

# INDIEN

## Farmstays in Kerala - Verlängerungen



---

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

---

<b>REISEDETAILS .....</b>	<b>3</b>
Reiseverlauf.....	3
Farmstay im Hochland Keralas .....	3
Farmstay am Pamba-Fluss .....	4
<b>PRAKTISCHE HINWEISE.....</b>	<b>6</b>
Atmosfair / Anreise / Transfers.....	6
Einreisebestimmungen / Sicherheit .....	6
Gesundheit und Impfungen .....	7
Mitnahmeempfehlungen .....	7
Währung / Post / Telekommunikation .....	8
Zollbestimmungen.....	9
Wissenswertes.....	9
Versicherung .....	9
Nebenkosten / Trinkgelder .....	10
Umwelt.....	10
Nachhaltigkeit.....	11
<b>LAND UND LEUTE .....</b>	<b>11</b>
Zeitverschiebung und Klima .....	11
Sprache und Verständigung .....	11
Religion und Kultur.....	12
Essen und Trinken .....	12
Einkaufen und Souvenirs.....	12
Besondere Verhaltensweisen.....	13
<b>ANHANG.....</b>	<b>13</b>
Reiseliteratur.....	13
Ihre Reisenotizen.....	15
Kontaktdaten und Anmeldung .....	16

## REISEDETAILS

### REISEVERLAUF

- Wohnen im Homestay - zu Gast bei Freunden
- Natürlich und bewusst Kultur erleben
- Lokale Spezialitäten und die Backwaters hautnah



Kerala - eingebettet zwischen Gewürz- und Teeplantagen und den Weiten des Arabischen Ozeans. Diese Region Südindiens bietet eine Vielfalt an Landschaften und Traditionen, die ihresgleichen sucht.

Wir nähern uns diesem besonderen Flecken Erde langsam und mit Achtsamkeit: beim Besuch einer Farmerfamilie am Pamba-Fluss, beim Probieren lokaler Spezialitäten auf den Dorfmärkten der Region oder bei einer gemächlichen Fahrt auf den berühmten Backwaters mit ihrer reichen Tierwelt. Ihre Gastgeber nehmen sich viel Zeit, Sie mit der Kultur und den Bräuche ihrer Heimat vertraut zu machen.

### FARMSTAY IM HOCHLAND KERALAS

#### Tag 1 - Ankunft und Fahrt ins Hochland

Nach Ihrer Ankunft am Flughafen Cochin werden Sie zum Timeless Spice Garden Retreat nahe Kanjirapally gebracht. Die ca. 3,5-stündige Fahrt führt Sie durch Kautschuk- und Gewürzplantagen, bevor Sie im Farmhaus von Ihrer Gastfamilie mit einem erfrischenden, hausgemachten Saft empfangen werden. Nach dem Auspacken und einem stärkenden Mittagessen zeigt Ihnen Ihr Gastgeber auf einem Spaziergang die verschiedenen landwirtschaftlichen Aktivitäten und kann Ihnen währenddessen viel über die lokale nachhaltige Kleinbauernwirtschaft erzählen.

Sie besuchen als Beispiele hierfür eine Fischfarm, eine kleine Biogasanlage und schauen sich die Milch- und Kautschukproduktion an. Im Anschluss finden Sie Zeit, sich am grünen Flussufer zu entspannen. Am Abend führt Sie die Gastgeberin in die Welt der Gewürze ein und bereitet Ihnen ein schmackhaftes Abendessen. Übernachtung im Spice Garden Retreat.



#### Tag 2 - Marktbesuch

Nach dem Frühstück fahren Sie zum lokalen Markt, um das allmorgendliche bunte Treiben an den Obst- und Gemüseständen zu beobachten und ein paar Gewürze zu kaufen. Zurück auf der Farm wird Ihnen ein typisch keralisches Mittagessen serviert, bei dessen Zubereitung Sie selbst mithelfen können. Nachmittags geht es nach einer kurzen Pause mit einer typischen Autoriksha in die Stadt, um die dortige Kirche und Tempel zu besuchen und in Kontakt mit den Einheimischen zu treten. Am Abend erzählen Ihnen die Gastgeber Geschichten über den Alltag des Farmlebens und Sie bekommen vorgeführt, wie man einen Sari oder Mundu - die traditionellen Gewänder Keralas - richtig trägt. Übernachtung im Spice Garden Retreat.



### Tag 3 - Erkundung der Umgebung

Heute können Sie Ihr Frühstück selbst zubereiten. Nach einem Tee oder Kaffee haben Sie die Möglichkeit, Ihren Gastgeber im Jeep zum Markt zu begleiten, um die entsprechenden Zutaten einzukaufen. Während der anschließenden Zubereitung lernen Sie viele Rezepte und Möglichkeiten für schnell zubereitetes, köstliches Essen kennen. Je nachdem, wieviel Wasser der Fluss gerade führt, können Sie im Anschluss einen Spaziergang durch das erfrischende Nass machen oder sogar baden. Danach wartet eine weitere Kochstunde auf Sie, in der Sie mehr über die Syrisch-christlich geprägte Küche der Region erfahren. Um das Mahl zu verdauen, können Sie sich im Anschluss entweder ausruhen oder auf der Farm und im Haus bei den täglichen Aufgaben helfen. Am Nachmittag steht ein Besuch der Umgebung an, auf der Sie die kleine Schule, die Märkte und Gassen sowie einen Tempel besichtigen. Der Abend steht Ihnen zur freien Verfügung - lauschen Sie den spannenden Geschichten der Gastfamilie oder der Stille der Hügel. Übernachtung im Spice Garden Retreat.

