

Als VEG in Portugal



[1]

Zwei Ferien-Destinationen:

Die **Finca Argayall auf Gomera** liegt in einer abgeschiedenen Bucht einer kanarischen Insel und trotzdem in der Nähe des nächsten Dorfes im Valle Gran Rey. Das Rauschen der Wellen, die am Strand auslaufen, der von grossen Steinen übersät ist, und die Schreie der Vögel empfangen einen. 1986 wurde das Projekt gegründet mit der Absicht, eine alternative und spirituelle Gemeinschaft zu bilden, in der sich alle auf ihrem Weg weiterentwickeln können.

In der grossen, rundum verglasten Meditationshalle finden Yogastunden und Seminare statt. Die Mahlzeiten vom vegetarischen Buffet sind üppig und abwechslungsreich, auf Wunsch auch vegan. Feine Gemüse und Früchte kommen direkt aus dem mit Permakultur angebauten Garten. Man hat auch die Möglichkeit, für eine begrenzte Zeit ein Mitglied der Crew zu werden und am Gemeinschaftsleben teilzunehmen.

Die Auswahl fiel trotzdem auf das **Hapimag-Resort in Albufeira, Portugal**. Abgesehen von den schönen Appartements mit Blick aufs Meer, dem strahlend blauen Himmel, den vielen wunderschönen verschiedenen Stränden, war da noch eine spezielle Begegnung mit dem Naturwissenschaftler Prof. Dr. Bernd Gerken, der in diesem Hapimag-Resort an 2 Tagen der Woche Qi Gong und Tai Chi Chuan, Landschaftsmalen sowie Frühmorgen-Wanderungen anbietet.

1983 erhielt er die Professur für allgemeine Biologie und Tierökologie an der Universität Paderborn. Seit 2002 baut er mit seiner Frau und den 3 Kindern das Haliotis-Zentrum für Ökologie und Gesundheit im Südalentejo auf, wo er für Besucher Wochenkurse gibt über alles Mögliche, wie z.B. Zubereitung rohköstlicher Weihnachtsplätzchen; Nisthilfe für Vögel, Insekten und Fledermäuse für den eigenen Garten; Was machen wir mit «Unkraut»?; «Lästige» und andere Tiere im Garten und unser Verhalten zu ihnen usw.

Wir waren gegenseitig sehr froh, uns getroffen zu haben, denn viele Veganer trifft er bei den Hotelgästen nicht an und für uns waren die gemeinsamen Stunden sehr lehrreich. Um 6 Uhr früh Treffpunkt vor der Rezeption, dann Marsch an die felsige Küste mit vielen Stopps zum Lauschen der Vögel und Betrachten der Sterne, begleitet von Bernds vielen interessanten Aufklärungen und Erzählungen.

Bei der Gruppe von etwa 10 Leuten war auch ein ca. 6-jähriger Junge mit seiner Mutter und Grossmutter. Der Bub klebte regelrecht an Bernd und überhäufte ihn mit Fragen, die dieser geduldig beantwortete. Er störte aber nie und redete auch nicht drein, wie Kinder das manchmal tun, sondern war sehr angenehm, bis ihm die Grossmutter eine Schokoladenwaffel zusteckte, da wars mit der Ruhe vorbei. Ca. 5 Minuten, nachdem er sie gegessen hatte, fing er an, stressig zu werden, bewegte sich plötzlich ruckartig und rannte oft nahe zur Felsklippe, die Grossmutter schrie ihn schrill zurück, er beachtete das jedoch nicht. Die Angst dieser Frau war spürbar, doch Bernd ignorierte die Störung und fuhr mit seinen Erklärungen unbeirrt fort. Als dann der Bub die wilde Pflanze, die Bernd uns zum Probieren anbot, mit einer Grimasse ausspuckte, meinte Bernd lakonisch: «Nach dem Schokoladenessen ist dein Geschmackssinn so gestört, dass du diese Pflanze gar nicht kosten kannst.» Dann fuhr er weiter mit Erklärungen

zur Ernährung, dass wir eigentlich alles, was wir für eine gute Gesundheit brauchen, in der Natur pflücken können!

