. Before Paleochora, it would be an omission not to mention the historical Kandano. Paleochora is considered the most visited and organized tourist resort in southwest Crete.

It has a lot of tourists coming from Greece and abroad too, but also people from the whole area, not only because of its unique beaches but also because of the Cretan hospitality.

We would need many more pages to describe the countless coves and the isolated sandy beaches, which extend throughout the length and width of this area. One visit will convince you of its beauty.

Elafonisi is one of the most beautiful beaches. ➔





## Minos Country Living Apartments

Σε μια όμορφη τοποθεσία, βρίσκεται ένας φιλόξενος Ξενώνας με ιδιαίτερη φήμη και ιστορική βαρύτητα. Η κυρία Ανδρουλάκη μετέτρεψε ένα ιστορικής σημασίας κτίριο σε έναν σύγχρονο Ξενώνα, διατηρώντας όλα τα υλικά που υπήρχαν και δίνοντας νέα πνοή στο χώρο. Εδώ θα βρείτε 6 ευρύχωρα δωμάτια, που διαθέτουν πρόσβαση σε μεγάλο μπαλκόνι, καθώς και μια ιδιωτική πισίνα για βουτιές στον κήπο.

In a beautiful location, there is a hospitable guesthouse with a particular reputation and historical weight. Mrs. Androulakis turned a historic building into a modern hostel, preserving all the materials that existed and giving new impetus to the space. Here you will find 6 spacious rooms, accessing a large balcony, as well as a private pool for dives in the garden.

ΕΠΑΡΧΙΑΚΗ ΟΔΟΣ ΧΑΝΙΩΝ-ΣΟΥΓΙΑΣ-ΑΓΡΙΛΕΣ | MAIN ROAD CHANIA - SOUGIA - AGRILES, T: 6980172692

σι. Ότι κι αν σας πούνε για καταγάλανα νερά, λευκή αμμουδιά και μαγευτικά τοπία θα είναι πολύ λίγο για να περιγράψει αυτό που πραγματικά θα αντικρύσετε ερχόμενοι στην παραλία του Ελαφονησίου. Τα πεντάκαθα νερά της θάλασσας σε αυτό το εξωτικό μέρος έχουν όμορφα χρώματα σε όλες τις αποχρώσεις του μπλε και του γαλάζιου. Σε πολλά σημεία εκεί που σκάει το κύμα η άμμος έχει μία εξαιρετική ροζ απόχρωση, μοναδικό χαρακτηριστικό αυτής της ξεχωριστής παραλίας.

### ΣΟΥΓΙΑ

Η Σούγια Χανίων είναι μικρό παραθαλάσσιο χωριό στη νότια ακτή του νομού, 70 χιλιόμετρα από την πόλη. Η διαδρομή από τα Χανιά με αυτοκίνητο διαρκεί 1,5 με 2 ώρες, αλλά μπορεί κάποιος να φτάσει στη Σούγια Χανίων και με πλοία της γραμμής από την Παλαιόχωρα, την Αγία Ρουμέλη, το Λουτρό, τη Χώρα

Whatever anyone tells you about the azure waters, the white sand, and the enchanting landscapes is not enough to describe what you are actually going to see when reaching Elafonisi Beach. The crystal clear waters in this exotic spot have pretty colors in all shades of blue and azure. In many spots where the waves hit the shore, the sand has an amazing pink shade, a unique element of this outstanding beach.

### SOUGIA

Sougia of Chania is a small seaside village on the south coast of the district, 70 kilometers from the city. The route from Chania by car lasts one and a half, to two hours, but one may reach Sougia by ship from Paleochora, Agia Roumeli, Loutro, Sfakia's Chora, and Gaudos.

It is built at the exit of the Agia Irene Gorge and it

## Εν Λευκώ Εστιατόριο | En Lefko Restaurant

Σε ένα νέο, καλαίσθητο χώρο στα απάνεμα σοκάκια της Παλαιόχωρας, σας περιμένουμε να απολαύσετε από το απόγευμα έως αργά το βράδυ πιάτα της ελληνικής και μεσογειακής κουζίνας. Ο όμορφος χώρος, η ατμόσφαιρα και το ζεστό προσωπικό θα σας συναρπάσουν από την πρώτη στιγμή. Τα φρέσκα ψάρια και θαλασσινά, καθώς και τα υψηλής ποιότητας κρέατα μας θα σας παρέχουν μια αξέχαστη γαστρονομική εμπειρία.