### Optional: Tag 4 - Hausbootfahrt auf den Backwaters und Übernachtung im Homestay in Alleppey

Heute werden Sie nach dem Check-Out im Spice Garden Retreat zu den berühmten Backwaters gefahren. In Alleppey wartet ein Hausboot auf Sie, mit dem Sie im Laufe des Tages die unzähligen Wasserstraßen erkunden. Während der Fahrt können Sie das alltägliche Leben der Menschen beobachten: Muschelsammler, Fischer und kleine Transportboote ziehen an Ihnen vorbei. Bei einem Zwischenstopp in einem Dorf wird Ihnen ein schmackhaftes lokales Essen serviert. Am späten Nachmittag legt das Boot an und Sie können noch ein wenig mit dem Tuc Tuc die Hafenstadt mit ihren Tempeln und lebendigem Treiben erkunden. Übernachtung in einem typischen Homestay in Alleppey.



### Tag 5 - Rückfahrt nach Alleppey und Weiterreise

Am nächsten Morgen werden Sie nach einem keraleischem Frühstück in Ihr Ayurveda-Resort gebracht.

### FARMSTAY AM PAMBA-FLUSS

#### Tag 1 - Ankunft und Fahrt nach Champakulam

Nach Ihrer Ankunft werden Sie am Flughafen Cochin abgeholt und nach Champakulam gebracht. Vorbei an saftigen Reisfeldern, kleinen Dörfern und Lebensmittelständen an den Straßen geht es zum Bootsanleger, von wo Sie mit dem Boot zu Ihrem Insel-Farmstay übersetzen. Eine 20minütige Fahrt führt Sie durch kleine Kanäle genauso wie den breiten Pambafluss entlang, bevor Sie das Timeless Retreat erreichen. Nach einem erfrischenden Willkommens-trunk unternehmen Sie einen kleinen Spaziergang durch die Farm und das Dorf, um sich einen ersten Eindruck der neuen Umgebung zu verschaffen. Zurück im Farmstay angekommen wartet ein von den Dorfbewohnerinnen zubereitetes Mittagessen auf Sie. Der Nachmittag steht Ihnen zur freien Verfügung und Sie können sich ein wenig ausruhen, bevor Sie sich gegen Abend mit Ihren Gastgebern bei einem Tee zusammensetzen und ihren Geschichten über das tägliche Leben in der Dorfgemeinschaft lauschen können. Am Abend führt Sie der Koch in die Welt der Gewürze ein und bereitet Ihnen ein schmackhaftes Essen. Im Anschluss können Sie den Tag entweder am ruhigen Wasser der Backwaters oder im Kreise der Gastgeber ausklingen lassen.



#### Tag 2 - Dorfleben und Kochkurs

Am Morgen wachen Sie vom Gesang der Vögel und dem Tuckern der Boote auf den Backwaterkanälen auf. Nach dem Frühstück fahren Sie mit dem „öffentlichen Nahverkehr“ in Form eines der unzähligen Boote zu einem der vielen Tempel oder einer Kirche in der Umgebung, um sich diese einmal aus der Nähe anzuschauen. Die Fahrt mit dem Boot bietet einen Einblick in das tägliche Leben der Menschen

vor Ort, die auf dem Weg zur Arbeit sind oder von ihren morgendlichen Markteinkäufen wiederkommen. Nach einem kräftigenden Zwischenstopp in einem der Dörfer mit Tee und Snack kommen Sie wieder in Ihrem Farmstay an, wo Sie sich auf einen kleinen Kochkurs vorbereiten. Ihre Gastgeberin zeigt Ihnen die verschiedenen Gewürze und Gemüsesorten der regionalen Küche und bereitet gemeinsam mit Ihnen das Abendessen zu. Im Anschluss bleibt Zeit, sich zurückzulehnen und bei Musik und Tee den Geschichten der Dorfbewohner zu lauschen.



### Tag 3 - Landwirtschaft und Tempelfest

Bei einem Morgenkaffee am Flussufer haben Sie Gelegenheit, den Menschen bei Ihrem täglichen Treiben zuzuschauen. Je nach Jahreszeit können Sie bei einem anschließenden Spaziergang durch die Felder den Farmern beim Ernten bzw. Säen über die Schulter schauen und Wissenswertes über die lokale Landwirtschaft erfahren. Ein Fischer nimmt Sie im Anschluss mit auf seine tägliche Route, auf der Sie versuchen können, selbst ein paar Fische zu fangen oder mit dem Boot die kleinen Kanäle entlang zu schippern. Zum Mittagessen sind Sie bei einer im Dorf lebenden Familie eingeladen, die Ihnen gerne mehr über die Bräuche und Traditionen der Region erzählt. Der Nachmittag steht Ihnen zur freien Verfügung. Gegen Abend nimmt Sie Ihr Gastgeber mit zu einem nahen Tempel, in dem kulturelle Zeremonien stattfinden (saisonabhängig).



