



Detailprogramm

Irland

Douce Mountain Farm:

Irland - kraftvolle Energie der Steinkreise

Inhalt

Reisedetails.....	3
Allgemeine Beschreibung.....	3
Kur/Hausprogramm.....	3
Wohnen.....	4
Genießen.....	4
Umgebung.....	5
Enthaltene Leistungen.....	5
Zusätzliches Entgelt.....	5
Wahlleistungen.....	5
Termine und Preise.....	5
Teilnehmerzahl.....	5
Reisedauer.....	5
Praktische Hinweise.....	6
Atmosfair / Anreise / Transfers.....	6
Sonstiges.....	6
Einreisebestimmungen / Sicherheit.....	6
Versicherung.....	6
Umwelt.....	7
Bewusst reisen mit NEUE WEGE.....	8
Reiseliteratur.....	9
Ihre Reisenotizen.....	10

Reisedetails

Irland

Douce Mountain Farm:

Irland - kraftvolle Energie der Steinkreise

- Ursprüngliche Natur Irlands
- Innere Stille bei Meditationen erfahren
- Persönlich geführtes Gästehaus



Allgemeine Beschreibung

Lernen Sie eine der interessantesten und abwechslungsreichsten Gegenden Irlands kennen. Die Douce Mountain Farm liegt eingebettet in die saftig grüne Hügel- und Berglandschaft West Corks, mit weitem Blick auf den Atlantik in Form der Bantry Bay, die von den pittoresken Halbinseln Beara und Sheephead eingegrenzt wird.



Die Farm von Gerd und Renate Neubeck liegt ruhig und abgelegen inmitten schönster Natur, die nächsten Nachbarn sind einen halben Kilometer entfernt.

Dennoch erreichen Sie in nur 15 Minuten mit dem Kleinbus der Farm den Atlantik und alle erlebenswerten Ziele der herrlichen Gegend sind gleichermaßen gut erreichbar. Genießen Sie die Stille des schönen Gästehauses, die nur unterbrochen wird durch das Blöken der Schafe, das Muhen der Kühe, das Rascheln der Blätter im Wind und das Zwitschern der Vögel in den Fuchsihecken.



Kur/Hausprogramm

In diesen Tagen können Sie sich ganz auf die Natur um sich herum einlassen. Die Ausflüge und Wanderungen führen Sie an die Klippen der Sheephead Halbinsel, wo Sie über den Rand Europas hinaus in den tosenden Ozean um Irlands Küsten blicken und auf die Berge um Sie herum, die Shehy Mountains. Ganz besonders werden Sie die magischen Plätze aufsuchen, wo die vorkeltischen Siedler Irlands ihre Spuren in Form von Steinkreisen und Menhiren hinterließen, die nun seit bis zu 5000 Jahren ihre Anziehungskraft auf alle nachfolgenden Besucher ausüben. Ein Ziel kann eine der Inseln in der „Bucht des brüllenden Wassers“, der Roaringwater Bay sein. Oder einer der vielen Holy Wells, Quellen mit heilendem Wasser, die seit Urzeiten verehrt werden. Sie können auf alten Bogroads durch die verlassen Hochmoore wandern oder von einem der Gipfel den Blick nach Westen schweifen lassen, dort wo die Wellen des Atlantiks den Himmel berühren.

Das Team von der Douce Mountain Farm bietet unterschiedliche Seminare an.



Meditation und Wandern:

Sechs Tage lang üben Sie jeweils morgens und abends eine Stunde Meditation. Lassen Sie los vom Alltag und genießen Sie die Ruhe in Irland. An fünf Tagen finden begleitete Wanderungen bzw. Ausflüge statt. Tagsüber werden Sie Übungen und Momente der Besinnung immer wieder in Ihre Mitte bringen.



Yoga, Meditation & Wandern:

Anna Gabriele Müller übt mit Ihnen gemeinsam an sechs Tagen mindestens 90 Minuten Yoga, sowie 2x 30 Minuten Meditation. An drei Tagen unternehmen Sie gemeinsame Wanderungen, an den anderen 3 Kurstagen wird am Nachmittag ebenfalls Yoga geübt.