In a new, stylish space in the sheltered alleys of Paleochora, we are waiting for you to enjoy from afternoon to late evening dishes of Greek and Mediterranean cuisine. The beautiful space, the atmosphere and warm staff will captivate you from the first moment. Our fresh fish and seafood, as well as our high quality meats will provide you with an unforgettable culinary experience.



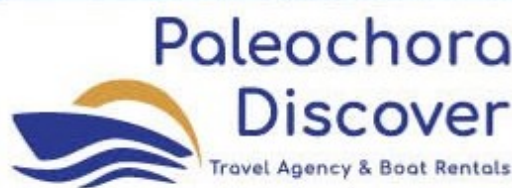


## Gialiskari Beach

Ένα σύμπλεγμα από τρεις υπέροχες απομονωμένες βοτσαλωτές παραλίες με καταγάλανα νερά. Θα εκπλαγείς τόσο με την φυσική ομορφιά όσο και με την οργάνωση. Θα έχεις την ευκαιρία να απολαύσεις μοναδικές στιγμές χαλάρωσης αλλά και δράσης! Το Paleochora Discover διοργανώνει για εσάς κοντινές και μακρινές θαλάσσιες εξορμήσεις σε μαγευτικούς προορισμούς!

A cluster of three wonderful isolated pebbly beaches with deep blue waters. You will be amazed at both the natural beauty and the organization. You will have the opportunity to enjoy unique moments of relaxation as well as action! Paleochora Discover organizes for you near and far sea excursions to magical destinations!

Παραλία Γαλισκάρι (Ανυδρών), Παλιοχώρα, Χανιά, Κρήτη  
Gialiskari (Anidron) Beach, Paleochora, Chania, Crete



Είμαστε το πρώτο οργανωμένο Travel Agency στην Παλιοχώρα, στη Νότια Κρήτη, που προσφέρει ολοκληρωμένες υπηρεσίες εκδρομών, ενοικίασης και μεταφοράς. Αποδράστε με σκάφος στις καλύτερες παραλίες της Νότιας Κρήτης, εξερευνήστε άγνωστα φυσικά τοπία και απολαύστε μια αυθεντική καλοκαιρινή περιπέτεια! Επικοινωνήστε μαζί μας!

We are the first organized Travel Agency in Paleochora, in South Crete, that offers integrated services of excursions, rental and transportation. Escape by boat to the best beaches of South Crete, explore unknown natural landscapes and enjoy an authentic summer adventure! Contact us!

ΠΑΛΑΙΟΧΩΡΑ, ΧΑΝΙΑ, ΚΡΗΤΗ | PALEOCHORA, CHANIA, CRETE  
T.: 2823043306, SITE: [www.paleochoradiscover.com](http://www.paleochoradiscover.com)



# PETRAKIS SUPER MARKET

Το super market Petrakis στην Παλαιοχώρα Χανίων διαθέτει ό,τι χρειάζεστε καθημερινά σε μεγάλη ποικιλία προϊόντων και πολύ καλές τιμές. Στα ράφια του θα βρείτε επώνυμα και ντόπια προϊόντα, καθώς και πολλές προσφορές. Εδώ θα βρείτε τυροκομικά προϊόντα και αλλαντικά από όλη την Ελλάδα, τρόφιμα, ποτά, κρασιά, προϊόντα προσωπικής υγιεινής, καθαριστικά, απορρυπαντικά, χαρτικά και τα φρεσκότερα φρούτα και λαχανικά.



The Super Market Petrakis in Paleochora, Chania, has everything you need daily in a wide variety of products and very good prices. On its shelves you will find branded and local products, as well as many offers. Here you will find cheese products and sausages from all over Greece, food, drinks, wines, personal hygiene products, cleaners, detergents, stationery and the most fresh fruits and vegetables.



ΠΑΛΑΙΟΧΩΡΑ ΧΑΝΙΩΝ | PALEOCHORA OF CHANIA | T.: 28230 41448, F: 28230 83057  
E-MAIL: [info@petrakism.gr](mailto:info@petrakism.gr), FB: [SuperMarket Petrakis](https://www.facebook.com/SuperMarketPetrakis)



# Monika's Garden Wine Bar

Πέρα από τη φιλοξενία και την ομορφιά της, η Κρήτη φημίζεται και για το καλό κρασί. Ελάτε για ένα ποτήρι λευκό, ροζέ, κόκκινο ή αφρώδες οίνο στον κήπο της Monika και συνοδέψτε το, με γευστικά κρύα και ζεστά πιάτα.

In addition to its hospitality and beauty, Crete is also famous for good wine. Come over for a glass of white, rose, red or sparkling wine in the Monika Garden and accompany it with delicious cold and hot dishes.