### Tag 4 - Bootstour in den Backwaters

Nach einem frühen Frühstück geht es auf eine dreistündige Kanutour, bei der Sie durch die Backwater-Arme gefahren werden. Auf diese Art bekommen Sie die Gelegenheit, die Backwaters um Alleppey ganz individuell und hautnah zu erleben. Fernab des Hausboot-Massentourismus finden Sie Zeit zum Entspannen, wenn Sie durch die Wasserarme gleiten, lokale Köstlichkeiten am Uferrand probieren oder durch nahegelegene Siedlungen streifen. Angekommen in Alleppey besuchen Sie eine Familie, die Ihnen ein typisches Mittagessen zubereitet. Danach haben Sie noch Zeit, die traditionelle Herstellung von Kokosfasermatten anzuschauen und durch die Stadt zu schlendern. Am Abend kehren Sie in den Farmstay zurück, wo Ihre Gastgeber Sie mit einem Abendessen erwarten.

### Tag 5 - Abreise / Weiterfahrt

Nach dem Frühstück heißt es Abschied nehmen. Sie werden nach Alleppey und von dort aus in Ihr Ayurveda Resort gebracht.

## PRAKTISCHE HINWEISE

### ATMOSFAIR / ANREISE / TRANSFERS

#### Anreise

Sie fliegen mit einer renommierten Fluggesellschaft in der Economy Class von Deutschland nach Cochin und zurück. Gerne bieten wir Ihnen gegen Aufpreis auch den Business Class Tarif oder Abflüge ab Wien, Zürich oder anderen Flughäfen Ihrer Wahl an. Neue Wege Reisen haftet nicht für Flugplanänderungen, Verspätungen, etc. und daraus resultierende Programmänderungen. Es gelten die internationalen Bestimmungen der Fluggesellschaften.

#### Atmosfair

Schließen Sie mit uns einen Bund für klimaneutrales Fliegen: Neue Wege zahlt für jede atmosfair-Buchung die Hälfte des Beitrags. So funktioniert atmosfair: Unter [www.atmosfair.de](http://www.atmosfair.de) ermitteln Sie mit wenigen Klicks die CO<sup>2</sup>-Emission Ihres Fluges. Dieselbe Menge an Kohlendioxid wird in einem atmosfair-finanzierten Projekt an anderer Stelle eingespart, zum Beispiel, indem ein indisches Dorf seinen Dieselgenerator durch eine moderne Solaranlage ersetzt. Wenn Sie atmosfair fliegen, unterstützen Sie diese Projekte mit einer Spende, die sich nach der CO<sup>2</sup>-Emission Ihres Fluges richtet. Geben Sie ganz einfach bei Ihrer Buchung an, dass Sie klimaneutral fliegen möchten. atmosfair ist vom TÜV zertifiziert und wird laufend kontrolliert. So sind Sie sicher, dass Sie interessante Reisen mit verantwortungsbewusstem Handeln verbinden - wirklich atmosfair! Wenn Sie einen atmosfair Beitrag leisten möchten, geben Sie dies bitte bei Ihrer Buchung an! Neue Wege gibt Ihnen die Hälfte des Beitrags dazu!



### EINREISEBESTIMMUNGEN / SICHERHEIT

#### Einreisebestimmungen

Am 27.11.2014 hat die indische Regierung das „Tourist Visa On Arrival (TVoA) enabled with electronic Travel Authorization (ETA)“ eingeführt, um deutschen und anderen ausländischen Touristen bestimmter Länder die Einreise nach Indien zu erleichtern. Dafür müssen Urlauber vorab einen sogenannten ETA-Antrag (Electronic Travel Authorization) online unter:

[www.indianvisaonline.gov.in/visa/tvoa.html](http://www.indianvisaonline.gov.in/visa/tvoa.html) ausfüllen. Alle aktuell gültigen Voraussetzungen und Bestimmungen ebenso wie die derzeit gültigen Gebühren finden Sie dort vermerkt sowie in unseren Visainformationen, die Sie mit Ihrer Buchung erhalten.

Daneben ist auch weiterhin die postalische Beantragung des Visums vor der Reise möglich, die von den Vertretungen Indiens (Botschaften und Konsulaten) bzw. von einem dem Konsulat vorgeschalteten Visumservice übernommen wird. Die Kosten hierfür betragen derzeit 97 €, die oben genannten Visumservices erheben zusätzliche Bearbeitungsgebühren. Auch hier benötigen Sie einen nach Ausreise noch 6 Monate gültigen Reisepass. Bitte achten Sie unbedingt darauf, dass Sie einen Einreisestempel erhalten und verwahren Sie Ihren Reisepass sicher! Das Visum kann nicht an der Grenze oder am Flughafen beantragt werden. Touristenvisa werden mit einer Gültigkeitsdauer von 6 Monaten ab dem Tag des Ausstellungsdatums ausgestellt. Die postalische Beantragungsdauer des Visums beträgt erfahrungsgemäß 2 – 3 Wochen. Wir empfehlen Ihnen die postalische Beantragung etwa vier Wochen vor Reisebeginn vorzunehmen.

Die Visumbeantragung nehmen Sie selbst vor. Alle erforderlichen Informationen werden Ihnen mit der Buchungsbestätigung von uns zugesandt.

