

ΠΟΡΕΙΑ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΙΑΣΗ ΣΤΑ ΛΟΥΤΡΑ ΤΟΥ ΗΡΑΚΛΗ:  
ΚΕΝΤΡΟ ΘΕΡΜΑΛΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑΣ ΣΤΙΣ ΠΗΓΕΣ ΤΟΥ ΚΑΛΛΙΑΡΟΜΟΥ



Σπουδάστριες Βαρέλη Αικατερινη  
Κωστή Χριστινα  
Επιβλέποντες Τσιράκη Σοφία  
Αγγελής Γιώργος  
Σύμβουλος Βασιλάτος Παναγιώτης



ΠΟΡΕΙΑ ΠΡΟΣ ΤΗΝ ΙΑΣΗ ΣΤΑ ΛΟΥΤΡΑ ΤΟΥ  
ΗΡΑΚΛΗ  
ΚΕΝΤΡΟ ΘΕΡΜΑΛΙΣΜΟΥ ΚΑΙ ΕΥΕΞΙΑΣ ΣΤΙΣ ΠΗΓΕΣ ΤΟΥ ΚΑΛΛΙΔΡΟΜΟΥ

Σπουδάστριες Βαρέλη Αικατερίνη  
Κωστή Χριστίνα

Επιβλέποντες Τσιράκη Σοφία  
Αγγελής Γιώργος

Σύμβουλος Βασιλάτος Παναγιώτης

ΕΘΝΙΚΟ ΜΕΤΣΟΒΙΟ ΠΟΛΥΤΕΧΝΕΙΟ - ΣΧΟΛΗ ΑΡΧΙΤΕΚΤΟΝΩΝ ΜΗΧΑΝΙΚΩΝ

ΑΘΗΝΑ, ΣΕΠΤΕΜΒΡΙΟΣ 2023





## Ε Ι Σ Α Γ Ω Γ Η

Η παρούσα διπλωματική εργασία εκπονήθηκε από τις Βαρέλη Κατερίνα και Κωστή Χριστίνα, σπουδάστριες αρχιτεκτονικής στο ΕΜΠ, με επιβλέποντες καθηγητές την κα. Τσιράκη Σοφία, τον κ. Αγγελή Γιώργο και σύμβουλο οικοδομικής τον κ. Βασιλάτο Παναγιώτη. Αφορά στον σχεδιασμό ενός Κέντρου Θερμαλισμού και Ευεξίας στις ιαματικές πηγές Καλλιδρόμου, γνωστές και ως Ψωρονέρια. Η ονομασία των πηγών προέκυψε από την ιδιότητα του συγκεκριμένου ιαματικού νερού να θεραπεύει και την ψωρίαση, γεγονός που ήταν γνωστό ήδη από την αρχαιότητα. Η περιοχή μελέτης επιλέχθηκε έπειτα από επίσκεψη της σπουδαστικής ομάδας για λουτροθεραπεία καθώς και από το προσωπικό ενδιαφέρον της για τις ευεργετικές ιδιότητες του νερού.

Σύμφωνα με τον μύθο, η θεά Αθηνά ζήτησε από τη Γαία να φτιάξει τις πηγές του Καλλιδρόμου και των Θερμοπυλών και τις δώρισε στον Ηρακλή, ούτως ώστε να γιατρεύει τις πληγές του μετά από κάθε άθλο. Η ιδιαίτερη ατμόσφαιρα του τοπίου, η εμβληματική παρουσία του υγρού και του γήινου στοιχείου, των ιαματικών πηγών και των βράχων, καθώς και το μυθολογικό στοιχείο που φορτίζει την περιοχή, έθεσαν τα θεμέλια της σκέψης μας και ταυτόχρονα συνέθεσαν το σχεδιαστικό μας υπόβαθρο. Έπειτα από μία μακροσκελή έρευνα, ανάλυση και αξιοποίηση των χαρακτηριστικών αυτών, λάβαμε τα απαραίτητα εφόδια για τον σχεδιασμό μας.

Η κεντρική ιδέα της αρχιτεκτονικής πρότασης αποτελεί μια αναφορά στις πληγές του Ηρακλή, οι οποίες πρόκειται να θεραπευτούν με το ιαματικό νερό. Έτσι, μια επιμήκης, τεθλασμένη χαρακιά στο βουνό έρχεται να αποτυπώσει την ιδέα της πληγής, τη στιγμή που εκατέρωθεν αυτής αναπτύσσονται χώροι με κεκλιμένο κάναβο, εκφράζοντας την ιδέα του ράμματος. Η χαρακιά ταυτίζεται με τον βασικό άξονα κίνησης του επισκέπτη ενώ οι χώροι που αναπτύσσονται εκατέρωθεν αυτής, φιλοξενούν τις διάφορες θεραπείες, αποτελώντας χώρους στάσης. Η ροϊκότητα του βασικού άξονα εκφράζει τη ροϊκότητα του νερού ενώ η διαρκής ανοδική του πορεία συνδέεται με τη διαρκή ανάβλυση του ιαματικού νερού από τα έγκατα της γης.

Παρατηρώντας τις πηγές του Καλλιδρόμου, πρωταρχική ανάγκη αποτελεί η σύνδεση των διασπαρμένων λιμνών μεταξύ τους, καθώς και η ανάδειξη του φυσικού τοπίου με διαδρομές. Στην προσπάθεια αυτή, κρίνεται σημαντική η ενεργοποίηση της κεντρικής ζώνης, η οποία επιτρέπει τη σύνδεση με το βουνό και προσφέρει νέες δυνατότητες στον περιπατητή ή λουόμενο. Παράλληλα, γεννιέται η ανάγκη για τον σχεδιασμό ενός κτιρίου μεσαίας κλίμακας που θα λειτουργεί ως πέρασμα - στάση και θα συνομιλεί με τα φυσικά στοιχεία του τόπου, δημιουργώντας μία νέα τοπιογραφία. Επιπλέον, βασικό μέλημα αποτελεί η χθόνια σχέση με το έδαφος για τη δημιουργία

ενός εσωστρεφούς χώρου και μιας μυστικιστικής ατμόσφαιρας.

Στόχος του σχεδιασμού είναι η δημιουργία υποδομών που θα λειτουργήσουν συμπληρωματικά ως προς τις λίμνες, χωρίς να επιβληθούν σε αυτές και χωρίς να καταργήσουν τον δημόσιο χαρακτήρα του τόπου, αλλά προσθέτοντας δραστηριότητες θεραπευτικές για το σώμα και την ψυχή. Δεδομένης της μοναδικότητας του τοπίου και του γεωμορφολογικού του ενδιαφέροντος, δε θα μπορούσε να παραληφθεί η λειτουργία του και ως κέντρο ενημέρωσης, καθώς επίσης και ως ένα σημείο παρατήρησης της ευρύτερης περιοχής.

Τα κύρια υλικά που χρησιμοποιούνται είναι η πέτρα -στον άξονα που ορίζει την κίνηση- και το εμφανές σκυρόδεμα -στους ιαματικούς χώρους. Τα βατά δώματα επιλέγεται να επιστρωθούν με πατημένο χώμα ενώ τα δώματα των κεκλιμένων στεγών καλύπτονται με τοπική πέτρα. Το χωρικό αποτύπωμα που προκύπτει με το πέρασ της συνθετικής διαδικασίας ενισχύει την εμβληματικότητα του υδάτινου στοιχείου (λίμνες), του γήινου περιβάλλοντος (έδαφος, χώμα, βράχος, φύτευση) και του κτισμένου περιβάλλοντος (επισκέπτης, κίνηση, λειτουργίες), τα οποία παντρεύονται σε ένα εναρμονισμένο, πλήρως ενταγμένο σύνολο.

**0 1 .****ΕΙΣΑΓΩΓΗ  
ΣΤΟ ΘΕΜΑ**

σελ. 8 - 17

---

Εισαγωγή σε θεωρητικές και επιστημονικές έννοιες σχετικές με το ιαματικό νερό και τα λουτρά

**0 2 .****ΕΠΙΛΟΓΗ  
ΤΟΠΟΘΕΣΙΑΣ**

σελ. 18 - 31

---

Γενικά στοιχεία ευρύτερης περιοχής της Λαμίας και των πηγών του Καλλιδρόμου

**0 3 .****Ο ΤΟΠΟΣ**

σελ. 32 - 41

---

Εστίαση ενδιαφέροντος στις πηγές του Καλλιδρόμου

## Π Ε Ρ Ι Ε Χ Ο Μ Ε Ν Ω Ν

**0 4 .****Η ΙΔΕΑ**

σελ. 42 - 49

---

Προθέσεις- Συνθετικά εργαλεία  
Κεντρική ιδέα  
Πορεία-εξέλιξη ιδέας

**0 5 .****Η ΠΡΟΤΑΣΗ**

σελ. 50 - 93

---

Κτιριολογικό διάγραμμα  
Σχέδια  
Φωτορεαλιστικές απεικονίσεις  
Μακέτες

**0 6 .****ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ -  
ΠΑΡΑΡΤΗΜΑ**

σελ. 96 - 106

---

Βιβλιογραφία  
Παράρτημα συνεντεύξεων και  
ερωτηματολογίου μέσω Google  
Forms



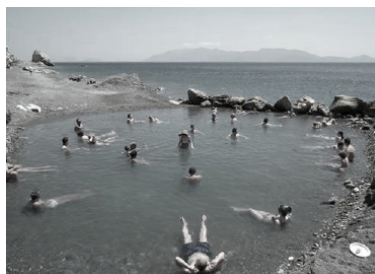


0 1 • ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΟ ΘΕΜΑ

## ΕΙΣΑΓΩΓΗ ΣΤΟ ΠΕΔΙΟ ΤΟΥ ΘΕΡΜΑΛΙΣΜΟΥ

Ο Θερμαλισμός αποτελεί ένα ευρύ πεδίο θεραπευτικών εφαρμογών που πραγματοποιούνται με τη χρήση φυσικών ιαματικών πόρων, με στόχο την πρόληψη, τη διατήρηση ή την αποκατάσταση της σωματικής και ψυχικής υγείας. Με την έννοια φυσικοί ιαματικοί πόροι αναφερόμαστε σε όλα εκείνα τα γήινα φυσικά υλικά που στην αυθεντική τους κατάσταση έχουν την ικανότητα να θεραπεύουν. Ανάλογα με το είδος του ιαματικού φυσικού πόρου (νερό, πηλός, σπήλαιο, κλίμα) διακρίνουμε και διαφορετικές χρήσεις. Για κάθε είδος του, δηλαδή, υπάρχει και η αντίστοιχη ονομασία για την θεραπευτική αγωγή. Επομένως, ο θερμαλισμός περιλαμβάνει ως βασικές κατηγορίες χρήσης των ιαματικών φυσικών πόρων τη θαλασσοθεραπεία, την κλιματοθεραπεία, την υδροθεραπεία, την πηλοθεραπεία και τέλος, την σπηλαιοθεραπεία.

Θαλασσοθεραπεία



Θαλασσοθεραπεία στην παράκτια ιαματική πηγή του Αγίου Φωκά στην Κω

Κλιματοθεραπεία



Τα ιαματικά λουτρά των Μεθάνων

Υδροθεραπεία



Θερμή πηγή Λουτρακίου Αριδαίας-Πόζαρ

Πηλοθεραπεία

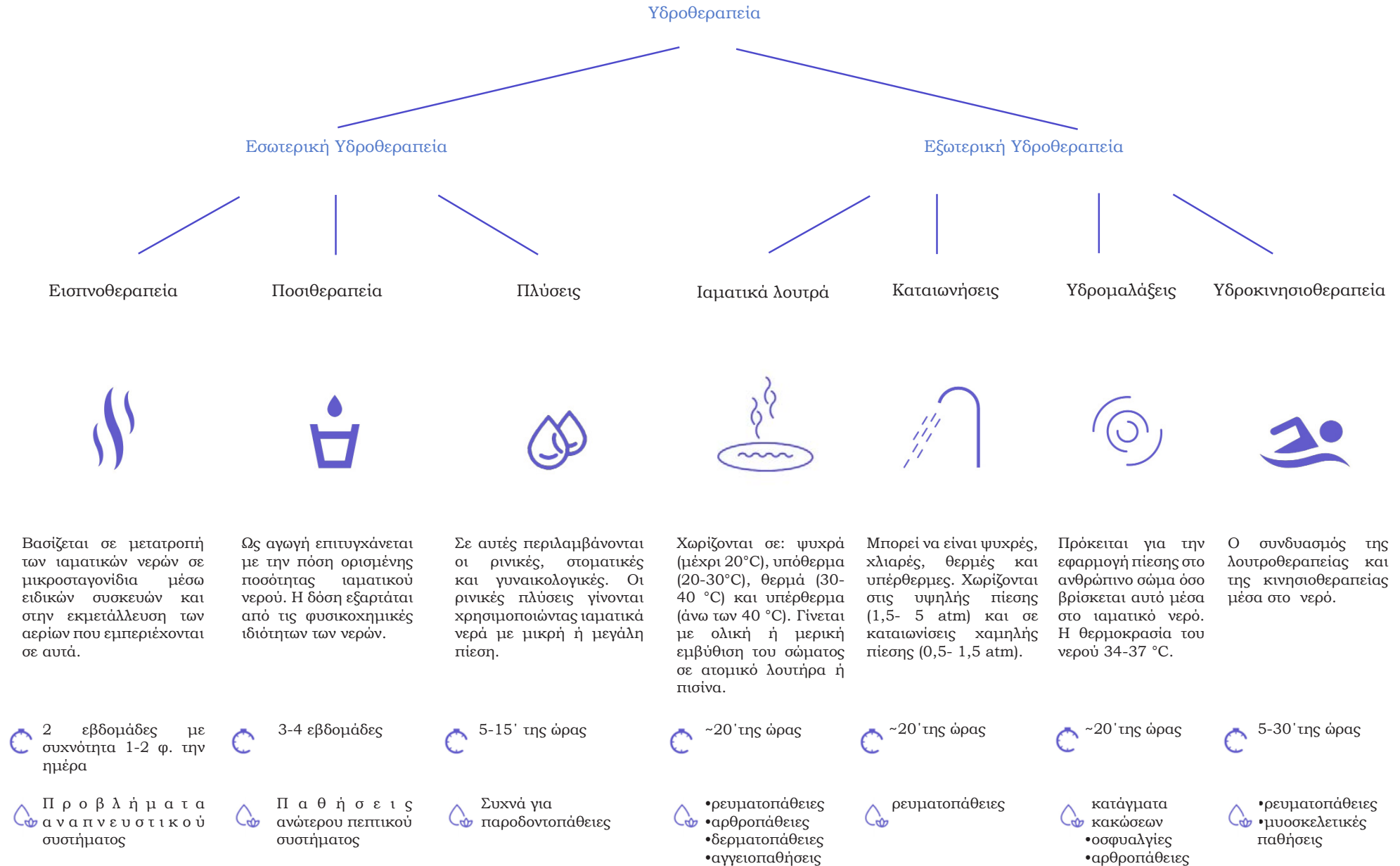


Φυσικός ταμιευτήρας πηλού Δήμου Φιλίππων

Σπηλαιοθεραπεία



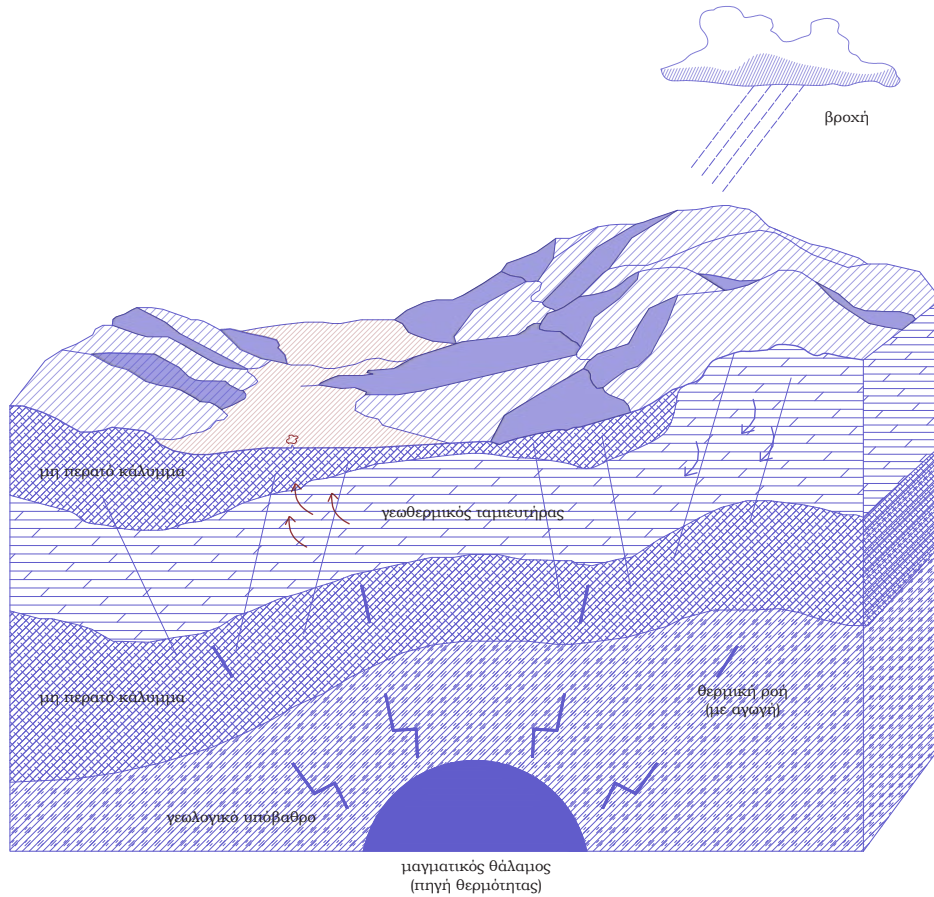
Σπηλαιοθεραπεία σε σπήλαιο της Γερμανίας





## ΓΕΩΘΕΡΜΙΚΟ ΠΕΔΙΟ ΚΑΙ ΙΑΜΑΤΙΚΟ ΝΕΡΟ

Στην υδροθεραπεία, το ιαματικό νερό, όπως ορίζει και η λέξη, αποτελεί κυρίαρχο στοιχείο. Αυτό αναβλύζει φυσικά ή αντλείται από ιαματικές πηγές. Οι θερμές μεταλλικές πηγές αποτελούν φυσικές εκδηλώσεις γεωθερμικών πεδίων. Αγωγό για την ανοδική πορεία του θερμού νερού από το υπέδαφος προς την τοπογραφική επιφάνεια αποτελούν τα ρήγματα και κάθε μορφή τεκτονικής ασυνέχειας. Τα νερά κατεισδύουν στο υπέδαφος, θερμαίνονται κατά την επαφή τους με τα θερμά πετρώματα και ελαφρότερα πλέον ανέρχονται προς την επιφάνεια, με τα ψυχρότερα να παίρνουν τη θέση τους. Σχηματίζεται, λοιπόν, ένα σύστημα κυκλοφορίας που ανανεώνεται, καθώς μεταφέρει τη θερμότητα από το βάθος στην επιφάνεια. Ως λειτουργικό σύστημα, το γεωθερμικό πεδίο, εν τέλει, παράγει ρευστά με υψηλές θερμοκρασίες, ικανά να παρέχουν πολλαπλά οφέλη για τον άνθρωπο.



Κατά την κυκλοφορία του στο υπέδαφος, το ιαματικό νερό έρχεται σε επαφή με πετρώματα ηφαιστειογενών εδαφών και αναμειγνύεται με μεταλλικά συστατικά, τα οποία του προσδίδουν τις ευεργετικές του ιδιότητες. Τα πιο συνήθη μεταλλικά στοιχεία είναι το θείο, το ασβέστιο, το μαγνήσιο, ο σίδηρος και το ράδιο.



Οι θεραπευτικές ιδιότητες των ιαματικών νερών οφείλονται στις βιολογικές δράσεις που επιφέρει στον οργανισμό η χρήση τους. Οι δράσεις αυτές είναι:



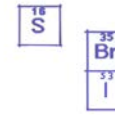
Μηχανική δράση

λόγω της άνωσης και της υδροστατικής πίεσης, το σώμα γίνεται ελαφρύτερο, η πίεση κατανέμεται ομοιόμορφα στο σώμα, με αποτέλεσμα την χαλάρωση και την μείωση του πόνου.



Θερμική δράση

η θερμοκρασία ενεργοποιεί θερμοληπτικούς μηχανισμούς και προκαλεί επιτάχυνση των μεταβολικών καθώς και οξειδοαναγωγικών ενεργειών. Επίσης, τα αιμοφόρα αγγεία που βρίσκονται επιφανειακά διαστέλλονται και αυξάνεται η αιμάτωσή τους. Η αύξηση της θερμοκρασίας στους μύες έχει ως αποτέλεσμα την ευκολότερη σύσπασή τους.



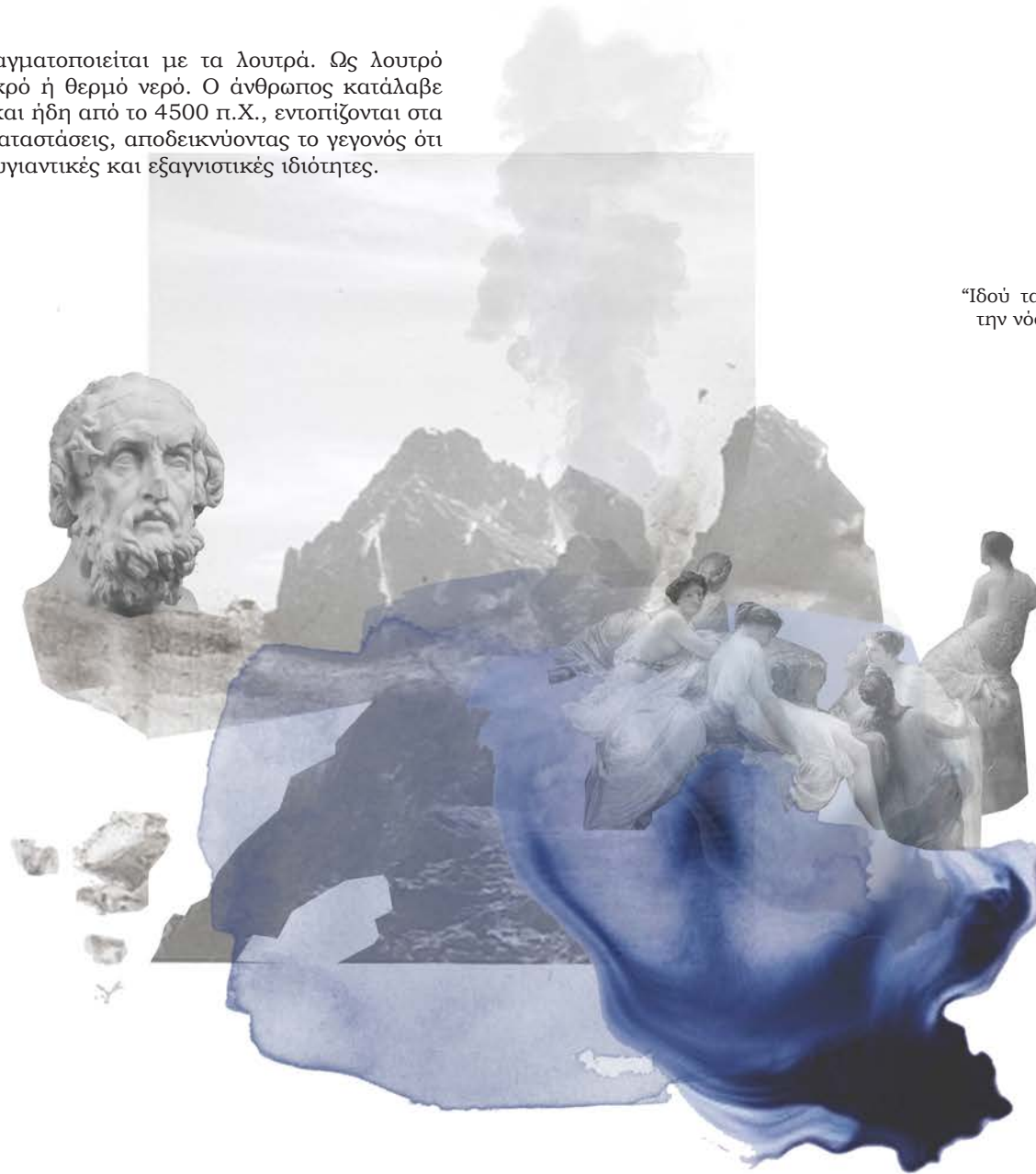
Χημική δράση

απορρόφηση των χημικών στοιχείων των ιαματικών νερών από το δέρμα, ειδικά των Br, I, S.



Η αξιοποίηση των ιαματικών νερών πραγματοποιείται με τα λουτρά. Ως λουτρό ορίζεται το βύθισμα του σώματος σε ψυχρό ή θερμό νερό. Ο άνθρωπος κατάλαβε από πολύ νωρίς τη σημασία του, γι αυτό και ήδη από το 4500 π.Χ., εντοπίζονται στα παλάτια της μεσοποταμίας λουτρικές εγκαταστάσεις, αποδεικνύοντας το γεγονός ότι οι αρχαίοι απέδιδαν στο ιαματικό νερό εξυγιαντικές και εξαγνιστικές ιδιότητες.