ΠΑΛΑΙΟΧΩΡΑ, ΧΑΝΙΑ | PALEOCHORA, CHANIA, T: 28230 41150

FB.: [Monika's Garden Wine Bar](#)

INSTA.: [monikasgardenwinebar](#)



# Pal Beach Hotel

Πάνω στην ακτή μιας υπέροχης παραλίας βρίσκεται το Ξενοδοχείο Pal Beach, όπου θα βρείτε δωμάτια κάθε γούστο. Το Ξενοδοχείο βρίσκεται μπροστά στη θάλασσα όπου μπορείτε να απολαύσετε πρωινό, καφέ ή ποτό σε ένα περιβάλλον διαχρονικής κομψότητας.

On the coast of a wonderful beach the Pal Beach Hotel is located, where you'll find rooms of every preference. Hotel is near the sea where you can enjoy breakfast, coffee or drink in an environment of timeless elegance.

ΠΑΛΑΙΟΧΩΡΑ, ΧΑΝΙΑ | PALEOCHORA, CHANIA

T: 28230 41512, 28230 41556

[www.palbeach.gr](http://www.palbeach.gr)

FB.: [Pal Beach Hotel](#)

INSTA.: [palbeachhotel](#)





## Romeiko Wine & Deli

Το πάθος, ο επαγγελματισμός και η ενέργεια του σομελιέ VALENTIN DUNCA έθεσαν τα θεμέλια για το έργο «ROMEIKO». Το πρώτο κατάστημα Wine & Delicatessen στα νότια του νησιού της ΚΡΗΤΗΣ. Μια μεγάλη ποικιλία από ελληνικά κρασιά, τυριά και αλλαντικά μπορεί να σερβιριστεί σε μια χαλαρή ατμόσφαιρα

The passion, professionalism and energy of sommelier VALENTIN DUNCA laid the foundation for the "ROMEIKO" project. The first Wine & Delicatessen store in the south of the island of CRETE. A wide range of Greek wines, cheeses and charcuterie can be served in a relaxed atmosphere

ΚΕΝΤΡΙΚΟ ΔΡΟΜΟ, ΠΑΛΑΙΟΧΩΡΑ ΧΑΝΙΩΝ, ΚΡΗΤΗ | CENTRAL STREET, PALEOCHORA, CHANIA, CRETE T.: 2823041001



Σφακιών αλλά και τη Γαύδο. Είναι χτισμένη στην έξοδο του φαραγγιού της Αγίας Ειρήνης και ξεχωρίζει για την μεγάλη, όμορφη παραλία της με ψιλό βότσαλο. Ιστορικά η Σούγια Χανίων ήταν η αρχαία πόλη Συία, λιμάνι της Ελύρου. Στη Σούγια θα βρείτε πολλά μικρά ξενοδοχεία με ενοικιαζόμενα δωμάτια, όπως επίσης ταβέρνες με καλό φαγητό, καφετέριες δίπλα στη θάλασσα, μίνι μάρκετ και περίπτερο. Υπάρχουν επίσης μπαράκια για τη νυχτερινή σας διασκέδαση. ➡

stands out for its wide, beautiful, small pebbly beach. Historically, Chania's Sougia was the ancient city of Syia, the port of Elyros. It is built at the exit of the Agia Irene Gorge, and it stands out for its wide, beautiful, small pebbly beach. Historically, Chania's Sougia was the ancient city of Syia, the port of Elyros. At Sougia, you will find many small hotels and rooms to rent, along with taverns with nice food, coffee shops by the sea, mini markets, and kiosks. There are also bars for your nightlife entertainment. ➡





## BARONS | Coffee Bar

Αναζητάτε μια μοναδική γαστρονομική εμπειρία στην καρδιά της Παλαιόχωρας; Δεν χρειάζεται να ψάξετε παραπέρα, το Barons είναι εδώ για εσάς! Ένα μοναδικό γευστικό ταξίδι που ξεκινάει από νωρίς το πρωί με αλμυρές επιλογές σε σνακ όπως bagel με αβοκάντο, pancakes, σαλάτες αλλά και γλυκές όπως γαλλικά κρουασάν, profiteról και τάρτες φρούτων. Ο Speciality Coffee με ένα μείγμα ποικιλιών καφέ που επιλέχθηκε ανάμεσα στις καλύτερες ποιότητες κόκκων Arabica θα σας συναρπάσει με την πλούσια και ευχάριστη γεύση του.