Weitere aktuelle Informationen finden Sie auf den folgenden Webseiten:

[www.indianembassy.de](http://www.indianembassy.de) (Deutschland)

[in.vfsglobal.ch](http://in.vfsglobal.ch) (Schweiz)

[www.blsindiavisa-austria.com](http://www.blsindiavisa-austria.com) (Österreich)

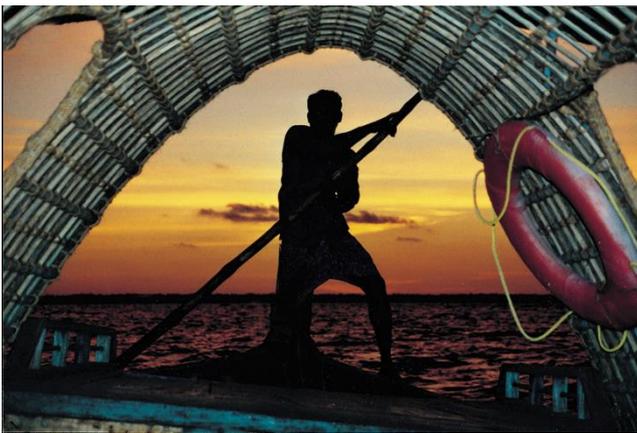
#### Sicherheitshinweise

Indien ist im Allgemeinen ein sicheres Reiseland. Da die Gefahr von Taschendiebstahl in Touristenzentren recht hoch ist, empfiehlt es sich Geld, Flugticket und

Pass am besten immer am Körper zu tragen bzw. im Hotelsafe zu deponieren. Eine Kopie der Passinnenseite und des Visums sowie Passfotos und ggf. Schecknummern bitte separat aufbewahren.

Bitte vermeiden Sie es Gepäckstücke oder Wertgegenstände in Hotels offen im Zimmer unbewacht liegen zu lassen. Aktuelle Informationen zur Sicherheitslage gibt die Homepage des Auswärtigen Amtes:

[www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-SiHi/IndienSicherheit.html](http://www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-SiHi/IndienSicherheit.html)



## 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, Japanische Enzephalitis, Tollwut, Typhus, evtl. Cholera.

Aktuelle Informationen unter:

[www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-SiHi/IndienSicherheit.html](http://www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/00-SiHi/IndienSicherheit.html)

Vor Ihrer Reise empfiehlt es sich, den Rat eines Tropenarztes einzuholen. Gute Informationen zu Gesundheit und Impfungen erhalten Sie beim Zentrum für Reisemedizin unter [www.crm.de](http://www.crm.de) oder beim Tropeninstitut Hamburg unter [www.gesundes-reisen.de](http://www.gesundes-reisen.de). Dort finden Sie auch Angaben zur Malaria prophylaxe.

Am besten nur Mineralwasser aus gekauften, original verschlossenen Flaschen (überall in Indien käuflich), oder aufbereitetes Wasser trinken. Ansonsten sind auch andere in Flaschen abgefüllte Getränke in Ordnung, solange die Flaschen vor dem Trinken original verschlossen waren. Absolut tabu sind

Eiswürfel in Getränken. Vorsichtshalber kein Speiseeis oder ungeschältes Obst essen. Generell gilt: "Schälen Sie es, kochen Sie es, oder vergessen Sie es!"

Während Ihrer Ayurveda-Kur werden Sie vorwiegend vegetarisch essen. Sollten Sie dennoch einmal Fisch oder Fleisch genießen wollen, achten Sie darauf, dass es immer gut durchgebraten ist. So können Sie Durchfall und viele Tropen- und Infektionskrankheiten vermeiden. Kein Land der Welt bietet außerdem eine größere Vielfalt an vegetarischen Köstlichkeiten.

## Wichtige Medikamente

Nehmen Sie bitte Ihre gewohnten Medikamente in ausreichender Menge mit. Sie sollten sich in Absprache mit Ihrem Hausarzt eine kleine Reiseapotheke zusammenstellen. Schützen Sie sich vor zu langer und intensiver Sonneneinstrahlung mit einem leichten Sonnenhut, einer guten Sonnenbrille und Cremes für die Lippen und Haut. Wichtig sind Medikamente gegen Grippe, sowie gegen Magen- und Darmverstopfungen. 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

In Südindien benötigen Sie in der Regel leichte, wenig empfindliche Baumwollkleidung, einen Sonnenhut und bequeme Schuhe. Für die Dämmerung empfiehlt sich immer helle langärmelige Kleidung dabei haben (Schutz vor Moskitos). Für die Monsunzeit sollten Sie einen Regenschirm vorsehen. Etwas Waschseife oder -pulver zum Waschen der Kleidung während der Reise ist immer empfehlenswert. In den meisten Hotels können Sachen jedoch auch zum Waschen gegeben werden. Bitte achten Sie auf angemessene Kleidung. In Indien kleidet man

sich einfach, jedoch ist nachlässige oder unangemessene Kleidung nicht gerne gesehen. Frauen sollten sich in der Kleidung an die Sitten und Gebräuche der Inderinnen anpassen, also lange Beinkleidung bzw. Röcke, bedeckte Schultern und undurchsichtige Oberteile tragen. Für Tempelbesuche benötigen Sie Schultern und Beine bedeckende Kleidung. Bitte denken Sie an leichte Schuhe oder Sandalen, die man auch leicht ausziehen kann, da man an religiösen Stätten und Privathäusern die Schuhe ausziehen muss.

