

Informační kniha

KALAMATA

Srdečně Vás
vítáme v destinaci

KALAMATA

Přejeme Vám příjemné prožití dovolené!

Obsah

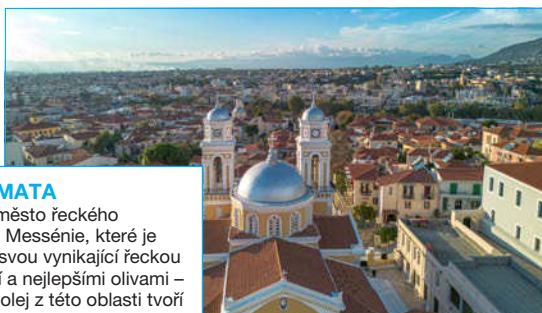
Poznejte to nejlepší z Kalamaty	str. 4
Státní zřízení	str. 5
Historie	str. 6
Geografie a klimatické podmínky	str. 7
Hospodářství a zemědělství	str. 7
Stravování, kuchyně a restaurace	str. 8
Kuchyně – nápoje	str. 8
Pláže	str. 10
Časový posun	str. 11
Doprava a cestování po destinaci	str. 11
Doprava – předpisy	str. 12
Měna a peníze	str. 12
Pošta	str. 13
Telefonování	str. 13
Kontakty na úřady	str. 13
Slovníček	str. 14
Komunikace, internet, telefonování a elektrika	str. 15
Kriminalita a krádeže	str. 15
Jak se zabavit na Limnosu	str. 15
Noční život	str. 16
Nákupy	str. 17
Spropitné	str. 17
Zdravotní péče	str. 17
Nejkrásnější místa Kalamaty, která stojí za to navštívit	str. 18



Poznejte to nejlepší z Kalamaty

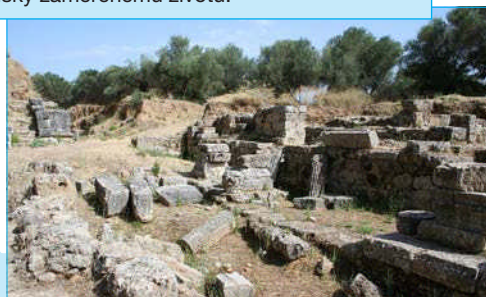
KALAMATA

Hlavní město řeckého regionu Messénie, které je známé svou vynikající řeckou kuchyní a nejlepšími olivami – olivový olej z této oblasti tvoří až 65 % celé řecké produkce.



SPARTA

Legendární město spartské civilizace, známé svou vojenskou silou a přísným vzdělávacím systémem, který formoval její občany k disciplinovanému a vojensky zaměřenému životu.



ŘECKO

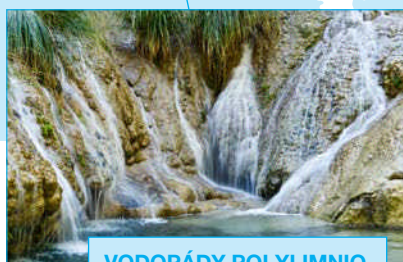
STŘEDOZEMNÍ
MOŘE

Kalamata

0 40 km

COSTA NAVARINO

Členité mořské pobřeží plné překrásných pláží. Největší věhlas si získala Voidokilia ve stejnojmenné zátocce tvaru písmene U, která se řadí mezi nejhezčí pláže celého Řecka.

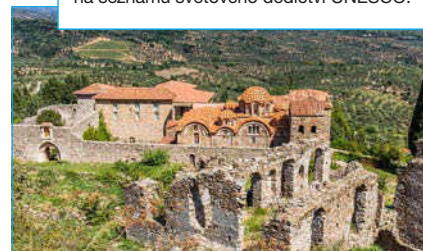


VODOPÁDY POLYLIMNIO

Kaskáda 15 tyrkysových jezírek v úzké soutěsce, které se vlévají do klidných bazénů, ideálních pro koupání a procházky po okolí.

MYSTRAS

Původně byzantské město, nacházející se na svahu hory Taygetos. Dnes je známé svou dobře zachovalou středověkou architekturou, což z něj činí populární turistickou destinaci, která je zapsaná na seznamu světového dědictví UNESCO.



Messenie je region v jihozápadní části Peloponésu v Řecku, známý svou bohatou historií, úrodnou krajinou a nádhernými plážemi. Je domovem mnoha archeologických lokalit, včetně starověkého města Messene a hradu v Kalamátě, a také je proslulý pěstováním oliv a vín. Region nabízí kombinaci historických památek, malebných vesnic, horských oblastí a přístup k Jónskému moři, což ho činí oblíbeným cílem pro turisty hledající jak kulturní, tak přírodní zážitky.

Půvabná Kalamata je hlavním městem řeckého regionu Messénie a zároveň druhým největším městem poloostrova Peloponés. Je perfektní destinací pro milovníky historie, přírody a řecké atmosféry. Okouzlí vás svými úžasnými plážemi a čistým mořem i řadou památek, restaurací, barů i kulturní akcí.



Časový posun

V Řecku je o hodinu více než v ČR, platí zde také letní čas. Máme-li u nás například 8 hodin ráno, na ostrovech už je 9 hodin, bez ohledu na to, je-li léto, nebo zima.



Státní zřízení

Od pádu vojenské diktatury v roce 1974 je Řecká republika parlamentní demokratickou republikou v čele s prezidentem.