Απολαύστε από νωρίς το απόγευμα δροσιστικά cocktails, νόστιμα ποτά και εκλεκτά κρασιά μέσα από τη μεγάλη γκάμα επιλογών που προσφέρεται. Ελάτε για να ζήσετε μια ανεπανάληπτη εμπειρία που θα σας κάνει να ανυπομονείτε για την επόμενη φορά!

Are you looking for a unique culinary experience in the heart of Paleochora? Look no further, Barons is here for you! A unique taste journey that starts early in the morning with savory options in snacks such as bagels with avocado, pancakes, salads but also sweets such as French croissants, profiteroles and fruit tarts. Specialty Coffee with a blend of coffee varieties selected from among the best qualities of Arabica beans will fascinate you with its rich and pleasant taste. Enjoy from the early afternoon refreshing cocktails, delicious drinks and fine wines through the wide range of options offered. Come for an unforgettable experience that will make you look forward to the next time!

ΠΑΛΙΟΧΩΡΑ, ΧΑΝΙΑ | OLD TOWN (PALEOCHORA), CHANIA, T.: 2823043344,  
INSTA: [barons\\_cafe](#)

## ΚΙΣΣΑΜΟΣ

Μόλις 36 χλμ. μακριά από τα Χανιά στο κέντρο του ομώνυμου κόλπου, η Κίσαμος είναι μικρή κωμόπολη στο μέσο εύφορης περιοχής με ελαιώνες και αμπέλια. Κτισμένη αρχικά σε μικρή απόσταση από τη θάλασσα, η Κίσαμος έχει επεκταθεί πλέον και προς την ακτή, ενώ αποτελεί την «πύλη» της δυτικής Κρήτης, καθώς είναι η διάδος προς όλους τους προορισμούς της περιοχής.

Η μαγευτική παραλία του Μπάλου βρίσκεται μόλις 14 χλμ. από την πόλη της Κισσάμου. Η παραλία Φαλάσαρνα βρίσκεται μόλις 10 χλμ. από την Κίσαμο. Η παραλία Ελαφονήσι βρίσκεται 45 χλμ. από την πόλη της Κισσάμου.

Ιδιαίτερο ενδιαφέρον έχουν και τα χωριά της Κισσάμου όπου θα βρείτε πολύ καλό φαγητό, μονοπάτια και αναλόγως την εποχή διάφορες εκδηλώσεις. Στην πόλη της Κισσάμου μπορείτε από τον Απρίλιο μέχρι τον Οκτώβριο να απολαύσετε τα μπάνια σας σε κά-

## KISSAMOS

Kissamos is a small town in the middle of a fertile land with olive groves and vineyards, only 36 kilometers from Chania in the center of the homonym gulf. Initially built at a small distance from the sea, Kissamos has now been extended to the coast, while it consists of the "gate" of west Crete since it is a passage to all the area's destinations.

The enchanting beach of Balos is only 14 kilometers away from Kissamos city. Falasarna Beach is only 10 kilometers from Kissamos. Elafonisi Beach is 45 kilometers from Kissamos City. Of particular interest are the villages of Kissamos, where you will find delicious food, paths, and depending on the season, various events. In Kissamos city you can enjoy swimming in the sea, from April to October, shop in the city center and during the night





## Περιγιάλι | Perigiali

Εστιατόριο - Beach bar Restaurant

Το εστιατόριο Περιγιάλι λειτουργεί από το 2011 στην παραλία Φαλάσαρνα Κισσάμου. Μετά το μπάνιο σας στην οργανωμένη παραλία, απολαύστε καφέ, αναψυκτικά, χυμούς, σνακ αλλά και εκπληκτικά κοκτέιλ. Κι όταν πεινάσετε γευτείτε ελληνικό, παραδοσιακό φαγητό και φρέσκα ψάρια στο εστιατόριο. Όλα τα πιάτα είναι προσεγμένα και ποιοτικά, καθώς οι πρώτες ύλες είναι από ντόπιους παραγωγούς. Το προσωπικό είναι ευγενικό και εξυπηρετεί με χαμόγελο όλες τις απαιτήσεις σας. Η ώρα του ηλιοβασιλέματος είναι μαγευτική και ιδανική για ένα κοκτέιλ.

The Perigiali restaurant has been operating since 2011 at Falasarna Kissamos beach. After swimming on the organized beach, enjoy coffee, soft drinks, juices, snacks and amazing cocktails. And when you are hungry you taste Greek, traditional food and fresh fish in the restaurant. All dishes are carefully prepared with quality, as the raw materials are from local producers. The staff is polite and serves all your requirements with a smile. The sunset time is magnificent and ideal for a cocktail.