Bitte nehmen Sie einen nicht mehr neuen, aber dennoch gebrauchsfähigen Koffer, Reisetasche, Seesack oder Rucksack mit, da bei den Flügen und den landesüblichen Transporten Gebrauchsspuren am Gepäck unvermeidbar sind. Weiterhin empfiehlt sich die Mitnahme eines Tagesrucksacks.

### Diverses

Alle Toilettenartikel mitnehmen, Medikamente (siehe Liste), Insektenschutzmittel, Sonnenschutz, Lippenstifte, Mittel gegen Erkältungen und Halsentzündungen (die in Indien sehr leicht auftreten!), Taschenmesser (bitte nicht ins Handgepäck), gute Taschenlampe (Stromausfall), gute Sonnenbrille, Notizmaterial, Kugelschreiber, Taschentücher, Schirm oder Regenschutz während der Regenzeit. Bitte beachten Sie dabei die Handgepäckbestimmungen der Airlines.



## WÄHRUNG / POST / TELEKOMMUNIKATION

### Währung

Die Landeswährung ist die Indische Rupie. Sie ist gegliedert in 100 Paise. Da der Wert der Rupie in der Vergangenheit starken Schwankungen ausgesetzt war, empfiehlt sich die Ermittlung des tagesaktuellen Kurses unter [www.oanda.com](http://www.oanda.com). Den ersten Geldumtausch (Euro in bar) nehmen Sie am besten direkt bei Ankunft am Flughafen vor. Ansonsten

können Sie in Indien nahezu überall problemlos Bargeld wechseln. Nur in sehr abgelegenen Gebieten könnte es schwierig sein. Weiterhin wird die Mitnahme einer gängigen Kreditkarte (American Express, Visa oder MasterCard) empfohlen. Diese können Sie vielerorts als Zahlungsmittel einsetzen oder auch am Bankautomaten Landeswährung ziehen. Mittlerweile kann man in größeren Orten selbst mit einer EC-/Maestro-Karte Landeswährung erhalten oder zahlen. Die Höhe der Gebühren können Sie bei Ihrer Bank erfragen.

### Post

Postämter sind montags bis freitags von 10.00 - 17.00 Uhr und samstags 10.00 - 13.00 Uhr geöffnet. Hauptpostämter in den großen Städten auch rund um die Uhr. Briefe und Postkarten dauern in der Regel 5-8 Tage. Päckchen per Sea-Mail zwischen 2 und 6 Monaten. Die Post arbeitet in der Regel zuverlässig. Pakete per Luftpost dauern 5-8 Tage, sind aber sehr teuer. In den meisten Ayurveda-Resorts können Sie Ihre Post an der Rezeption abgeben und erhalten hier auch Briefmarken.

### Telefonieren

Die Ländervorwahl von Indien ist +91. Telefonieren kann man in vielen Postämtern in Telegraph Offices, oder von den privaten Telefonagenturen. In den meisten Gebieten können Sie mittlerweile auch mit Ihrem deutschen Handy telefonieren. Genaue Informationen erhalten Sie von Ihrem Anbieter.

Vorwahl von Indien nach Deutschland: +49, nach Österreich +43 und in die Schweiz +41.

### Internet

Inzwischen gibt es in jeder größeren Stadt und in den Touristenzentren Internet-Cafés.



## ZOLLBESTIMMUNGEN

### Zollvorschriften

Devisen ab einem Betrag von 5.000 USD (bar oder Reiseschecks) sind bei der Einreise zu deklarieren. Auch andere hochwertige Gegenstände (z. B. Videokameras) müssen deklariert werden. Die Einfuhr von Goldmünzen und -barren sowie von Waffen ist streng verboten. Ebenso verboten ist die Ein- und Ausfuhr indischer Rupien. Bei einem Verstoß gegen Zoll- oder Einreisevorschriften droht Verhaftung bei der Ausreise.

Die Ausfuhr von Schmuck und Edelsteinen darf einen festgesetzten Wert nicht übersteigen. Antiquitäten dürfen ohne Genehmigung nicht ausgeführt werden. Hochwertige Gegenstände, darunter Videokameras, dürfen nur dann zollfrei eingeführt werden, wenn der Tourist gegenüber den indischen Zollbeamten eine schriftliche Verpflichtungserklärung abgibt, dass er die Gegenstände wieder ausführen oder die Abgaben dafür entrichten wird. Dabei erfolgt eine Eintragung im Pass. Die Ausfuhr von geschützten Tierhäuten und Pflanzen ist verboten. Verstöße werden mit hohen Geld- und Haftstrafen geahndet. Die vom Zoll ausgefertigte "Tourist Baggage Re-Export Form" ist bis zur Wiederausreise gut aufzubewahren.

Weitergehende Zollinformationen zur Einfuhr von Waren erhalten Sie bei der indischen Botschaft. Nur dort kann Ihnen eine rechtsverbindliche Auskunft gegeben werden.

## WISSENSWERTES

### Strom

Die Stromversorgung in Indien ist mit 220-240 Volt und 50 Hz in etwa identisch mit der deutschen. Die indischen Steckdosen haben drei dicke Stifte, Hotels und gemietete Zimmer haben allerdings oft universale Steckdosen in die auch europäische oder amerikanische Stecker passen. Dennoch ist die Mitnahme eines internationalen Adapters empfehlenswert.

