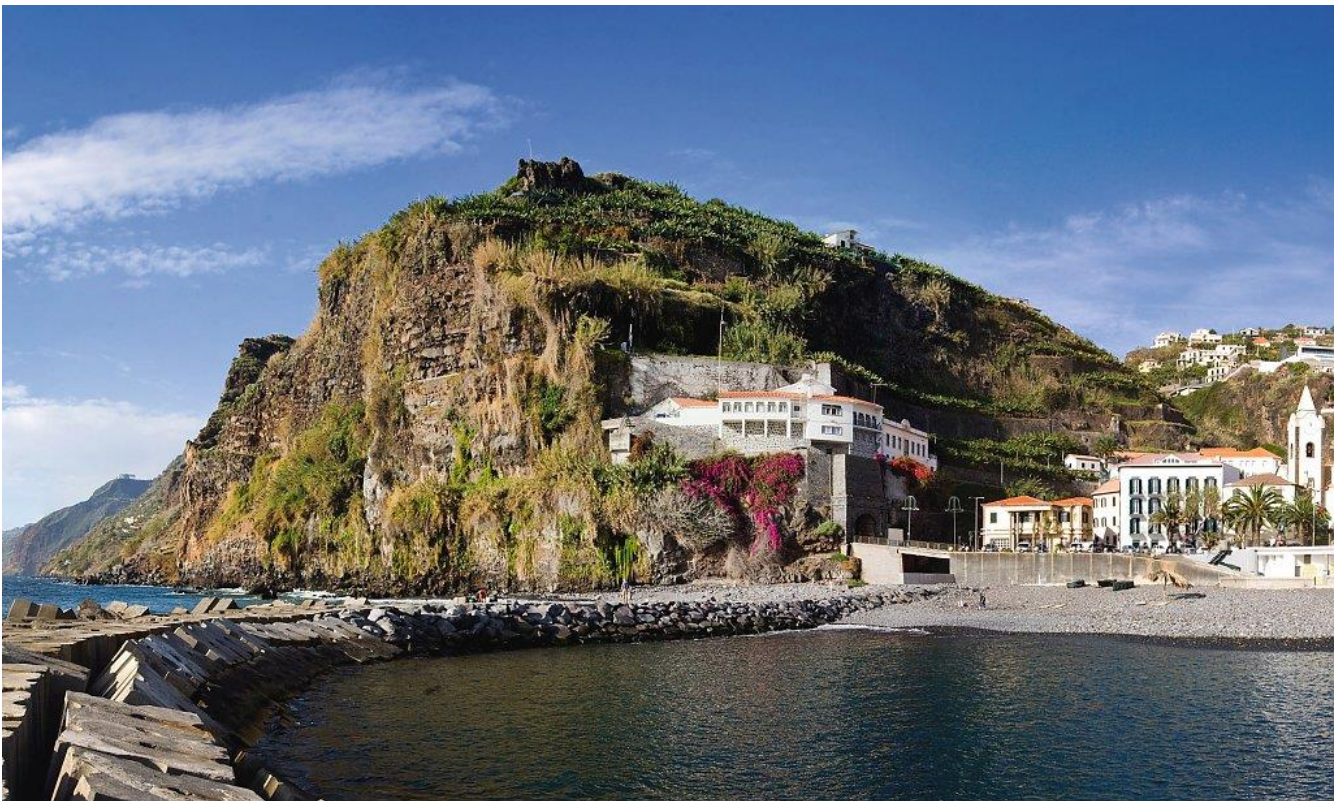


# PORTUGAL

Hotel Estalagem: Stil und Design über dem Meer



---

D E T A I L P R O G R A M M

---

|                                          |           |
|------------------------------------------|-----------|
| <b>REISEDETAILS .....</b>                | <b>3</b>  |
| Reiseverlauf .....                       | 3         |
| Allgemeine Beschreibung .....            | 3         |
| Kur/Hausprogramm .....                   | 4         |
| Unterkunft .....                         | 4         |
| Verpflegung .....                        | 5         |
| Umgebung .....                           | 5         |
| <b>PRAKTISCHE HINWEISE.....</b>          | <b>7</b>  |
| Atmosfair / Anreise / Transfers.....     | 7         |
| Einreisebestimmungen / Sicherheit .....  | 7         |
| Gesundheit und Impfungen .....           | 7         |
| Mitnahmeempfehlungen .....               | 8         |
| Währung / Post / Telekommunikation ..... | 8         |
| Zollbestimmungen.....                    | 8         |
| Versicherung .....                       | 9         |
| Nebenkosten / Trinkgelder .....          | 9         |
| Umwelt .....                             | 9         |
| Sonstiges .....                          | 10        |
| <b>LAND UND LEUTE .....</b>              | <b>11</b> |
| Zeitverschiebung und Klima .....         | 11        |
| Sprache und Verständigung .....          | 11        |
| Religion und Kultur.....                 | 11        |
| Essen und Trinken .....                  | 11        |
| Einkaufen und Souvenirs .....            | 12        |
| <b>ANHANG.....</b>                       | <b>13</b> |
| Reiseliteratur.....                      | 13        |
| Ihre Reisenotizen .....                  | 14        |
| Kontaktdaten und Anmeldung .....         | 16        |