“Ίδου τα ύδατα, τα οποία δεν γνωρίζουν  
την νόσον και τα οποία την θεραπεύουν”  
(Atharva- Veda III,12)



“Δει και των υδάτων ενθυμείσθαι τὰς  
δυνάμεις, πλείστον γὰρ μέρος ζυμβάλλεται  
εἰς τὴν υγιείην.”  
(Ἱπποκράτης)

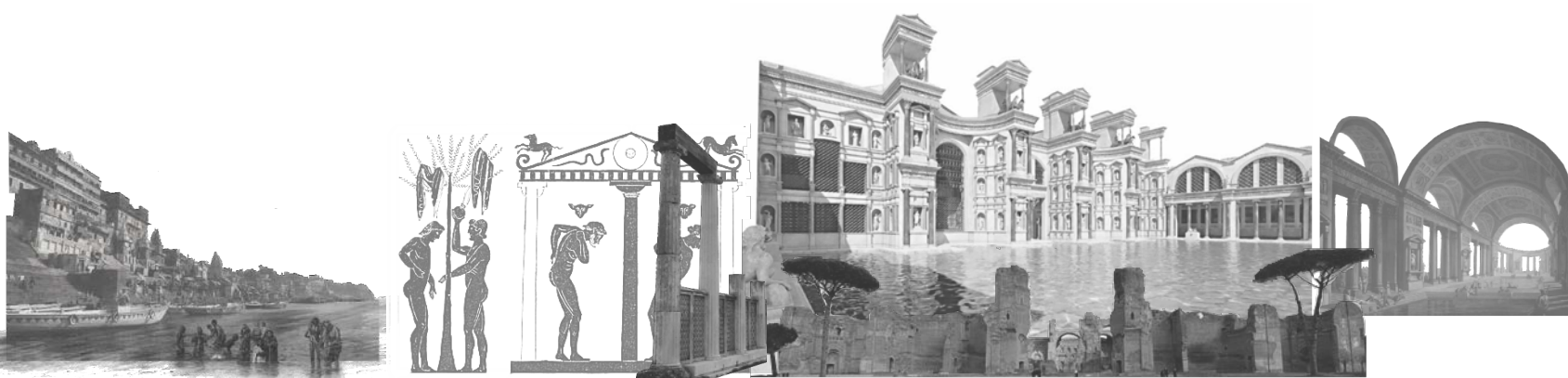
### ΙΣΤΟΡΙΚΗ ΕΞΕΛΙΞΗ ΛΟΥΤΡΩΝ

Για για τους αρχαίους Έλληνες, το νερό δεν αποτελούσε μόνο μέσο καθαριότητας, αλλά και στοιχείο ιαματικής και θρησκευτικής τελετουργίας. Τα πρώτα δημόσια κτίρια που σχετιζόνταν με την καθαριότητα του σώματος, αποτέλεσαν τα Ασκληπιεία τον 5ο αιώνα π.Χ. Αυτά χτίζονταν συνήθως κοντά σε ιαματικές πηγές, σε ποτάμια ή θάλασσα και διέθεταν μία σαφή τριμερή δομή.

Κατά τη ρωμαϊκή περίοδο, τα λουτρά εντάχθηκαν πλήρως στην καθημερινή ζωή των ανθρώπων και, μαζί με άλλα πολιτιστικά δρώμενα, αποτέλεσαν ιδιαίτερο τμήμα των κτιριακών και πολεοδομικών συγκροτημάτων, δίνοντας για πρώτη φορά έμφαση στον προσανατολισμό.

Τη βυζαντινή περίοδο, η σημασία του λουτρού υποβαθμίστηκε, καθώς θεωρήθηκε ότι δεν είναι συμβατό με το χριστιανικό ηθικό πρότυπο. Ωστόσο, η σημειολογική σύνδεση της λούσεως με τη βάπτισμα, αλλά και με τη σωματική ίαση, είτε ιατρική είτε θαυματουργική, υποβοήθησαν τη σταδιακή διαδικασία ενσωμάτωσης των λουτρών στον χριστιανικό τρόπο ζωής.

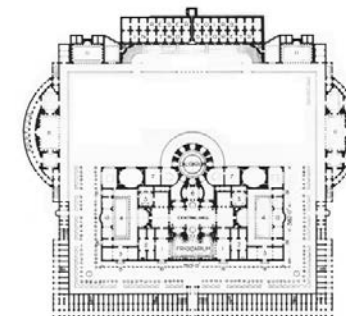
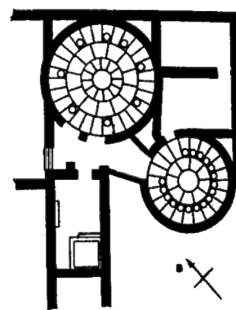
Η ύπαρξη των βυζαντινών λουτρών μετά το πέρας της Βυζαντινής κυριαρχίας αποτέλεσε καταλυτικό παράγοντα στη δημιουργία των τουρκικών λουτρών.

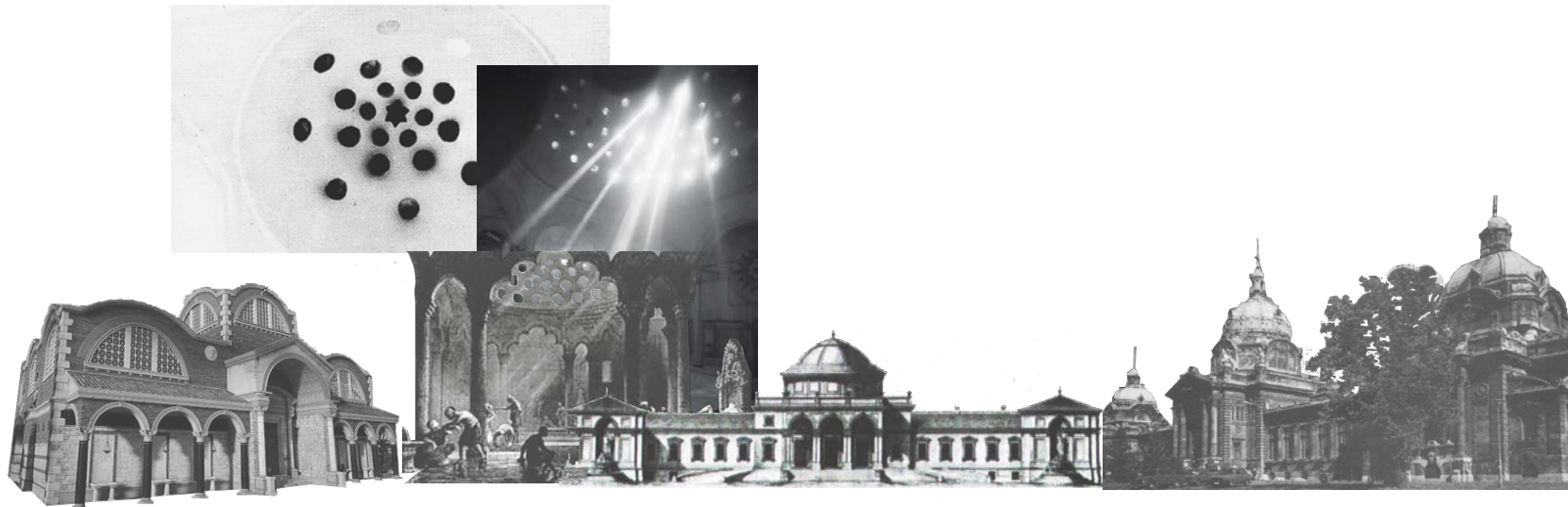


2εκ- 700πΧ.  
προϊστορία

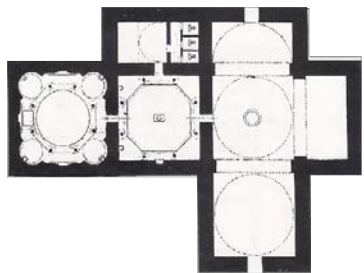
750πΧ. - 1ος αι. πΧ.  
αρχαία Ελλάδα

27πΧ. - 324 μΧ.  
ρωμαϊκά χρόνια

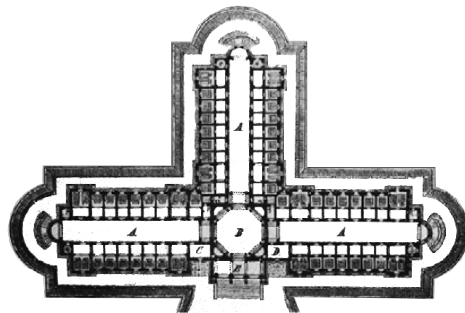




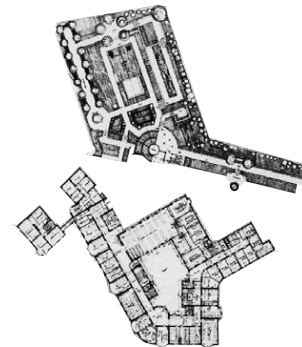
4ος - 15ος μΧ.  
βυζάντιο - μεσαιώνας



15ος - 19ος μΧ.  
οθωμανική περίοδος  
αναγέννηση- μπαρόκ-  
νεοκλασικισμός



20ος - 21ος μΧ.  
σύγχρονη εποχή



Τα λουτρά κατασχέθηκαν και μετατράπηκαν σε ατμόλουτρα, τα γνωστά χαμάμ, τα οποία συνδέθηκαν κυρίως με τον βαθύ σωματικό καθαρισμό και την πνευματική υπέρβαση.

Τα τέλη του 17ου και 18ου αιώνα αποτελούν έναν κύκλο νέων θεωρήσεων και μελετών γύρω από τη σχέση του ανθρώπου με τη φύση. Τα λουτρά, πλέον, αποκτούν έναν θεραπευτικό προσανατολισμό. Από το 1850 και έπειτα, μάλιστα, σημειώνουν κατακόρυφη ανάπτυξη, με αποτέλεσμα ο 19ος αιώνας να θεωρείται η περίοδος επικράτησης της λουτροθεραπευτικής ιδέας.

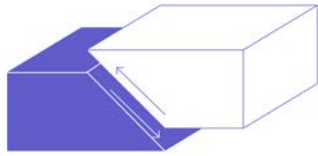
Τον 20ο αιώνα, οι λουτρικοί τύποι αλλάζουν, με τις συμμετρικές κατόψεις να αντικαθίστανται από γραμμικές διατάξεις, ενώ η εκτίναξη των τεχνολογικών επιτευγμάτων βελτιώσε την ποιότητα του εσωτερικού περιβάλλοντος.

Μετά τον 'Β Παγκόσμιο Πόλεμο, η υπερβολική ανάπτυξη των τεχνολογικών δεδομένων προκαλούσε προβλήματα στον ψυχισμό του ανθρώπου. Έτσι, η ανάγκη της λουτροθεραπείας γινόταν, πλέον, όλο και πιο επιτακτική και έπρεπε να διαθέτει επιστημονικά - ιατρικά κριτήρια λειτουργίας. Συνεπώς, ξεκινά μια νέα περίοδος μεγάλης ανοικοδόμησης λουτρικών κέντρων και λουτροπόλεων, όπου επιδιώκεται μία πολυδιάστατη θεραπεία του ανθρώπινου οργανισμού.

## ΓΕΩΓΡΑΦΙΚΗ ΚΑΤΑΝΟΜΗ ΙΑΜΑΤΙΚΩΝ ΠΗΓΩΝ ΕΛΛΑΔΑΣ

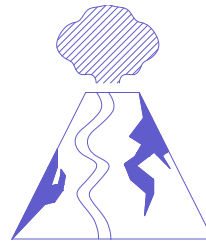
Στη χώρα μας, με βάση την ισχύουσα νομοθεσία έχουν αναγνωριστεί 88 ιαματικοί φυσικοί πόροι, οι 2 από τους οποίους αναφέρονται σε ιαματικό πηλό.

Παρατηρώντας την κατανομή των ιαματικών πηγών στον χάρτη, διαπιστώνεται πως οι περισσότερες βρίσκονται κοντά στις ακτές, ενώ μικρότερος αριθμός σε πεδινές εκτάσεις και ακόμα μικρότερος σε ορεινούς όγκους. Η γεωγραφική κατανομή τους στον ελλαδικό χώρο, λοιπόν, δεν είναι τυχαία, αλλά συνδέεται στενά με τη μορφολογία του εδάφους και τους παράγοντες που την προκάλεσαν. Έτσι, η θέση των ιαματικών πηγών είναι αποτέλεσμα τριών παραγόντων: του τεκτονικού προσανατολισμού, της ηφαιστειότητας και των τοπικών γεωλογικών συνθηκών.



### A. Τεκτονικός προσανατολισμός

Οι θερμές μεταλλικές πηγές εμφανίζονται στα ρήγματα ή στη διασταύρωση των ρηγμάτων μετά από τεκτονικά γεγονότα.



### B. Ηφαιστειότητα

Οι θερμές πηγές αποτελούν μεταηφαιστειακά γεγονότα.



### Γ. Τοπικές γεωλογικές συνθήκες

Εμφανίζονται σε ορεινές περιοχές στις οποίες συνέβησαν τεκτονικά γεγονότα στο παρελθόν.











0 2 • ΕΠΙΛΟΓΗ ΤΟΠΟΘΕΣΙΑΣ

## Γ Ε Ν Ι Κ Α Σ Τ Ο Ι Χ Ε Ι Α

Οι ιαματικές πηγές Καλλιδρόμου βρίσκονται σε μια απόσταση 15 λεπτών από τη Λαμία και περίπου 2.5 ώρες από την Αθήνα, στην καρδιά της ηπειρωτικής Ελλάδας. Η επιλογή της τοποθεσίας προέκυψε σχετικά αυθόρμητα, έπειτα από επίσκεψη της σπουδαστικής ομάδας στην περιοχή. Καταλυτικό ρόλο στην επιλογή έπαιξε η εύρεση του παρακάτω κειμένου κατά την πρωταρχική συλλογή πληροφοριών:

“Ο μύθος λέει πως η θεά Αθηνά ζήτησε από τη Γαία να φτιάξει τις πηγές του Καλλιδρόμου και των Θερμοπυλών και τις δώρισε στον Ηρακλή για να γιατρέψει τις πληγές του μετά από κάθε άθλο... Ο πρώτος ήχος που ακούς φτάνοντας εκεί είναι του τρεχούμενου νερού, και αυτό που αμέσως αποσπά τη ματιά σου είναι ο ακνός που χορεύει πάνω από την επιφάνεια της λίμνης και σε προσκαλεί να κουρνιάσεις στην αγκαλιά της.

Μπαίνεις μέσα στο νερό γρήγορα, αφού η θερμοκρασία του είναι σαφώς πιο θελκτική για το κορμί σου από εκείνη του περιβάλλοντος. Όσο κι αν ακούγεται παράξενο, η ιδανική ώρα για να επισκεφτείς τα λουτρά Καλλιδρόμου είναι αφού πέσει καλά το σκοτάδι... Μόνο στην απόλυτη ησυχία και μοναξιά της νύχτας μπορείς να αφουγκραστείς τους ψιθύρους του νερού. Εκεί, σ’ αυτή την ιδανική θερμοκρασία για το ανθρώπινο σώμα, είναι λες και ξαναγυρίζεις στη μήτρα της μητέρας σου, όπου περιβάλλεσαι από το αμνιακό υγρό που σε προστατεύει...

Με τον ανακουφιστικό ήχο του ιαματικού νερού που αναβλύζει από τον βυθό, η αίσθηση αυτή γίνεται όλο και πιο μυστικιστική, πιο αρχέγονη. Κλείνοντας τα μάτια, έχεις όλο και πιο έντονη την αίσθηση της επιστροφής στη μήτρα. Μόνο που αυτή τη φορά, ανήκεις στη μητέρα - γη. Εκείνη, όπως πίστευαν και οι ασθενείς στα αρχαία Ασκληπεία, μάς δέχεται ξανά για να μάς θεραπεύσει, να μάς δώσει ξανά ζωή, και τότε συνειδητοποιείς πως βρίσκεσαι ακριβώς σε εκείνο το σημείο, στον τόπο που οι άνθρωποι ξαναγεννήθηκαν, εκεί που ο Δευκαλίωνας και η Πείρα, πετώντας πέτρες πίσω τους, έδωσαν νέα πνοή στην ανθρωπότητα...

Η σχέση του ανθρώπου με το νερό είναι πανάρχαια και ζωτικής σημασίας. Αποτελεί στοιχείο εξαγνισμού και κάθαρσης, και η ζωογόνος του δύναμη συνδέθηκε με θεραπευτικές ιδιότητες.

Η εμπειρία αυτή στα Λουτρά του Καλλιδρόμου δεν είναι κάτι που μεταφέρεται εύκολα... Και πώς θα μπορούσε άλλωστε; Πώς να μεταφέρεις με λόγια αυτό το συναισθημα που σε κυριεύει; Όταν μετά από όλη αυτή τη σχεδόν μυστικιστική εμπειρία, βγαίνοντας απ’ τη μικρή λίμνη, νιώθεις το βλέμμα των μυθικών ηρώων καρφωμένο πάνω σου και αισθάνεσαι την κάθαρση βαθιά μέσα στην ψυχή σου...”

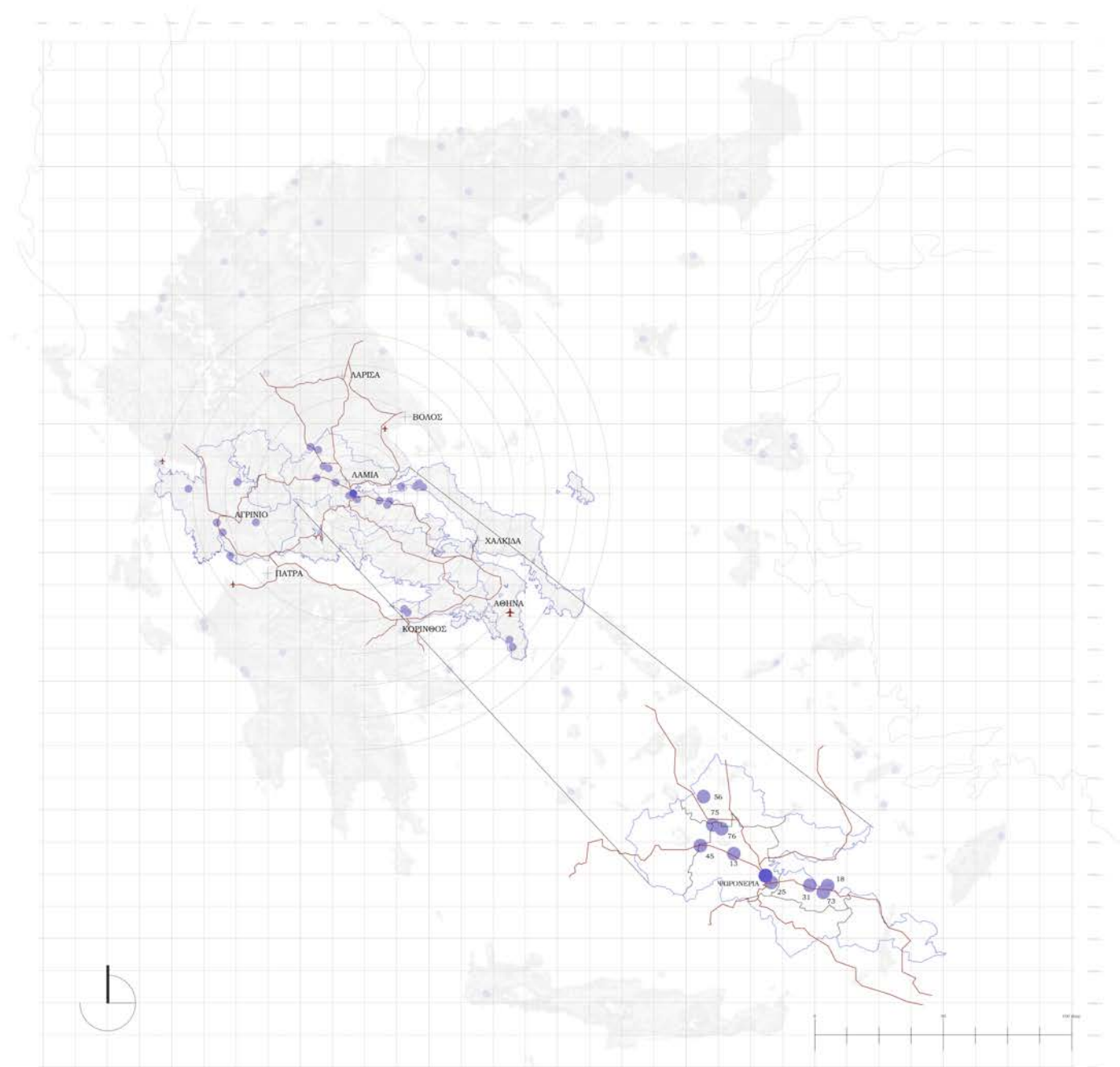
Έπειτα από την επίσκεψή μας στην περιοχή, διαπιστώσαμε πως η εμπειρία των συγκεκριμένων λουτρών γεννά ακριβώς αυτά τα συναισθήματα στους επισκέπτες. Ωστόσο, αξίζει να αναφερθεί πως οι πηγές Καλλιδρόμου δεν έχουν ενταχθεί ακόμα στους επίσημους χάρτες αναγνωρισμένων ιαματικών πηγών.

Η περιοχή είναι εύκολα προσβάσιμη καθώς εξυπηρετείται από την Εθνική Οδό, ενώ καταλήγει σε αυτήν και η λεωφόρος Αθηνών, κεντρική οδική αρτηρία της Λαμίας.

Ο νομός Φθιώτιδας διαθέτει έντονο ανάγλυφο. Τα πιο κοντινά βουνά στην περιοχή μελέτης είναι το Καλλίδρομο και η Οίτη. Επιπλέον, χαρακτηρίζεται και από πλούσιο υδρογραφικό δίκτυο καθώς διαθέτει τόσο επιφανειακούς, όσο και υπόγειους υδάτινους πόρους. Διαθέτει συνολικά 8 αναγνωρισμένες ιαματικές πηγές, εκ των οποίων οι πιο κοντινές είναι των Θερμοπυλών και της Υπάτης.

Εστιάζοντας σε μια ακτίνα 20χλμ από την περιοχή μας, εντοπίζεται πλήθος σημείων ενδιαφέροντος που σχετίζονται κυρίως με το φυσικό περιβάλλον. Τα σημεία αυτά είναι πάρκα, ορειβατικές διαδρομές, εκκλησίες, μοναστήρια, ξενώνες και διάφοροι χώροι αρχαιολογικού και ιστορικού ενδιαφέροντος.





