### Foto

Fotoausrüstung, ausreichend Filme oder Speicherkarten, Blitzlicht und Batterien / Akkus. Man kann zwar auch vor Ort Filme kaufen, diese sind allerdings recht teuer und häufig schon alt. Für Digitalkameras Speicherkarten und genügend Ersatzakkus.

Verstauen Sie Filme während der Tour an einem kühlen und trockenen Ort. Warten Sie mit dem Entwickeln der Filme bis Sie wieder zu Hause sind.

Bitte gehen Sie zurückhaltend mit der Kamera um, vor allem, wenn Sie Menschen fotografieren wollen. Sie sollten zuerst den Betreffenden um Erlaubnis fragen, die jedoch im Allgemeinen gewährt wird. Ein Ablehnen sollte jedoch unbedingt akzeptiert werden! Falls Sie jemandem versprechen sollten, das Bild zu schicken, dann tun Sie es bitte auch. In Indien werden einige historische Stätten als Andachtsstätten genutzt. Hier sollte man mit dem Fotografieren besonders vorsichtig sein, denn es ist verboten, Personen vor Statuen und Gemälden zu fotografieren. Am besten man fragt den Tempelwächter vorher, ob Fotografieren erlaubt ist. Eine Tempelspende von einigen Rupien wird i. d. R. erwartet.

### Eintritts-/Fotopermits

An einigen antiken Stätten und in den Wildgebieten ist das Fotografieren nur mit einem Eintritts- und Fotografierpermit erlaubt. Die Preise an den verschiedenen Orten sind unterschiedlich. Fragen Sie Ihren Reiseleiter vor Ort.



## VERSICHERUNG

Wir empfehlen den Abschluss einer Reise-Rücktrittskosten-Versicherung. Diese können Sie bei Buchung Ihrer Reise direkt bei uns abschließen. Ein umfangreiches Versicherungspaket mit Reisekrankenversicherung, Medizinischer Notfallhilfe und Reisegepäckversicherung ist ebenfalls buchbar. Beachten Sie, dass ein Abschluss bis spätestens 30 Tage vor Reiseantritt erfolgen muss. Bei kurzfristiger Reisebuchung muss der Abschluss direkt bei Anmeldung erfolgen.

## NEBENKOSTEN / TRINGKELDER

### Trinkgelder

Wenn Sie mit dem Service zufrieden waren, dann ist ein angemessenes Trinkgeld angebracht. In Indien sind ca. 30 - 40 Rupien für kleine Dienstleistungen angebracht (Housekeeping, Kofferträger). In Touristenrestaurants oder Hotels wird oft eine so genannte "service charge" von 10% auf die Rechnung aufgeschlagen. Dann müssen Sie kein Trinkgeld mehr zahlen. Ansonsten ist ein Trinkgeld von ca. 5-10% angemessen. Lokale indische Reiseleiter und Fahrer, die zum Gelingen der Reise beitragen, erwarten eine großzügige Geste (je nach Zufriedenheit zwischen 100 und 200 Rupien / Tag, entspricht ca. 2-4 Euro / Tag). Ihre Reiseleitung wird Sie vor Ort entsprechend informieren. Ihre Reiseleiterin freut sich ebenfalls über ein Trinkgeld als Anerkennung ihrer Leistung.

Grundsätzlich sollten Sie immer einige Rupien in kleinen Scheinen mit sich führen, um kleine Dienstleistungen, die Sie in Anspruch nehmen, entsprechend honorieren zu können.

### Verpflegung

Für Mittag- und Abendessen (falls nicht in den Reiseleistungen inklusive) rechnen Sie bitte jeweils EUR 2 - 5 pro Tag. Getränke (Mineralwasser, Chai Tee) sind in Indien sehr günstig.

## UMWELT

Als nachhaltiger Reiseveranstalter legen wir großen Wert auf Umweltschutz und eine angemessene Nutzung 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 Gastländern oftmals nicht den deutschen Verhältnissen entspricht, 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 wiederverwendbarer 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.



## NACHHALTIGKEIT

### 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. Seit Erhalt des CSR-Siegels in 2009 verfasst NEUE WEGE einen Nachhaltigkeitsbericht zur Dokumentation aller CSR-Aktivitäten.

Sehen Sie selbst und lesen Sie mehr im NEUE WEGE Nachhaltigkeitsbericht unter:

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



## LAND UND LEUTE

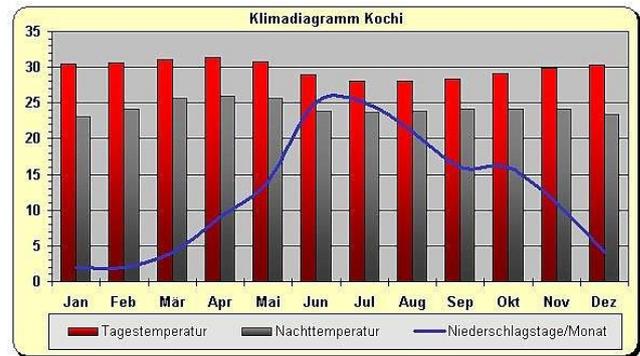
### ZEITVERSCHIEBUNG UND KLIMA

Die Zeitverschiebung zwischen Deutschland und Indien beträgt im Sommer +3,5 und im Winter +4,5 Stunden.