ΦΑΛΑΣΑΡΝΑ ΚΙΣΣΑΜΟΥ ΧΑΝΙΩΝ ΚΡΗΤΗΣ | FALASARNA, KISSAMOS, CHANIA, CRETE  
T.: 6932 612919 | FB: [Perigiali-Falassarna Beach-Restaurant](#)  
INSTAGRAM: [falassarna\\_perigiali](#), [www.falassarna-perigiali.com](#)



TRAVEL CHANIA



ποια παραλία, να κάνετε τα ψώνια σας στο κέντρο της πόλης και το βράδυ να πιείτε το ποτό σας σε κάποιο μπαρ ή να απολαύσετε καλή κρητική κουζίνα. Τους καλοκαιρινούς μήνες πλήθος εκδηλώσεων πραγματοποιούνται σε ολόκληρη την πόλη και τα χωριά. Μην παραλείψετε να επισκεφθείτε το Αρχαιολογικό Μουσείο της πόλης, που βρίσκεται στην πλατεία Στρατηγού Τζανακάκη. Πρόκειται για ένα κτίριο διατηρητέο, με σύγχρονα διαμορφωμένους χώρους που φιλοξενεί πολύτιμα ευρήματα της περιοχής από τους Ρωμαϊκούς και Ελληνιστικούς χρόνους. Περιπατώντας στην γραφική οδό Σκαλίδη, την παλιά αγορά της Κισσάμου, θα εντυπωσιαστείτε από κτίρια με παραδοσιακές καμάρες, μικρά εμπορικά μαγαζιά και καφενεία.

### **ΦΑΛΑΣΑΡΝΑ**

Η Φαλάσαρνα βρίσκεται 59 χιλιόμετρα δυτικά των Χανίων και 12 χιλιόμετρα δυτικά της Κισσάμου.

hours have a drink in some bar or enjoy nice Cretan cuisine. During the summer months, plenty of events take place in the whole city and the villages.

Do not miss out on visiting the Archaeological Museum of the city, located in General Tzanakis Square. It is a well-maintained building, with modern configured spaces, that hosts precious findings of the area dating from the Roman and Hellenistic periods.

While walking in the picturesque Skalidi Street, the old market of Kissamos, you will be amazed by the buildings with traditional arches, small shops, and traditional coffee shops.

### **FALASARNA**

Falasarna is 59 kilometers west of Chania and 12 kilometers west of Kissamos. Today, it consists of

**iEnrika.gr**

**Ο πιο ολοκληρωμένος επαγγελματικός οδηγός!**





# Alki Villas

Ανακαλύψτε την επόμενη πολυτελή εξοχική κατοικία σας. Με πρωτόγνωρη θέα στα κρυστάλλινα νερά και σε κοντινή απόσταση από την παραλία Φαλάσαρνα! Αφεθείτε στη μεγαλοπρέπεια της Φαλάσαρνας σε μια από τις ιδιωτικές βίλες που αποκαλύπτει το εκλεπτυσμένο πνεύμα της εξατομικευμένης φιλοξενίας, με θέα στη θάλασσα.



Discover your next luxury vacation home. With unprecedented views over the crystal clear waters and walking distance from the Falasarna beach! Slip softly into the magnificence of Falasarna in a lavish collection of private villas that unveils its sophisticated spirit of personalized hospitality, facing the sea.

ΦΑΛΑΣΑΡΝΑ, ΧΑΝΙΑ, ΚΡΗΤΗ | FALASARNA, CHANIA, CRETE, T.: 6937661278, E-MAIL: [alkivillas@gmail.com](mailto:alkivillas@gmail.com)



## Falasarna market

Εδώ θα βρείτε είδη πρώτης ανάγκης, τρόφιμα, είδη παντοπωλείου καθώς και φρέσκα φρούτα και λαχανικά. Με σεβασμό στον καταναλωτή, φιλική εξυπηρέτηση και έμφαση στα ποιοτικά προϊόντα παραμένουμε δίπλα στον πελάτη όλα αυτά τα χρόνια.

Here you will find essentials, food, groceries as well as fresh fruits and vegetables. With respect for the consumer, friendly service and an emphasis on quality products, we remain by the customer's side all these years.

