Veranstalter dieser Reise:
WomenFairTravel
Reisen für Frauen mit Weltblick

Womenfairtravel GmbH
Crellestr. 19/20
10827 Berlin
030 2000520 30
030 2000520 79
info@womenfairtravel.com

EUROPA: ITALIEN

SLOW FOOD UND SLOW TRAVEL - BEGEGNUNGEN AUF SARDINIEN

- Baden an schönsten Stränden und Buchten
- Die Objekt-Künstlerin Maria Lai
- Besuch bei Weberinnen
- (Koch-)kurs: Culurgionis, Pardule und Ricotta herstellen
- Weindegustation
- Kräuterspaziergang
- Feenhäusern von Lotzorai
- Bäume pflanzen

Wilde Steilküsten, weiße Sandstrände, türkisfarbenes Meer, hausgemachte sardische Köstlichkeiten mit Ricotta und Vino rosso. Dolce vita mit Dolces! Doch vor allem spannende Vitas sardischer Frauen, die hier an der Ostküste wirken und werken und an vielen Orten anzutreffen sind: in der Kunst, im Kunsthandwerk und Agriturismo sowie in der traditionellen, aber auch neuen Bio-Küche.

Ihr werdet Euch mit sardischen Frauen treffen, die mutige, ungewöhnliche Wege eingeschlagen haben und ihren ganz eigenen Traum in einem nicht immer einfachen Umfeld voran treiben. Ihr dürft ihnen dabei über die Schulter schauen, ein wenig mit anpacken und Euch austauschen. Die sardischen Frauen sind Bewahrerinnen und Vorreiterinnen zugleich und bewegen vieles, was wir Euch auf genüssliche und spannende Art und Weise zeigen wollen: Bei einer ökologischen Wein-Degustation, bei der Ricotta-Herstellung auf dem Ziegenhof, bei den Weberinnen oder im Museum der Objektkünstlerin Maria Lai...
Und das Meer so nah verlockt auch täglich zu Badefreuden an unterschiedlichen Sandstränden, Badebuchten oder Badegumpen...

Unterkunft in Santa Maria Navarrese
Das kleinere Hotel Plammas in Santa Maria Navarrese ist ein wunderbarer Ort, um zu entspannen. Das Haus liegt am Rande der Altstadt des quirligen Küstenortes und damit relativ ruhig und

trotzdem zentral. Ihr habt das Meer quasi vor der Haustür, könnt in 5min zum Strand laufen oder einige Schritte auf dem Küstenwanderweg Richtung Pedra Longa spazieren. Es gibt außerdem ein tolles Restaurant mit Außenterrasse. Der richtige Ort für Aperitivo und Entspannung.

REISEDETAILS

1. Reisetag: 1. Tag Anreise nach Olbia und Transfer nach Santa Maria Navarese

Individuelle Anreise zum Flughafen in Olbia. Um ca. 16 Uhr holt uns die Reiseleiterin Christine ab. Ein ca 2,5-stündiger Transfer führt uns danach nach Santa Maria Navarrese, einem quirligen Küstenort an der Ostküste Sardiniens (Provinz Ogliastra). Unsere Unterkunft, das familiengeführte alteingesessene Hotel Plammas liegt am Rande der Altstadt und fußläufig zum Strand.
Check in und gemeinsames Abendessen im Restaurant Lungomare
(-/-/A)

Entfernung Olbia – S.M.N.: ca 170 km / 2,5 Std.

2. Reisetag: 2. Tag: Feenhäuser und Ölmühle

Gemeinsam fahren wir mit dem Bus zu den „Domus de Janas“, den Feenhäusern von Lotzorai. Nachdem wir die Felskammern auf einem kleinen Rundgang besichtigt haben, spazieren wir weiter zur Ölmühle von Stefania. Bei einer Öldegustation verkosten wir das dort gepresste Olivenöl und andere lokale Produkte.