## REISEDETAILS

### REISEVERLAUF

- Yoga mit Panoramablick über den Atlantik
- Bunte Blumenpracht und Wohlfühlklima
- Feine mediterrane Küche genießen



### ALLGEMEINE BESCHREIBUNG

Der kleine Ort Ponta do Sol liegt im Südwesten der Insel Madeira und ist, wie der Name schon sagt, der sonnigste Punkt auf der Blumeninsel. Besonders charakteristisch für dieses kleine Örtchen am Meer sind die grandiosen Sonnenuntergänge, der schöne Kieselstrand und seine freundlichen Einwohner. Noch recht unberührt vom Tourismus können Sie hier das unverfälschte Madeira kennen lernen.



Das 4-Sterne Design Hotel Estalagem liegt hoch oben auf einem Felsvorsprung und bietet Ihnen somit einen Ausblick auf die Küste und das weite Meer, der faszinierender kaum sein könnte. Das Hotel ist der ideale Rückzugsort, um sich vom stressigen Alltag zu

erholen. Im Hotel stehen Ihnen vielfältige Möglichkeiten zur Verfügung. Der Outdoor Infinity Pool ist beispielsweise bestens geeignet um einige Bahnen zu ziehen, oder einfach gemütlich den Ausblick auf den Atlantik zu genießen. Auch der beheizte Indoor Pool und der Jacuzzi laden zu entspannenden Momenten ein. In der Lobby und der Lounge Bar des Hotels können Sie die Abende gemütlich am Kamin oder auf der zugehörigen Terrasse ausklingen lassen und die traumhaft schönen Sonnenuntergänge genießen, die das Hotel in schönsten Licht tauchen.



Das zugehörige Schwesternhotel Da Vila liegt direkt am Meer, im historischen Zentrum des kleinen Ortes, etwa 10 Gehminuten vom Hotel Estalagem entfernt. Die Gäste, die im Hotel Da Vila unterkommen, können alle Einrichtungen und Extras nutzen die im Hotel Estalagem angeboten werden. Es gibt unten am Felsen einen Aufzug, der Sie ganz entspannt und unproblematisch nach oben auf den Felsvorsprung zur Rezeption bringt. Die Yogaeinheiten und auch das Essen finden jeweils im Hotel Estalagem statt.





## KUR/HAUSPROGRAMM

Alle KursleiterInnen werden von uns mit größter Sorgfalt ausgewählt und zeichnen sich durch hohe Professionalität aus. So sind beispielsweise unsere Yogalehrenden in der Regel Mitglieder im Berufsverband der Yogalehrenden in Deutschland (BDY). Darüber hinaus haben unsere KursleiterInnen Erfahrung in der Leitung von Gruppen und der Vermittlung von Übungspraktiken. Wichtig ist neben einer sehr hohen fachlichen Qualifikation für uns aber vor allem auch die persönliche Ausstrahlung der KursleiterInnen, da diese Ebene unserer Meinung nach ebenfalls wichtig für ein gelungenes und wohltuendes Seminar ist. Das Kursprogramm findet an sechs Tagen jeweils 3,5 - 4 Stunden statt. Üblicherweise wird die Übungszeit auf zwei Einheiten aufgeteilt.



Je nach Gruppengröße finden die Yogaeinheiten im neuen Seminarraum, oder in einem etwas kleineren Raum statt. Beide Räume bieten einen schönen Ausblick, der eine in den traumhaften Garten des Hotels, der andere einen inspirierenden Blick auf den Atlantik. Yogamatten, Meditationskissen und Decken sind vorhanden.

Das Hotel verfügt über einen großzügigen Wellness und Spa Bereich, in dem Sie sich fallen lassen können und neue Energie tanken können. Ein Dampfbad, eine Sauna, ein Fitnessraum und zwei Massageräume bieten viel Raum für Ihr persönliches Wohlbefinden. Vor Ort können Sie aus einem vielfältigen Angebot an Massagen und Anwendungen wählen. Wie wäre es beispielsweise mit einer Schwedischen Massage? Oder bevorzugen Sie lieber eine indische Kopfmassage?