Administrativní členění

Řecko se dělí na 13 správních jednotek zvaných prefektury. V čele jednotlivých prefektur stojí guvernéři a každá vysílá do parlamentu v Aténách své zástupce.



Historie

Peloponéský poloostrov je významnou historickou oblastí Řecka, která hrála klíčovou roli ve starověké historii a politice. Byl domovem několika významných městských států, jako byly Sparta, Argos, Korint a Messéna, a stal se centrem mnoha konfliktů, včetně Peloponéské války (431–404 př. n. l.) mezi Spartou a Athénami.

První významnou civilizaci Peloponésu představovala mykénská kultura v 16. až 12. století př. n. l. Po jejím zániku a několika staletích neklidu území osídlily dórské kmeny, jejichž hlavním městem se stala Sparta v Lakónii. Postupně díky svému militarismu ovládla i Messénii a stala jednou z nejdůležitějších řeckých obcí. K dalším regionům patřila horská a prostá Arkádie, nenápadná Achaia či bohatý Korint.

Významným mezníkem v celých řeckých dějinách se stal rok 776 př. n. l., kdy se (podle nedoložených údajů) v peloponéské osadě Olympia uskutečnily první olympijské hry. Toto datum (přesně 8. 7.) se tehdy také považovalo za počátek letopočtu. Legendy vyprávěly, že za vznikem olympiády stáli velcí hrdinové jako Pelops, syn Tantalův, a neporazitelný Herakles.

Vrchol starověkých olympijských her přišel v roce 67 za účasti římského císaře Nerona. S rozmachem křesťanství ovšem význam akce jako pohanských slavností postupně upadal, až je v roce 393 císař Theodosius zakázal. Na své znovuvzkříšení si musely počkat plných 1 503 let – jistě se o to zasloužilo i odkrytí ruin antické Olympie německými archeology v 70. letech 19. století.

Po zániku Římské říše se o vliv na Peloponéském poloostrově postupně vystřídaly Byzantská říše, Benátská republika a Osmanská říše. Nezávislost na Turecku získal Peloponés v rámci rodícího se řeckého státu roku 1821. Prapor osvobozenického úsilí tehdy pozvedl patraský metropolita Germanos v klášteře Agias Lavras blízko Kalavryty. Za tehdejších bojů prý rek Miralis prchl na koni před nepřátelskými vojáky skokem do moře v místech dnešního kostela Panagia Trypiti v Egiu.

Messenie, konkrétně, je oblast na jihozápadě Peloponésu, která měla svou vlastní důležitou roli v antické historii. V rané antice byla Messenie silným a prosperujícím regionem. Město Messenia bylo původně nezávislým státem, který často soupeřil se Spartou. Tento konflikt vedl k několika válkám, z nichž nejznámější byla Messenijská válka (743–724 př. n. l.), která vedla k porážce Messénie a jejímu začlenění do Spartského království.

Po porážce Messénie byla její populace podrobena otrocké práci a stala se známou jako heloti – otroci, kteří pracovali na zemědělských pozemcích Spartských občanů. Tento systém drtil messénskou populaci, ale zároveň vedl k neustálému napětí mezi Spartany a Messény.

Během 4. století př. n. l., po zničení Sparty v bitvě u Leuktry (371 př. n. l.), získala Messénie zpět svou nezávislost, díky čemuž vzniklo nové město Messenia, které se stalo jedním z významných měst ve středním Peloponésu.

V období římské a byzantské nadvlády byla Messenie stále významnou oblastí, ale její vojenská a politická role se postupně zmenšovala. Po pádu Byzantské říše se region dostal pod kontrolu různých dobyvatelů, včetně Franků a Osmanských Turků.

Klimatické podmínky

Kalamata, ležící na jihu Peloponésu, má středomořské podnebí, což znamená horká a suchá léta a mírné, deštivé zimy. V létě se teploty mohou pohybovat mezi 30–35 °C, přičemž v některých dnech mohou být ještě vyšší. Dlouhé letní počasí začíná už koncem května a trvá až do začátku října. Především během července a srpna je velice slunečné a horké. Srážky se vyskytují ojediněle. Zimní teploty jsou obvykle mezi 10–15 °C, s občasnými dešti a kratšími chladnějšími obdobími. Vzhledem k blízkosti moře a horám je oblast Kalamaty také vystavena příjemnému vánku, který přináší úlevu během horkých letních měsíců. Dešťové srážky jsou nejvyšší v zimě, zatímco léto bývá téměř suché.

Teplota moře u Kalamaty, se pohybuje od přibližně 15–17 °C v zimních měsících (prosinec–únor) až po 24–26 °C v létě (červenec – srpen). Nejvyšší teploty moře bývají v červenci a srpnu, kdy je voda nejteplejší a ideální pro plavání.





Poloha a geografie

Peloponés je neobyčejně velký, členitý a rozmanitý poloostrov ve Středomoří, který je součástí Řecka. Rozloha Peloponésu činí 21 550 kilometrů čtverečních, je tedy stejně velký jako Středočeský kraj včetně Prahy s Jihočeským krajem dohromady. Na severu ho od Balkánského poloostrova dělí Korintský záliv dlouhý takřka 200 kilometrů, na západě ho omývá Jónské moře s ostrovy Kefalonie, Ithaka a Zakynthos na dohled.