**ΠΡΟΣΒΑΣΕΙΣ**

Εύνοηση με γειτονικές πόλεις

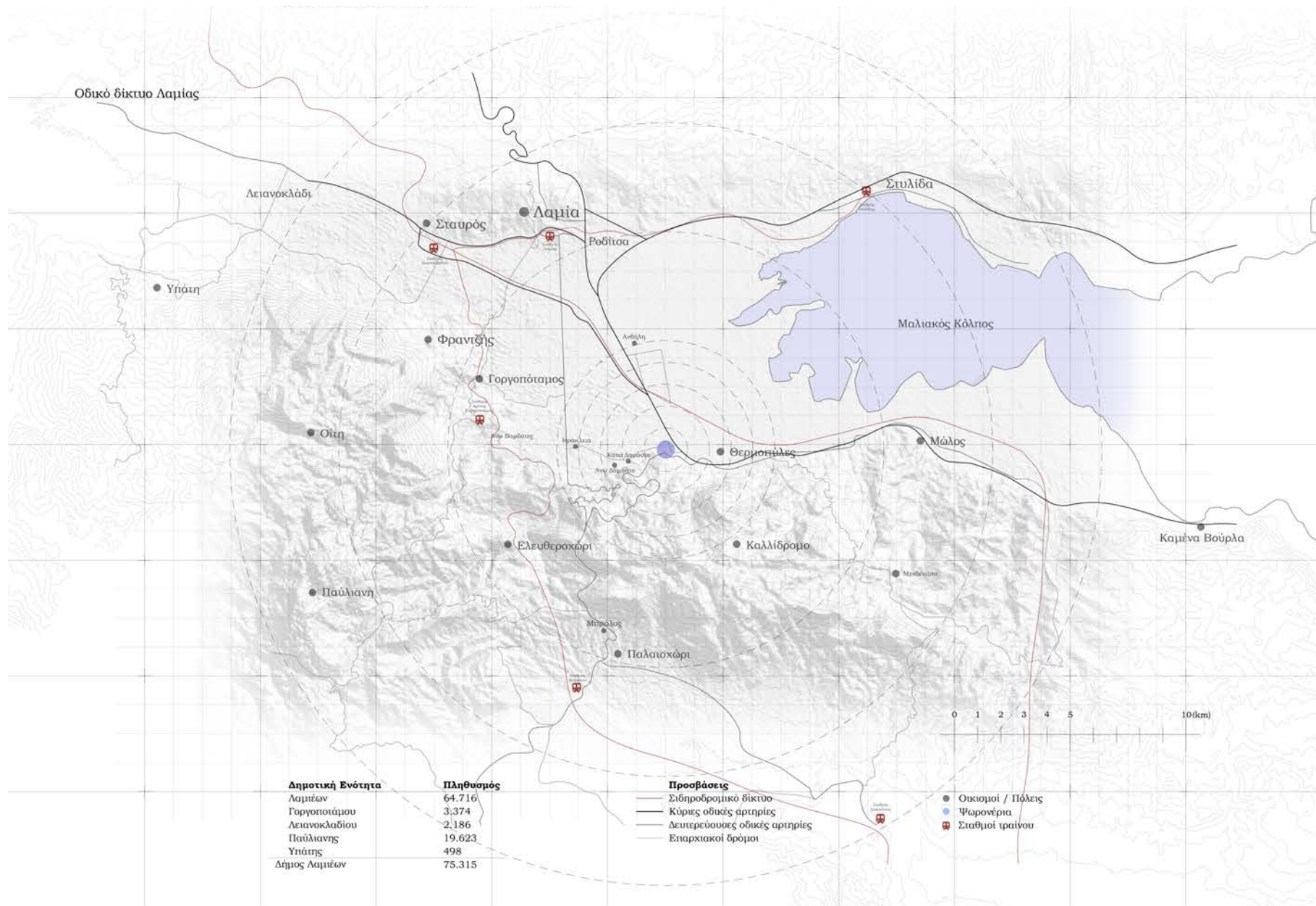


Μεσολόγγι

| Δήμος                          | Έδρα          | Πληθυσμός |
|--------------------------------|---------------|-----------|
| Αμφικλείας - Ελάτειας          | Κάτω Τροοθέα  | 10.922    |
| Δομοκού                        | Δομοκός       | 11.495    |
| Λαμιέων                        | Λαμία         | 75.315    |
| Λοκρών                         | Αιτάληνη      | 19.623    |
| Μακρακώμης                     | Σπερχειάδα    | 16.036    |
| Μάλου - Αγίου Κωνσταντίνου     | Καμένα Βούρλα | 12.090    |
| Στυλίδας                       | Στυλίδα       | 12.750    |
| Περιφερειακή Ενότητα Φθιώτιδας | Λαμία         | 178.500   |

| Προσβάσεις                    |
|-------------------------------|
| Σιδηροδρομικό δίκτυο          |
| Κύριες οδικές αρτηρίες        |
| Δευτερεύουσες οδικές αρτηρίες |
| Επαρχιακοί δρόμοι             |





**ΦΥΣΙΟΓΝΩΜΙΑ ΠΕΡΙΟΧΗΣ**

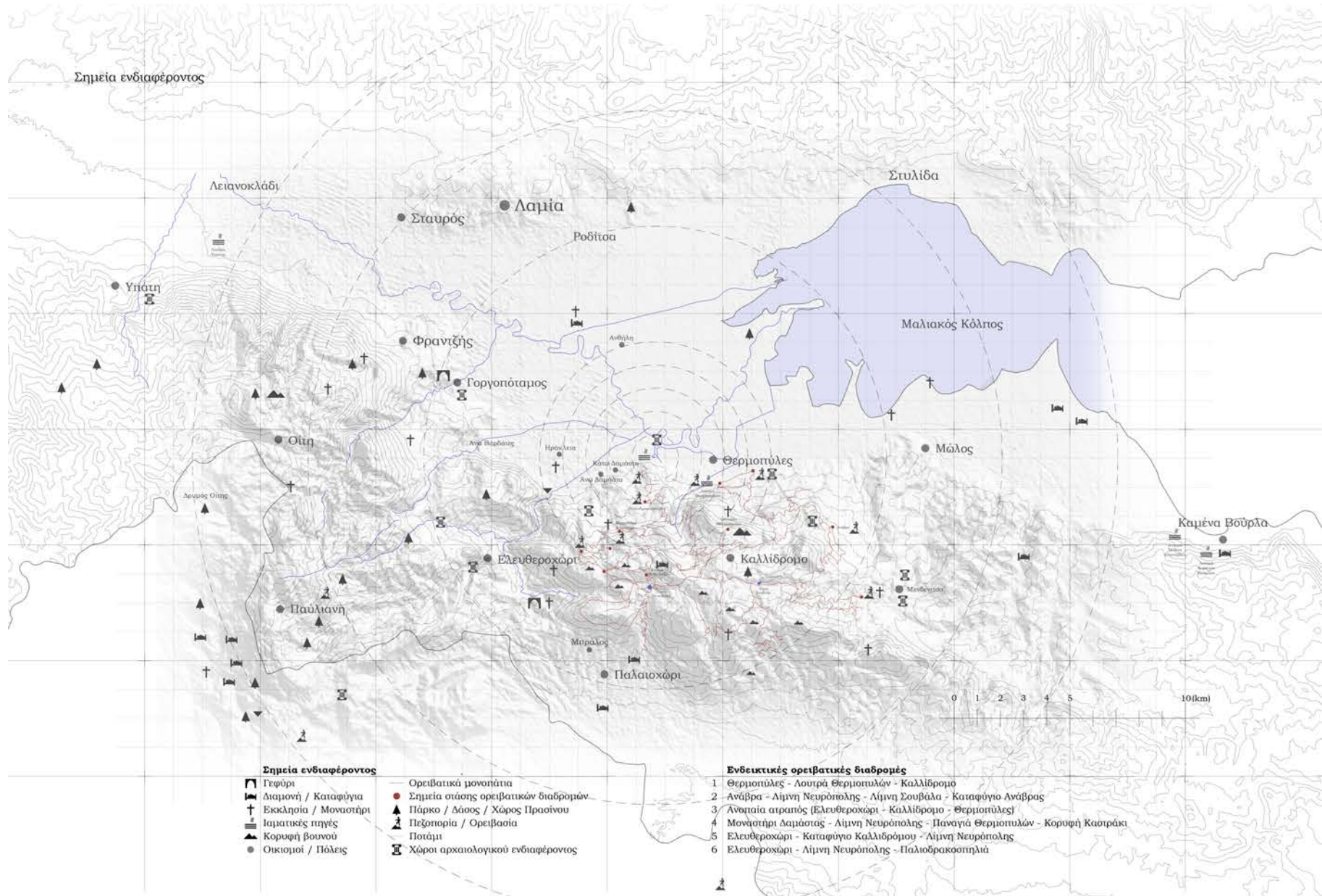
Γεωμορφολογία Φθιώτιδας



Μεσολόγγι

- **Ιαματικές πηγές**
  - 1 Καΐτσος - Αρανίστας
  - 2 Πλατυστόμου
  - 3 Παλαιοβράχας (Άμπλας Ίαμα)
  - 4 Αρχανίου
  - 5 Υγιάτης
  - 6 Καλλιδρόμου / Δαμάστας (Ψωρονέριτα)
  - 7 Θερμοπυλών
  - 8 Μύλου Κουναβίτη
  - 9 Καμένων Βουρλών
- **Υδροφόρο σύστημα**













03 • Ο ΤΟΠΟΣ



# Π Ρ Ο Σ Β Α Σ Ε Ι Σ - Μ Υ Θ Ο Σ

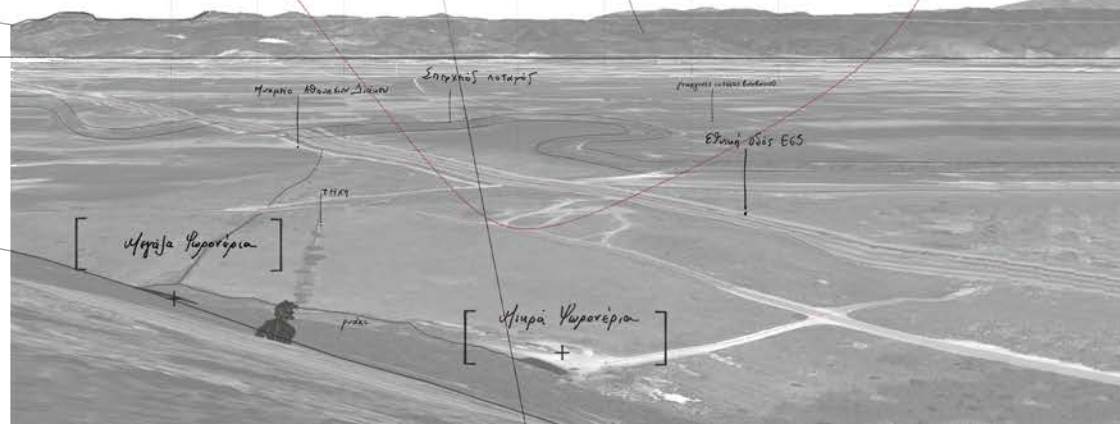
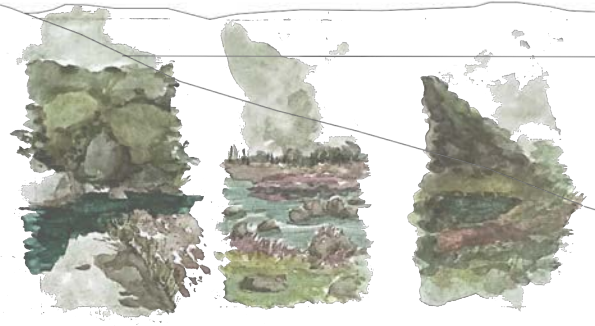
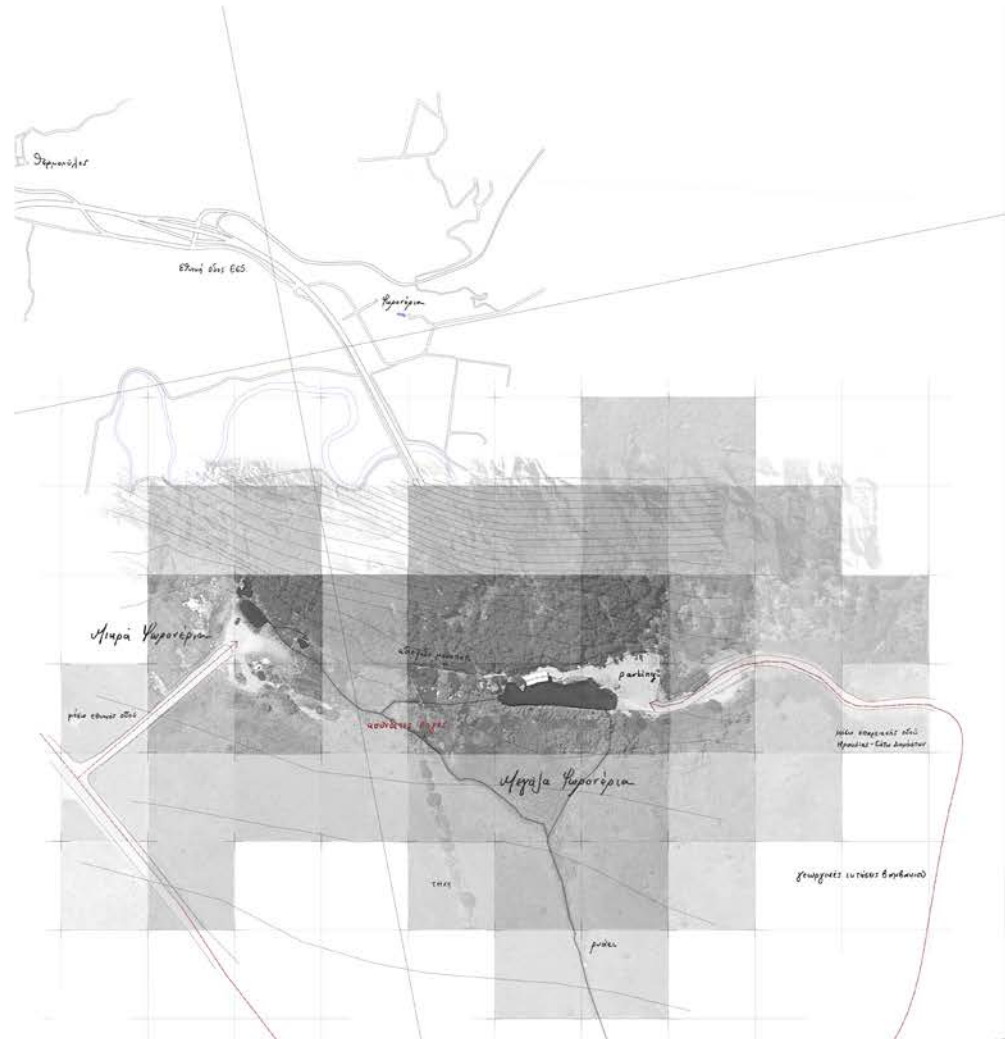
Οι πηγές του Καλλιδρόμου ή Ψωρονέρια βρίσκονται στους πρόποδες του όρους Καλλιδρόμου. Είναι υδροθειούχες, μέσης θερμοκρασίας (33°C), ενώ σε σημεία εντοπίζονται και διάφοροι βάλτοι.

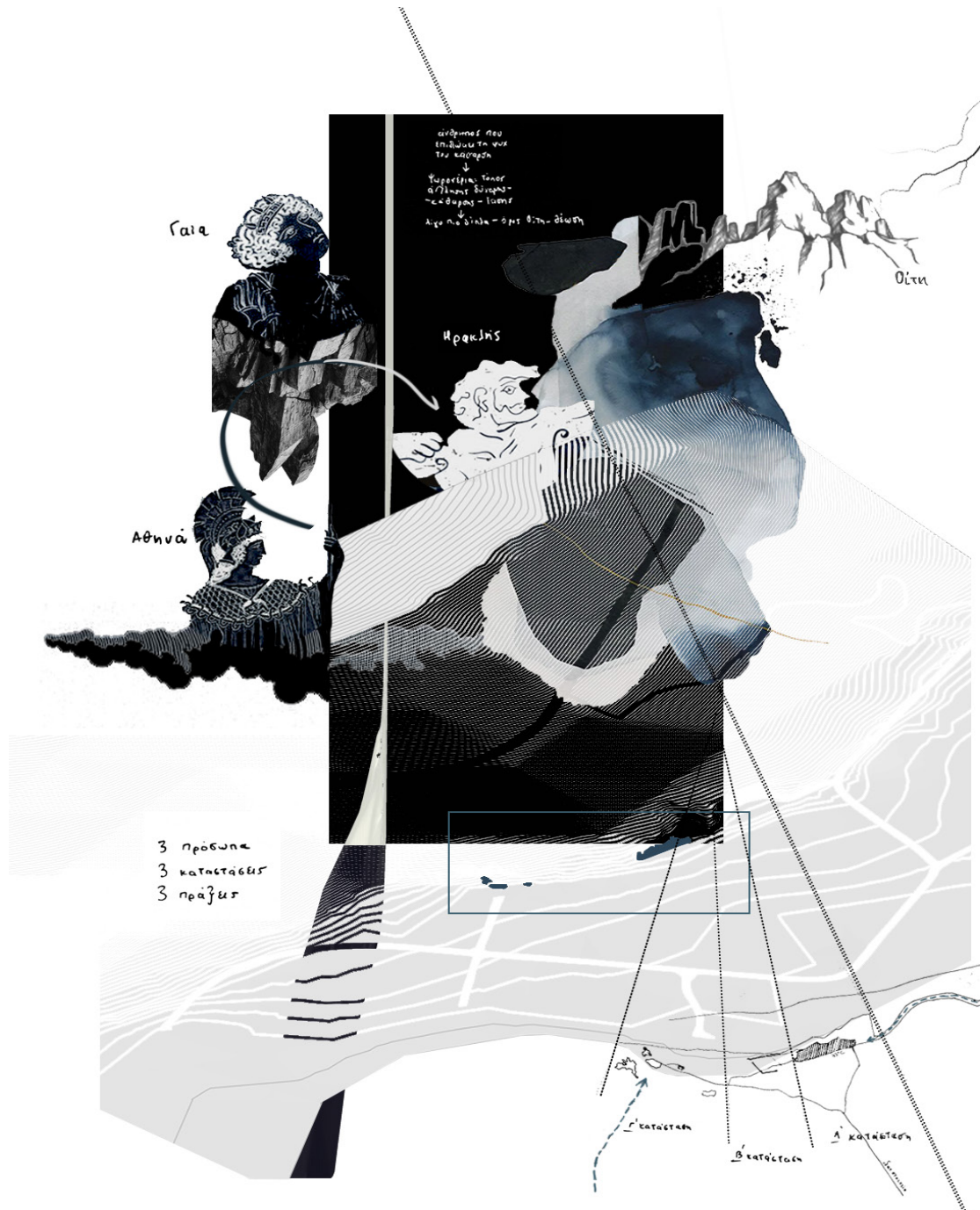
Η περιοχική μελέτη διακρίνεται στα μεγάλα και στα μικρά Ψωρονέρια, γι' αυτό και η πρόσβαση σε αυτά είναι διπλή. Στα Μεγάλα Ψωρονέρια η πρόσβαση γίνεται μέσω του επαρχιακού δρόμου Ηράκλειας - Κάτω Δαριάστας, ενώ στα Μικρά από την Εθνική Οδό.

Τα Μεγάλα Ψωρονέρια είναι περισσότερο επισκέψιμα, καθώς εντοπίζεται μία μεγάλη ιαματική λίμνη κεντρικά. Φτάνοντας στο μέρος υπάρχει ένα μικρό parking και κάποιες ξύλινες κατασκευές που λειτουργούν ως αποδυτήρια για την εξυπηρέτηση των λουόμενων. Λίγο πιο πέρα και πάνω ακριβώς από την λίμνη, έχει κατασκευαστεί ένα μεταλλικό στέγαστρο από τους κατοίκους των γύρω περιοχών για την απαραίτητη σκίαση. Ακόμη, εντοπίζονται μερικά ρολόγια και κρεμάστρες σε σημεία, τα οποία έχουν τοποθετηθεί από τους επισκέπτες. Από την άλλη μεριά, τα Μικρά Ψωρονέρια, παρά το γεγονός ότι έχουν άμεση πρόσβαση από την εθνική οδό, είναι περισσότερο απομονωμένα και ήσυχα. Δεν είναι εύκολη η πρόσβαση τους απευθείας από τα Μεγάλα Ψωρονέρια, καθώς το μονοπάτι που υπάρχει μέχρι στιγμής καταλήγει σε αδιέξοδο, λόγω πυκνής βλάστησης. Ωστόσο, οι πηγές είναι επισκέψιμες από συγκεκριμένους λουόμενους που επιθυμούν μεγαλύτερη απομόνωση και ηρεμία.

Επισκεπτόμενες, λοιπόν, την περιοχική παρέμβασης εντοπίζουμε τρεις αυτόνομες ζώνες, οι οποίες διαθέτουν διαφορετικά ποιοτικά χαρακτηριστικά: τα Μεγάλα Ψωρονέρια, τα Μικρά Ψωρονέρια και μία τρίτη ζώνη που βρίσκεται ανάμεσα στις δύο περιοχές και χαρακτηρίζεται από πυκνή βλάστηση.

Σύμφωνα με την παράδοση, η θεά Αθηνά ζήτησε από τη Γαία να φτιάξει τις πηγές του Καλλιδρόμου και των Θερμοτυλών και τις δώρισε στον Ηρακλή για να γιατρεύει τις πληγές του μετά από κάθε άθλο. Ιερό αφιερωμένο στον Ηρακλή υπήρχε σύμφωνα με τον Ηρόδοτο και τον Πausανία στις Θερμοτύλες. Τον δεύτερο αιώνα μ.Χ. ο Ηρόδης ο Αττικός είχε κατασκευάσει δεξαμενές για να τις χρησιμοποιούν οι κάτοικοι των γύρω περιοχών. Αντιθέτως, επί τουρκοκρατίας τα λουτρά ήταν τελείως παραμελημένα.





“ Ο πρώτος ήχος που ακούς φτάνοντας εκεί είναι του τρεχούμενου νερού, και αυτό που αμέσως αποσπά τη ματιά σου είναι ο ακνός που χορεύει πάνω από την επιφάνεια της λίμνης και σε προσκαλεί να κουρνιαδίσεις στην αγκαλιά της...

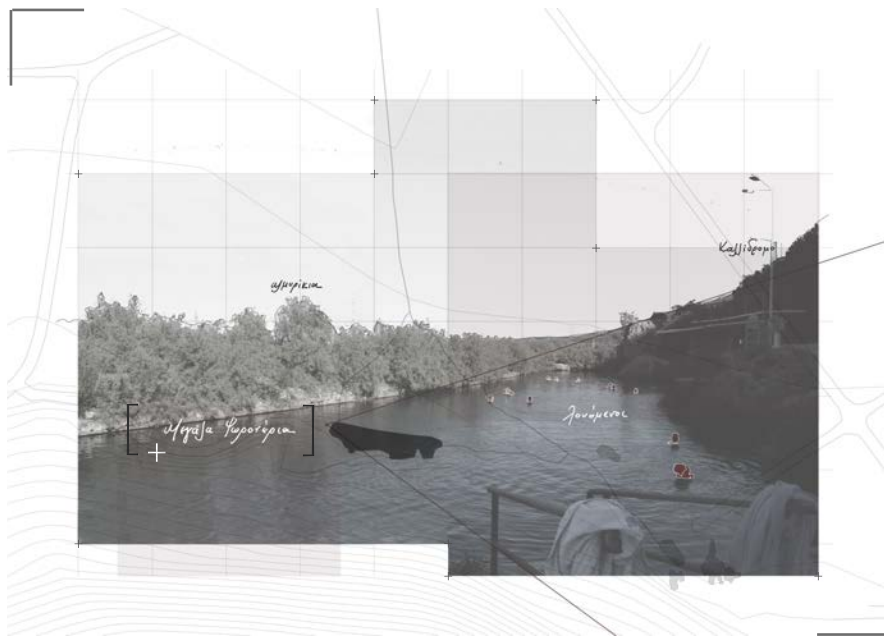
Όσο κι αν ακούγεται παράξενο, η ιδανική ώρα για να επισκεφτείς τα λουτρά Καλλιδρόμου είναι αφού πέσει καλά το σκοτάδι... Μόνο στην απόλυτη ησυχία και μοναξιά της νύχτας μπορείς να αφουγκραστείς τους ψιθύρους του νερού. Εκεί, σ' αυτή την ιδανική θερμοκρασία για το ανθρώπινο σώμα, είναι λες και ξαναγυρίζεις στη μήτρα της μητέρας σου, όπου περιβάλλεσαι από το αμνιακό υγρό που σε προστατεύει...

Με τον ανακουφιστικό ήχο του ιαματικού νερού που αναβλύζει από τον βυθό, η αίσθηση αυτή γίνεται όλο και πιο μυστικιστική, πιο αρχέγονη. Κλείνοντας τα μάτια, έχεις όλο και πιο έντονη την αίσθηση της επιστροφής στη μήτρα. Μόνο που αυτή τη φορά, ανήκεις στη μητέρα - γη. Εκείνη, όπως πίστευαν και οι ασθενείς στα αρχαία Ασκληπεία, μάς δέχεται ξανά για να μάς θεραπεύσει, να μάς δώσει ξανά ζωή. ”



## Θ Ε Α Σ Ε Ι Σ - Ο Π Τ Ι Κ Ε Σ

Οι θεάσεις στην περιοχή εξαρτώνται άμεσα από το βουνό, το οποίο δημιουργεί μία “πλάτη” για τον επισκέπτη και στρέφει προς τα βορεινά, όπου φαίνεται η πεδιάδα και πιο μακριά η εθνική οδός και ο Μαλιακός κόλπος. Επιπλέον, μέσω της περιδιάβασής μας στο μέρος, παρατηρούμε ότι το βλέμμα εκτονώνεται συνεχώς προς την μεγάλη λίμνη. Δεδομένου ότι η παρέμβαση αποτελεί ένα δομικό έργο που σχετίζεται άμεσα με το περιβάλλον και την παρατήρησή του, οι θεάσεις έχουν αντιμετωπιστεί ως ένα βασικό στοιχείο της παρέμβασης.