## UNTERKUNFT

Die 54 Zimmer des Design Hotels Estalagem zeichnen sich durch helle Farben, klare Linien und minimalistische Einrichtungen aus. Somit wird viel Raum gelassen, die atemberaubenden Ausblicke auf die umliegende Natur zu genießen. Alle Zimmer verfügen über einen Balkon oder eine eigene Terrasse und sind ausgestattet mit Klimaanlage, einem kleinen Kühlschrank, Wasserkocher, Safe, TV und W-LAN.



Das Schwesterhotel Da Vila verfügt über 15 Zimmer. Die Einrichtung ist eine Kombination aus ländlichen Elementen mit modernen Einflüssen. Von hier aus können Sie direkt am Kiesstrand den Meerblick genießen. Die Zimmer sind ausgestattet mit Klimaanlage, Safe, einem kleinen Kühlschrank, Wasserkocher, TV, W-LAN und verfügen über einen französischen Balkon.

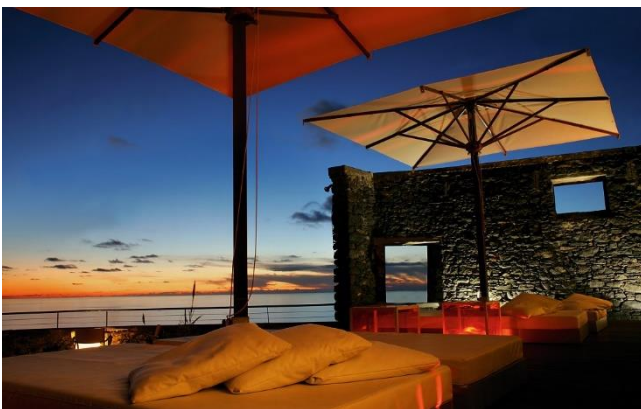
## VERPFLEGUNG

Das Restaurant im Estalagem wird Ihnen mit seinem fesselnden Ausblick auf den Atlantik die Sprache verschlagen. Hier schmecken die feinen Köstlichkeiten der Küche gleich doppelt so gut. Morgens gibt es ein abwechslungsreiches Frühstücksbuffet und abends ein leckeres 3-Gänge-Menü, gerne auch in vegetarischer Form.



Bitte beachten Sie, dass im Restaurant auch Gäste von außerhalb speisen. Das Hotel legt daher Wert auf normale Kleidung beim Abendessen (keine Yogakleidung).

**Tipp:** Von der Kabo Bar am Pool haben Sie einen traumhaften 180 Grad Blick auf das Meer. Genießen Sie stimmungsvolle Sonnenuntergänge auf der Terrasse!



## UMGEBUNG

Madeiras Vielzahl von geschützten Gebieten ist für Naturliebhaber ein wahres Wunder. Auf unzähligen Wanderwegen durch die seltenen Lorbeerwälder werden Wanderer mit atemberaubenden Bergpanoramen belohnt, während Taucher das kristallklare Wasser des Naturreservats Garajau erkunden können. In den zahlreichen Parks und Gärten erwarten Sie faszinierende subtropische Pflanzen und ein spektakulärer farbenfroher Blument Teppich, der seinen Höhepunkt beim alljährlichen Blumenfest im Frühling findet.



Erkunden Sie Funchal, die pulsierende Hauptstadt der Insel Madeira. Von Montag - Samstag fährt alle 15 Minuten ein öffentlicher Bus von Ponta do Sol nach Funchal. Die moderne und dynamische Stadt gilt als eine der saubersten der Welt und ist bekannt für seine erstklassigen Restaurants und seine entspannte Atmosphäre. Als Kontrast zur Hauptstadt können Sie auch den öffentlichen Bus nach Ribeira Brava nehmen, der von Montag - Freitag alle 5 Minuten von Ponta do Sol abfährt. Diese kleine Stadt hat einige Straßencafés und Geschäfte zu bieten, hier können Sie das Treiben der Menschen beobachten und in den Tag hinein leben.





Auch für die etwas Aktiveren gibt es in der Umgebung des Hotels vielfältige Möglichkeiten. Ob Mountain Bike Touren in die umliegenden Berge, Kayak Ausflüge zu kleinen exklusiven Stränden, oder einem Bootsausflug, auf dem Sie, mit etwas Glück Wale und Delfine beobachten können. Hier ist für jeden das Passende dabei. Ein ganz besonderes Highlight sind die typischen Levada-Wanderungen. Erkunden Sie die Wasserkanäle des Bewässerungssystems der Insel und genießen Sie die schöne umliegende Natur. Vom Hotel aus werden unterschiedliche Wanderungen angeboten, zu denen Sie sich anmelden können. Hierbei sollten Sie auf Ihre persönliche Kondition achten und entsprechende Touren auswählen.