Demografie a administrativní dělení Peloponéského poloostrova

Peloponés, Attika a Západní Řecko jsou tři řecké kraje, mezi které se poloostrov administrativně člení. Dále se poloostrov dělí na 5 regionů: Arkádie, Lakónie, Messénie, Korinthie a Argolis. Messénie je region v jihozápadní části Peloponésu v Řecku, který je ohraničen pohořím Taygetos na východě a mořem na západě. Tato oblast je známá svou úrodnou krajinou a přírodní krásou, která zahrnuje nejen dlouhé pláže, ale i hornaté oblasti, olivové háje a historické památky. Hlavní město regionu, Kalamata, se nachází na pobřeží, v úrodné nížině, která je ideální pro zemědělství, zejména pěstování oliv. Geograficky se Messénie dělí na různé oblasti, včetně nížin, hor a pobřežních oblastí, což činí tuto oblast atraktivní pro milovníky přírody, historie i turistiku. Vnitrozemí regionu je charakterizováno pohořím Taygetos, které je jedním z nejvyšších pohoří v Řecku a poskytuje nádherné výhledy na celé pobřeží a okolní krajinu.

Geograficky je Kalamata situována v úrodné nížině, která je známá svou produkcí oliv, což je důvod, proč je oblast proslulá olivovým olejem. Blízkost pohoří zajišťuje městu mírné mikroklima, které je ideální pro zemědělství a turistiku.

Počet obyvatel regionu Messénie v Řecku se pohybuje kolem 170 000 až 200 000. Samotné město Kalamata, které je hlavním městem regionu, má přibližně 60 000 obyvatel. Messénie je převážně venkovskou oblastí, která zahrnuje městské oblasti, malebné vesnice a rozsáhlé zemědělské plochy, přičemž většina obyvatel žije v nižších polohách a pobřežních oblastech.



Jazyky

Úředním jazykem je novořečtina. Při běžné komunikaci se zpravidla, a obzvlášť v turistických centrech a letoviscích, domluvíte anglicky či francouzsky.



Flóra a fauna

Oblast Messénie, včetně města Kalamata, je známá svou bohatou a rozmanitou faunou a florou, která je ovlivněna středomořským klimatem a různorodým terénem.

Flóra:

V regionu najdeme typickou středomořskou vegetaci, která zahrnuje olivovníky, vinice, různé druhy cypřišů a pinií. V horách pohoří Taygetos rostou borovice, duby a středomořské křoviny, zatímco v nížinách a na pobřeží se nacházejí rozsáhlé plantáže olivovníků, které jsou dominantou krajiny. Kromě toho zde roste mnoho aromatických rostlin, jako jsou levandule, rozmarýn a tymián.

Fauna:

Fauna regionu je také pestrá. Mezi běžně se vyskytující zvířata patří různé druhy divokých ptáků, jako jsou orli, sokoli a ibisové, kteří se vyskytují zejména v horách a pobřežních oblastech. Dále je zde možné zahlédnout i různé druhy savců, včetně divokých prasat, lišek a zajíců. V moři kolem Kalamaty žijí ryby, jako je branzino (mořský okoun) a sardinky, a občas se zde objevují i delfíni a želvy.

Díky své přírodní rozmanitosti a zachovalým ekosystémům je Messénie ideálním místem pro milovníky přírody, kteří se mohou těšit na procházky po horách, pozorování ptáků a poznávání středomořské fauny a flóry.



Pláže

Okolí Kalamaty se pyšní širokou škálou pláží, často s prestižní Modrou vlajkou, které jsou známé svou čistotou, průzračnou vodou a přírodní krásou.

Pláže v oblasti Kalamaty a Messénie jsou ideální pro různé typy návštěvníků – od těch, kteří hledají rušné a dobře vybavené pláže, až po ty, kteří preferují klidnější, přírodnější místa. Voda je zde obvykle velmi čistá a teplá, což činí tuto oblast skvělým místem pro plavání a relaxaci.

Nejpopulárnější pláže v této oblasti:

PLÁŽ PARALIA KALAMATA

Hlavní městská o délce 2,5 km se směsí jemného písku a oblázků nabízí plážový servis a možnosti pro vodní sporty.

PLÁŽ KALOGRIA

Tato pláž se nachází západně od Kalamaty a je oblíbená pro svou širokou písčitou pláž a klidné vody. Je ideální pro rodiny s dětmi, ale i pro ty, kteří hledají relaxaci a nádherný výhled na moře.

PLÁŽ VOIDOKILIA

Jedna z nejkrásnějších pláží v Messénii, známá svým jedinečným tvarem připomínajícím písečný "V" nebo "U". Pláž je obklopena přírodními dunami a nabízí klidné vody, které jsou ideální pro plavání a vodní sporty. Leží nedaleko archeologických nalezišť a je součástí chráněné přírodní oblasti.

PLÁŽ MAVROVOUNI

Tato dlouhá písčitá pláž se nachází jižně od Kalamaty, poblíž města Gythio. Je oblíbená pro svou přírodní krásu a klid, nabízí ideální podmínky pro relaxaci, plavání a vodní sporty.

PLÁŽ FONEAS

Tato malá, ale malebná pláž je skrytá v zátoce a obklopena skalami. Je oblíbená mezi těmi, kteří hledají klidnější, méně přeplněné místo, a je ideální pro ty, kteří si chtějí užít přírodní krásy a klidné vody.