Breathe Easy:

Gerd und Renate Neubeck heißen Sie Willkommen zu einer entspannenden Woche im Garten in der Douce Mountain Farm. Die Tage beginnen Sie mit Dehnungsübungen. Nach einem gesunden Frühstück werden Sie gemeinsam Gartenarbeit durchführen mit angeleiteten Meditationen in der Natur. Sie werden gemeinsam Brotbacken, Käse, Calendulaöl und Kräuterteemischungen herstellen. Erfahren Sie eine tiefe Entspannung und Zufriedenheit im Einklang mit der Natur.

Wohnen

Das geschmackvolle, traditionelle Gästehaus der Douce Mountain Farm mit seinen Nebengebäuden bietet Ihnen fünf Einzel- und zwei Doppelzimmer, die alle sehr ansprechend eingerichtet sind, so dass Sie sich von Anfang an wohlfühlen werden. Auf Telefon, TV und Radio wird ganz bewusst verzichtet, so dass Sie hier abseits des Trubels wirklich abschalten und zur Ruhe kommen können. Bei der Ausstattung der Zimmer wurde viel Holz verwendet, welches die warme Atmosphäre des irischen Hauses angenehm unterstützt. Im neu errichteten Anbau befinden sich ein großzügiger, heller Meditationsraum, eine Küche sowie einen gemütlichen Aufenthalts- und Essraum.



Genießen

Wichtiger Teil Ihres Aufenthaltes auf der Douce Mountain Farm ist das wohlschmeckende, gesunde und frische Essen. Viele Lebensmittel kommen aus dem Garten der Farm, wobei alle eigenen Produkte biologisch zertifiziert wurden. Die Besitzer der Douce Mountain Farm nehmen sich viel Zeit für die Zubereitung der Mahlzeiten - zum Wohl der Gäste und mit Respekt für die Zutaten. Auf diese Weise entstehen liebevoll angeordnete Speisen, die morgens und abends für Sie bereit stehen. Das Mittagessen wird oftmals während der Ausflüge, im Rahmen eines gemütlichen Picknicks, eingenommen, bei dem Sie frisches Gemüse, vegetarische Brotaufstriche und Kräutertee gereicht bekommen.

Bitte beachten Sie, dass an einem Mittag, sowie an einem Abend gemeinsam auswärts gegessen wird. Diese Mahlzeit ist vor Ort zu zahlen.



Umgebung

Cork, eine der Kulturhauptstädte Europas, ist der Verwaltungssitz der gleichnamigen Grafschaft Cork in der Provinz Munster im Süden Irlands, in der man eine gelassene Atmosphäre genießen kann. Das Kerngebiet der Stadt liegt auf einer Insel in der Flussmündung des Lee.

Der Name Corcaigh bedeutet so viel wie Marschland. Die Stadt ist mit ca. 120.000 Einwohnern die zweitgrößte Stadt der Republik Irland nach Dublin. Cork hatte im 17. und 18. Jahrhundert eine bedeutende Textilindustrie. Noch heute ist Cork ein bedeutender Seehafen. Nahe der Stadt liegt der zweitgrößte internationale Flughafen der Republik Irland.

Auch hatte die traditionell in Irland hergestellte Butter (Kerrygold) ihre Rolle im wirtschaftlichen Aufstieg in Cork. Vom Hafen aus wurden im 19. und 20. Jahrhundert hunderte von Tonnen gesalzene irische Markenbutter in alle Teile der Welt verschifft. Dieser Teil der Geschichte Irlands und Corks lässt sich heute im Butter-Museum von Cork bewundern. Des Weiteren befinden sich die beiden bekannten Brauereien in Cork.