**Tipp:** Das Bananental Ribeira de Lobos ist auf jeden Fall einen Besuch wert. Kosten Sie die kleinen Bananen, die der ganze Stolz der Insulaner sind. Sie schmecken süß und besonders intensiv, fast wie Honig, wenn sie frisch geerntet werden.

## PRAKTISCHE HINWEISE

### ATMOSFAIR / ANREISE / TRANSFERS

#### Atmosfair

Mit gutem Gewissen reisen! Die entstandene CO<sup>2</sup>-Emission Ihres Fluges nach Funchal wurde von NEUE WEGE Seminare und Reisen zu 100 % bei atmosfair kompensiert.

Das Geld wird in ein von atmosfair unterstütztes Projekt investiert, um dieselbe Menge an Kohlendioxid einzusparen, die durch den Flug entsteht. Nach dem Erdbeben in Nepal 2015 haben die Mitglieder des forum anders reisen das Projekt „Neue Energie für Nepal“ ins Leben gerufen, in das nun alle Kompensationszahlungen fließen, um den Wiederaufbau Nepals langfristig zu unterstützen. So werden Privathäusern, Schulen, Krankenstationen etc. verbrauchsarme Technologien zur Verfügung gestellt, die für eine ressourcensparende Versorgung mit Strom, Licht und Warmwasser sorgen und auch zur Verbesserung der Lebensbedingungen führen. atmosfair ist vom TÜV zertifiziert und wird laufend kontrolliert.

#### Anreise

Das Hotel Estalagem ist nur etwa 30 Minuten vom Flughafen Funchal entfernt. Gerne vermitteln wir Ihnen einen passenden Flug ab Ihrem gewünschten Abflughafen. Dort werden Sie vom Hotel abgeholt und am Abreisetag auch wieder hingebracht.

Das Netz der öffentlichen Verkehrsmittel ist auf Madeira sehr gut ausgebaut, daher ist ein Mietwagen eigentlich nicht unbedingt notwendig. Auf Wunsch erstellen wir Ihnen natürlich gerne ein unverbindliches Angebot.



### EINREISEBESTIMMUNGEN / SICHERHEIT

#### Einreisebestimmungen

Deutsche Staatsbürger können mit einem gültigen Personalausweis oder einem gültigen Reisepass nach Portugal einreisen.

Seit dem 26.06.2012 sind Kindereinträge in den Reisepass eines Elternteils nicht mehr gültig. Jedes Kind benötigt ein eigenes Ausweisdokument. Hierzu zählt ein eigener (Kinder-) Reisepass, ein Kinderausweis nach altem Muster, Personalausweis oder Europapass.

#### Sicherheitshinweise

Portugal ist im Allgemeinen ein sicheres Reiseland. Da die Gefahr von Taschendiebstahl in Touristenzentren recht hoch ist, empfiehlt es sich, Geld am besten immer am Körper zu tragen. Ihr Flugticket und Ihren Ausweis können Sie in Ihrer Unterkunft im Safe deponieren.

Aktuelle Informationen zur Sicherheitslage finden Sie auf der Homepage des Auswärtigen Amtes.



### GESUNDHEIT UND IMPFUNGEN

Der Gesundheitsdienst des Auswärtigen Amtes empfiehlt generell immer den Schutz gegen Tetanus, Diphtherie, Polio, Influenza, Pertussis und Hepatitis A. Bei Langzeitaufenthalten über vier Wochen oder besonderen Risiken auch Hepatitis B, Tollwut und Typhus. Aktuelle Informationen finden Sie auf der Webseite des Auswärtigen Amtes.

Ihre Krankenkasse hilft auch im Ausland mit dem Auslandskrankenschein und der Europäischen Krankenversicherungskarte (EHIC). Dieser Krankenversicherungsschutz ist oft allerdings nicht ausreichend. Es wird daher angeraten, eine Private Reisekrankenversicherung und eine zuverlässige Reiserückholversicherung abzuschließen.

Die Gesundheitsversorgung auf Madeira ist relativ gut ausgebaut, so dass die meisten Behandlungen direkt vor Ort in einem Krankenhaus oder bei einem Arzt vorgenommen werden können.

### Wichtige Medikamente

Nehmen Sie bitte Ihre gewohnten Medikamente in ausreichender Menge mit. Sie sollten sich in Absprache mit Ihrem Hausarzt eine kleine Reiseapotheke zusammenstellen. Wichtig sind Medikamente gegen Grippe, sowie gegen Magen- und Darmverstimmungen. Schützen Sie sich vor zu langer und intensiver Sonneneinstrahlung mit einem leichten Sonnenhut, einer guten Sonnenbrille und Cremes für die Lippen und Haut. Denken Sie auch an einen ausreichenden Schutz vor Insektenstichen. Wer regelmäßig Medikamente einnehmen muss, unter psychischen oder physischen Krankheiten leidet, sollte vor Abreise seinen Hausarzt konsultieren.