PLÁŽ PETROCHORI

Tato pláž je známá svými skalnatými zátokami a nádhernými výhledy na okolní krajinu. Je ideální pro ty, kteří hledají více izolace a přírodní prostředí, a je obklopena krásnými olivovými háji.

STOUPA BEACH

se zlatým pískem, bujnou zelení a plážovými bary v letovisku stejného jména.



Doprava a cestování

Hlavní dopravní tahy vedou především podél pobřeží Peloponésu. Zajišťují spojení mezi největšími městy, k významným památkám a také s ostatními řeckými regiony.

Doprava v oblasti Messénie, včetně města Kalamata, je dobře rozvinutá a nabízí různé možnosti pro cestování jak v rámci regionu, tak i pro spojení s ostatními částmi Řecka.

SILNIČNÍ DOPRAVA

Messenie je dobře propojena silnicemi s ostatními částmi Peloponésu a Řecka. Hlavní silnice, jako je E65, spojuje Kalamatu s městy, jako jsou Sparta a Tripolis, a také s Athénami. Region má také rozsáhlou síť menších silnic, které spojují vesnice, pláže a turistické oblasti.

Autobusová doprava

K dispozici jsou pravidelné autobusové linky, které spojují Kalamatu s dalšími většími městy v regionu, jako je Sparta, a také s Athénami a dalšími důležitými destinacemi v Řecku. Místní autobusová doprava je spolehlivá a cenově dostupná.

Pronájem vozidel a taxislužby

V oblasti je možné si pronajmout auto, což je ideální způsob, jak prozkoumat Messenii a její okolí. Silnice jsou v dobrém stavu a řada cestovatelů si vybírá pronájem vozidla pro pohodlný pohyb po regionu.

Taxislužby jsou dostupné v Kalamatě a okolních městech, a i když jsou cenově vyšší než veřejná doprava, nabízí pohodlí pro cestování po oblasti.

LETECKÁ DOPRAVA

Mezinárodní letiště Kalamata (KLX): Kalamata má vlastní letiště, které se nachází asi 15 km od města. Letiště je připojeno k několika evropským destinacím a slouží především pro sezónní lety, zejména v letní turistické sezóně. Nabízí lety do a z destinací v Evropě, zejména z Velké Británie, Německa a dalších zemí.

Letiště v Aténách (ATH): Mnoho návštěvníků, kteří míří do Messénie, létá do hlavního letiště v Aténách, odkud je možné pokračovat autem nebo autobusem do Kalamaty (přibližně 3–4 hodiny jízdy).

VLAKOVÁ DOPRAVA

V regionu není rozsáhlá vlaková síť, ale existují některé železniční spoje do a z některých částí Peloponésu. Vlakové služby jsou omezené, ale mohou být užitečné pro cestovatele, kteří chtějí navštívit jiné oblasti v Řecku.

Nezapomeňte, že i na Peloponésu platí řada zvláštností, typických pro řeckou automobilovou dopravu. Dálnice jsou zpoplatněny prostřednictvím plateb na mýtných branách, řečtí řidiči si často nelámou hlavu s dodržováním předpisů, vedlejší silnice bývají ve velmi špatném

technickém stavu, ve velkých městech jsou běžné obří zácpy a systémy jednosměrek mohou někdy vést doslova k šílenství. Při půjčování auta doporučujeme obrátit se na našeho delegáta nebo na hotelovou recepci. Autobusové linky má na starosti státní dopravce KTEL.

PŘEPRAVA NA MOŘI

Messénie má také přístup k moři, ačkoli přímé trajektové spojení z oblasti není tak časté jako z jiných částí Řecka. Přesto jsou v regionu přístavy, jako je Gythio, které poskytují přístup k některým malým ostrovům a do dalších přímořských oblastí v Řecku.



Měna a peníze

Měnovou jednotkou je euro (€). Peníze je možné směnit na recepci hotelu či v bance. Při směně se předem informujte o výši poplatků. Hotovost lze také vybrat z bankomatů, počítejte ale s tím, že ne vždy jsou dostupné všechny hodnoty bankovek.



Internet

Ve většině hotelů je běžné připojení k internetu, v některých je ale tato služba zpoplatněna.



Pošta

Poštovní zásilky můžete nechat na hotelové recepci či vhodit do poštovní schránky, která má žlutou barvu. Poštovní úřady se nazývají „AXYDPOMEIO“ neboli „TACHYDROMEÍA“.



Telefonování

Předvolba pro Českou republiku je 00420, poté zadáte směrový kód města bez počáteční nuly a požadované telefonní číslo. Pokrytí mobilním signálem je uspokojivé.

Důležitá telefonní čísla:

- Policie: **100**
- Tísňová linka: **112**
- Záchranná služba: **166**
- Hasiči: **199**



Kontakty na úřady

Velvyslanectví České republiky v Athénách:

Embassy of the Czech Republic
Georgiou Séferis 6, Palaio Psychiko 154 52 Atény
E-mail: athens@embassy.mzv.cz
Telefon: 0030 210 671 37 55
0030 210 672 53 32
Nouzová linka: 0030 694 473 37 69
Web: www.mzv.cz/athens



Celní předpisy

Řecké zákony nijak nestanovují, co se smí a nesmí vyvézt a dovézt, určují ovšem množstevní limity na některé lihoviny a tabákové výrobky.