Der restlicher Nachmittag steht zur freien Verfügung

Entfernung S.M.N. – Lotzorai: 5 km/10 min.
Verpflegung: (F/-/-)

3. Reisetag: 3. Tag: Ulassai und Maria Lai, Weberinnen und ein Backkurs

Eine Fahrt durchs wilde Hinterland bringt uns ins bizarre Bergdorf Ulassai, direkt unterhalb eines senkrecht abfallenden Kalkstein-Plateaus gelegen. Diese Tafelberge heißen auf Sardinien “tacchi” und geben der Gegend ein charakteristisches Aussehen. Von hier aus haben wir einen schönen Blick ins Tal des Riu Pardu und nach Gairo.

Ulassai ist auch der Geburtsort der inzwischen weltweit bekannten Objektkünstlerin, Performerin und Malerin Maria Lai, bekannt für Objekte, die mit Nadel und Faden hergestellt sind. Im Museum Stazione dell’arte im ehemaligen Bahnhofsgebäude können wir ihre bedeutendsten Werke bewundern.

Richtig sardisch wird es danach in einem Privathaus in Jerzu. Mit der Hausherrin Valentina und der erfahrenen Süßgebäck-Spezialistin Maria-Grazia, die schon viele Jahre in der Bäckerei der Familie arbeitet, bereiten wir Pardule, das sardisches Süßgebäck mit Ricotta-Füllung zu und genießen ein sardisches Familien-Abendessen bei Valentina zuhause.

(F/-/A)

4. Reisetag: 4. Tag: Kräuterspaziergang in Jerzu und Besuch der Frauenkooperative

Heute morgen wird es aromatisch-duftend... Wir fahren hinauf in die Berge von Jerzu, eines der Hauptanbaugebiete des berühmten Rotweines Cannonau aus der Ogliastra und unternehmen zunächst mit Valentina einen Kräuterspaziergang unter den berühmten Tacchi d`Ogliastra.

Im Anschluss daran besichtigen wir die Weberei „Su Marmuri“, eine seit über 30 Jahren bestehende Frauenkooperative, die von Frauen aus dem Dorf erfolgreich geführt wird. Hier findet wir nicht nur traditionelle Wollteppiche, sondern auch moderne Artikel.

Baden und Abendessen wieder in S.M.N.

Entfernung S.M.N. – Jerzu: 40 km/45 min.
(F/-/-)

5. Reisetag: 5. Tag: Ein Tag zur freien Verfügung

Heute könnt wir ganz nach Lust und Laune den Tag geniessen.
(F/-/-)

6. Reisetag: 6. Tag: Ganztägige Bootsfahrt

Von Santa Maria Navarrese oder vom nahe gelegenen Strand von Lotzorai/Tancau aus unternehmen wir eine beschauliche Bootstour entlang der Steilküste des Supramonta von Baunei, mit Aperitif und Mittagessen an Bord und mehreren Badestopps in ganz unterschiedlichen Buchten.
Bei diesem Ausflug gibt es die Möglichkeit die Tropfsteinhöhle „Grotta del Fico“ zu besichtigen (exklusive).
Rückkehr am Spätnachmittag gegen 17 Uhr.

(F/M/-)

7. Reisetag: 7. Tag: Ein Tag in der Schäferei und Nuraghe Sceri

Wir sind heute zu Gast bei Stefania und Vincenzo auf ihrem Schafhof Sa Ferrela unterhalb der Berggemeinde Arzana. Nach dem gemütlichen Kennenlernen bei einem caffè mit leckeren hausgemachten typisch sardischen Dolci besichtigen wir den kleinen Hof mit angeschlossener Käserei und Gemüsegarten. Danach werden die Ärmel hoch gekrempelt, denn nun geht’s ans Käse machen. Wir dürfen selbst Hand anlegen bei der Pecorinoproduktion und schöpfen unseren eigenen Ricotta. Im Anschluss nehmen wir zusammen mit Stefania und Vincenzo im Kreise der Familie ein typisch sardisches Mittagessen in mehreren Gängen ein. Als Nachtisch gibt’s den frisch gemachten, cremigen Ricotta mit einem Klecks Honig.

Am Nachmittag steht noch eine archäologische Besonderheit Sardiniens auf dem Programm. Ein Ausflug zu der Nuraghe Scerì bei Tortolì. Nuraghen sind prähistorische Turmbauten, die es in dieser Form nur auf der Insel gibt.