## MITNAHMEEMPFEHLUNGEN

Wir empfehlen Ihnen leichte und bequeme Kleidung für die Übungseinheiten mitzubringen. Bitte denken Sie an einen angemessenen Sonnenschutz. Außerdem empfiehlt sich wetterfeste Kleidung und festes Schuhwerk, für eventuelle Wanderausflüge. Duschgel und Shampoo werden Ihnen im Hotel zur Verfügung gestellt.

### Gepäckbestimmungen für Ihren Flug:

Die Gepäckgrenze liegt normalerweise bei 20 kg pro Person. Diese können aber je nach Airline variieren. Bitte beachten Sie die Gepäckbestimmungen der jeweiligen Fluggesellschaft.

## WÄHRUNG / POST / TELEKOMMUNIKATION

### Währung

Die Landeswährung Portugals ist der Euro. Bargeld bekommen Sie am Einfachsten an Geldautomaten mit Ihrer EC-Karte. Bitte beachten Sie, dass Sie in Restaurants und Geschäften nicht mit EC-Karte bezahlen können, auch wenn sie am Geldautomaten funktionieren. Hier können Sie meistens Kreditkarten

verwenden. Die Banken sind normalerweise von montags bis freitags von 08.30 bis 15.00 Uhr geöffnet.

### Post

Die Postämter haben in der Regel wochentags von 09.00 bis 18:00 Uhr geöffnet. Briefmarken sind in allen Läden erhältlich, in denen man Postkarten kaufen kann.

### Telekommunikation

Fast überall auf der Insel können Sie internationale Telefonate tätigen. Es gibt öffentliche Telefonzellen, in denen Sie Münzen, Telefonkarten und manchmal auch Kreditkarten verwenden können. Telefonate in Bars, Restaurants und Hotels zu tätigen, ist für gewöhnlich um einiges teurer als die Telefonzellen zu nutzen.

### Internet

Es gibt viele Internetcafés auf der Insel. Außerdem gibt es zahlreiche W-LAN-Hotspots, insbesondere im Zentrum jeder Stadt. Viele der Bars und Cafés verfügen über kostenloses W-LAN und die Leute sitzen dort manchmal den ganzen Tag, trinken Kaffee und surfen mit ihren Laptops im Internet.



## ZOLLBESTIMMUNGEN

Für Portugal liegen keine Hinweise auf besondere Zollvorschriften vor. Eine rechtsverbindliche Auskunft zur Einfuhr von Waren erhalten Sie jedoch nur bei der Botschaft Portugals.



## VERSICHERUNG

Wir empfehlen Ihnen dringend eine Reiserücktritts-kosten-Versicherung abzuschließen. So sind Sie finanziell geschützt, falls Sie Ihre Reise aus gutem Grund doch nicht antreten können. Außerdem empfehlen wir den Abschluss einer Auslandskranken-versicherung, damit Sie in Ihrem Reiseland abgesi- chert sind. Darüber hinaus besteht die Möglic- heit bei Bedarf eine Reisegepäck- und Soforthilfe- Versicherung abschließen. Die gewünschten Versi- cherungen können Sie entweder direkt bei der Buchung, oder auch nachträglich bei NEUE WEGE buchen. So können Sie sich ganz beruhigt auf den Urlaub freuen. Bitte beachten Sie im Einzelnen die Versicherungsbedingungen.



## NEBENKOSTEN / TRINKGELDER

### Trinkgeld

Es ist schön, wenn das gesamte Team vom Service bis zur Küche, den Reinigungskräften und dem Haus- meister gleichmäßig Anteil am Trinkgeld hat. Daher empfehlen wir das Trinkgeld am Ende Ihres Aufent- haltes an der Rezeption für das gesamte Team abzugeben. Wir empfehlen, je nach Zufriedenheit 25-35 Euro für die Woche einzuplanen.

## UMWELT

Ausgedehnte Grünflächen und eine üppige Blumen- vielfalt machen die Insel Madeira zu einem attrakti- ven Urlaubsort. Auf der Insel gibt es unter anderem den wahrscheinlich größten und besterhaltenen Laurissilva-Wald der Welt, der mehr als 20% der Insel bedeckt. Den größten Teil dieses Lorbeerwaldes findet man im Norden. Der Wald wurde unter Naturschutz gestellt und wurde zusätzlich von der UNESCO zum 'Weltnaturerbe' erklärt.