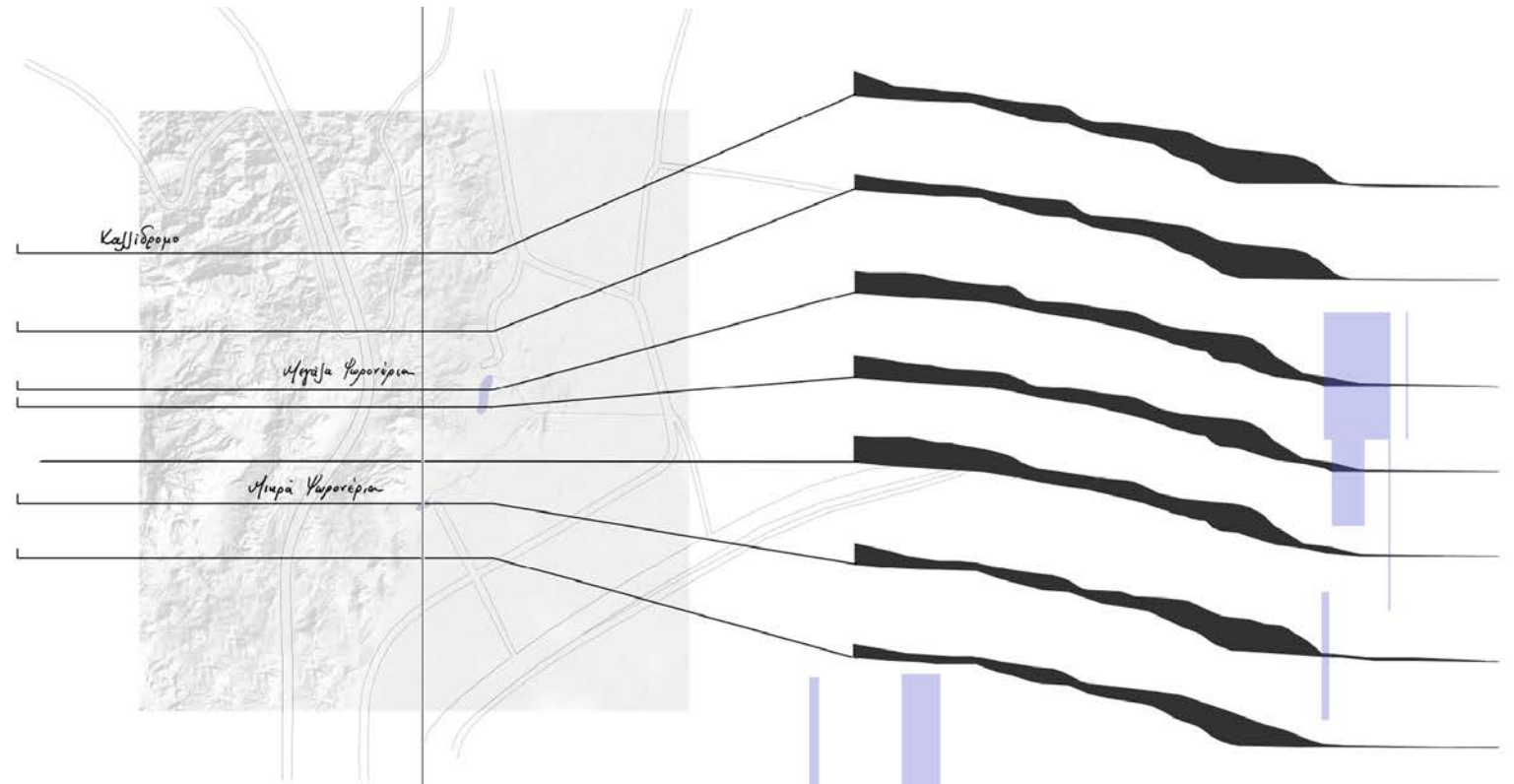
εικ α,β: Αντιληπτικό διάγραμμα θεάσεων και κατανόησης στοιχείων του χώρου στα Μεγάλα Ψαρονέρα





εικ γ,δ: Αντιληπτικό διάγραμμα θεάσεων και κατανόησης στοιχείων του χώρου στα Μικρά Ψαρονέρια

Πρόκειται για μία αραιοκατοικημένη περιοχή χωρίς μεγάλες πιέσεις από βοσκή, υλοτομία και πυρκαγιές. Ως προς τη γεωμορφολογία, το έδαφος είναι έντονα βραχώδες, ασβεστολιθικό, με υψηλή βλάστηση στη νότια πλευρά, ενώ στη βόρεια εντοπίζεται πεδινή έκταση με χαμηλή βλάστηση.



Λιμνες









## Χ Λ Ω Ρ Ι Δ Α - Π Α Ν Ι Δ Α Τ Η Σ Π Ε Ρ Ι Ο Χ Η Σ

Το Καλλίδρομο διαθέτει εκτεταμένα δάση ελάτης και μαύρης πεύκης, ενώ σε θέσεις χαμηλότερου υψομέτρου υπάρχουν τμήματα με μικρή βλάστηση. Γύρω από τις λίμνες καταγράφεται ιδιαίτερα ενδιαφέρουσα χλωρίδα, κυρίως αειθαλή, με ενδημικά είδη. Επίσης, παρατηρούνται απέραντοι θαμνώνες με κυριάρχα είδη την άρια (*Quercus ilex*), το πουνάρι (*Quercus coccifera*), την κοκκορεβιθιά (*Pistacia terebinthus*), τη χαλέπιο πεύκη (*Pinus halepensis*), το αλμυρίκι (*Tamarix ramosissima*) κ.α. Επιπλέον, εντοπίζονται και βότανα, όπως η ρίγανη, το θυμάρι, οι φασκομηλιές, οι τσουκνίδες, ενισχύοντας με την παρουσία τους τον θεραπευτικό χαρακτήρα του τόπου.

Επιπλέον, εντοπίζεται και αξιόλογη πανίδα στην ευρύτερη περιοχή, αποτελώντας μία από τις νοτιότερες θέσεις εμφάνισης της καφέ αρκούδας στην Ελλάδα και την Ευρώπη, σημαντική орnιθοπανίδα με χαρακτηριστικότερο είδος τον μαυροπελαργό, αρπακτικά και δρυοκολάπτες.



λύκος



κοτσύφι

Άρια (*Quercus ilex*)Πουνάρι  
(*Quercus coccifera*)Κοκκορεβιθιά  
(*Pistacia terebinthus*)Χαλέπιος Πεύκη  
(*Pinus halepensis*)Φασκόμηλο  
(*Salvia officinalis*)Ρίγανη  
(*Origanum vulgare*)

Το ξύλο της αποτελεί ιδανικό καυσόξυλο και χρησιμοποιείται ευρέως για την παραγωγή κάρβουνου.

Έχει αντιπυρετική, αφιδρωτική και διουρητική δράση. Ο φλοιός έχει στυπτική δράση, χρησιμοποιείται σε αιμορραγίες και ακράτεια.

Το οξύ που παράγεται, χρησιμοποιείται ως αντιφλεγμονώδες, αντισηπτικό, αντισπασμωδικό, αποχρεμπτικό και δρα επούλωτικά. Λαμβάνεται για τη θεραπεία των χρόνιων βρογχικών λοιμώξεων, για λοιμώξεις του ουροποιητικού και νεφρικές μολύνσεις. Χρησιμοποιείται για τη θεραπεία της αρθρίτιδας, της ισχιαλγίας, της ψώρας.

Το τσάι από πευκοβελόνες είναι ένα παραδοσιακό αφέψημα που βοηθάει στην ενίσχυση του ανοσοποιητικού συστήματος και στη θεραπεία των λοιμώξεων του αναπνευστικού και ουροποιητικού συστήματος, βοηθάει στην απορρόφηση του σιδήρου, δίνει ενέργεια και δύναμη.

Το φασκόμηλο έχει βλεννολυτική δράση. Παράλληλα με τις αντιμικροβιακές και αντιφλεγμονώδεις ιδιότητες, συμβάλλει αποτελεσματικά στην αντιμετώπιση του βήχα, της ιγμορίτιδας και της φαρυγγίτιδας, καθώς θεραπεύει από μολύνσεις.

Οι φαρμακευτικές χρήσεις της περιλαμβάνουν τη θεραπεία διαταραχών της αναπνευστικής οδού, των πόνων της περιόδου και των διαταραχών της ουροφόρου οδού. Με εφαρμογή στο σώμα μπορεί να βοηθήσει στην αντιμετώπιση ορισμένων δερματικών παθήσεων, όπως η ακμή και η πιτυρίδα.



δρυκολάπτης



φίδι



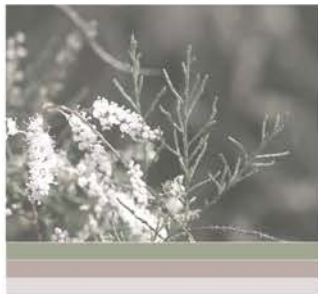
μαυροπελαργός



αλπικός τρίτωνας-  
Ichthyosaura alpestris



καφέ αρκούδα



Αλμυρίκι  
(*Tamarix ramosissima*)



Ασφάκα-  
(*Phlomis fruticosa*)



Κίστος  
(*Cistus incanus*)



Πικροδάφνη/ Ροδοδάφνη  
(*Nerium oleander*)



Θυμάρι  
(*Thymus vulgaris*)



Τσουκνίδα  
(*Urtica dioica*)

Μεγάλες ποσότητες γύρης, αλλά και νέκταρ.

Διαθέτει αντιοξειδωτική δράση και μειώνει την κυτταρική γήρανση. Δρα ως αποχρεμπτικό, μαλακτικό, ήπιο διουρητικό, ήπιο ηρεμιστικό και επουλωτικό. Τα άνθη είναι ευεργετικά για το αναπνευστικό σύστημα.

Ισχυρό αντιοξειδωτικό (αντικαρκινικό), τονωτικό και ανακουφιστικό του πεπτικού, στυπτικό, αποχρεμπτικό, αντικαταρροϊκό, αναλγητικό καταπραϋντικό.

Ο γαλακτώδης χυμός χρησιμοποιείται για τις λοιμώξεις του τριχωτού της κεφαλής και για καρδιακές παθήσεις στην ομοιοπαθητική. Μέρη του φυτού, ωστόσο, είναι λεπικίνδυνα.

Είναι αντισηπτικό, καθώς και αποχρεμπτικό και ως εκ τούτου χρησιμοποιείται σε βήχα, βρογχίτιδα, αιμορριπίδα και γενικά σε άλλα θέματα του αναπνευστικού συστήματος.

Χρησιμοποιείται για τη θεραπεία της αιμορραγίας της ζμήτρας, ρινορραγίας, δερματικών εξανθημάτων. Επιπλέον, λειτουργεί ως συμπληρωματική θεραπεία σε ρευματικές παθήσεις ή ρευματισμούς.





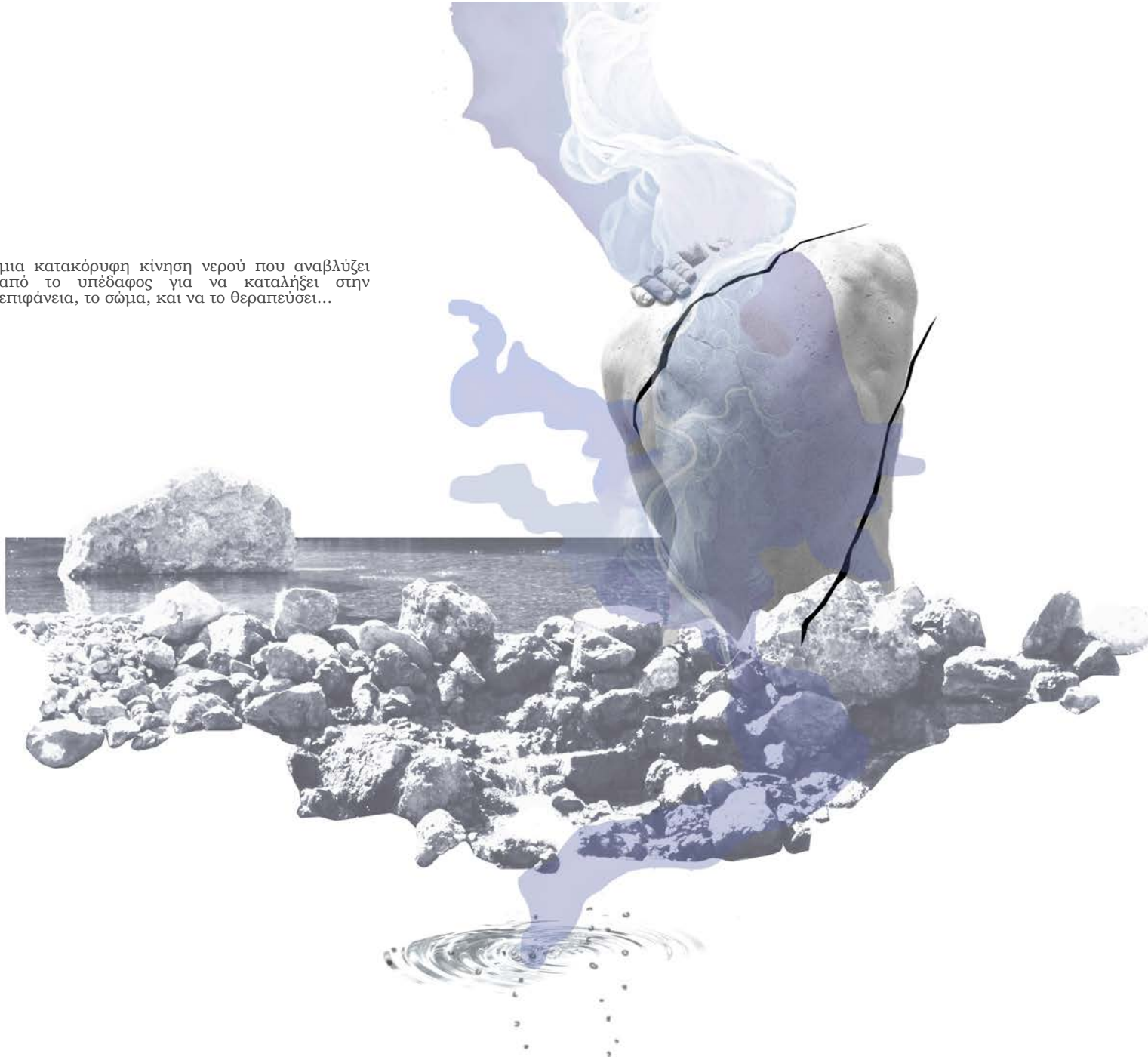




04

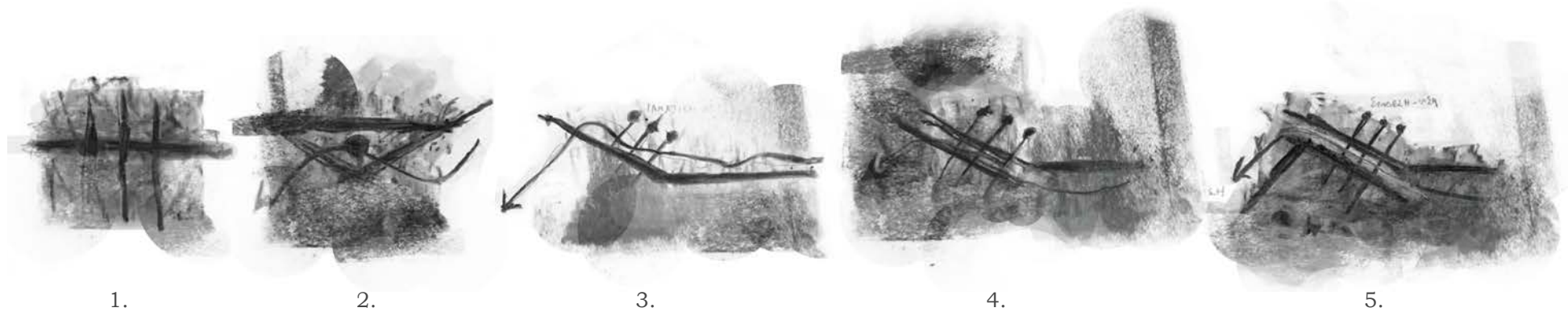
• Η ΙΔΕΑ

μια κατακόρυφη κίνηση νερού που αναβλύζει από το υπέδαφος για να καταλήξει στην επιφάνεια, το σώμα, και να το θεραπεύσει...



Με αφορμή τον μύθο του Ηρακλή, η κεντρική μας ιδέα ταυτίζεται με την έννοια της πληγής στο τοπίο που θεραπεύεται μέσω της σχέσης του με το νερό. Έτσι, βασική χειρονομία είναι η δημιουργία ενός σκισίματος στον βράχο, ενός διαμήκους, κενού χώρου, ο οποίος αποτελεί βασική ραχοκοκαλιά της σύνθεσης, λειτουργώντας και ως κύριος χώρος κίνησης. Παράλληλα, το νερό έρχεται ως ράμμα να συρράψει αυτό το άνοιγμα, φιλοξενώντας κατά μήκος ιαματικούς χώρους.

Ωστόσο, καθώς πρωταρχική πρόθεση αποτελεί η σύνδεση των λιμνών μεταξύ τους δημιουργούμε δύο τεθλασμένες γραμμές, οι οποίες διατηρούν μεν αυτό τον κενό χώρο στο μέσον που λειτουργεί ως σκίσιμο, αλλά παραλαμβάνουν την κίνηση από τη μία λίμνη και την διοχετεύουν στην άλλη, λαμβάνοντας υπόψη την χάραξη του δρόμου.



1. Σκίσιμο και ράμματα

2. Τριγωνικό σχήμα που δημιουργεί μια εσωστρεφή αυλή. Εισαγωγή της ιδέας του τριγώνου για τη δημιουργία φοράς.

3. Μία χάραξη παράλληλη στη μεγάλη λίμνη, μία χάραξη παράλληλη με τις υψομετρικές που στρέφεται προς το βουνό, ένταξη των βασικών χώρων εκεί όπου το βουνό έχει πιο έντονο ανάγλυφο

4. Ορισμός σκισίματος από δυο παράλληλες που παραλαμβάνουν την κίνηση

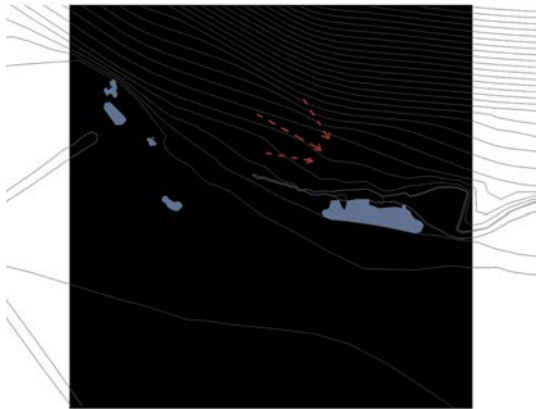
5. Παράλληλη χάραξη προς τον δρόμο που πλέον ενώνει τις λίμνες

Παρατηρώντας τις πηγές του Καλλιδρόμου, πρωταρχική ανάγκη αποτελεί η σύνδεση των διασπαρμένων λιμνών μεταξύ τους, καθώς και η ανάδειξη του φυσικού τοπίου με διαδρομές. Στην προσπάθεια αυτή, κρίνεται σημαντική η ενεργοποίηση της κεντρικής ζώνης, η οποία επιτρέπει τη σύνδεση με το βουνό και προσφέρει νέες δυνατότητες στον περιπατητή ή λουόμενο. Παράλληλα, γεννιέται η ανάγκη για τον σχεδιασμό ενός κτιρίου μεσαίας κλίμακας που θα λειτουργεί ως πέρασμα - στάση και θα συνομιλεί με τα φυσικά στοιχεία του τόπου, δημιουργώντας μία νέα τοπιογραφία. Επιπλέον, βασικό μέλημα αποτελεί η χθόνια σχέση με το έδαφος για τη δημιουργία ενός εσωστρεφούς χώρου και μιας μυστικιστικής ατμόσφαιρας.

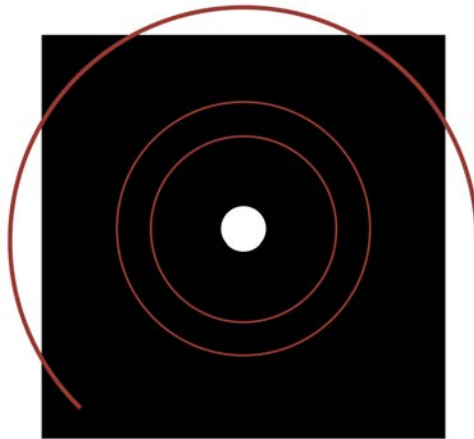
Στόχος του σχεδιασμού είναι η δημιουργία υποδομών που θα λειτουργήσουν συμπληρωματικά ως προς τις λίμνες, χωρίς να επιβληθούν σε αυτές και χωρίς να καταργήσουν τον δημόσιο χαρακτήρα του τόπου, αλλά προσθέτοντας δραστηριότητες θεραπευτικές για το σώμα και την ψυχή. Δεδομένης της μοναδικότητας του τοπίου και του γεωμορφολογικού του ενδιαφέροντος, δε θα μπορούσε να παραληφθεί η λειτουργία του και ως κέντρο ενημέρωσης, καθώς επίσης και ως ένα σημείο παρατήρησης της ευρύτερης περιοχής.



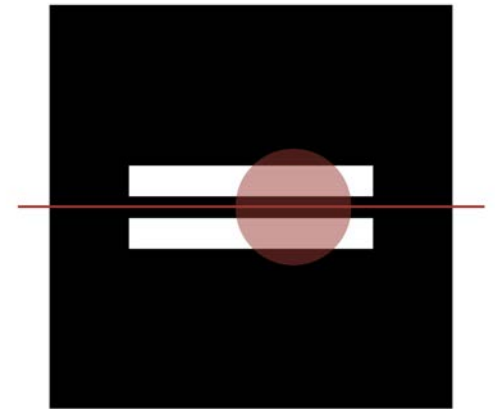
Σ  
Ι  
Ε  
Σ  
Ε  
Θ  
Ο  
Ρ  
Π



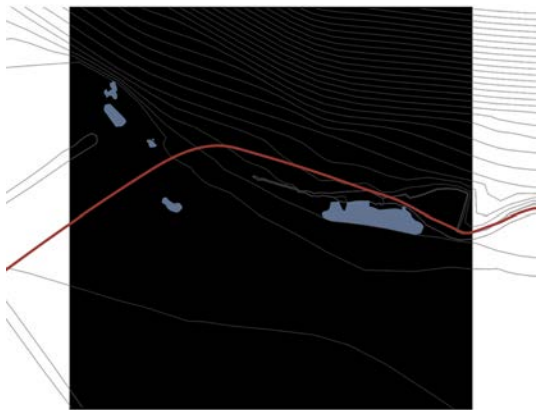
Στροφή προς τη μεγάλη λίμνη



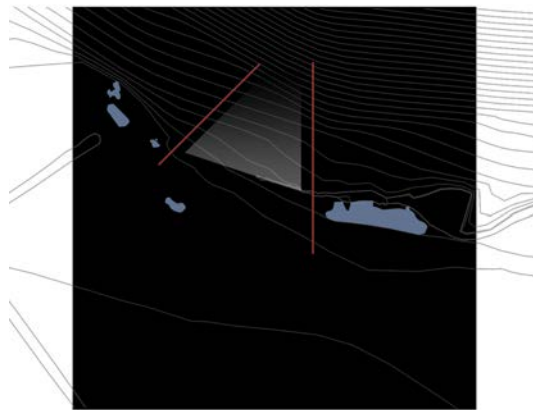
Παρέμβαση μεσαίας κλίμακας



Κτίριο- Πέρασμα και Στάση



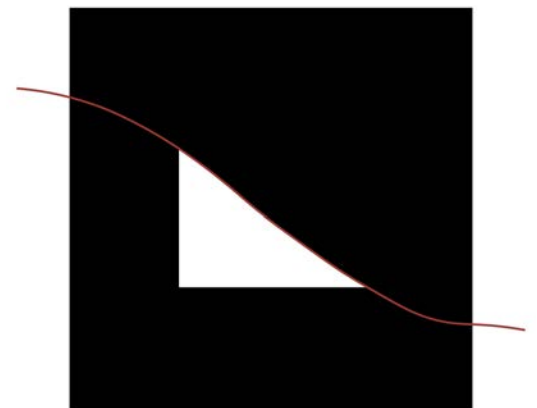
Ανάδειξη φυσικού τοπίου με διαδρομές



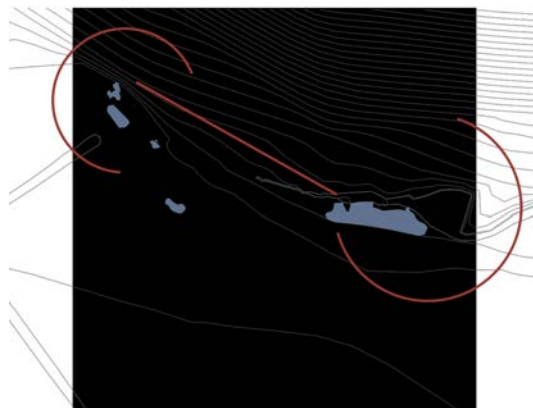
Ενεργοποίηση κεντρικής ζώνης



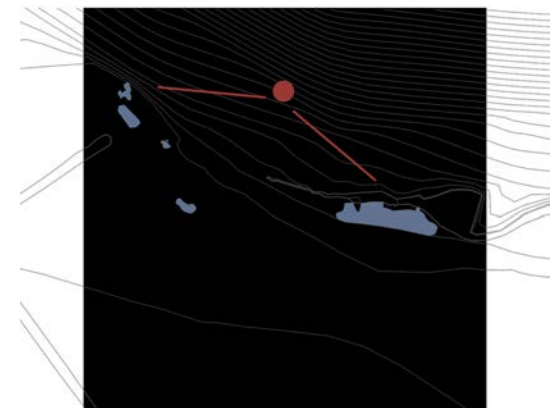
Αρμονία με το τοπίο



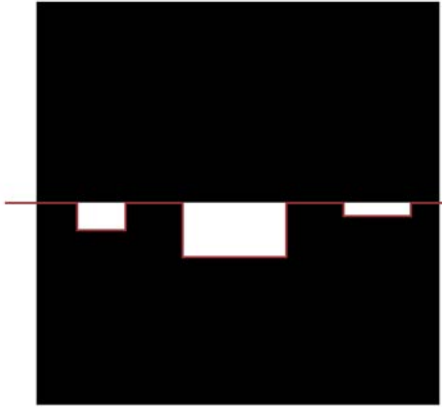
Χθόνιος χαρακτήρας



Σύνδεση ιαματικών λιμνών



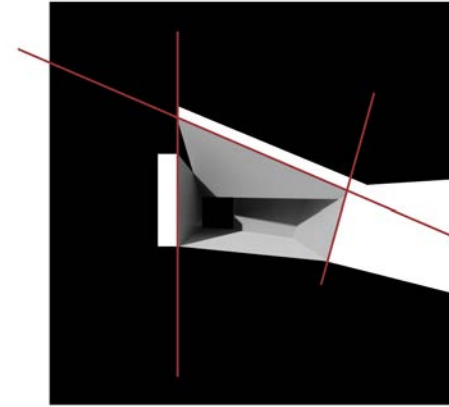
Σύνδεση λιμνών με βουνό



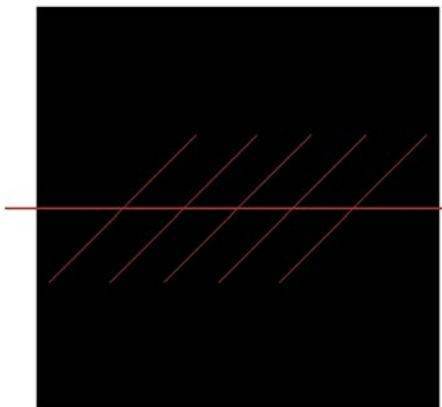
Ιαματικές δεξαμενές- αναφορά στις φυσικές γούρνες