ΠΑΡΑΛΙΑ ΦΑΛΑΣΑΡΝΑ, ΧΑΝΙΑ, ΚΡΗΤΗ | FALASARNA BEACH, CHANIA, CRETE, T.: 28220 41061

## Kyma | Beach Bar

Αν υπήρχε ο παράδεισος στη γη θα ήταν εκεί. Σε μια χρυσή αμμουδιά στην μεγαλύτερη και καλύτερη παραλία της Κρήτης, που βρέχεται από διάφανα κρυστάλλινα νερά, είναι στημένο το Kyma Fotis Beach Bar. Ανοιχτό όλη μέρα, σας προσφέρει καφέ, ποτά, αναψυκτικά, ροφήματα, smoothies και cocktails για να δροσιστείτε δίπλα στο κύμα. Ακόμα, μπορείτε να απολαύσετε σνακ, γλυκά, σάντουιτς, κρύα πιάτα, burgers, πίτσες, σαλάτες και παγωτά ώστε να μη χρειαστεί να χάσετε στιγμή και να κουνηθείτε από την

If there was heaven on earth it would be there. Kyma Fotis Beach Bar is set up on a golden sandy beach on the biggest and best beach of Crete, bathed by crystal clear waters. Open all day, it offers you coffee, drinks, soft drinks, drinks, smoothies and cocktails to cool off by the sea. You can also enjoy snacks, sweets, sandwiches, cold dishes, burgers, pizzas, salads and ice creams so that you don't have to waste a moment and move from your deckchair.



ΦΑΛΑΣΑΡΝΑ, ΧΑΝΙΑ, ΚΡΗΤΗ | FALASARNA, CHANIA, CRETE, T.: 28220 41061 / 6937661278  
SITE: [villakore19@gmail.com](mailto:villakore19@gmail.com), E-MAIL: [fasasarnamarket@gmail.com](mailto:fasasarnamarket@gmail.com)





## Galini Beach Hotel

Αν θέλετε το ιδανικό χαριτωμένο ξενοδοχείο στη Αγία Μαρίνα, βρίσκεστε στο σωστό σημείο. Στο CHC Galini Sea View θα βρείτε ό,τι χρειαστείτε για τη διαμονή σας. Στο ξενοδοχείο μας οι ταξιδιώτες θα βρουν μια σειρά από ανέσεις στα δωμάτια και ένα φιλόξενο προσωπικό, έτοιμο να σας υποδεχτεί και να σας εξυπηρετήσει.

If you want the perfect cute hotel in Agia Marina, you've come to the right place. At CHC Galini Sea View you will find everything you need for your stay. At our hotel, travelers will find an array of in-room amenities and a welcoming staff, ready to welcome and serve you.

ΠΑΡΑΛΙΑΚΗ ΟΔΟΣ ΚΙΣΑΜΟΣ, ΧΑΝΙΑ | COAST ROAD, CHANIA, T.: 6983878048



Αποτελεί σήμερα έναν από τους πιο φημισμένους προορισμούς στην Κρήτη, τόσο για τις παραλίες, όσο και για λόγους οικολογικού ενδιαφέροντος, αφού έχει ενταχθεί στα σχέδια Natura 2000, λόγω της ποικιλίας χλωρίδας και πανίδας στην περιοχή αλλά και λόγω του ιδιαίτερου φυσικού κάλλους. Η παραλία στα Φαλάσαρνα έχει βραβευτεί σαν η πιο όμορφη παραλία της Κρήτης και συμπεριλαμβάνεται πάντα μέσα στο top-10 των καλύτερων παραλιών στην Ευρώπη, διαθέτοντας υπέροχη λευκή ψιλή άμμο και ζεστά, κρυστάλλινα και πεντακάθαρα νερά. Είναι τόσο μεγάλη η παραλία Παχιά Άμμος, που δύσκολα θα αισθανθείτε να «πνίγεστε» από κόσμο ακόμα και στην καρδιά του καλοκαιριού, όταν εκατοντάδες άλλοι θα βρίσκονται γύρω σας. ➡

one of the most popular destinations in Crete, for both its beaches and for ecological reasons, since it is included in Natura 2000 due to its variety of flora and fauna, and due to its natural beauty. Falasama Beach has been awarded as the most beautiful beach of Crete, and it is always included in the top 10 beaches of Europe, having thin, white sand and warm, crystal-clear waters. Pahia Ammos beach is so big that you will hardly feel suffocated by the crowd, even in the heart of summer, when hundreds of people will be around you. ➡



## Golden Sunset | Restaurant

Ένα ειδυλλιακό μέρος για να απολαύσεις ένα παραδοσιακό γεύμα με μοναδική θέα στην θάλασσα! Τα πιάτα, όλα φτιαγμένα από αγνές πρώτες ύλες, θα σε ενθουσιάσουν και το πάντα πρόσχαρο προσωπικό του θα σε κάνει να θες να πας ξανά και ξανά!

An idyllic place to enjoy a traditional meal with a unique view of the sea! The dishes, all made from pure raw materials, will delight you and its always cheerful staff that makes you want to go again and again!