Insgesamt wurden zwei Drittel der Insel unter Natur- schutz gestellt um verschiedene vom Aussterben bedrohte Arten zu schützen und laufend zu überwa- chen. Neben dem Laurissilva-Wald gibt es weitere geschützte Gebiete wie das Naturschutzgebiet der Desertas und der Selvagens Inseln sowie das Mari- nereservat von Garajau und Rocha do Navio, für die man alle eine Besucherbewilligung braucht.

Umwelterhaltung wird auf Madeira groß geschrie- ben! 2000 gewann Funchal als erste Stadt Portugals die Goldmedaille im 'Europäischen Wettbewerb für blühende Städte und Dörfer'. Die Hauptaspekte bei der Verleihung des Titels 'Blühende Stadt 2000' an die Stadt Funchal waren die Konzentration auf die Arbeit in der Umwelterziehung der Bürger und die reiche Vielfalt an vorhandenen Gärten. Außerdem organisiert die Regionalregierung jährlich mehrere Wettbewerbe, um die Bevölkerung zu motivieren, ihre Privatgärten zu pflegen, um die Umwelt für die Zukunft zu erhalten.

Als nachhaltiger Reiseveranstalter legen wir großen Wert auf Umweltschutz und eine angemessene Nut- zung der örtlichen Ressourcen. Auch der Einzelne trägt hier Verantwortung und kann dazu beitragen seine Reise nachhaltig zu gestalten! Wasser und Elektrizität sind in vielen Ländern ein knappes Gut. Durch einen sparsamen Umgang mit diesen Ressourcen unterstützen Sie eine nachhaltige Entwicklung. Da die Müllentsorgung in den Gastlän- dern oftmals nicht den deutschen Verhältnissen ent- spricht, sollten Sie darauf achten, so wenig Müll wie möglich zu produzieren. Hierbei können schon ein paar kleine Schritte sehr hilfreich sein! Die Nutzung von Plastikflaschen kann durch die Mitnahme wie- derverwendbarer Trinkflaschen vermieden werden. Diese können mit aufbereitetem Wasser aufgefüllt

werden. Wenn Sie Batterien und andere heikle Abfälle nicht vor Ort entsorgen, sondern diese wieder mit nach Deutschland nehmen, vermeiden Sie eine unnötige Belastung des Gastlandes. Beim Einkauf können Sie durch die Mitnahme eines Stoffbeutels den Gebrauch von Plastiktüten umgehen. So können Sie helfen, das Plastikaufkommen zu reduzieren. Der Besuch kultureller Einrichtungen und das Zusammentreffen mit der einheimischen Bevölkerung werden besonders dann zu einem unvergesslichen Erlebnis, wenn Sie die Ratschläge des Reiseleiters und der von uns versendeten „Sympathie Magazine“ befolgen.



## SONSTIGES

### Mit NEUE WEGE reisen Sie nachhaltig!

Corporate Social Responsibility (CSR) beschreibt die unternehmerische Verantwortung für eine nachhaltige Entwicklung. Diese bezieht sich auf das wirtschaftliche Handeln eines Unternehmens, auf umweltbezogene Aspekte bis hin zu sozialen Beziehungen und Strukturen. Das CSR-Siegel, das von einem unabhängigen Zertifizierungsrat TourCert (Experten aus Tourismus, Wissenschaft, Umwelt, Entwicklung & Politik) vergeben wird, gibt Auskunft über die Wesentlichkeit und Überprüfbarkeit der nachhaltigen Entwicklung bei Touristikunternehmen. Nachhaltigkeit ist schon seit Firmengründung elementarer Bestandteil der NEUE WEGE Firmenphilosophie. Wir haben die CSR-Initiative ergriffen und geben Ihnen, als verantwortungsvollem Urlaubsgast, Orientierungshilfe und schaffen mehr Transparenz zum Thema Nachhaltigkeit. Für den Erhalt des CSR-Siegels in 2009 hat NEUE WEGE einen Nachhaltigkeitsbericht zur Dokumentation aller CSR-Aktivitäten verfasst. Mit den Re-Zertifizierungen im März 2011 und 2014 unterstreichen wir den kontinuierlichen Verbesserungsprozess in Bezug auf unsere Nachhaltigkeitsziele. Sehen Sie selbst und lesen Sie mehr im NEUE WEGE Nachhaltigkeitsbericht unter:

[www.neuweege.com/csr](http://www.neuweege.com/csr)

## LAND UND LEUTE

### ZEITVERSCHIEBUNG UND KLIMA

Auf Madeira herrscht GMT-Zeit ('Greenwich Mean Time'), d.h. im Vergleich zu Deutschland liegt Madeira eine Stunde zurück.