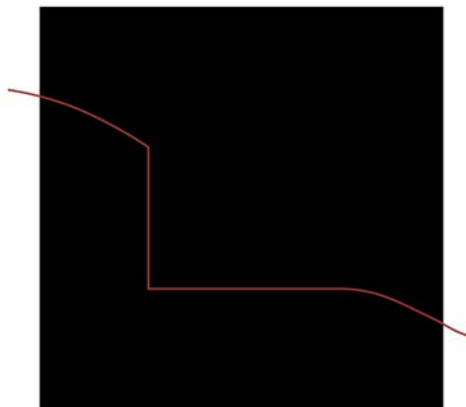
Γραμμικά στοιχεία



Κεκλιμένα επίπεδα



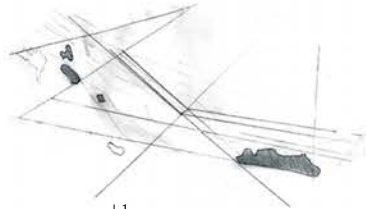
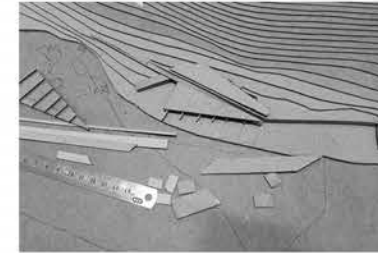
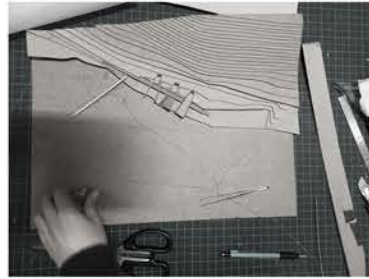
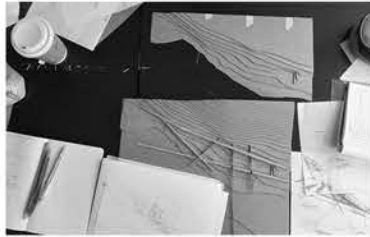
Ρυθμός



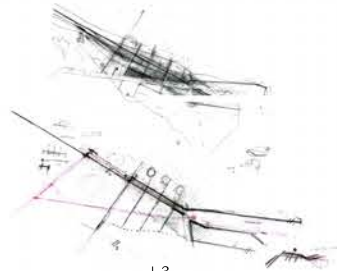
Σκάμμα



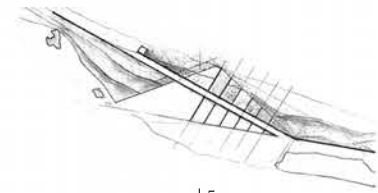
Χρήση φυσικών υλικών



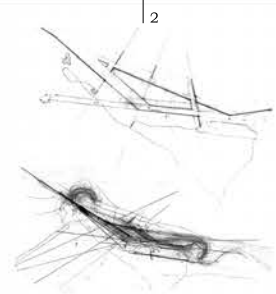
1



3



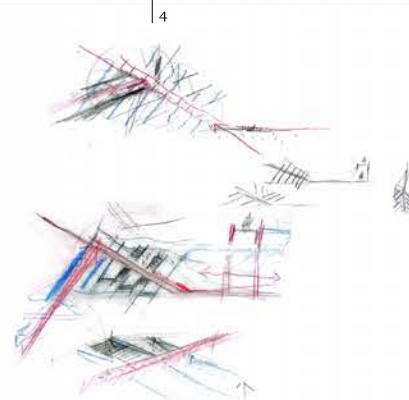
5



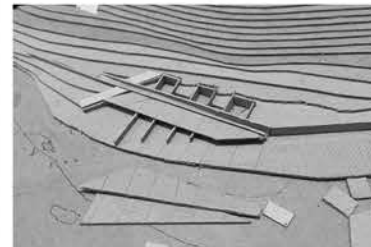
2



2

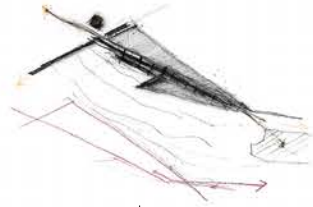


4



4





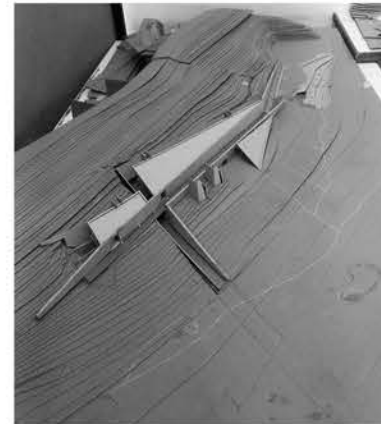
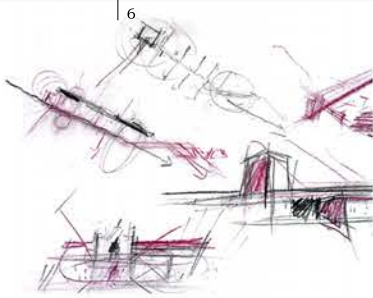
6

7

8

9

10











05 • Η ΠΡΟΤΑΣΗ

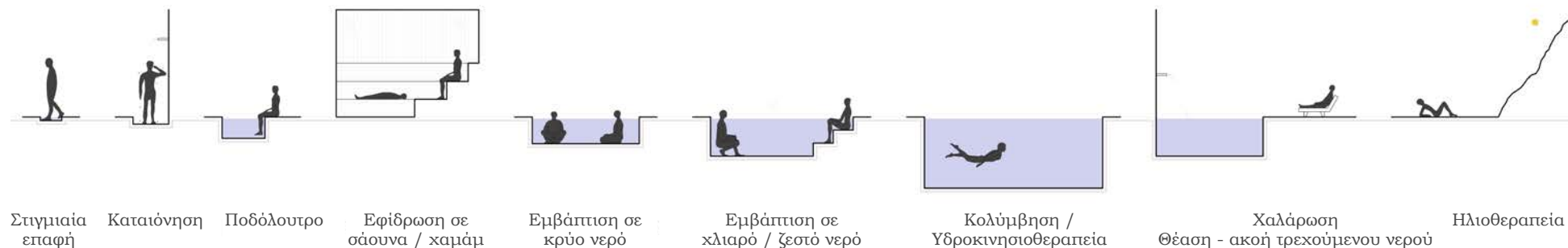


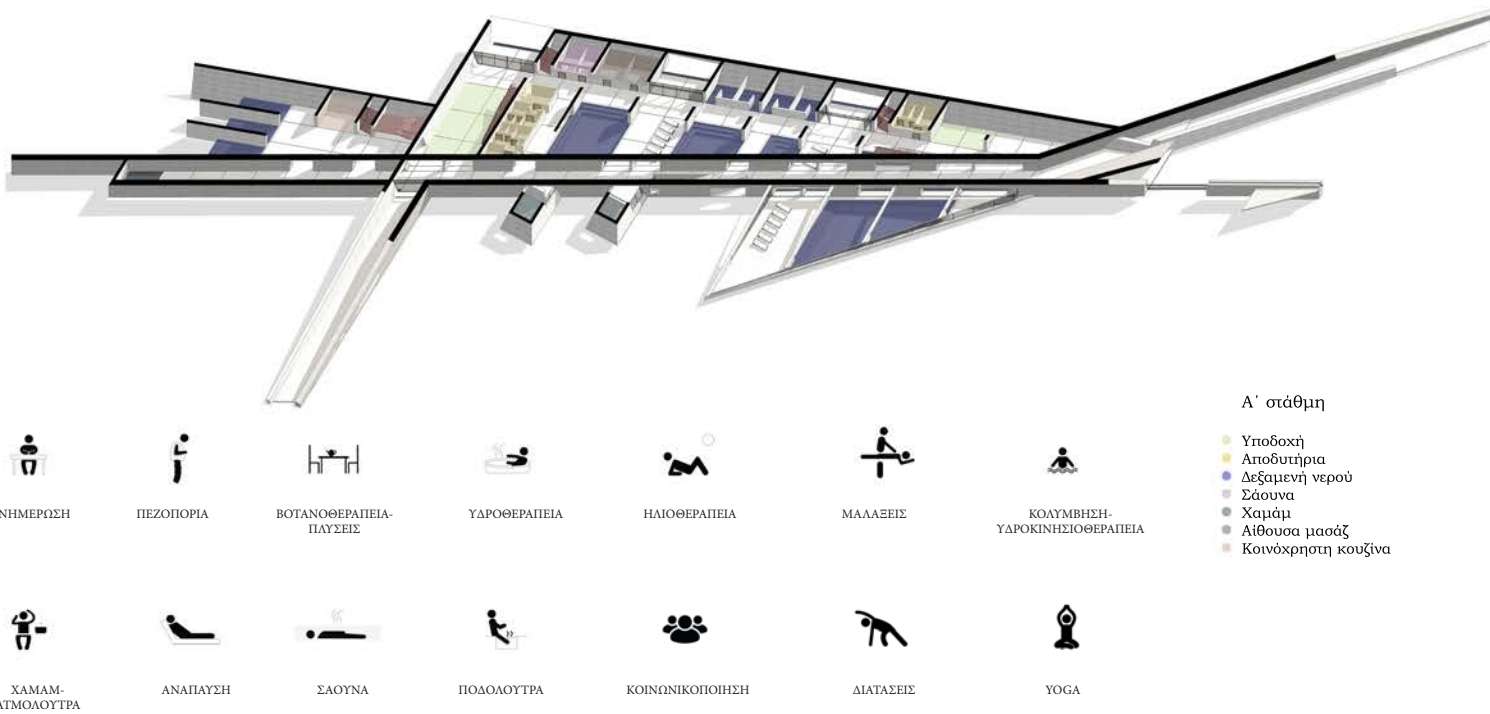
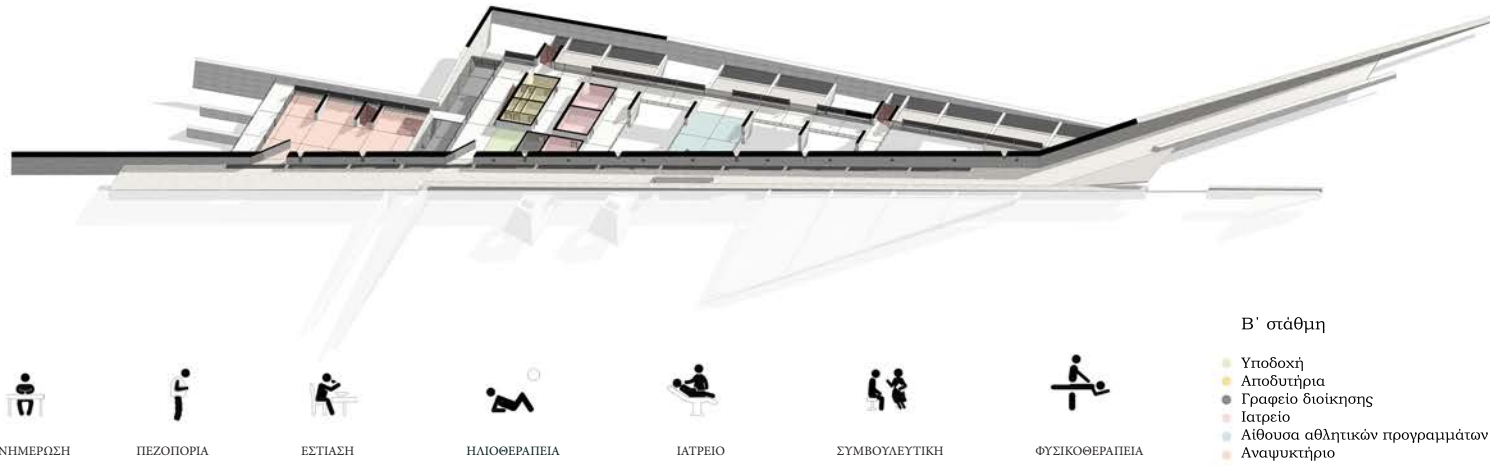
## Κ Τ Ι Ρ Ι Ο Λ Ο Γ Ι Κ Ο Π Ρ Ο Γ Ρ Α Μ Μ Α

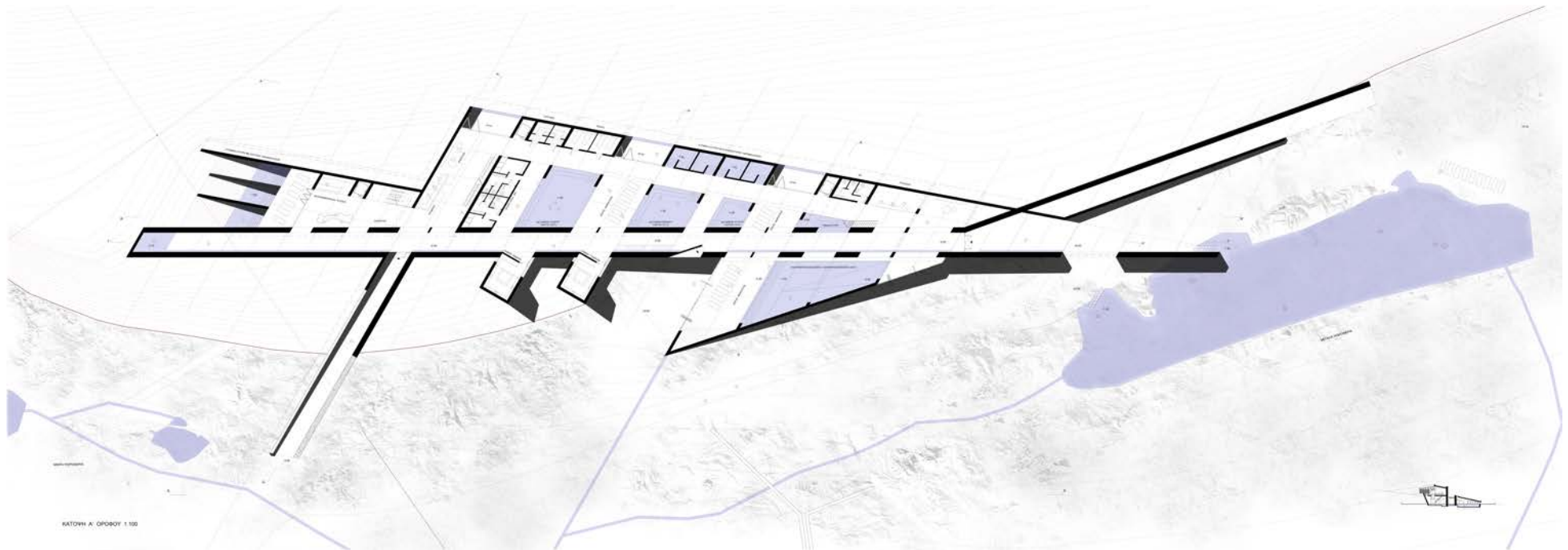
## Α π ό δ υ σ η - θ ε ρ α π ε ί α - χ α λ ά ρ ω σ η

Το λειτουργικό πρόγραμμα του κέντρου προκύπτει μέσα από ένα σενάριο θεραπείας άμεσα συσχετισμένο με το ανθρώπινο σώμα, καθιστώντας έτσι τον χώρο αφηγηματικό, με έμφαση στην εμπειρία του εσωτερικού. Έτσι, διαμορφώνεται μια πορεία που δεν έχει ορισμένη αρχή και τέλος αλλά οδηγεί τον θεραπευόμενο στους διάφορους, εσωστρεφείς χώρους, βασισμένη στις ιαματικές του ανάγκες του. Οι λειτουργίες αναπτύσσονται σε 2 στάθμες.

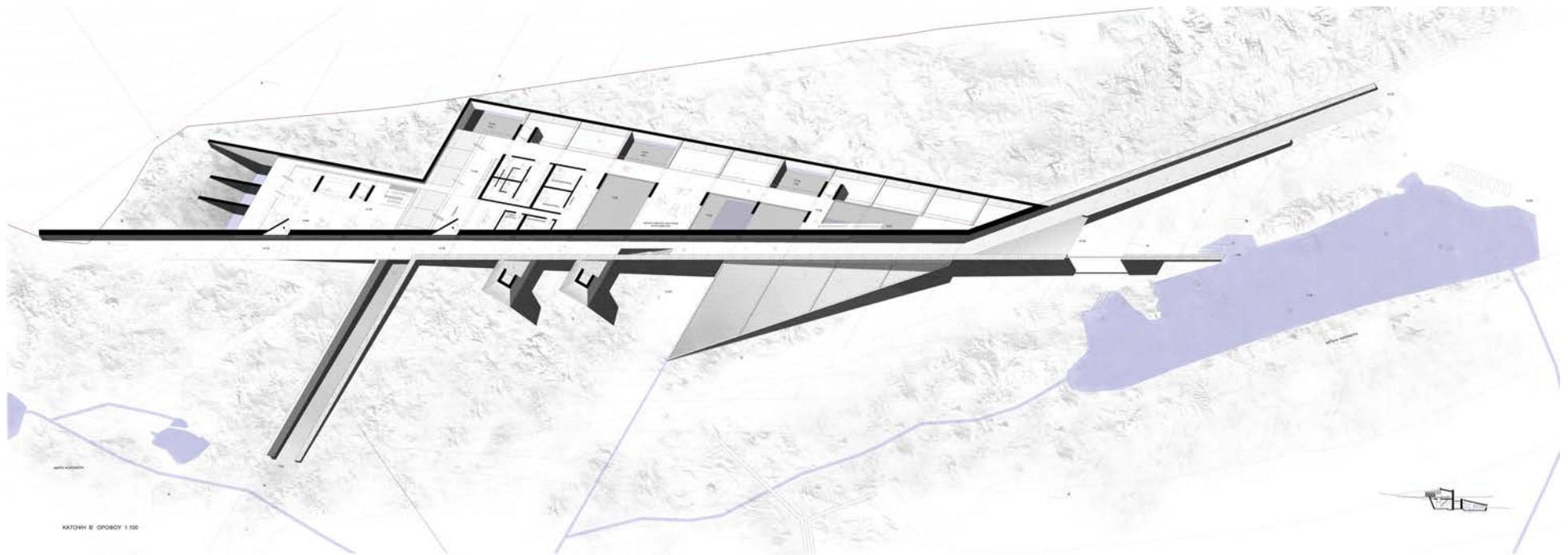
Η κάτω στάθμη περιλαμβάνει διπλή υποδοχή, χώρους αποδυτηρίων και WC, τρεις δημόσιες λουτρικές δεξαμενές θερμού, χλιαρού και ψυχρού ύδατος, μία κολυμβητική δεξαμενή, ατομικά λουτρά, χώρους για μασάζ, σάουνα, χαμάμ και βοτανοθεραπεία. Η πάνω στάθμη διαθέτει μια μικρή υποδοχή, ιατρείο πρώτων βοηθειών, αίθουσα φυσικοθεραπείας και έναν ανοιχτό χώρο για ομαδικά προγράμματα ψυχοσωματικής άσκησης (π.χ. γιόγκα, πιλάτες, διαλογισμό κλπ). Τέλος, στην απόληξη της πάνω στάθμης και με θέα προς το βουνό, εντοπίζεται ένα μικρό αναψυκτήριο.