Omezení dovozu a vývozu:

- 10 litrů lihovin s obsahem alkoholu přes 22 procent
- 90 litrů vína
- 110 litrů piva
- 800ks cigaret
- 1 kilogram surového tabáku

Řidiči mohou v kovovém kanystru ve svém voze převážet nejvíce 10 litrů pohonných hmot



Bezpečnost a kriminalita

Tato oblast, je obecně považována za bezpečnou destinaci pro turisty i místní obyvatele. Kriminalita v této části Řecka je relativně nízká ve srovnání s jinými evropskými oblastmi. Místní komunity jsou přátelské a pohostinné, a turisté se obvykle cítí bezpečně při prozkoumávání měst a venkovských oblastí. To však nic nemění na nutnosti dodržovat základní bezpečnostní opatření jako v kterékoliv jiné rekreační oblasti.

Bud'te opatrní:

- Dávejte si pozor hlavně v tlačenicích a v turisticky exponovaných lokalitách
- Cennosti neberte s sebou na pláž
- Peníze a drahé věci neponechávejte ani v osobním automobilu
- Maximálně využívejte hotelový trezor
- Mějte u sebe vždy kopii osobních dokladů

Pokud i přesto dojde ke krádeži, informujte svého průvodce nebo hotelovou recepci. Je třeba zavolat policii a sepsat protokol. Bylo-li poškozeno vaše zavazadlo v průběhu letecké přepravy či je dokonce v nepořádku jeho obsah, kontaktujte do jednoho týdne leteckou společnost a škodu nahlaste.



Aktivity a zábava

Messénie nabízí širokou škálu aktivit, od relaxace na pláži po dobrodružné výlety do hor, kulturní poznávání až po gastronomické zážitky. Tento region má co nabídnout jak milovníkům přírody, tak těm, kteří se zajímají o historii a tradiční řeckou kulturu.

Pláže a vodní aktivity:

Plavání a opalování: Messénie je známá svými nádhernými plážemi, kde si můžete užívat slunce a čistou vodu.

Vodní sporty: V regionu můžete vyzkoušet různé vodní aktivity, jako je jízda na kajaku, paddleboarding, windsurfing nebo šnorchlování. K dispozici jsou také možnosti pro potápění, kde si můžete prozkoumat podvodní svět a mořský život.

Turistika a outdoorové aktivity:

Turistika v pohoří Taygetos: Pohoří Taygetos je ideálním místem pro pěší turistiku, s mnoha stezkami vedoucími k malebným vesnicím, skalnatým vrcholům a úchvatným výhledům. Můžete se vydat na náročnější túry nebo si vybrat kratší procházky do přírody.

Jízda na horských kolech: Region nabízí také skvělé podmínky pro cyklistiku, ať už pro zkušené cyklisty, nebo pro rodiny s dětmi. Mnoho tras vede po malebných silnicích a horských stezkách.

Historie a kultura:

Archeologické památky: Messénie je bohatá na historické památky, jako jsou zbytky starověkého města Messene, hrad v Kalamátě

Kláštery a kostely: Oblast má také několik historických klášterů a byzantských kostelů, které stojí za návštěvu. Například klášter Verga nabízí nejen náboženský význam, ale i krásné výhledy na okolní krajinu.

Gastronomie:

Olive Oil Tour: Messénie je známá svými olivovými háji a výrobou kvalitního olivového oleje. Můžete navštívit místní olivové farmy, kde se dozvíte o procesu výroby a ochutnáte čerstvý olivový olej.

Tradiční řecká kuchyně: Vyzkoušejte místní speciality, jako je souvlaki, moussaka nebo gyros, které si můžete vychutnat v tavernách v Kalamátě a okolních vesnicích. Nezapomeňte také na čerstvé mořské plody a vynikající místní víno.

Festivaly a kulturní akce:

Kalamata Dance Festival: Tento mezinárodní festival tance je jedním z nejvýznamnějších kulturních událostí v oblasti, který přitahuje účastníky z celého světa.

Messenian Festival: V letních měsících se konají různé kulturní akce, koncerty a divadelní představení, které ukazují bohatou kulturní tradici regionu.

Cyklistika a jízda na koni:

V regionu jsou také možnosti pro jízdu na koni a cyklistiku. Můžete se projet po malebných venkovských cestách nebo vyzkoušet organizované túry na koni, které vám umožní objevovat krásy krajiny z jiného úhlu.

Výlety do okolí:

Gythio: Tento malebný přístavní město leží nedaleko Kalamaty a je známé svou krásnou pláží a historickými památkami. Můžete zde také navštívit Olivovou zahradu Dioskúrov nebo se vydat na ostrov Kythira.

Výlet na ostrov Zakynthos: I když je to trochu dál, výlet na Zakynthos, známý svými křišťálově čistými vodami a ikonickými plážemi, může být skvělým zpestřením Vaší dovolené.



Kuchyně a jídlo

Řecká kuchyně je ovlivněna gastronomií tureckou, italskou a arabskou. Jídla jsou připravována převážně na olivovém oleji. Řecké pokrmy patří k těm nejzdravějším.

Nabídka v restauracích je psána většinou trojjazyčně – řecky, anglicky a německy. Na vývěsních tabulích bývají také fotografie jídel. Restaurace se nazývá „estiatório“ nebo „taverna“. „Psáro taverna“ má v nabídce především ryby. Ouzo či rakiji a malé předkrmy si můžete dát v „ouzeriích“. Pečivo, zmrzlinu a bonbóny dostanete v cukrárnách „zacharoplastió“. Jídlo se podává téměř vždy vlažné.