In Ponta do Sol (wörtlich: 'Sonnenpunkt') scheint, wie der Name schon andeutet, das ganze Jahr über mehr Sonne als sonst wo auf der Insel. Das Klima ist sehr angenehm mit einer geringen Luftfeuchtigkeit. Die Temperaturen liegen im Sommer bei durchschnittlich 25 Grad und im Winter bei ca. 18 Grad. Durch das milde Klima können Sie Madeira ganzjährig gut bereisen. Die Temperatur des Meeres ist aufgrund des warmen Golfstroms das ganze Jahr über sehr angenehm.



### SPRACHE UND VERSTÄNDIGUNG

Portugiesisch ist die offizielle Sprache auf Madeira, die überall verstanden wird. Portugiesisch gehört zu den romanischen Sprachen, die sich aus dem gesprochenen Volkslatein entwickelt haben. Heute sprechen mehr als 200 Millionen Menschen Portugiesisch als Muttersprache und 15 Millionen als Fremdsprache. Damit ist Portugiesisch eine Welt-sprache. Aufgrund der Geschichte als Urlaubs- und Erholungsort für die englische Aristokratie und Upper-Class im 19. und 20. Jahrhundert kommen Sie hier auch mit Englisch nahezu problemlos fast überall klar.

### RELIGION UND KULTUR

Portugal ist ein sehr katholisches Land. Mehr als 93% der Gesamtbevölkerung Portugals sind römisch-katholisch.

Die Menschen auf Madeira sind ein sehr gläubiges Volk, was sich gerade in den letzten Jahren etwas gelockert hat. Viele Feste sind dennoch von der Kirche geprägt. Im Juni werden die Volksheiligen St. Johann, St. Peter und St. Anton gefeiert, was zu rauschenden Festen auf der ganzen Insel führt. Andere Feste sind Karneval, Ostern, das Blumenfest, das Weinfestival oder das Silvesterfeuerwerk in Funchal.



### ESSEN UND TRINKEN

Die einheimischen Gerichte basieren auf bäuerlichen Traditionen und allgemein gilt, je näher Sie an die traditionellen Vorbereitungs- und Zubereitungsmethoden herankommen, desto besser schmeckt es. Das traditionelle Madeira-Brot „Bolo do caco“, typisches Weizenbrot, ist Bestandteil aller Volksfeste und Festessen. Serviert wird das Brot mit Knoblauchbutter und Petersilie. Probieren Sie auch das berühmte Fleisch von Madeira, die „Espetada“, das aus großen, in Knoblauch und Salz eingeriebenen Rindfleischstückchen besteht, die auf einen Lorbeerzweig aufgespießt und dann über glimmendem Holz gegrillt werden.



Aufgrund der langen Fischertradition auf der Insel, spielt Fisch bei der täglichen Kost der Inselbewohner eine große Rolle. Thunfisch, „espada“ (Degenfisch), „bacalhau“ (Kabeljau), „gaiado“ (ein einheimischer Fisch, der wie Kabeljau zubereitet wird) und „potas“ (ähnlich einem riesigen Tintenfisch) findet man in den meisten Hauptgerichten. Traditionell wird frischer Thunfisch erst in Olivenöl, Knoblauch, Salz und Oregano mariniert, bevor er gebraten wird. Üblicherweise wird er dann mit gekochtem Maisgrieß serviert.

Neben all den traditionellen Gerichten gibt es auch einige typische Getränke auf der Insel. So ist der Madeira Wein weltberühmt. Es gibt sehr viele Weingärten und die lokale Bevölkerung kocht ihren eigenen Wein mit verschiedenen Trauben. Der trockene Wein ist sehr zu empfehlen und eine Flasche 5 Jahre alter Madeira Wein ist bereits zwischen 5 und 10 Euro zu haben.

Nikita ist ein typisches, erfrischendes Getränk aus dem Ort Camara de Lobos. Vor allem die Frauen auf der Insel mögen dieses Getränk, das aus Bier, Vanilleeis und Ananas besteht. Poncha wiederum ist ein typisches Männergetränk und wird warm sowie kalt getrunken. Es hat einen recht hohen Alkoholgehalt und einen bitteren Nachgeschmack. Ginja ist ein typisches Getränk aus dem Ort Curral das Freiras. Der Likör wird auf Basis von lokalen Kastanien und Kirschen zubereitet.

Auch für Kaffeetrinker gibt es ein paar interessante Tipps, da die Bezeichnungen für die verschiedenen Getränke auf der Insel ganz anders sind. Ein 'Chino' ist ein normaler Kaffee, ein 'Chinesa' ein Milchkaffee und ein 'Espresso' ein kleiner Kaffee.