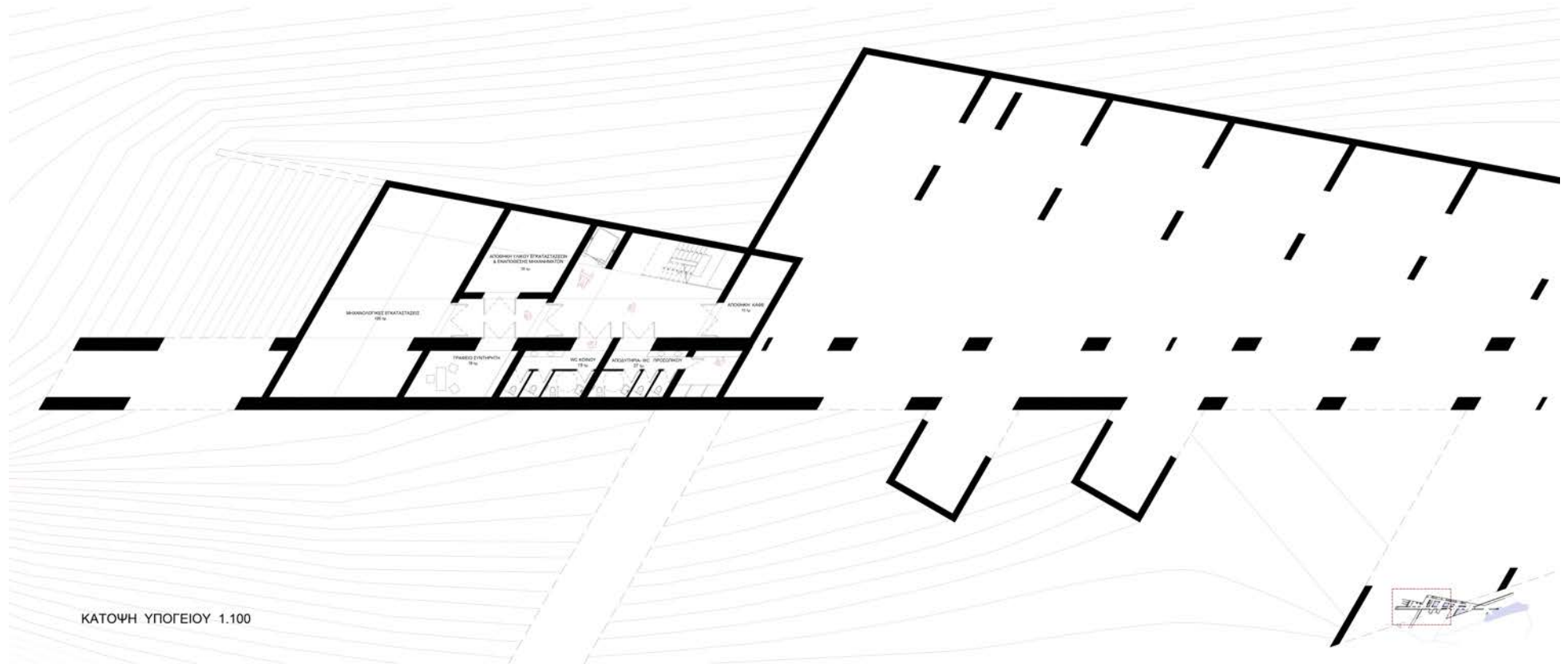


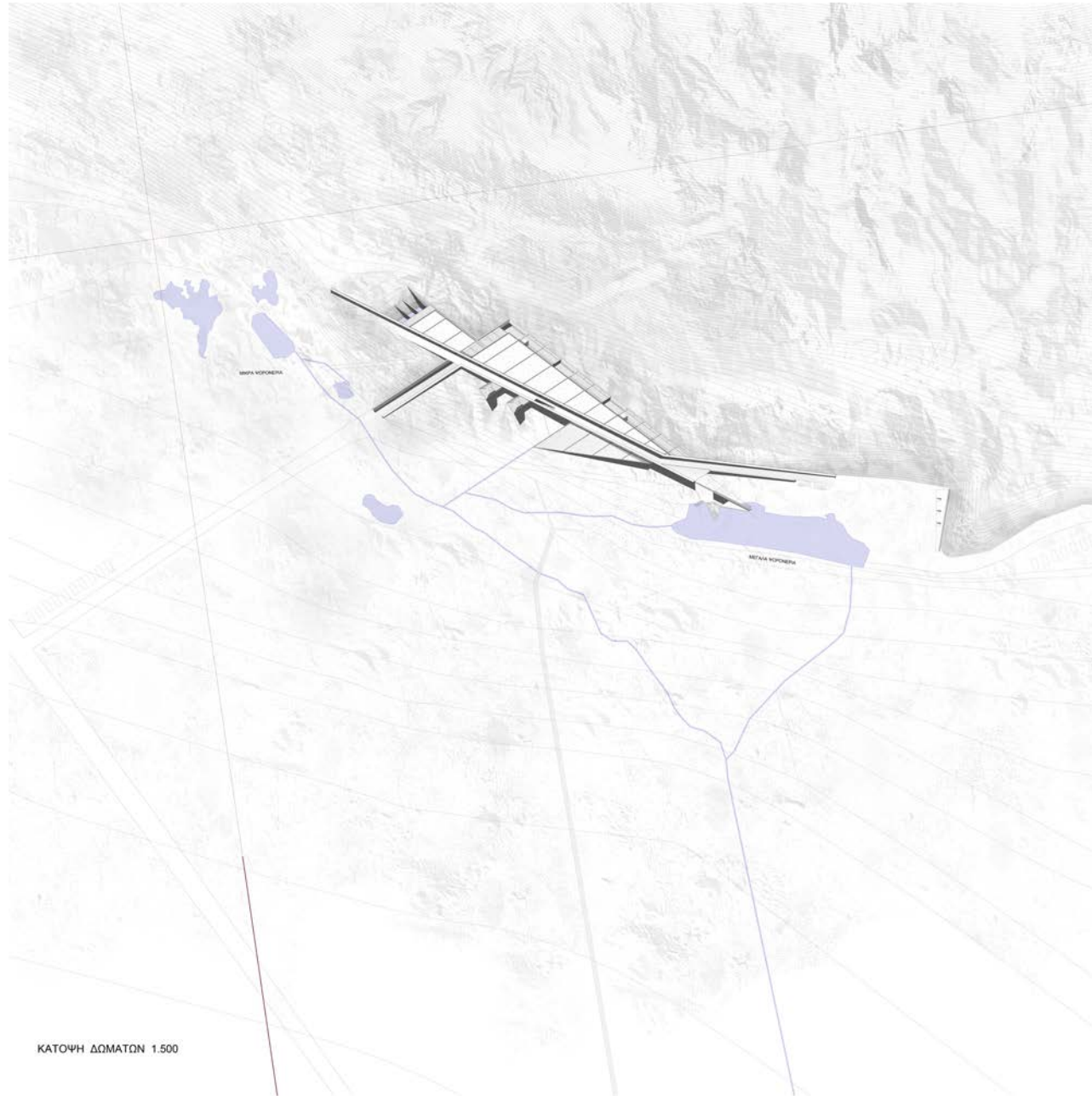










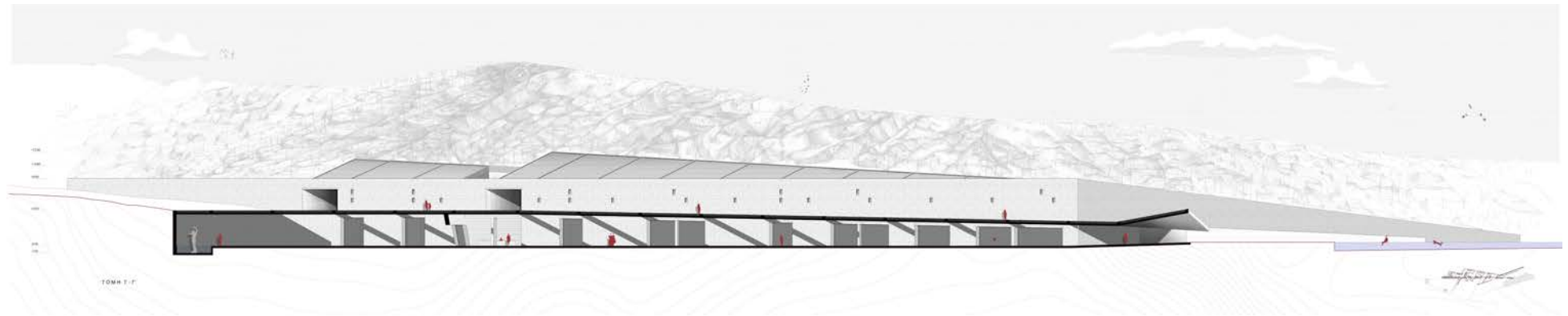


ΚΑΤΟΨΗ ΔΩΜΑΤΩΝ 1.500

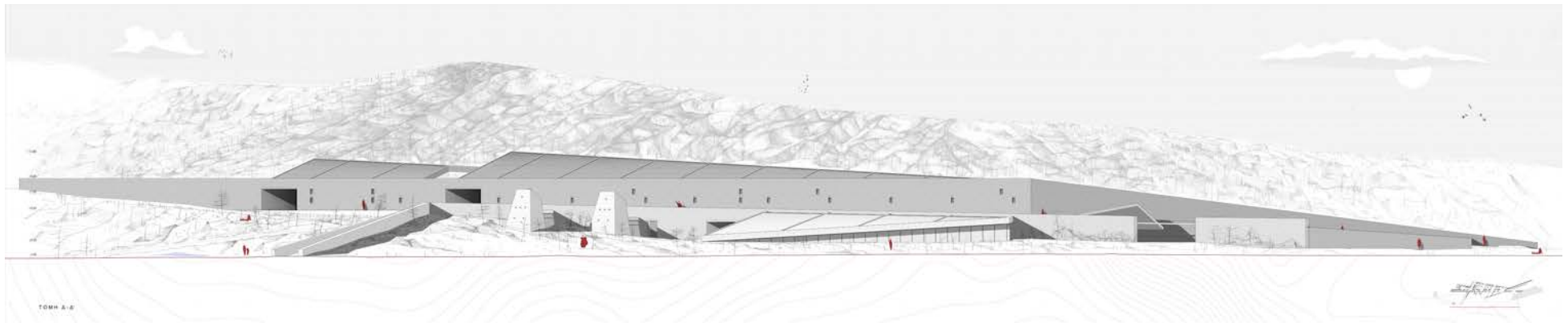


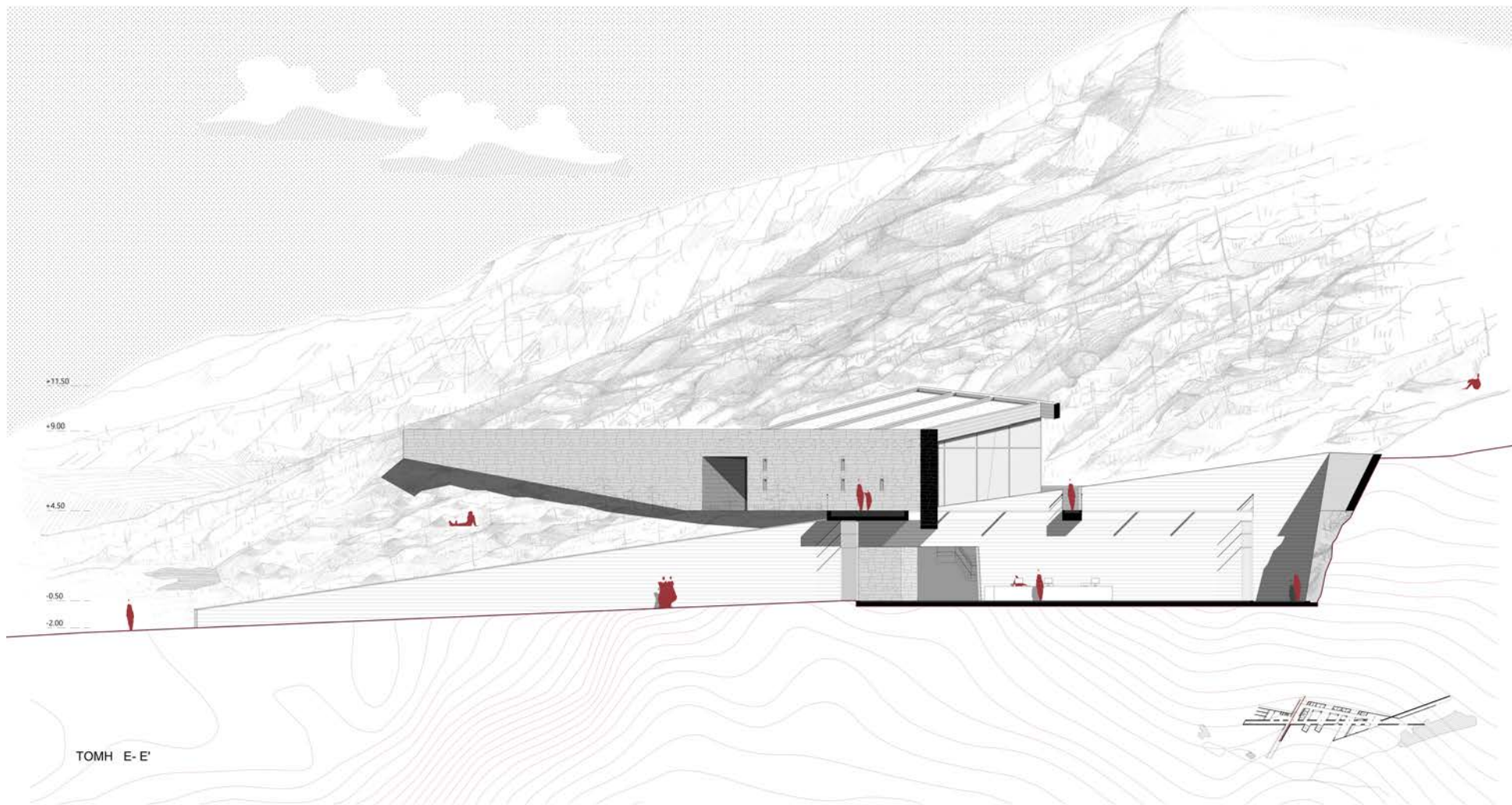


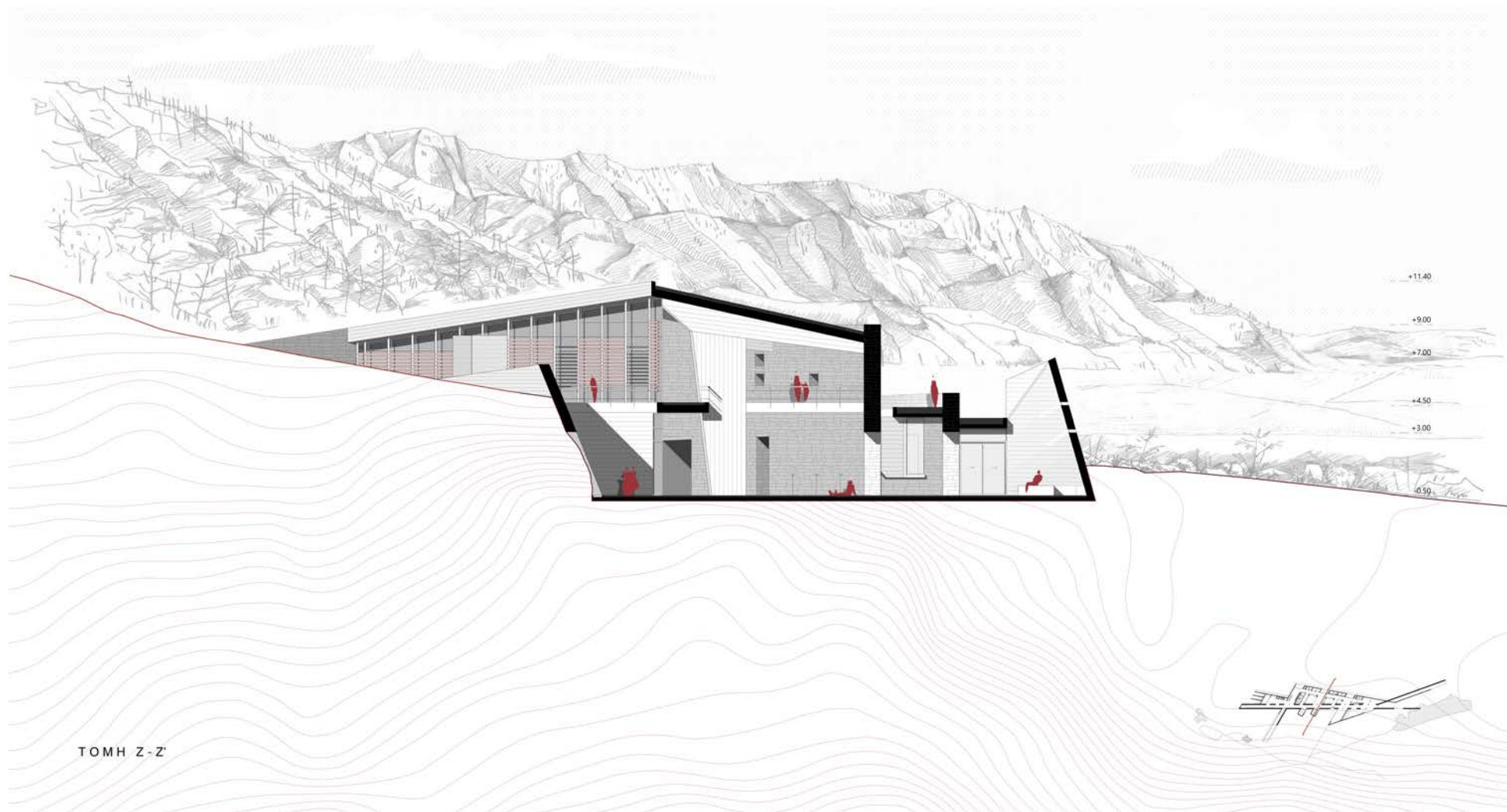






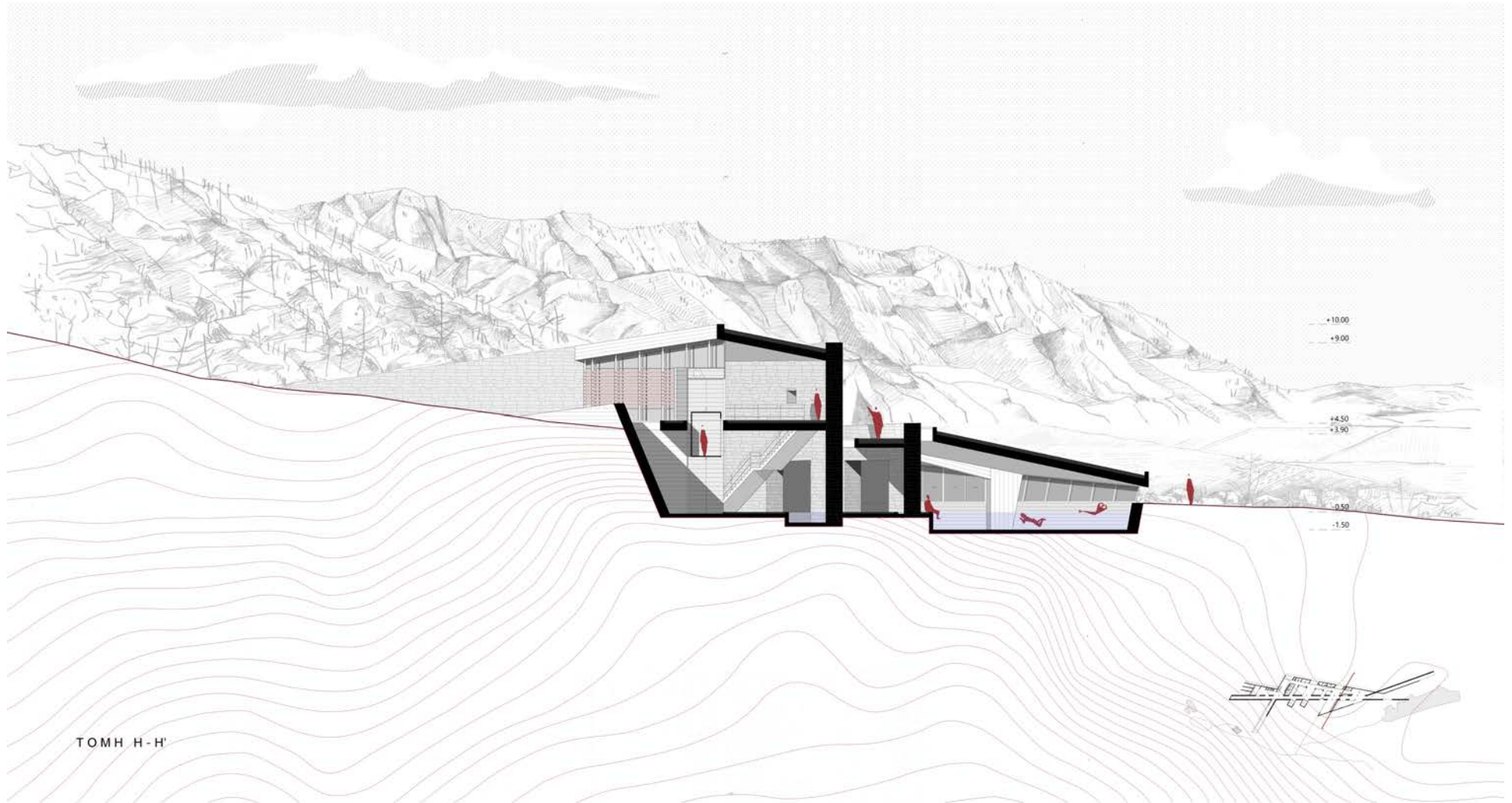






ΤΟΜΗ Z-Z'