Enthaltene Leistungen

7 Übernachtungen im geteilten Doppelzimmer mit eigener Dusche/WC, vorbehaltlich Gegenbuchung • Vollpension (F, M, A; ab dem Abendessen am ersten Tag), bis auf 1x Mittag- und 1x Abendessen • Gebuchter Ferienkurs • Gruppenleitung durch die Kursleitung • Begrüßungstreffen • Atmosfair-Beitrag (100%ige Co2-Kompensation Ihres Fluges) • NEUE WEGE Informationsmaterial

Zusätzliches Entgelt

Mittagessen und Abendessen an einem Tag - Möglichkeit in ein lokales Restaurant zu gehen

Wahlleistungen

- Einzelzimmer mit geteiltem Bad/WC: € 100
- Einzelzimmer mit eigenem Bad/WC: € 150
- Flug ab Ihrem gewünschten Flughafen (Preis auf Anfrage)
- Reiseversicherung (Preis auf Anfrage)
- Transfer vom Flughafen zur Farm (Preis auf Anfrage)

Termine und Preise

Die detaillierten Kurstermine und Preise finden Sie auf unserer Website unter: www.neuewege.com/3IEH0100

Teilnehmerzahl

Mindestens 4, höchstens 8

Reisedauer

8 Tage

Praktische Hinweise

Atmosfair / Anreise / Transfers

Mit gutem Gewissen reisen! Die entstandene CO²-Emission Ihres Fluges nach Irland 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

Gerne vermitteln wir Ihnen günstige Flüge nach Cork (ca. 80km entfernt) oder Kerry (ca. 70 km entfernt), oder auch nach Dublin. Vom Flughafen Cork können Sie mit dem Bus bis nach Bantry fahren, wo Sie von der Hausleitung kostenlos abgeholt werden. Auf Wunsch können wir Ihnen auch einen Transfer vom Flughafen in Cork beim Haus bestellen. Dieser kostet etwa 90 Euro pro Strecke. Alternativ gibt es gute Flüge nach Dublin. Von Dublin aus fahren Fernbusse zum Flughafen Cork. Die Fahrt dauert etwa 3 Stunden. In Cork angekommen können Sie sich entweder einen Transfer bestellen, oder den Bus weiter nach Bantry nehmen.

Bitte setzen Sie sich mindestens zwei Tage vor Kursbeginn mit Gerd Neubeck in Verbindung, damit Ihre Abholung organisiert werden kann. Die Kontaktdetails finden Sie in Ihren Reiseunterlagen.

Sonstiges

Gerd und Renate Neubeck liegt viel daran, dass die Gäste die Stille und Abgeschiedenheit der Landschaft in ihrer wilden Schönheit wirklich erfahren können. Als Voraussetzung dafür bedarf es eines gewissen inneren Stillseins, das sie fördern wollen durch ihr Bemühen, den äußeren Rahmen so zu gestalten, dass sich eine innere Ruhe entfalten kann.

Einreisebestimmungen / Sicherheit

EU-Bürger können mit einem gültigen Personalausweis oder einem gültigen Reisepass nach Irland einreisen.

Unter folgendem Link finden Sie die aktuellen Einreise- und Corona Bestimmungen:

<https://travel-details.eu/de>

Geben Sie hier die folgende ID ein: 2GEK-B3VS-PWML

Bitte lesen Sie diese Bestimmungen gründlich durch.

Sicherheitshinweise

Irland ist im Allgemeinen ein sicheres Reiseland, umso mehr in einer so ländlichen Region. An sehr belebten Plätzen sollten Sie aber die üblichen Sicherheitsvorkehrungen vor Diebstahl treffen. Wir empfehlen das Geld am besten am Körper zu tragen und Ihr Flugticket und Ihren Ausweis am besten in Ihrer Unterkunft zu lassen.

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

Versicherung

Wir empfehlen Ihnen dringend eine Reiserücktrittskosten-Versicherung abzuschließen. So sind Sie finanziell geschützt, falls Sie Ihre Reise aus gutem Grund doch nicht antreten können. Außerdem empfehlen wir den Abschluss einer Auslandsrankenversicherung, damit Sie in Ihrem Reiseland abgesichert sind. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit bei Bedarf eine Reisegepäck- und Soforthilfe-Versicherung abzuschließen.

Die gewünschten Versicherungen 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.