## EINKAUFEN UND SOUVENIRS

Madeira ist bekannt für seine Korbflechtereien und bestickte Handarbeiten, die es überall auf der Insel zu kaufen gibt. Ein beliebtes Souvenir ist aber auch der Madeira Wein, ein Likörwein, den Sie in Weinkellereien und in Fachgeschäften finden können. Hier werden auch Weinverkostungen angeboten und Ihre Einkäufe können Sie für den Transport nach Hause sicher verpacken lassen.

Außerdem sind die Blumen Madeiras, wie Orchideen, Paradiesvogelblumen, Weißflügelgirlitze oder Flamingoblumen tolle Mitbringsel, die Ihnen zu Hause das Gefühl geben, dass der Urlaub noch ein bisschen länger andauert. Sie können Blumen am besten auf dem örtlichen Markt, an Blumenständen oder in Blumenläden kaufen. Damit sie nicht kaputt gehen, werden die Blumen hier auch in spezielle Boxen eingepackt.



## ANHANG

### REISELITERATUR

Es gibt eine Vielzahl an literarischen Werken, die sich mit Madeira beschäftigen. Wir möchten Ihnen an dieser Stelle mehrere Reiseführer für Madeira empfehlen und wünschen Ihnen viel Spaß beim Erkunden Ihres Urlaubsziels.

#### Reiseführer

##### **Goetz, Rolf:**

Madeira. Die schönsten Levada- und Bergwanderungen.

Bergverlag Rother (2017).

ISBN-10: 3763342745

##### **Catling, Christopher:**

Baedeker SMART Reiseführer Madeira.

BAEDEKER (2017).

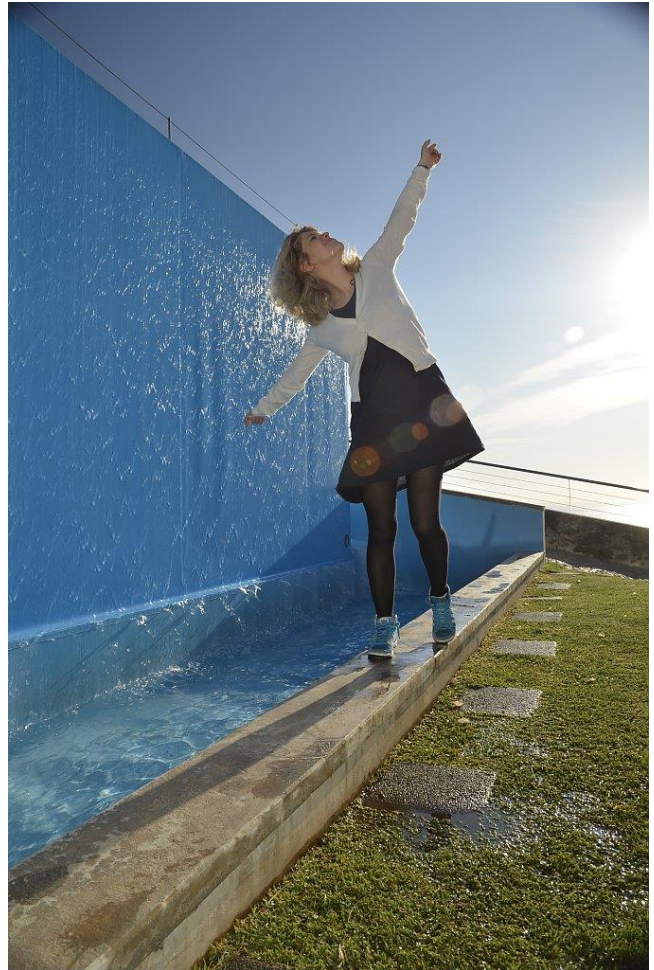
ISBN-10: 3829733348

##### **Henss, Rita:**

MARCO POLO Reiseführer Madeira.

Mairdumont (2016).

ISBN-10: 3829728271





## IHRE REISENOTIZEN

[illegible]





KONTAKTDATEN UND ANMELDUNG



**Laura Wurm**

Europa

[l.wurm@neuewege.com](mailto:l.wurm@neuewege.com)

02226-1588-107



**Anke Wiesel**

Teamleiterin Europa

[a.wiesel@neuewege.com](mailto:a.wiesel@neuewege.com)

02226-1588-101

**NEUE WEGE Seminare & Reisen**

Am Getreidespeicher 11, 53359 Rheinbach

Tel: +49 (0)2226-1588-00, Fax: +49 (0)2226-1588-070

[info@neuewege.com](mailto:info@neuewege.com), [www.neuewege.com](http://www.neuewege.com)

NEUE WEGE ist seit 2009 mit dem CSR (Corporate Social Responsibility) Nachhaltigkeitssiegel zertifiziert!