ΦΑΛΑΣΑΡΝΑ, ΚΙΣΑΜΟΣ, ΧΑΝΙΑ | FALASARNA, KISAMOS, CHANIA,  
T.: 2822041157, FB: [Golden Sunset Taverna](#)



## Θυμάρι | Thimari | Restaurant

ένα νέο εστιατόριο που προσφέρει ελληνική κουζίνα και εξαιρετικές κρητικές γεύσεις τα τελευταία 6 χρόνια. Με υπέροχη θέα στο απέραντο μπλε της θάλασσας, θα απολαύσετε σπιτικό φαγητό σε ένα παραδοσιακό περιβάλλον με οικογενειακή ατμόσφαιρα.

An excellent new restaurant which has been offering Greek cuisine and excellent Cretan flavors for the last 6 years. With a wonderful view of the endless blue sea, you will enjoy homemade food in a traditional environment with a family atmosphere.

ΚΑΒΟΥΣΙ, ΦΑΛΑΣΑΡΝΑ, ΧΑΝΙΑ, ΚΡΗΤΗ | KAVOUSI, FALASARNA, CHANIA, CRETE  
T.: 6945412017

# Όμορφα, ξεκούραστα και λειτουργικά πόδια!

Απαλλαγείτε οριστικά από τις ευρυαγγείες και τους κισσούς των κάτω άκρων, ανώδυνα και αναίμακτα με την βοήθεια της σύγχρονης τεχνολογίας. Ορατά αποτελέσματα από την πρώτη κιόλας ημέρα!

**Δρ. Μάριος Μουστάρδας MD, MSc, PhD**

Αγγειοχειρουργός

Διδάκτωρ Πανεπιστημίου Αθηνών

Master στις ενδοαγγειακές τεχνικές

Για βέλτιστα αποτελέσματα επισκεφτείτε άμεσα τον ειδικό αγγειοχειρουργό για οριστική λύση από το πρόβλημα!

**- Τι είναι οι κισσοί και γιατί να τους αντιμετωπίσω;**

Οι κισσοί των κάτω άκρων αποτελούν ένα πρόβλημα που απασχολεί πάνω από το 50% των γυναικών νεαρής και μέσης ηλικίας. Πέραν της εμφανούς αισθητικής βελτίωσης, η αντιμετώπιση των κισσών μπορεί να βοηθήσει κάθε γυναίκα να απαλλαγεί από τις μικρές έως σοβαρές ενοχλήσεις και συμπτώματα, που περιλαμβάνουν την αίσθηση βάρους, πρηξίματος, φαγούρας, καψίματος αλλά και συχνές μυϊκές κράμπες και πόνο που επιδεινώνεται με την ορθοστασία και καταλήγει να δρα αποτρεπτικά για τις καθημερινές φυσιολογικές δραστηριότητες. Επίσης, η θεραπεία των κισσών απαλλάσσει τις γυναίκες από τον κίνδυνο επιδείνωσης που συχνά παίρνει τη μορφή δερματίτιδας, εκζέματος, φλεβικού άτονου έλκους, θρόμβωσης και τοπικής αιμορραγίας.

**- Γιατί μου δημιουργήθηκαν κισσοί; Θα ξαναβγάλω;**

Εφόσον γίνει η σωστή αντιμετώπιση από ειδικό ιατρό οι κισσοί δεν επανεμφανίζονται. Οι κισσοί δημιουργούνται, συνήθως λόγω ορθοστατικής εργασίας, εγκυμοσύνης, δραστηριοτήτων που περιλαμβάνουν άρση βαρέων αντικειμένων,

αλλά και λόγω -γενετικών- παραγόντων και αφορούν κυρίως γυναίκες.

**- Πως μπορούμε να απαλλαγούμε μόνιμα από τους κισσούς;**

Η συντηρητική αντιμετώπιση των κισσών γίνεται διαχρονικά με τη χρήση ειδικών καλτσών διαβαθμισμένης συμπίεσης και φλεβοτονική φαρμακευτική αγωγή. Οι λύσεις αυτές μπορούν να ανακουφίσουν προσωρινά αλλά δεν απαλλάσσουν όμως πλήρως από το υποκείμενο νόσημα. Η οριστική απαλλαγή από τους κισσούς είναι πλέον εφικτή με τη χρήση της σύγχρονης τεχνολογίας LASER, καθώς και με άλλες, ελάχιστα επεμβατικές θεραπείες.

Οι λύσεις αυτές προσφέρουν μόνιμη απαλλαγή από το πρόβλημα των κισσών, χωρίς να απαιτούν νοσηλεία μεγαλύτερη των 24 ωρών, και με άμεση επιστροφή στις καθημερινές δραστηριότητες.