Die beste Reisezeit für Südindien liegt zwischen Oktober und März. In diesen Monaten herrschen in Südindien in der Regel sommerliche Temperaturen, die ab April weiter ansteigen bis dann im Juli / August der Monsun einsetzt. Der Regen zieht vorwiegend von Südwesten her auf, allerdings wird die südöstliche Küste von einem kurzen Nordost-Monsun gestreift, der Regen von Mitte Oktober bis Ende November mit sich bringt.

Während des Monsuns regnet es durchaus nicht ständig und auch nicht den ganzen Tag über. Es regnet zwar fast täglich, aber meist nur für eine kurze Zeit. Kurz danach steht aber wieder strahlend die Sonne am Himmel und alles ist frisch und angenehm. Klimainformationen unter:

[www.iten-online.ch/klima/asien/indien/indien.htm](http://www.iten-online.ch/klima/asien/indien/indien.htm)



## SPRACHE UND VERSTÄNDIGUNG

Die beiden überregionalen Amtssprachen sind Hindi und Englisch. Vor allem mit gebildeten Indern kann man sich problemlos auf Englisch verständigen. Der Bildungsstandard ist allerdings besonders in weniger erschlossenen Gebieten teils noch sehr niedrig, dadurch kann die Kommunikation dort problematisch werden. In Geschäften, Restaurants, Rikshas und Taxis kommt es in der Regel nicht vor, da die Englischkenntnisse meist zumindest für grundlegenden sachbezogenen Austausch reichen. Pluspunkte sammelt man, wenn man sich einige Wendungen der jeweiligen indischen regionalen Landessprache (z.B. Malayalam) aneignet.



## RELIGION UND KULTUR

Der Hinduismus bestimmt das tägliche Leben in Indien. Regelmäßige Wallfahrten zu den heiligen Plätzen der zahlreichen Gottheiten sind für die meisten Inder selbstverständlich. Obwohl der Buddhismus in Indien seinen Ursprung hat, ist er in Indien fast nicht mehr vertreten. In Kerala gibt es jeweils ein Drittel Christen, ein Drittel Hindus und ein Drittel Moslems. Indien gehört zu den größten Kulturnationen der Welt mit einer reichen und Jahrtausende alten Kunst- und Philosophiegeschichte.

Für weitere Informationen empfehlen wir Ihnen als Lektüre das Sympathiemagazin „Indien verstehen“, das Ihnen einen guten Querschnitt zu Geschichte, Religion und Alltagskultur bietet. Dieses bekommen Sie mit den Buchungsunterlagen.



## ESSEN UND TRINKEN

Die Küche Südindiens hat ihre Ursprünge in der Geschichte, Geografie und Kultur des Landes. Sie kann in zwei Arten eingeteilt werden - vegetarische und nicht-vegetarische Gerichte. Alle nicht-vegetarischen

Gerichte sind stark gewürzt, die Auswahl an vegetarischen Gerichten hingegen ist milder gewürzt und gerade für nicht-heimische Geschmäcker verträglicher. "Sadya" ist das traditionelle, vegetarische Menü Keralas. Es wird normalerweise als Mittagessen serviert. Dazu gehören gekochter, rosa Reis, Beilagen, Herzhaftes, Eingelegtes und Nachtisch – ausgebreitet auf einem Bananenblatt. Laut Tradition muss das spitze Ende des Blattes vor dem sitzenden Gast nach links zeigen. Der Reis wird auf der unteren Hälfte des Blattes serviert.



## EINKAUFEN UND SOUVENIRS

Die Stoffherstellung ist eine der wichtigsten Industrien; indische Seiden, Baumwollstoffe und Wollfasern zählen zu den besten der Welt. Indiens Teppichindustrie ist ebenfalls eine der größten der Welt. Viele Beispiele dieses alten und wunderschönen Handwerks sind in Museen ausgestellt. Kleidung ist sehr preiswert und wird in vielen Geschäften auf Wunsch innerhalb kurzer Zeit nach Maß angefertigt oder geändert. Schmuck ist traditionsreich, schwer und überaus vielfältig. Indische Silberware ist weltberühmt. Man kann Schmucksteine direkt am Kaufort verarbeiten lassen. Weitere Besonderheiten: Kunstgewerbe, Holzartikel, Chutneys, Gewürze, Teesorten, Parfüm, Seifen und handgefertigtes Papier. Es wird sowohl auf Bazaren als auch in festen Geschäften verkauft. Auf Märkten ist es generell üblich zu handeln. Für die, die aufs Feilschen lieber verzichten, gibt es Geschäfte mit festen Preisen ("Fixed Prices").

Öffnungszeiten der Geschäfte: Mo - Sa 09.30 - 20.00 Uhr in den großen Geschäften.



### BESONDERE VERHALTENSWEISEN

In Indien grüßt man sich bei formellen Anlässen mit gefalteten Händen, über die der Kopf gebeugt wird, und sagt Namaste. Beim Betreten heiliger Stätten wird man gebeten, die Schuhe auszuziehen. Dies gilt auch für viele Ayurveda-Zentren. In Tempeln gilt es außerdem als Beleidigung, sich mit dem Rücken zur Gottheit zu stellen oder zu setzen. In den meisten Gegenden isst man mit der Hand. Hierbei wird ausschließlich die rechte Hand benutzt, da die linke Hand als unrein gilt. Besteck ist jedoch überall erhältlich. Zahlreiche Hindus sind Vegetarier und viele, besonders Frauen, trinken keinen Alkohol. In allen öffentlich zugänglichen Gebäuden ist Rauchen verboten. Kleine Geschenke als Anerkennung der gebotenen Gastlichkeit sind angebracht.