Kuchyně regionu Messénie, stejně jako většina řecké gastronomie, je založena na čerstvých, kvalitních surovinách a tradičních receptech, které se dědí po generace. Je to oblast známá svou produkcí oliv, čerstvých mořských plodů, bylinek a zemědělských produktů, což se odráží i v místní kuchyni.

Kuchyně Messénie tedy nabízí širokou škálu chutí, od bohatých a vydatných jídel až po lehké saláty a čerstvé mořské plody. V kombinaci s kvalitními víny a olivovým olejem se tak stává gastronomický zážitek v této oblasti nezapomenutelný.

Typické pokrmy:

Souvlaki a Gyros

I když jsou tyto pokrmy oblíbené po celém Řecku, v Messénii je můžete ochutnat v mnoha variantách. Souvlaki je grilované maso (nejčastěji vepřové, kuřecí nebo jehněčí) podávané na špízu, zatímco gyros je podobné, ale maso je pečeno na vertikálním rožni.

Moussaka

Tradiční řecké jídlo, které je vrstvou mletého masa, brambor, lilku a bešamelové omáčky, vše zapečené do zlatova. I když se moussaka připravuje po celém Řecku, v Messénii je často podávána s mletým jehněčím masem, což je v této oblasti běžné.

Kalamari (Smažené kalamáry)

Čerstvé chobotnice nebo sépie jsou v Messénii oblíbené a často se podávají smažené v těstíčku. Místní verze těchto pokrmů bývá lehká a velmi chutná, často servírovaná s čerstvými citrony a olivovým olejem.

Lahanosalata (salát s kapustou)

Tento salát je v Messénii oblíbený a obsahuje nasekanou kapustu, rajčata, okurky a olivy, často s olivovým olejem a octem. Je to svěží a lehká příloha k hlavnímu jídlu.

Savoury pies (slané koláče)

V Messénii se často podávají různé druhy slaných koláčů, jako je Bougatsa (koláč plněný sýrem nebo masem), nebo Tiropita (sýrový koláč), což jsou tradiční pochoutky, které najdete v mnoha místních tavernách.

Fasolada

Tradiční řecká polévka, která je oblíbená v celé zemi, v Messénii se často připravuje s čerstvými rajčaty, fazolemi, zeleninou a bylinkami, jako je oregano. Může být podávána jako hlavní jídlo nebo předkrm.

Sladkosti:

Baklava

Tradiční řecký dezert, který je vyrobený z vrstev filo těsta, ořechů (nejčastěji vlašských ořechů nebo pistácií) a medu. Místní verze může obsahovat různé variace ořechů a koření, což z ní činí jedinečný zážitek.

Loukoumades

Jsou to malé, smažené koule těsta, které jsou zalité medem a posypané skořicí a ořechy. Tento sladký pokrm je v Messénii velmi oblíbený, zejména jako dezert po jídle nebo jako svačina.

Amigdalota

Tradiční sladké řecké cukrovinky připravené z mandlí, cukru a vajec. Mnohdy se podávají jako dárek nebo při svátcích a oslavách.

Typické suroviny a nápoje

Olive oil – Messenie je známá svou produkcí kvalitního olivového oleje. Místní olivy, zejména Koroneiki, jsou považovány za jedny z nejlepších v Řecku a používají se k přípravě mnoha jídel, od salátů až po pečení.

Víno – Region Messénie má dlouhou tradici v pěstování vinné révy, zejména pro výrobu vína Mavrotragano, červené víno, které je oblíbené v této oblasti. K dostání je i bílý Moschofilero, lehčí víno s citrusovou chutí.

Ouzo – Tento anýzový likér je velmi populární v celé Řecku, včetně Messénie. Podává se často jako aperitiv a je oblíbený během společenských akcí.



 Slovníček

Řekové používají řeckou abecedu, zde jsou řecká slova přepsána do latinky.

Řecky	Česky
Kaliméra	Dobrý den
Kalispéra	Dobrý večer (od 15 hodin)
Kalinichta	Dobrou noc
Jásu	Ahoj
Chérete	Na shledanou
Efcharistó	Děkuji
Parakaló	Prosím
Né/Óchi	Ano/Ne
Ávrio	Zítřka
Símera	Dnes

Řecky	Česky
Polí	Mnoho
Lígo	Málo
Oríste?	Prosím?
Isotimía	Kurz
Gramatósimo	Známka
Jatrós	Lékař
Piretó	Teplota
Kefáli	Hlava
Pódi	Noha
Chéri	Ruka

V restauraci

Řecky	Česky
Estiatório	Restaurace
Anichtó	Otevřeno
Klistó	Zavřeno
Bíra	Pivo
Krasí	Víno
Tsai	Čaj
Zestó	Horký

Řecky	Česky
Krío	Studený
Rízi	Rýže
Kréas	Maso
Saláta	Salát
Kombósta	Kompot
Patátes	Brambory

Číslovky

Řecky	Česky
Mía	Jedna
Dío	Dva
Tría	Tři
Tésera	Čtyři
Pénte	Pět

Řecky	Česky
Éxi	Šest
Eptá	Sedm
Októ	Osm
Ená	Devět
Déka	Deset

Dny v týdnu

Řecky	Česky
Deftéra	Pondělí
Triti	Úterý
Tetárti	Středa
Pémpti	Čtvrtek

Řecky	Česky
Paraskeví	Pátek
Sávato	Sobota
Kiriakí	Neděle



Elektrický proud

Napětí v řecké elektrické síti činí 220 V, kmitočet je 50 Hz. Adaptér do zásuvek není nutný.