**- Τι είναι οι ευρυαγγείες; Ποια η διαφορά;**

Ευρυαγγείες είναι πολύ μικρές (επιφανειακές φλέβες στο δέρμα, χρώματος μπλε κόκκινου ή μωβ, κυρίως στα πόδια ή στο πρόσωπο. Εφόσον μια γυναίκα αποφασίσει να απαλλαγεί από τις ευρυαγγείες είτε για λόγους αισθητικούς είτε λόγω ελαφρών ενοχλήσεων, αυτό επιτυγχάνεται με σκληροθεραπεία ή με θερμοπηξία με υπέρηχους ή LASER. Η θεραπεία είναι άμεση χωρίς να αφήνει ίχνη στο δέρμα.

📍 Markou Botsari 76-78, Chania 📞 28210 70800

**Scientific Partner of the Vascular Surgery Clinic of Athens Medical Center**

📍 Distomou 5 - 7, Marousi 📧 m.moustardas@gmail.com 📞 6972 774950

🌐 [www.moustardas.gr](http://www.moustardas.gr)



**Dr. Marios Moustardas MD, MSc, PhD**

Vascular Surgeon

Dr. of the University of Athens

Master in endovascular techniques

Former Deputy Director of the University

Vascular Surgery Clinic "Laiko Hospital of Athens"

Former Coordinator Director of the Thoracic - Vascular Department G.H of Chania "Agios Georgios"

Scientific Head of the Vascular Surgery

Department of the Gavrilaki "IASIS" clinic

# Beautiful, relaxed, and functional legs!

Get rid of spider and varicose veins of the lower extremities painlessly & bloodlessly, with the assistance of modern technology. Visible results from the very first day!

For the best results, immediately visit the expert vascular surgeon giving an end to this problem!

**- What are varicose veins and why should I treat them?**

Varicose veins of the lower extremities are a problem more than 50% of young and middle-aged women have to deal with. Apart from the obvious aesthetic upgrade, the treatment can help every woman to get rid of the mild, or serious nuisances and symptoms, including the sensation of heaviness, swelling, itching, burning, or frequent muscle cramps and pain, which deteriorates when standing and ends up acting as a deterrent to everyday activities. Additionally, the treatment of varicose veins saves women from the risk of deteriorating, usually coming in the form of dermatitis, eczema, venous leg ulcers, thrombosis, and hemorrhage.

**- Why did I develop varicose veins? Will they appear again?**

Provided that the treatment is done professionally by the medical specialist the varicose veins will not appear again. Varicose veins are usually developed due to standing up while working, pregnancy, activities including lifting weights or other heavy objects, and other circumstances,

but mainly due to genetics, and they usually affect women.

**- How can we get rid of varicose veins permanently?**

The treatment of varicose veins is done over time with the usage of graduated compression stockings and phlebotonic medication. Those solutions can heal temporarily, but they do not fully free you from the underlying condition. The permanent treatment of varicose veins is now available with the usage of the modern technology LASER and with other minimally invasive surgery. Those solutions offer a permanent solution to the varicose veins problem without requiring more than 24 hours of hospitalization and with an immediate return to everyday activities.

**- What are spider veins (telangiectasia)? What is the difference?**

Spider veins are tiny, superficial veins on the skin, mainly on the legs or face, of blue, red, or purple color. Provided that a woman decides to get rid of the spider veins, either for aesthetic reasons or due to mild irritation, she can, either by sclerotherapy or LASER or by thermopexy with ultrasounds. The treatment is immediate without leaving any sign (lesion) on the skin.

Ο ΠΙΟ ΟΛΟΚΛΗΡΩΜΕΝΟΣ  
ΕΠΑΓΓΕΛΜΑΤΙΚΟΣ ΟΔΗΓΟΣ!

**iένvrika.gr**

**Μπες & βρες!**



*travel with us*  
*[www.iciao.gr](http://www.iciao.gr)*





perigiali  
Big Beach Falasarna

Beach bar Restaurant



Falasarna Beach  
THE MOST LOVABLE BEACH IN CRETE



ΦΑΛΑΣΑΡΝΑ ΚΙΣΣΑΜΟΥ ΧΑΝΙΩΝ ΚΡΗΤΗΣ | FALASARNA, KISSAMOS, CHANIA, CRETE

📍 6932 612919  Perigiali-Falassarna Beach-Restaurant  
 falassarna\_perigiali  [www.falasarna-perigiali.com](http://www.falasarna-perigiali.com)