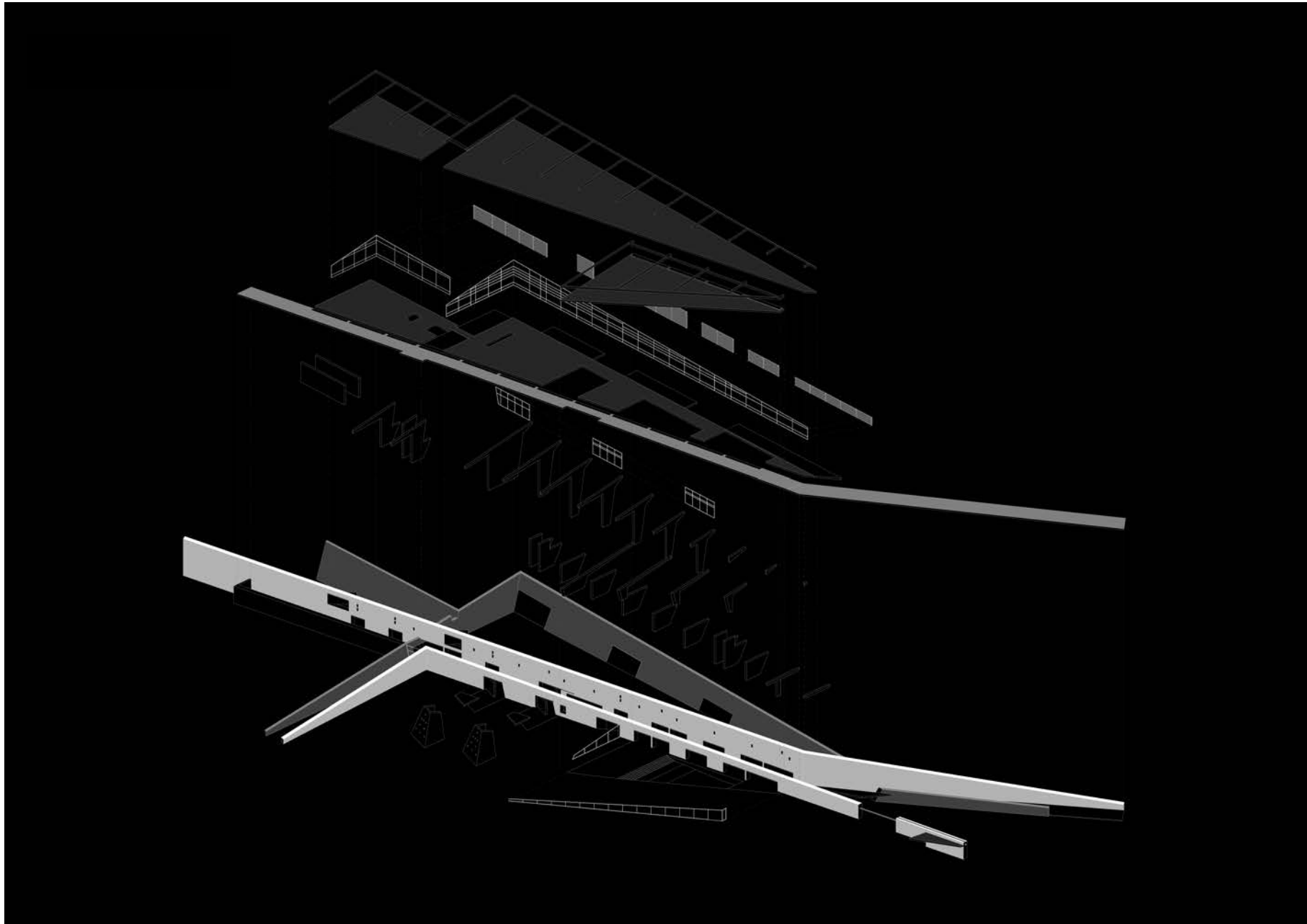








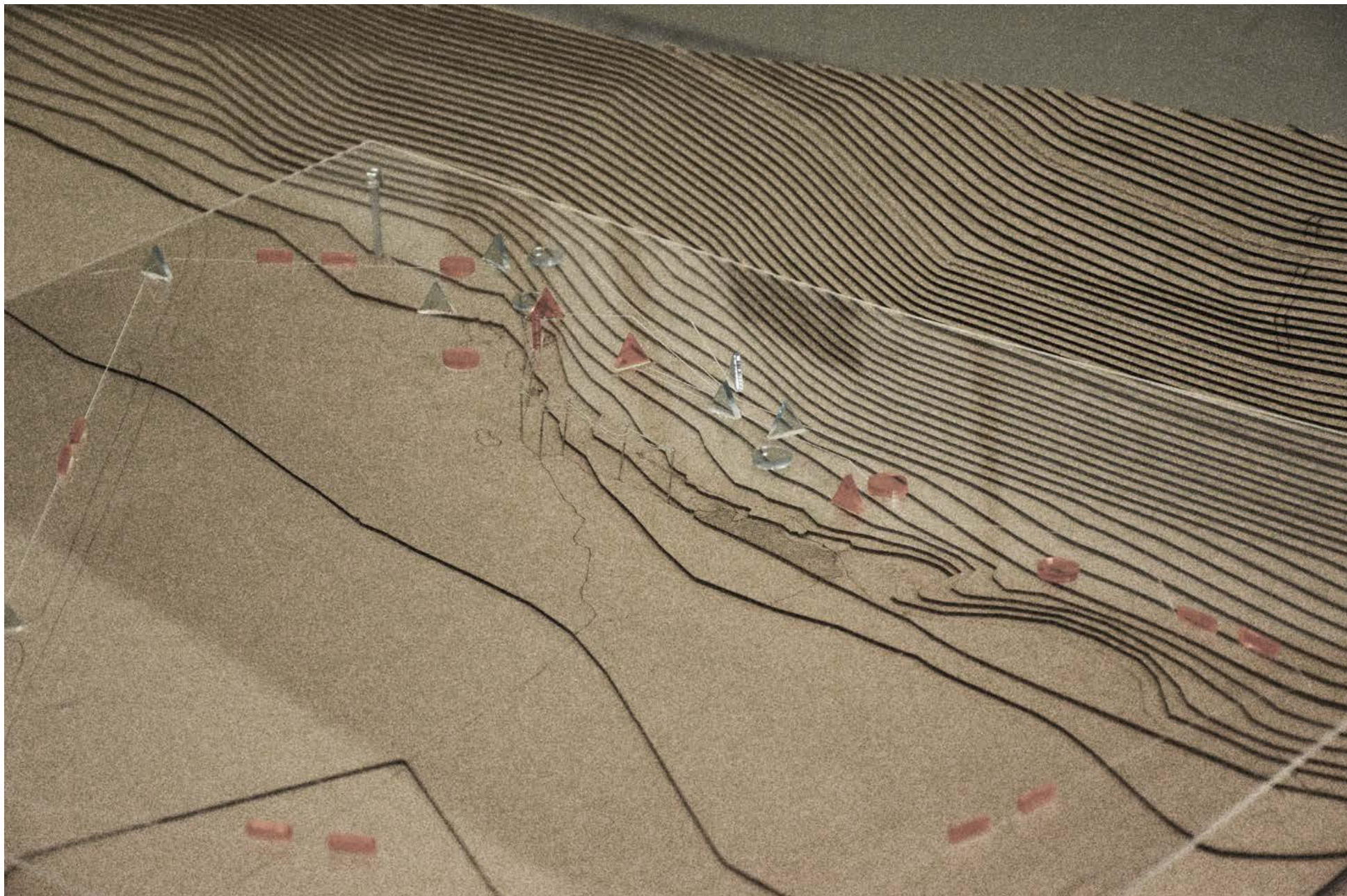






ΜΑΚΕΤΕΣ



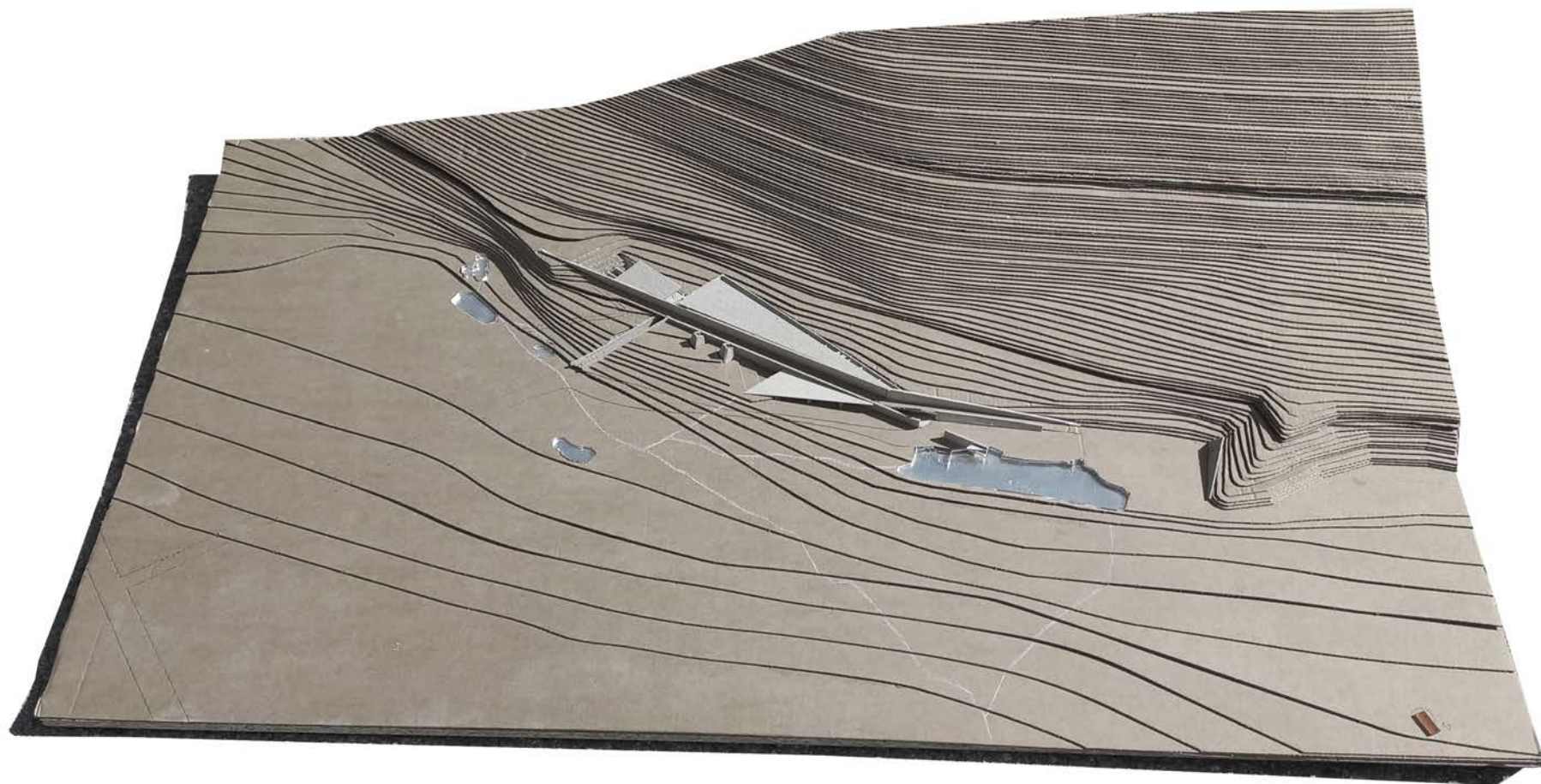




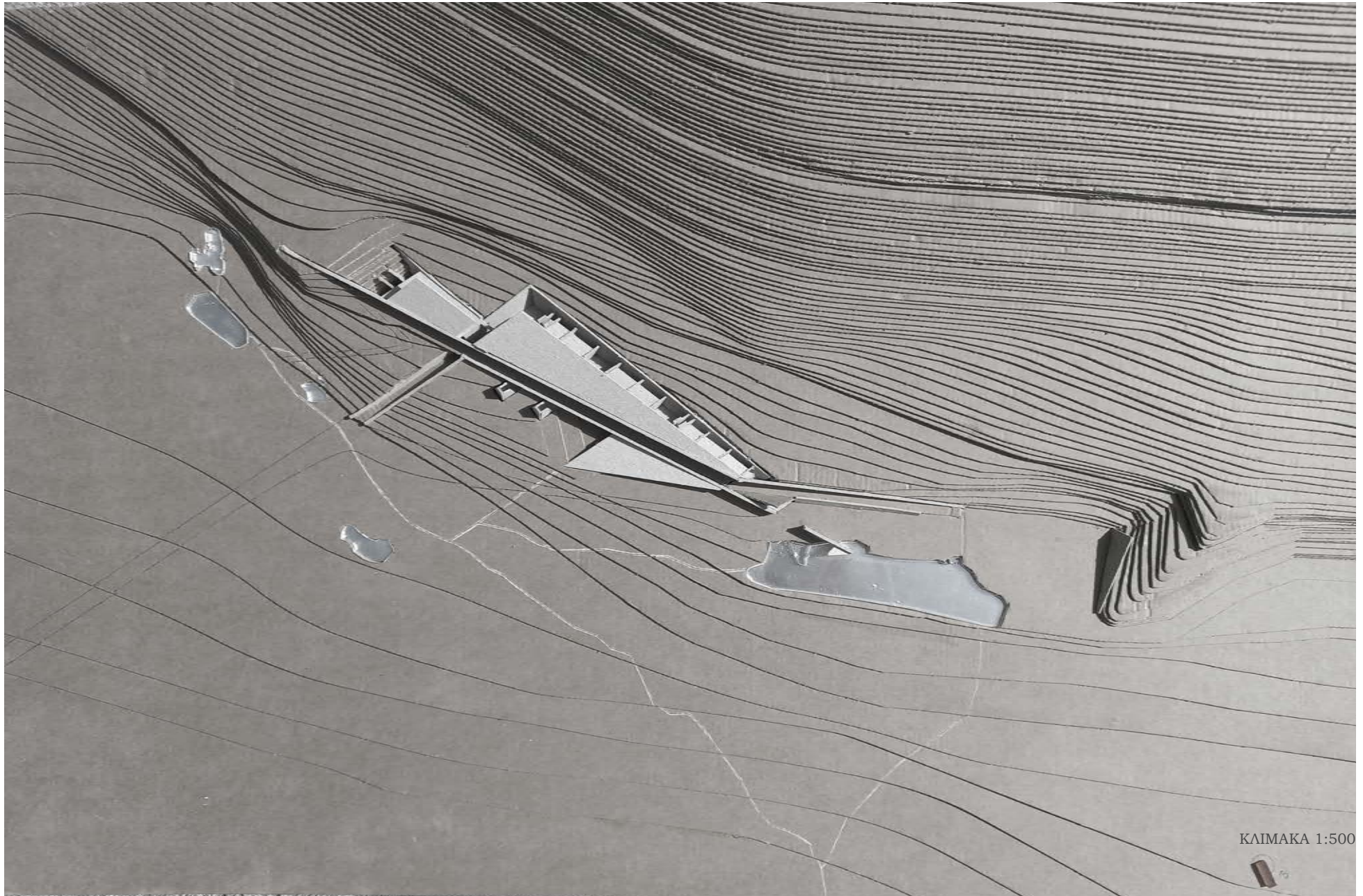


ΚΛΙΜΑΚΑ 1:1000



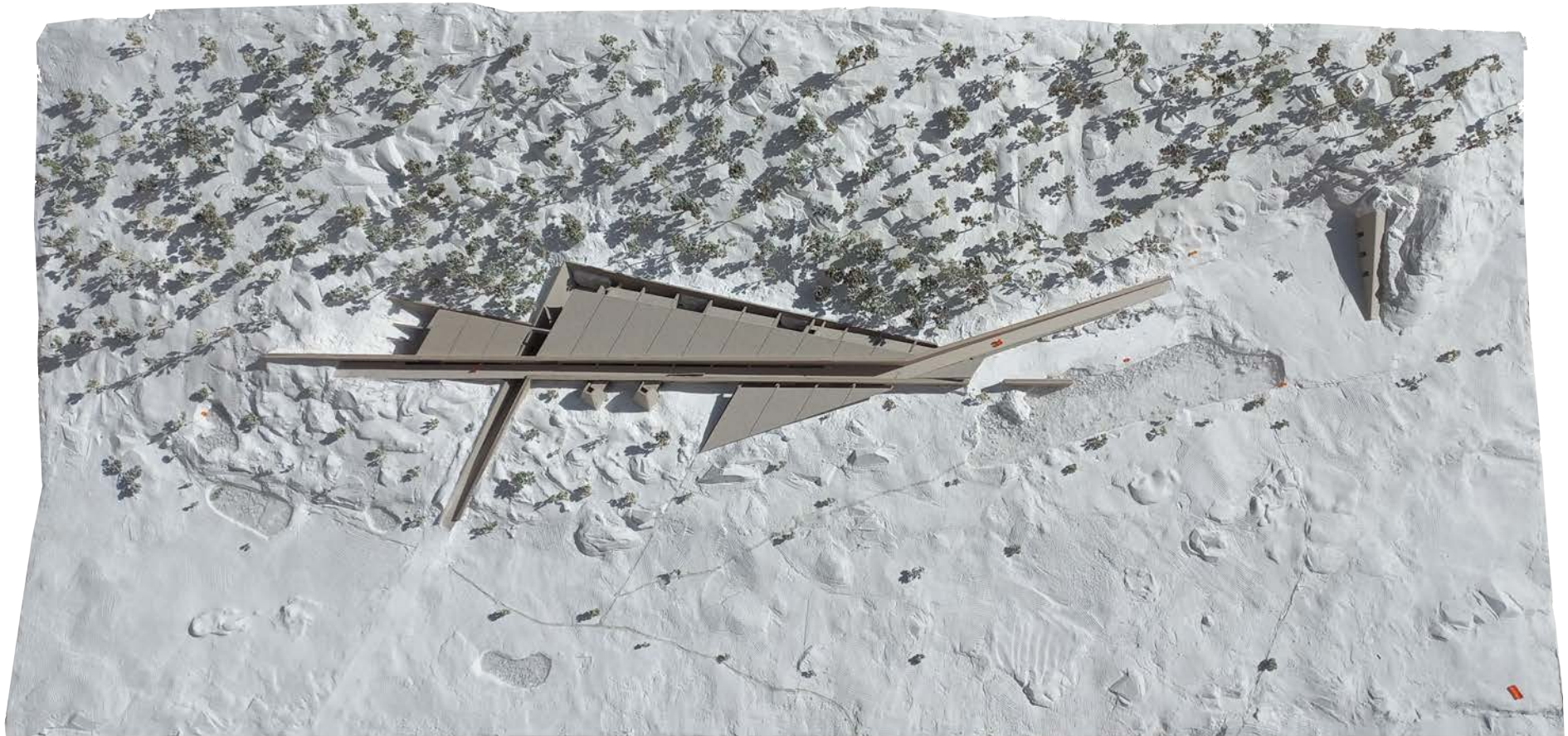






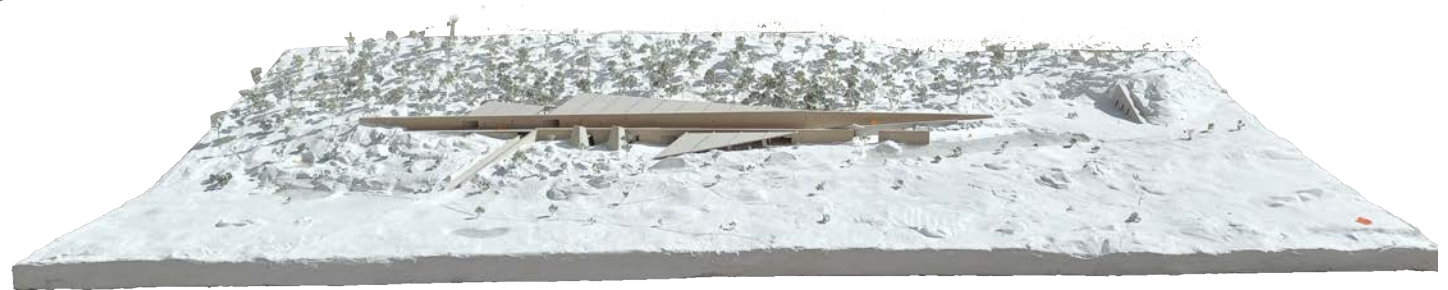
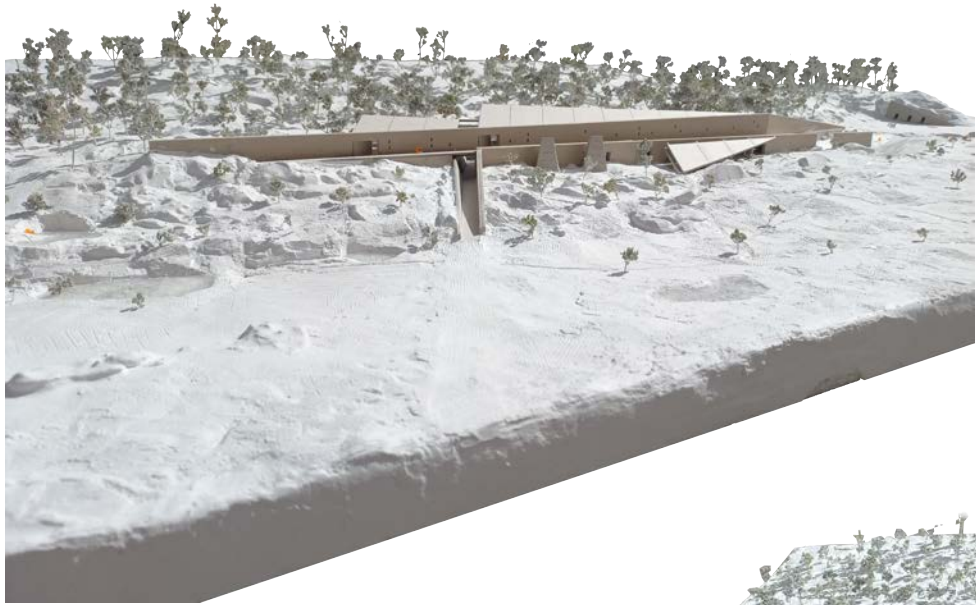
ΚΛΙΜΑΚΑ 1:500











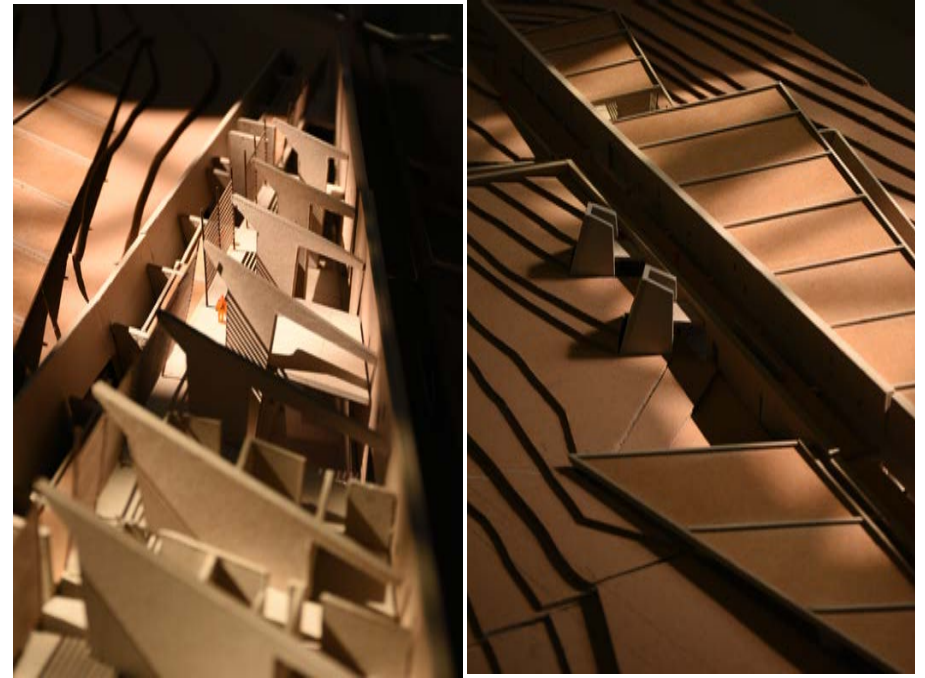


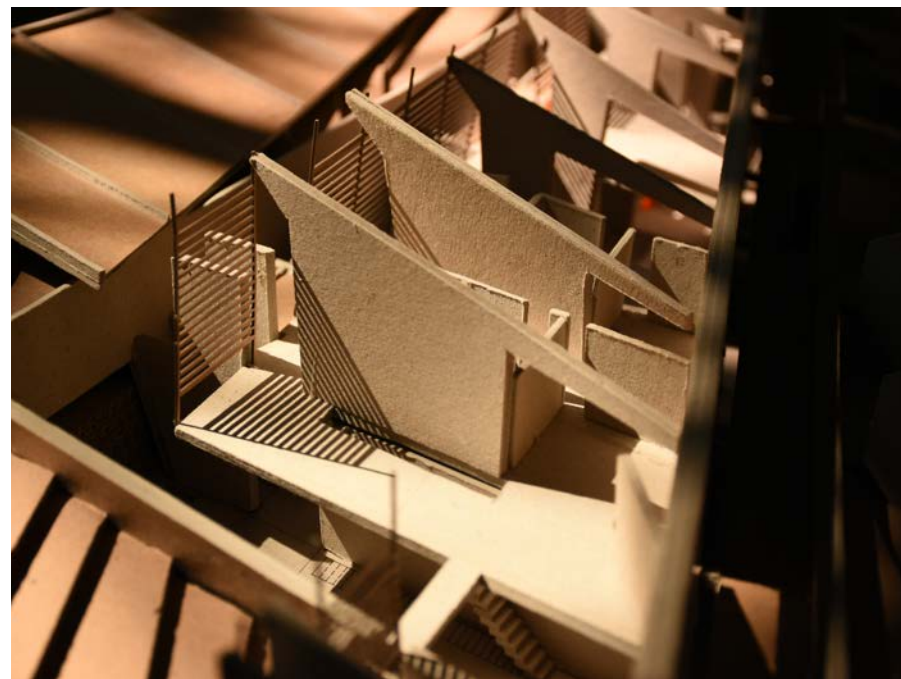
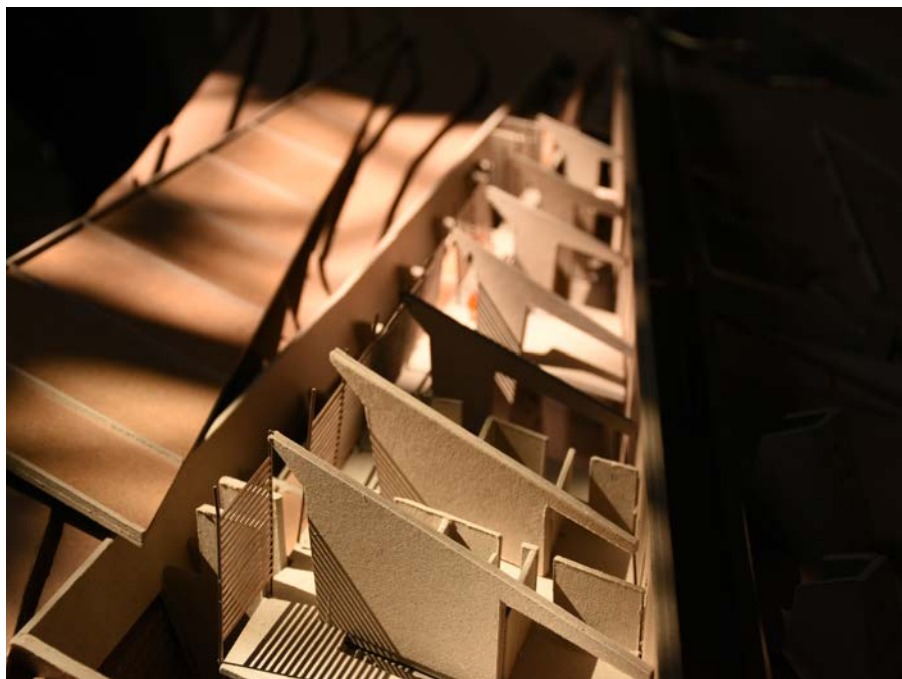




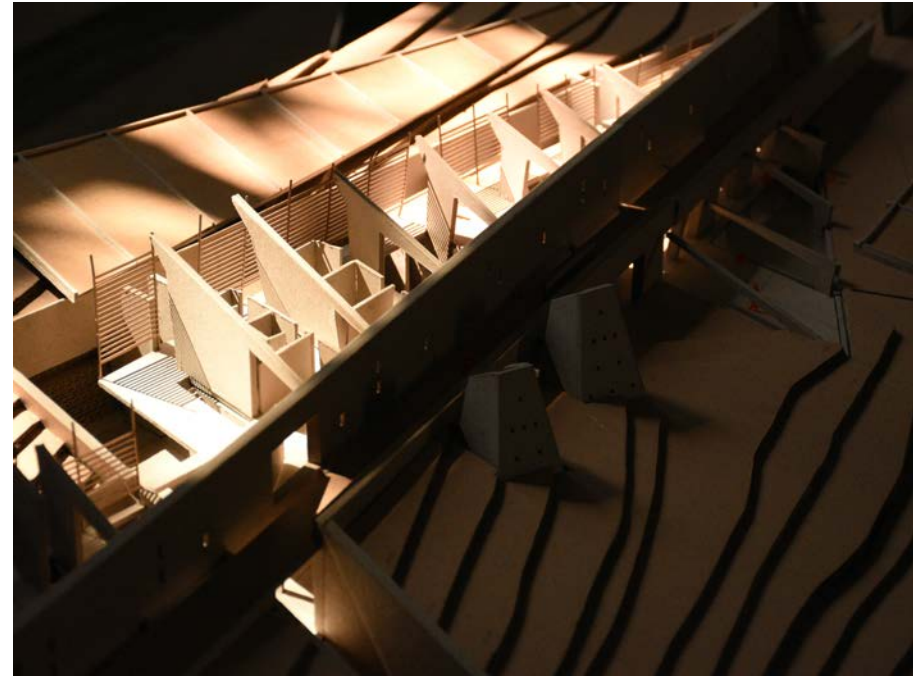


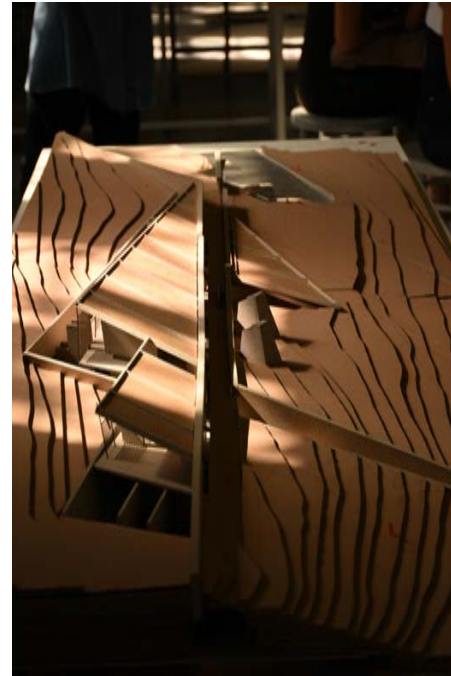
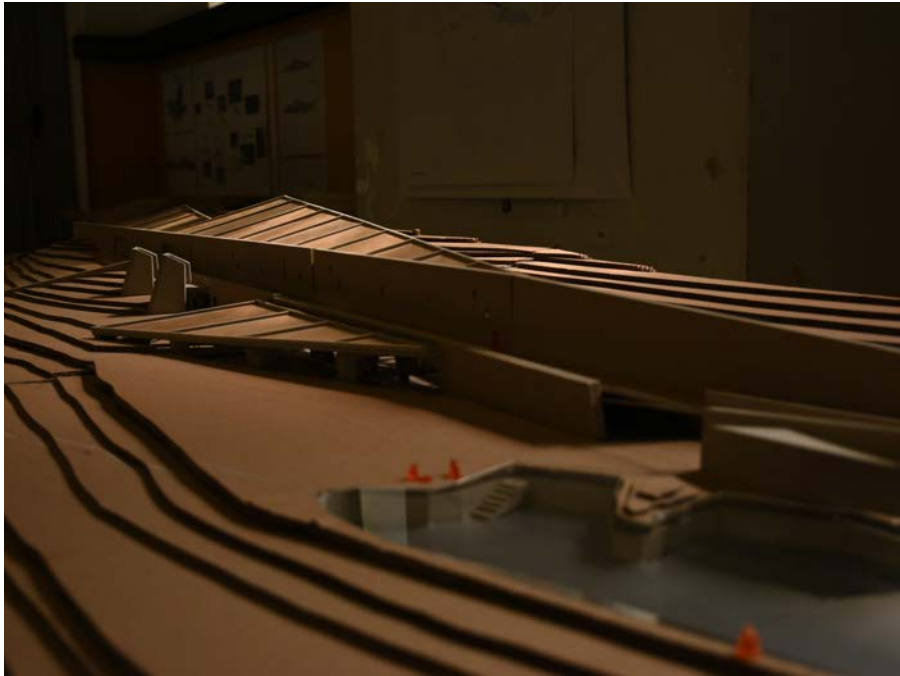
ΚΛΙΜΑΚΑ 1:100