Voda

Kohoutková voda je v Řecku sice pitná, ovšem ne vždy chutná, na mnoha ostrovech má například slanou příchuť. Kupte si raději v obchodě vodu balenou.



Zdravotní péče

Zdravotní péče v oblasti je na dobré úrovni a je zajišťována jak veřejnými, tak soukromými zdravotnickými zařízeními. Návštěvníci se mohou spolehnout na základní lékařskou péči, ať už se jedná o ošetření drobných poranění, léky na předpis nebo akutní zdravotní problémy.

Lékárny (farmakio) jsou označeny zeleným nebo červeným maltézkým křížem. Pokud budete potřebovat lékaře, kontaktujte pojišťovnu, se kterou máte uzavřené cestovní pojištění. Pakliže jste si uzavřeli pojištění u ERV Evropské pojišťovny, volejte linku EuroAlarm Assistance +420 221 860 600. Náklady na ošetření vám budou oproti dokladu po návratu zpětně proplaceny.

Zdravotní zařízení:

Veřejné nemocnice:

General Hospital of Kalamata (Nemocnice Kalamata): Tato nemocnice je hlavním zdravotnickým zařízením ve městě. Poskytuje širokou škálu zdravotní péče, včetně urgentní medicíny, chirurgických zákroků, diagnostiky a hospitalizace. Je dobře vybavena pro poskytování základní i specializované péče.

Lékařské kliniky a zradování střediska:

V oblasti jsou také zdravotní střediska a kliniky, které poskytují základní lékařskou péči. Tato zařízení jsou vhodná pro běžné lékařské prohlídky, očkování, ošetření drobných zranění nebo nemocí.

Soukromé zdravotní služby:

Nachází se zde i několik soukromých klinik a ordinací specialistů (např. zubních lékařů, dermatologů, gynekologů). Soukromá péče je obvykle rychlejší, ale může být dražší než veřejná.

Léky a lékárny:

Lékárny jsou běžně dostupné a dobře zásobené léky na předpis i volně prodejnými léky. Lékárny v Kalamata a dalších městech v Messénii mají dlouhou otevírací dobu, a některé mohou být otevřeny i o víkendech.



Zajímavá místa

Oblast Messénie, včetně města Kalamata, je plná historických, kulturních a přírodních památek, které stojí za návštěvu. Zde je několik zajímavých míst, která byste neměli při návštěvě tohoto regionu vynechat:

Starověké město Messene

Starověké Messene je jedním z nejvýznamnějších archeologických nalezišť v Řecku. Tento antický městský stát byl jedním z nejlepších zachovaných ve starověkém Řecku. Můžete zde navštívit amfiteátr, hrobky, městské hradby a svatyni Asklépia. Významnou atrakcí je také dobře zachovalý stadion.

Nejlepší pláže Costa Navarino

Originální řecký název Pylos označuje především historické městečko na okraji zálivu. V některých epochách se mu říkalo také Zonklos či Neokastro (Nová pevnost). Pojmenování Navarino (z italštiny) se používalo za benátské nadvlády, dnes slouží hlavně k propagačním účelům a vychází z řeckého Neo Avarin (Nové Avarovo) – reakce na avarské útoky v 6. století. V posledních letech se region zaměřuje na náročnější turisty, ovšem nejen oni ocení velice klidnou atmosféru, připomínky slavných dějinných událostí i příjemnou, lehce zvlněnou krajinu plnou vinogradů a olivových hájů.

Jedinečné poznávací znamení Costa Navarino představuje členité mořské pobřeží plné překrásných pláží. Největší věhlas si získala Voidokilia ve stejnojmenné zátoce tvaru písmene U, která se řadí mezi nejhezčí pláže celého Řecka. Táhne se po úzkém pruhu pevniny, neboť z jedné strany ji obklopují romantická skaliska a z druhé laguna Gialova (Limni Divariou). Jemný světlý písek a mírný sklon do vody nadchne děti, dostatek místa a soukromí jejich rodiče, daní za to však je absence servisu a plážového vybavení.

Národní park Taygetos

Pohoří Taygetos je ideálním místem pro milovníky přírody a turistiky. Je to nejvyšší pohoří na Peloponésu, které nabízí úžasné výhledy, horské stezky a přírodní krásy. Můžete se vydat na pěší túry nebo obdivovat místní flóru a faunu.

Palace of Nestor

Palác Nestor je pozůstatek paláce, který byl jedním z hlavních míst v mykénské civilizaci. Tento archeologický komplex v oblasti Pylos nabízí pohled na antické ruiny a je fascinujícím místem pro ty, kteří mají zájem o starověkou historii.

Kláster Verga

Tento klášter se nachází na kopci nad Kalamatou a nabízí úchvatné výhledy na město, moře a okolní krajinu. Klášter je známý svou historickou hodnotou a krásnou byzantskou architekturou.

Město Kalamata

Samotné město Kalamata je plné historie a kultury. Mezi hlavní zajímavosti patří starý hrad Kalamata, který nabízí výhledy na město a okolí, a archeologické muzeum Kalamata, které obsahuje artefakty z doby antického Řecka.