Im Herbst gab er in demselben Resort Kurse für Rohkost.

Seine Kontaktadresse: Bernd und Annette Gerken, Fitos, Aptdo 1044, 7670-604 Santana da Serra Portugal, bgerken@gmx.net

Dies alles wäre natürlich nicht möglich, ohne den sehr weltoffenen, interessierten und sensiblen Resort-Manager Iwan Schneider, der solch neuzeitlichen Visionen und Erfahrungen ein Ohr und eine Bühne schenkt. Sein Küchenchef, ein renommierter Koch, hatte kein Problem oder keinen Widerstand, für uns vegetarische oder vegane Gerichte herzuzaubern.

Während meines 5-wöchigen Einsatzes im Ferien-Resort in **Albufeira** war eine meiner wichtigsten Aufgaben die Entwicklung und Erstellung einer vegetarischen/veganen Speisekarte, «Jungbrunnen» genannt wie das Thema meines Vortrags. Auch Vorträge für die ganzheitliche Gesundheit gehörten zu meinem Programmangebot, welches sehr vielseitig war: Morgenritual, Beckenboden-Gymnastik, Yoga, Chakra-Atmung, Silva-mind-Training, intuitives Tanzen, Partnermassage-Kurs und auch pädagogische Gruppen-Rituale. Die Langzeit-Gäste, die es vorziehen, den Winter im milden Klima der Algarve zu verbringen, sind sehr hungrig auf solche geistige Nahrung wie auch auf die Rohkost-Menüs, für welche man sich anmelden muss. Bernd Gersten führt dann mit interessanten Erklärungen durch die vielen Gänge, die serviert werden.

Portugal war für mich eine grosse Überraschung in Sachen vegetarische Restaurants. Allein in dem kleinen Ort **Albufeira an der Algarve** hat es mehrere Restaurants, welche über Mittag ein grosses vegetarisches Buffet anbieten mit vielen verschiedenen Salaten und Früchten auf der einen Seite und ebenso vielen warmen Speisen auf der andern: von Tofuplätzchen bis Seitan-Schnitzel, Gemüse, Bohnen, Reis und mindestens ein Nudelgericht.

In der Hauptstadt **Lissabon** gibt es mindestens 20 vegetarische Restaurants, darunter sogar vegane! Was mich aber noch mehr erstaunt hat, sind die tollen Shopping-Center. Auch dort findet man Vegi-Restaurants ([siehe Karte](#) [2]) und überall, im gleichen System, kann man für EUR 6,50 so viel essen, wie man mag.

Ananda Tyrell

Letzte Aktualisierung: 07.12.2016

Weitere Infos:

Weitere Urlaubsmöglichkeiten für Vegetarier:

- Feriencenter in Gomera, Portugal: www.argayall.com [3]
- Alle Infos zu den verschiedenen Ferien-Resorts sind bei www.hapimag.com [4] erhältlich
- ?Die grafische Version der Swissveg-Restaurantliste erleichtert das Suchen eines für Vegetarier oder Veganer geeigneten Restaurants oder Hotels. Es lassen sich zurzeit die Karten von der Schweiz, von Deutschland, Österreich und Portugal anzeigen: www.swissveg.ch/restaurantMap [5]

Source URL (modified on 07.12.2016 - 14:31): <https://www.swissveg.ch/node/458?language=fr>

Links

[1] <https://www.swissveg.ch/node/458?language=fr>

[2] <http://www.swissveg.ch/restaurantMap?shops=0&land=PT&art=0&senden=ok>

[3] <http://www.argayall.com>

[4] <http://www.hapimag.com>

[5] <http://www.swissveg.ch/restaurantMap>