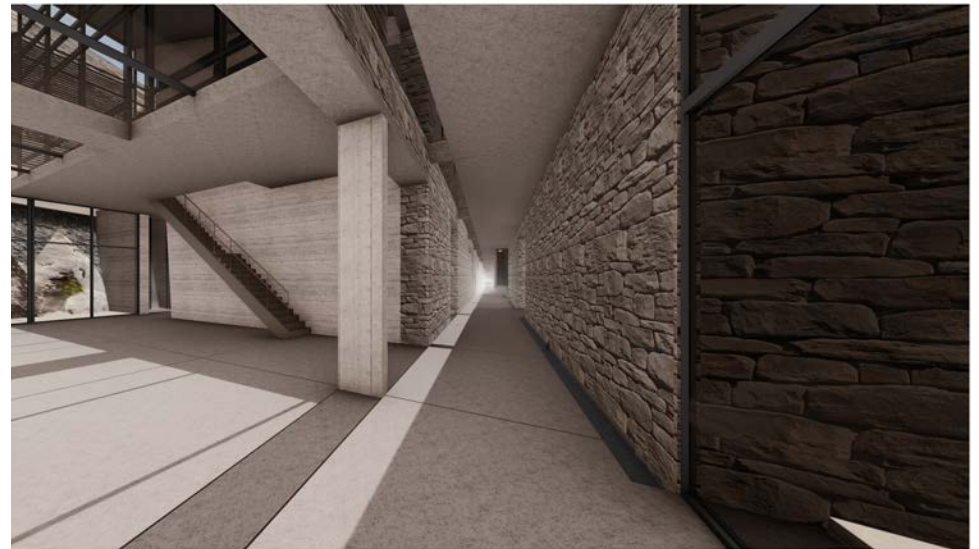








ΦΩΤΟΡΕΑΛΙΣΤΙΚΕΣ ΑΠΟΨΕΙΣ









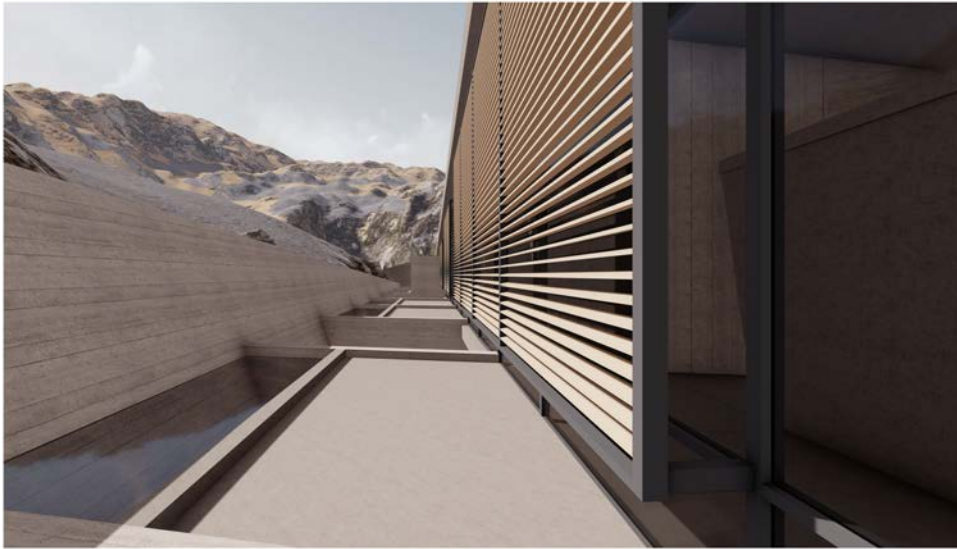
















## Ε Υ Χ Α Ρ Ι Σ Τ Ι Ε Σ

Ευχαριστούμε θερμά τους επιβλέποντες καθηγητές μας, Τσιράκη Σοφία και Αγγελή Γιώργο, καθώς και τον καθηγητή - σύμβουλο οικοδομικής, Βασιλάτο Παναγιώτη, για τη συνεργασία και όλη τη συμβολή τους στη διπλωματική μας εργασία. Οι πολύτιμες συμβουλές και η συμπαράστασή τους ήταν πολύ σημαντικές.

Θα θέλαμε, επίσης, να ευχαριστήσουμε από καρδιάς τους φίλους και συγγενείς που μάς στάθηκαν σε αυτό το ταξίδι,

Νεφέλη  
Δώρα  
Τάσο  
Κωνσταντίνο Μ.  
Κωνσταντίνο Κ.  
Ερρίκο  
Μαίρη  
Νικολέττα  
Δημήτρη  
Βασίλη  
Ελπίδα  
Ελεονώρα  
Μαρία

τον κ. Θεόδωρο Βαγενά και τα υπόλοιπα παιδιά για την άμεση συνεισφορά τους τις πιο δύσκολες μέρες.





0 6 α . ΒΙΒΛΙΟΓΡΑΦΙΑ



1. Αγγελίδης Ζήσης. Ιαματικοί Φυσικοί Πόροι και Θερμαλισμός. Θεσσαλονίκη: Κέντρο Περιβαλλοντικής Εκπαίδευσης Ελευθερίου Κορδελιού, 2008.
2. Βασιλάτος Παναγιώτης. Αρχιτεκτονική Δομή και Τεχνολογία: Από τη Λεπτομέρεια της Σύνθεσης στη Σύνθεση της Λεπτομέρειας. Αθήνα: ανοικτές ακαδημαϊκές εκδόσεις Κάλλιπος, 2021.
3. Βαρέλη Αικατερίνη, Ναούμ Μαρία. Άνθρωπος και Χώρος: Αναζητώντας την Πολυαισθητηριακή Εμπειρία της Αρχιτεκτονικής. Αθήνα: Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο, 2023.
4. Δούκας Στρατής. Αποκωδικοποιώντας την Τελετουργία του Θερμαλισμού. Αθήνα: Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο, 2022.
5. Έσσε Έρμαν. Στα Λουτρά. Μετάφραση: Νεραντζή Χρυσή. Αθήνα: Καστανιώτη, 2000.
6. ΕΦΗΜΕΡΙΣ ΤΗΣ ΚΥΒΕΡΝΗΣΕΩΣ ΤΗΣ ΕΛΛΗΝΙΚΗΣ ΔΗΜΟΚΡΑΤΙΑΣ. Καθορισμός τεχνικών προδιαγραφών ανέγερσης κέντρων ανάζωογόννησης (spa). <https://www.e-nomothesia.gr/kat-tourismos/ya-8928-2012.html>
7. Ιαματικά Λουτρά Καλλιδρόμου (Ψωρονέρια). Δήμος Λαμιέων. <https://www.lamia.gr/basiki-selida/iamatika-loytra-kallidromoy-psoroneria>
8. Κωστή Χριστίνα. Το Κενό Μα στην Ιαπωνική Αρχιτεκτονική: Το παράδειγμα του Tadao Ando. Αθήνα: Εθνικό Μετσόβιο Πολυτεχνείο, 2023.
9. Μπίρης Τάσος Κ. Αρχιτεκτονικής Σημάδια και Διδάγματα: Στο Ίκνος της Συνθετικής Δομής. Αθήνα: Μορφωτικό Ίδρυμα Εθνικής Τραπέζης, 2016.
10. Πάλλασμα Γιουκάνι. Τα Μάτια του Δέρματος: Η Αρχιτεκτονική και οι Αισθήσεις. Μετάφραση: Τουρνικιώτης Παναγιώτης Τουρνικιώτης Γιάννης. Ηράκλειο: Πανεπιστημιακές Εκδόσεις Κρήτης, 2022.
11. Παπαγεωργίου Μαριλένα. Χωρική Οργάνωση, Ανάπτυξη και Σχεδιασμός του Θερμαλιστικού Τουρισμού στην Ελλάδα. Βόλος: Πανεπιστήμιο Θεσσαλίας, 2009.
12. Σκαρτιά-Χόιπελ Ξανθίπη. Λουτροθεραπεία και Αναψυχή: Ιστορική Εξέλιξη των Λουτρών. Θεσσαλονίκη: University Studio Press, 1996.
13. Στα ιαματικά λουτρά Καλλιδρόμου. Σκηνοθεσία: CineManiaξ. YouTube, 2021.
14. Τσίνας Νίκος. Αρχιτεκτονική Τεχνολογία. Θεσσαλονίκη: University Studio Press, 2016.
15. Ψωρονέρια, Καλλυντικά, Θερμοπούλες: Ένα Σαββατοκύριακο με υπερβολική δόση ιαματικών λουτρών. Lifo. 2020. <https://www.lifo.gr/tropos-zois/travel/psoroneria-kallyntika-thermopyles-ena-sabbatokyriako-me-yperboliki-dosi>



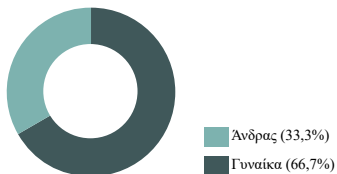


0 6 β .

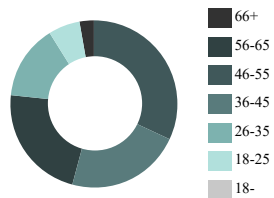
Π Α Ρ Α Ρ Τ Η Μ Α

**ΓΕΝΙΚΕΣ ΠΛΗΡΟΦΟΡΙΕΣ**

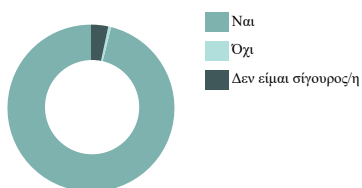
**Φύλο**



**Ηλικία**



**Γνωρίζετε τι είναι ο ιαματικός τουρισμός;**



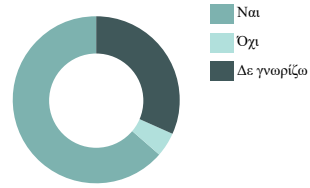
**Έχετε επισκεφτεί ποτέ φυσικές ή οργανωμένες λουτρικές εγκαταστάσεις;**



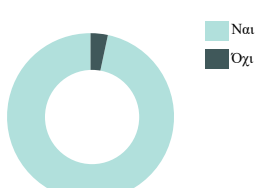
**Έχετε πραγματοποιήσει ποτέ κάποια θεραπεία σε ιαματικά λουτρά;**



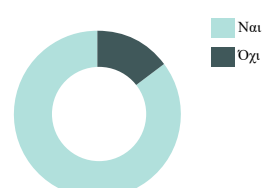
**Αν ναι, έχετε δει διαφορά στο σώμα σας;**



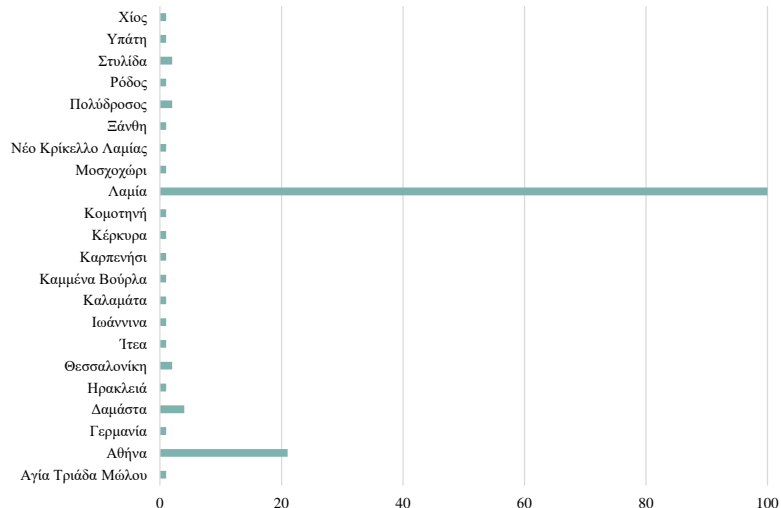
**Γνωρίζετε τα Ιαματικά Λουτρά Λαμιάς / Καλλιδρόμου (Ψωρονέρι);**



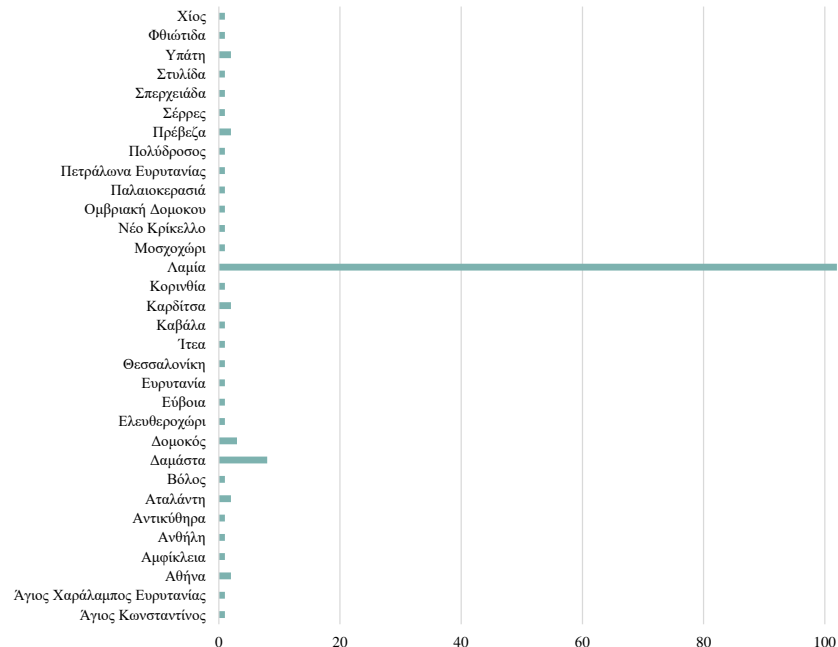
**Έχετε επισκεφτεί ποτέ τα Ιαματικά Λουτρά Λαμιάς;**



**Τόπος Διαμονής**



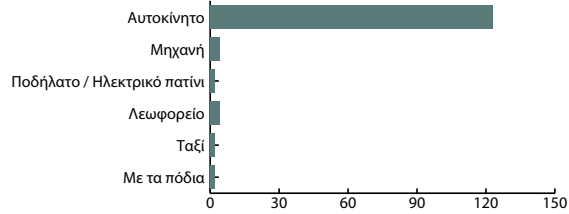
**Τόπος Καταγωγής**





**ΠΡΟΣΒΑΣΗ ΚΑΙ ΔΙΑΜΟΝΗ**

Με τι είδους μεταφορικό μέσο επισκέπτεστε τα Λουτρά Λαμιάς;



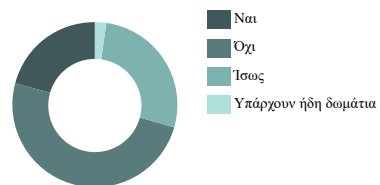
Υπάρχουν δρομολόγια της δημόσιας συγκοινωνίας που να εξυπηρετούν τα Λουτρά;



Πόση ώρα χρειάζεστε για να φτάσετε στα Λουτρά Λαμιάς;

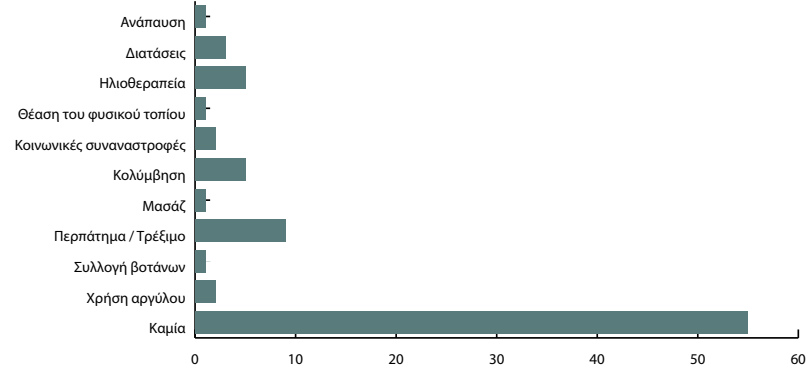


Εάν υπήρχαν δωμάτια διαμονής κοντά στα λουτρά Λαμιάς, θα σας ενδιέφερε να μείνετε εκεί;

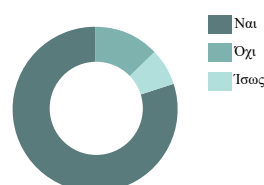


**ΔΡΑΣΤΗΡΙΟΤΗΤΕΣ ΚΑΙ ΠΑΡΟΧΕΣ**

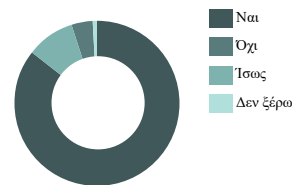
Τι δραστηριότητες πραγματοποιείτε στον χώρο πέρα από τη λουτρική διαδικασία;



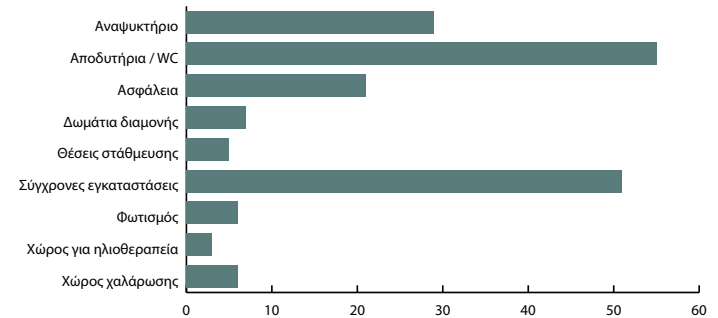
Θα αλλάζατε κάτι στον συγκεκριμένο χώρο;



Πιστεύετε ότι λείπουν παροχές από τον χώρο;

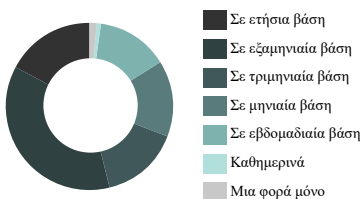


Αν απαντήσατε ναι προηγούμενος, ποιες παροχές θεωρείτε ότι λείπουν;

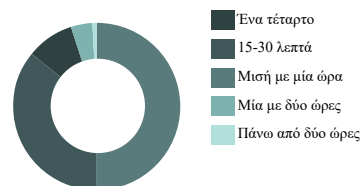


**ΕΠΙΣΚΕΨΙΜΟΤΗΤΑ**

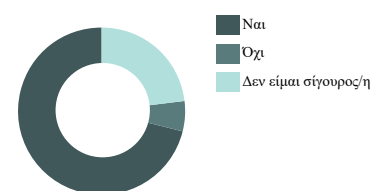
**Πόσο συχνά επισκέπτεστε τα Λουτρά Λαμάστας;**



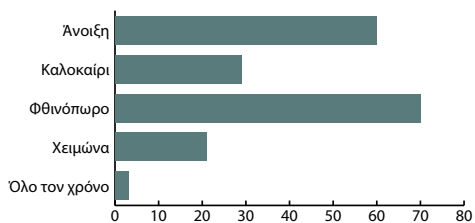
**Πόσο χρόνο περνάτε / περάσατε μέσα στο νερό στα Λουτρά Λαμάστας;**



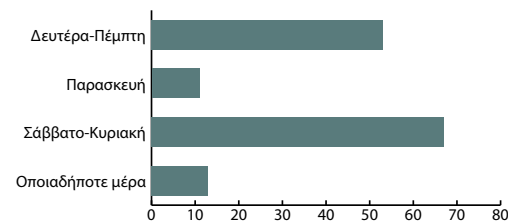
**Έχετε παρατηρήσει διαφορά στο σώμα σας μετά από τις επισκέψεις σας στα Λουτρά Λαμάστας;**



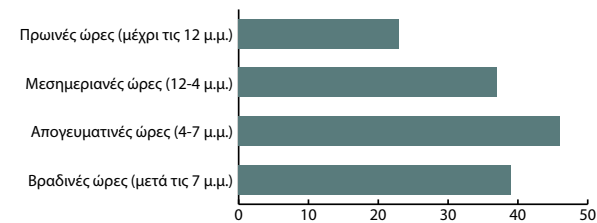
**Ποιες εποχές του χρόνου επισκέπτεστε τα Λουτρά Λαμάστας;**



**Ποιες μέρες της εβδομάδας επισκέπτεστε συνήθως / επισκεφθήκατε τα Λουτρά Λαμάστας;**

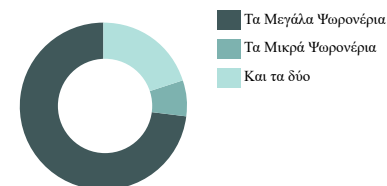


**Ποιες ώρες της ημέρας επισκέπτεστε τα Λουτρά Λαμάστας;**

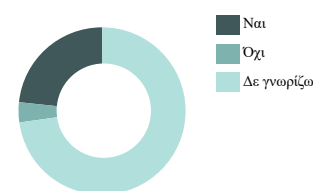


Τα Ιαματικά Λουτρά Λαμάστας / Καλλιδρόμου (ή αλλιώς Ψωρονέρια) αποτελούνται από μια μεγάλη φυσική λίμνη ("Μεγάλα Ψωρονέρια") και από μερικές μικρότερες λίμνες ανατολικά της μεγάλης ("Μικρά Ψωρονέρια").

**Επισκέπτεστε κυρίως τα "Μεγάλα" ή τα "Μικρά Ψωρονέρια";**

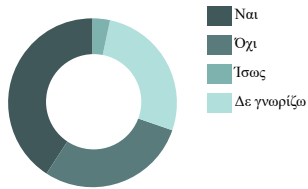


**Υπάρχει μονοπάτι που να συνδέει τα Μεγάλα με τα Μικρά Ψωρονέρια;**



**ΓΕΝΙΚΕΣ ΕΡΩΤΗΣΕΙΣ ΓΙΑ ΤΑ ΙΑΜΑΤΙΚΑ ΛΟΥΤΡΑ ΔΑΜΑΣΤΑΣ**

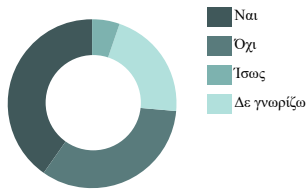
**Θεωρείτε πως ο κόσμος γνωρίζει την ύπαρξη των Ιαματικών Λουτρών Δαμάστας;**



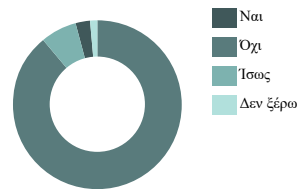
**Γνωρίζετε πως, παρά τις προσπάθειες του Δήμου, τα Λουτρά Δαμάστας δεν έχουν πιστοποιηθεί επισήμως από το κράτος ως ιαματικά;**



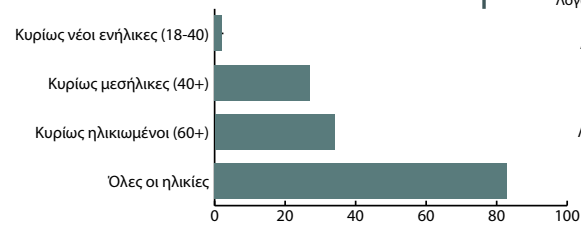
**Θεωρείτε πως τα Λουτρά έχουν υψηλή επισκεψιμότητα;**



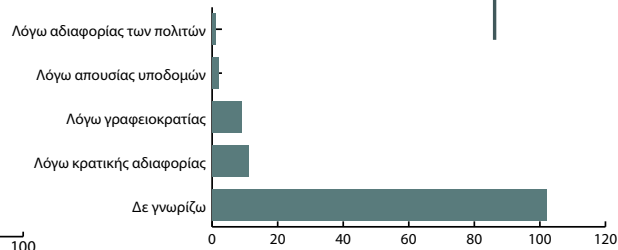
**Το γεγονός πως τα Λουτρά Δαμάστας δεν έχουν πιστοποιηθεί ως ιαματικά αλλά εξακολουθούν να έχουν υψηλή επισκεψιμότητα, θα σας αποθάρρυνε από το να τα επισκεφτείτε;**



**Ποιες ηλικίες θεωρείτε ότι επισκέπτονται τα Λουτρά;**



**Γνωρίζετε για ποιο λόγο δεν έχουν πιστοποιηθεί ακόμα τα Λουτρά Δαμάστας;**



**Επισκέπτεστε άλλες Λουτρικές Εγκαταστάσεις στον Νομό Φθιώτιδας; Αν ναι, ποιες;**