Vodopády Polylimnio

Tyto vodopády se nacházejí v západní části Messénie. Jsou to nádherné kaskádovité vodopády, které padají do přírodních jezírek. Tato oblast je ideální pro pěší turistiku a koupání v osvěžující vodě, a to zejména v létě.

Skládají se z 15 tyrkysových jezírek, která vytvářejí kaskádu v úzké soutěsce. Okolí vodopádů obklopuje bujná vegetace a skalnatými útesy. Vede k nim mírně náročná pěší stezka s kluzkými kameny, ale nádherné výhledy a koupání v průzračně čisté vodě to kompenzují.

Najdete zde menší jezírka jako Panagos, Stathula a Mavrolimna, ke kterým dojdete hustou zelení. Celému komplexu jezírek vévodí vodopád Kadi, jehož voda se řítí z výšky 25 metrů mezi ostré skály kaňonu. Jedinečný zážitek nabízí také jezírko Kadoula ve tvaru srdce, ve kterém se dá koupat, ale je třeba opatrnosti, a to zejména kvůli 20metrovému vodopádu. K dalším jezírkům můžete dojít po dřevěných lávkách a stezkách nebo pomocí závěsného lana.

Na místě je parkoviště a také kavárna s terasou, kde si můžete po celodenním výletu odpočinout. Doporučujeme vzít s sebou pevnou obuv na chůzi po skalách.

Sparta

Osudy mocného města Sparta

Peloponéská válka, bitva u Thermopyl, vojevůdce Lysandros... slávu Spartě přinesla především její dávná minulost, neboť ve formě archeologických nálezů se toho příliš nedochovalo. Její dějiny jsou totiž hodně spleťité. Za povšimnutí však stojí i panoramata okolních hor.

Dnešní Sparta (asi 20 tisíc obyvatel) leží v jižní polovině poloostrova. Směrem na západ od ní se zvedá nejvyšší peloponéské pohoří Taygetos (vrchol Xerovouna – 1 820m n. m.), východně se tyčí mohutný masiv Parionu. U města začíná dálnice A71, mířící severním směrem k Megalopoli, kde se spojuje s dálnicí A7 vedoucí až do Korintu. K přímořským městům Skala a Gythio na jihu je to zhruba 40 kilometrů.

Vzestup a pád Sparťanů

Historie Sparty se začala psát mezi 16. a 15. stoletím př. n. l. Pověsti sice hovoří o jejím založení Lakedaimónem, který ji pojmenoval podle své manželky, reálnější je však vliv achajských kmenů, a především pozdější vpád Dóřů. Ti ze Sparty učinili centrum silného městského státu, jehož úpadek nastal až bitvou u Leukter roku 371 př. n. l. Za vlády Byzantské říše vzniklo na antických ruinách město Lakedemonia, obývané do roku 1263, kdy jeho obyvatelé přesídlili do nedaleké Mystry.

Novou Spartu nechal postavit po osamostatnění Řecka král Ota I. v roce 1834. Ze starověkého města však takřka nic nezůstalo, až na Akropoli, divadlo, chrám bohyně Athény a hrobku krále Leonida. Navštívit můžete i kostel sv. Nikóna z 10. století a archeologické muzeum.

Mystras

Město Mystras už sice zaniklo, ovšem jeho velmi dobře dochovaný areál na malém pahorku se stal význačnou archeologickou lokalitou. Pro svou mimořádnou historickou hodnotu byla oblast v roce 1989 zařazena na Seznam světového dědictví UNESCO.

Mystras se nachází jenom malý kousek od dalšího významného města, starověké Sparty. Lze sem dobře dojet z ostatních regionů Peloponésu díky dálnici A71, která se odpojuje od dálnice A7 u Megalopoli. Na západní straně areálu se zvedají svahy nejvyššího peloponéského pohoří Taygetos.

Co návštěvníkům nabízí Mystras

Počátky byzantského města Mystras sahají až do 13. století, kdy ho založili Frankové v čele s Vilémem II. de Villehardouin. Rychle dosáhlo velkého rozkvětu, o 200 let později v něm žilo přes 40 tisíc obyvatel a do roku 1460 dokonce plnilo funkci administrativního centra celého Peloponésu. Potom to s ním však šlo z kopce: vyplenili ho Turci, ovládali Benátčané a roku 1821 už jako bezvýznamná obec připadl Řecku.

K důležitým částem Mystras patří mohutná pevnost s rozsáhlým Palácem despotů a kaplí Agia Sophia, mužský klášter Perivleptos a katedrála Metropolis z roku 1309. Honosný klášter Pantanassa dosud obývají řádové sestry.

Gythio

Malebné přístavní město s krásnými plážemi a historickými památkami. Město je známé svými kamennými domy a příjemnou atmosférou. Je také výchozím bodem pro výlety na ostrov Kythira, který je známý svou krásnou přírodou a plážemi.

Ostrov Elafonisos

Elafonisos je malý ostrov ležící nedaleko Gythia, který je známý svými bílými písčnými plážemi a křišťálově čistou vodou. Ostrov je ideální pro jednodenní výlet a nabízí klidnou atmosféru, ideální pro relaxaci.

Kostel Agios Nikolaos v Mani

Region Mani je známý svou drsnou krajinou a historickými vesnicemi. V této oblasti stojí za návštěvu kostel Agios Nikolaos, který se nachází ve vesnici Diros a je jedním z nejstarších a nejkrásnějších kostelů v regionu