## ANHANG

### REISELITERATUR

Wir empfehlen dringend sich für die Reise einzulesen und sich auf Besichtigungen mit Reiseliteratur vorzubereiten. Eine kleine Auswahl interessanter Reiselektüre ist hier aufgelistet. Die Bücher sind in jeder Buchhandlung zu bestellen.

#### Verschiedene Reiseführer

##### **Sarina Singh, Trent Holden und Abigail Hole:**

Südindien & Kerala.  
Lonely Planet (2018).  
ISBN: 978-3829745642

##### **Nelles, Günter:**

Indien - Der Süden.  
Nelles Verlag (2016).  
ISBN: 978-3865743626

##### **Herbert, Wolfgang:**

Mein Indien: Reisenotizen, Meditationen, philosophische Exkursionen.  
Europäischer Hochschulverlag (2014).  
ISBN: 978-3867419086

##### **Krack, Rainer:**

KulturSchock Indien.  
Reise Know How Verlag (2016).  
ISBN: 978-3831716029

##### **Barkemeier, Martin:**

Indien – der Süden: Reiseführer für individuelles Entdecken.  
Reise Know How Verlag (2014).  
ISBN: 978-3831724505

##### **Edwards, Nick u.a.:**

Stefan Loose Reiseführer Indien: Der Süden.  
DuMont Reiseverlag (2017).  
ISBN: 978-3770167784

#### Ayurveda

##### **Rosenberg, Kerstin:**

Ayurveda kompakt.  
Südwest Verlag (2014).  
ISBN: 978-3517089553

**Volker Mehl, Christina Raftery:**

So schmeckt Glück: Meine ayurvedische Heimatküche.  
Kailash Verlag (2013).  
ISBN-10: 3424630624

**Lad, Vasant:**

Das große Ayurveda-Heilbuch.  
Windpferd Verlag (2011).  
ISBN-10: 3864100143

**Joachim Skibbe, Petra Müller-Jani:**

Backen nach Ayurveda – Kuchen, Torten & Gebäck.  
Pala-Verlag (2013).  
ISBN-10: 3895663247

**Prof. Dr. med. Gustav Dobos:**

Die Kräfte der Selbstheilung aktivieren.  
Zabert Sandmann GmbH (2008).  
ISBN-10: 3898832074

**Rosenberg, Kerstin:**

Ayurveda - Heilkunde und Küche.  
Schirner Verlag (2007).  
ISBN-10: 3897675218

**Hans Heinrich Rhyner, Birgit Frohn:**

Heilpflanzen im Ayurveda.  
AT Verlag (2006).  
ISBN-10: 3038002798

**Bauhofer, Ulrich:**

Souverän und gelassen durch Ayurveda.  
Südwest Verlag (2005).  
ISBN-10: 3517067156

**Schrott, Ernst:**

Ayurveda für Gesundheit, Glück und langes Leben.  
Mosaik Verlag (2005).  
ISBN-10: 3442390788

**Rosenberg, Kerstin:**

Das große Ayurveda Buch.  
Gräfe & Unzer Verlag (2004).  
ISBN-10: 3774262861

**Mehl, Volker:**

Koch dich glücklich mit Ayurveda.  
Kailash Verlag (2011).  
ISBN-10: 3424630381

**Belletristik**

**Schiller, Bernd:**

Roter Pfeffer in Gandhis grünem Garten. Südindische Wunderwelten.  
Picus (2006).  
ISBN: 978-3854529132

**Tagore, Rabindranath:**

Gora  
Bibliographisches Institut, Berlin (2004).  
ISBN: 978-3981258301

**Thielmann, Rainer:**

Indien von innen: Rätselhaft magisch- wundersam fremd.  
Reiselyrik Verlag (2011).  
ISBN: 978-3981258301

**Kamp, Christina:**

Drei Blinde beschreiben den Elefanten. Kerala erzählt.  
Horlemann Verlag (2013).  
ISBN: 978-3895022234

**Wirth, Maria:**

Von Gurus, Bollywood und heiligen Kühen. Eine Liebeserklärung an Indien.  
Herbig Verlag (2006).  
ISBN: 978-3776624809

**Nair, Anita:**

Das Salz der drei Meere.  
Deutscher Taschenbuch Verlag (2006).  
ISBN: 978-3423135078

**Mistry, Rohinton:**

Das Gleichgewicht der Welt.  
Fischer Verlag (2012).  
ISBN: 978-3596512621





KONTAKTDATEN UND ANMELDUNG



**Dr. Petra Holz**  
Teamleiterin Ayurveda  
p.holz@neuewege.com  
02226-1588-301



**Angelika Sturtz**  
Gruppenreisen Asien  
a.sturtz@neuewege.com  
02226-1588-202

**NEUE WEGE Seminare & Reisen**  
Am Getreidespeicher 11, 53359 Rheinbach  
Tel: +49-(0)2226-1588-00, Fax: +49-(0)2226-1588-070  
E-mail: info@neuewege.com, [www.neuewege.com](http://www.neuewege.com)

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