Entfernung S.M.N. - Schafstall: 15km / 15min.
(F/M/-)

8. Reisetag: 8. Tag: Wanderung Pedra Longa

Heute unternehmen wir mit Christine eine aussichtsreiche Wanderung entlang der Steilküste.
Wir starten direkt am Hotel und spazieren hinauf zum Aussichtspunkt oberhalb von Santa Maria Navarrese mit herrlichem Blick über Dorf und Bucht bis nach Arbatax. Dort beginnt dann die eigentliche Wanderung, die immer auf halber Höhe mit leichten Steigungen der Küstenlinie folgt. Der Weg ist ein schmaler Pfad (Teil der ehemaligen Saumpfade der Schäfer und Köhler), mal auf weichem Boden, mal über Felsen und Felsstufen oder Geröll.
Dauer einfacher Weg: ca. 2 Stunden.
Am Ende der Wanderung gibt’s eine Bar und die Möglichkeit für Unerschrockene an der Felsküste unterhalb der beeindruckenden Felsnadel „Pedra Longa“ zu baden. Rückweg entweder zu Fuß oder per Taxi (exklusive).

9. Reisetag: 9. Tag: Ein Tag zur freien Verfügung

Unternehmt kleine Ausflüge oder liegt am Strand - ganz wie Ihr mögt!

(F/-/-)

10. Reisetag: 10. Tag: Bäume pflanzen bei Tortoli

Um einen Beitrag zur CO2-Kompensation zu leisten, unterstützen wir verschiedene Initiativen im Bereich Aufforstung direkt auf der Insel. Am letzten Tag Eurer Reise habt Ihr Gelegenheit, Euren persönlichen Reise-CO2-Fußabdruck etwas auszugleichen: Gemeinsam mit Salvatore und Stefania, die in Tortolì einen kleinen landwirtschaftlichen Betrieb aufbauen, werdet Ihr auf deren Grund und Boden Mandelbäume setzen. Mit der Pflanzung von ortsüblichen Baumarten tut Ihr nicht nur etwas fürs Klima, sondern gleichzeitig auch für die Beschäftigung und die Zukunftpersektiven der jungen Menschen vor Ort. Da Mandeln kommen hier in fast allen dolci-Rezepten vorkommen und oft von Übersee importiert werden, unterstützt die Pflanzung auch die Produktion und Verwendung von lokalen Produkten.

Update:
Da die Bäume inzwischen weitestgehend gepflanzt sind (eine weitere Bebauung folgt, aber zu einem späteren Zeitpunkt), geht es jetzt beim Arbeitseinsatz um die jahreszeitliche Pflege der Mandel- und Nussbaum-Pflanzung nach den Prinzipien der Permakultur- und Agroforst-Philosophie, um das wieder in Nutzung genommene ehemalige Brachland („il maggese“) und die jungen Bäumchen möglichst effektiv zu unterstützen.

Siesta im Hotel oder Baden in Santa Maria Navarrese.
Den Abschlussabend verbringt Ihr gemeinsam beim Essen im Ristorante Lungomare.
Entfernung S.M.N. - Tortolì: 15 km / 15 min. und Barisardo - S.M.N.: 19 km / 20 min.
(F/-/A)

11. Reisetag: 11. Tag: Das Bergdorf Lollove und gemeinsamer Transfer nach Olbia

Nach dem Frühstück heißt es entspannt Abschied nehmen von Santa Maria Navarese. Wir fahren gemeinsam nach Olbia (Dauer ca. 2,5 Stunden) und machen auf dem Weg einen Zwischenstopp im Bergdorf Lollove. Bei einem geführten Rundgang durch das Dorf lernt Ihr mehr über die Bewohner*innen und ihre spannenden Projekte.