Umwelt

Nachhaltigkeit auf der Douce Mountain Farm:

Auf der Douce Mountain Farm gibt es nach Möglichkeit selbstangebautes Gemüse. Ebenfalls Milch, Fleisch und Eier von den eigenen Tieren der Farm. Alle eigenen Produkte sind biologisch zertifiziert (Organic Trust Lizenz Nummer 613). Beide Farmhäuser wurden unter Beibehaltung der originalen Eigenschaften irischer Farmhäuser renoviert und ausgebaut. Der neue Anbau an das Gästehaus ist nach baubiologischen Gesichtspunkten gebaut. Naturbelassenes Holz wurde ausschließlich mit biologischen Ölen behandelt. Außerdem ist die Douce Mountain Farm Mitglied in der Sustainable Tourism Ireland Organisation und unterstützt verantwortliches Reisen (www.sustourism.ie).

Nachhaltigkeit vor Ort:

Die grüne Insel – so wird Irland gern genannt, weil die sagenhafte Vielfalt an Grüntönen die abwechslungsreiche Landschaft noch schöner macht. Das Land ist bekannt für seine pittoreske und unberührte Natur. Die Entwicklung des Landes hat in der Vergangenheit aber seinen Tribut gefordert, da das Thema Umweltschutz erst spät entdeckt wurde. Viele natürliche Reservate sind durch die Ausbreitung der Städte, die industrielle Entwicklung und durch die wachsende Infrastruktur bedroht worden. Irland hat so wenig Wald, dass selbst die EU-Kommission darüber besorgt ist. 900 Millionen Euro an Beihilfen hat sie deshalb für die Aufforstung bewilligt; denn mit nur zehn Prozent Waldfläche ist es

das am zweitwenigsten bewaldete Land innerhalb der Europäischen Union.

Heutzutage ist die EPA (Environmental Protection Agency) für den Umweltschutz in Irland zuständig, erteilt Genehmigungen, setzt Vorschriften durch und überwacht Umweltveränderungen – zu denen der Klimawandel gehört – um weitere Umweltschädigungen und deren Warnsignale frühzeitig erkennen zu können. Ein Umdenken hat also stattgefunden. Beispielsweise wurde in Dublin mit Hilfe des Straßenbahnsystem LUAS dem Anstieg des Individualverkehrs entgegen gewirkt und bis 2016 ist ein U-Bahn-Netz geplant.

Im Bereich des Ökotourismus haben sich ebenfalls positive Entwicklungen gezeigt, auch wenn diese eher noch in den Anfängen stecken. Initiativen findet man eher auf dem Land als in der Stadt. Hotels und sogar teils Hotelketten richten sich ökologisch neu aus, realisieren Energiesparmaßnahmen, recyceln, sparen Wasser und gründen „Grüne Beiräte“. Bei den Lebensmitteln stellt man in diesen Häusern eine Orientierung auf Bio-Weine, selbst angebaute regionale Produkte in Bio-Qualität oder Fische aus nachhaltiger Zucht fest.



Nachhaltigkeit auf Reisen:

Jeder noch so kleine Beitrag ist sehr wertvoll und kann helfen die natürlichen Ressourcen zu schonen. Wasser und Elektrizität sind in vielen Ländern ein knappes Gut. Durch einen sparsamen Umgang mit diesen Ressourcen unterstützen Sie eine nachhaltige Entwicklung.

Da die Mülltrennung 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!

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.

Bewusst reisen mit NEUE WEGE

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 Tourcert-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.neuweege.com/csr

Reiseliteratur

Es gibt eine Vielzahl an literarischen Werken, die sich mit Irland beschäftigen. Wir möchten Ihnen an dieser Stelle mehrere Reiseführer für Irland empfehlen.

Müller-Wöbcke, Birgit und Wöbcke, Manfred:

MARCO POLO Reiseführer Irland.

MAIRDUMONT (2022).

ISBN: 3829749759

Davenport, Fionn:

Lonely Planet Reiseführer Irland.

LONELY PLANET (2022).

ISBN: 3829748590



Ihre persönliche Beratung



Pia Okoro
Europa
p.okoro@neuewege.com
+49 2226 1588-305



NEUE WEGE GmbH
Am Getreidespeicher 11, 53359 Rheinbach
+49 (0)2226 1588-00
info@neuewege.com

  @neuewegereisen

www.neuewege.com