Übernachtung in einem Hotel in Olbia

12. Reisetag: 12. Tag: Abreise ab Olbia

Individuelle Abreise mit der Fähre oder dem Flugzeug ab Olbia oder individuelle Verlängerung auf der Insel

(F/-/-)

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
03.09.2025	14.09.2025	✔	2.360 €

Viele = ✔ Wenige = ! keine = ✗

LEISTUNGEN

- Sammeltransfer am Anreisetag um 16 Uhr ab Olbia nach SNM
- 10x Übernachtungen im DZ mit Frühstück im Hotel in Santa Maria de Navarrese
- 3x Abendessen und 2x Mittagessen/Picknick
- 1 Übernachtungen in DZ /Frühstück in Olbia
- Bootsausflug
- Alle Transfers während der Woche
- Alle Ausflüge laut Programm
- Alle Workshops laut Programm
- Deutschsprachige Reiseleiterin

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- Transfer von Olbia zum Flughafen
- Reiserücktritts- und Reiseabbruchsversicherung
- An- und Abreise
- Weitere Mahlzeiten
- ortsübliche Kurtaxe

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 6
Maximalanzahl von Personen: 10

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- Fälligkeit der Restzahlung: 21 Tage vor Reisebeginn
- Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 21 vor Reisebeginn möglich.

WEITERE INFOS

Programmhinweise

- Obwohl es unsere Absicht ist, die Reise wie beschrieben durchzuführen, kann es durch veränderte Flugpläne, klimatische Besonderheiten, Probleme der Infrastruktur oder anderem zu Abweichungen kommen, bis hin zu einer Änderung der Unterbringung.Die Teilnahme an den Aktivitäten, die optional sind, findet auf Deine eigene Verantwortung statt. Wenn es im Rahmen dieser Aktivitäten zu Beschwerden oder Problemen kommt, wende Dich dann an den jeweiligen Veranstalter, bei dem Du die Leistung gebucht hast.
- Ausrüstung
- Kleiner Tagesrucksack
- Wanderschuhe mit guter Profilsohle
- Sandalen
- 1 Trinkflasche, Proviantdose (hilft Plastik sparen)
- Zweckmäßige Bekleidung (T-Shirts, evtl. Wanderhose, Wandersocken)
- Zusatzbekleidung (Pullover, Halstuch, Fleece)
- Regenjacke
- Badezeug (Badehandtuch & Co.)
- Mückenschutz
- Druckpflaster gegen Blasen
- Sonnenschutz (Kopfbedeckung, Sonnenbrille, Sonnencreme)

Reiseleiter/innen

- Christine Wolfangel
  Nach Sardinien kam ich das erste Mal vor mehr als 30 Jahren. Seit 2009 wohne ich mit meinem sardischen Mann und unserem Sohn auf der Insel. Eigentlich bin ich Texterin und PR-Beraterin. Hier in Sardinien genieße ich sehr, dass ich mich auch anderweitig beruflich verwirklichen kann: Meine Liebe zur Natur, zu dieser Insel und ihren Menschen fließt inzwischen in Reisekonzepte und verschiedene Aktivitätenangebote direkt hier vor Ort ein. Ich möchte unseren GästInnen nicht nur die Vielfalt und Schönheit der Ogliastra an der sardischen Ostküste näher bringen, sondern auch dazu beitragen, dass sich der Tourismus auf der Insel immer mehr hin zu einem tatsächlich nachhaltig gelebten Tourismus verändert, der die Menschen vor Ort möglichst ganzjährig in diese Entwicklung einbindet. Christine hat einen eigenen Blog und sogar ein Buch über Sardinien geschrieben. Schaut gerne mal auf ihren Seiten vorbei.www.ganzeinfachsardinien.de„Glücksorte auf Sardinien“, Droste Verlag

Generelle Hinweise

- Rücktritts- und Zahlungsbedingungen
- Höhe der Anzahlung in % des Reisepreises: 20%
- Restzahlung in Tagen vor Reisebeginn: 21 Tage
- Letzte Rücktrittsmöglichkeit durch die Veranstalterin: 21 Tage vor Reisebeginn
- Mobilitäts- und sonstige gesundheitliche Einschränkung
- Für Frauen mit eingeschränkter Mobilität oder sonstigen gesundheitlichen Einschränkungen ist

diese Reise evtl. nicht durchgängig geeignet. Kontaktiere uns einfach und wir klären gerne in jedem Einzelfall, ob wir diese Reise für Dich möglich machen können. Letzteres wäre unser großer Wunsch und unser Ziel.

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.