



# Typisch Epiros

**EPIROS IST BEKANNT FÜR SEINE GEBIRGIGE LANDSCHAFT, ABER AUCH FÜR HISTORISCHE STÄTTEN UND EINZIGARTIGE KULTUR. BEACHTENSWERTE FLORA UND FAUNA SOWIE WUNDERSCHÖNE LANDSCHAFTEN PRÄGEN EINE SEITE DER GEGEND. DIE ANDERE IST SONNE, STRAND UND MEER. EGAL WOZU SIE SICH ZÄHLEN - NATURLIEBHABERINNEN UND FREUNDE MÜSSIGEN STRANDLEBENS FÜHLEN SICH IN DIESER HERRLICHEN LANDSCHAFT GLEICHERMASSEN WOHL!**

# herzlich willkommen!



**Susanne Neuhauser**  
Geschäftsleitung

**Christof Neuhauser**  
Geschäftsleitung

## HERZLICH WILLKOMMEN IN EPIROS!

**E**s freut uns sehr, dass Sie sich für einen Urlaub mit iDEALTOURS in einer ganz besonderen Region im Nordwesten Griechenlands entschieden haben, die bekannt ist für ihre einzigartige Kultur und Geschichte sowie ihre atemberaubende Landschaft, aber auch für ihre herrlichen Strände und Buchten.

Wir wünschen Ihnen unvergessliche Urlaubsmomente, viel Freude beim Entdecken und Erkunden und eine wunderschöne Zeit!

Unser idealer Tipp: Besuchen Sie die Parageo Olivenöl Fabrik. Erfahren Sie alles über die Herstellungsverfahren und verkosten Sie das ausgezeichnete Öl.

Für alle Anliegen, Fragen und Tipps steht Ihnen Ihre persönliche Reiseleiterin vor Ort gerne zur Verfügung.

Ihre

Susanne Neuhauser

Ihr

Christof Neuhauser



# Typisch griechisch

**URLAUB BEDEUTET AUF JEDEN FALL SONNE, STRAND UND MEER, ABER WIR WOLLEN AUCH EIN WENIG EINTAUCHEN IN DAS LAND - DIE LANDESTYPISCHE KÜCHE PROBIEREN, SITTEN UND BRÄUCHE KENNENLERNEN UND EINFACH OFFEN FÜR NEUES SEIN. WIE JEDE REGION HAT AUCH GRIECHENLAND SEINE BESONDERHEITEN UND DIE UHREN TICKEN OFT EIN BISSCHEN ANDERS ALS BEI UNS ZU HAUSE IN TIROL - UND GENAU DESHALB FLIEGEN WIR JA GERNE HIERHER. WAS IST DENN ABER EIGENTLICH „TYPISCH GRIECHISCH“?**<sup>1</sup>

<sup>1</sup> vgl. <https://www.galeria-reisen.de/magazin/typisch-griechisch-5-kulturelle-besonderheiten-in-deinem-lieblingsurlandsland/> & [https://reisebuch.de/reiseziele/typisch\\_griechisch.html](https://reisebuch.de/reiseziele/typisch_griechisch.html)

# Griechische Besonderheiten

**Malerische Gassen, fantastische Ausblicke, historische Bauwerke ... und doch sind es meist die kulinarischen und kulturellen Besonderheiten, das Flair und die Menschen, die den Urlaub zu dem machen, was er ist.**

## **Einen Frappé bitte!**

Typisch für die Griechen ist es, in aller Ruhe im Café zu sitzen und einen Frappé zu genießen. Merkwürdiger Weise kommt der Name dieses typisch griechischen Getränks aus dem Französischen und bedeutet: schütteln. Geschüttelt werden Eiswürfel, Milch und oder Wasser und Instantkaffeepulver mit etwas weniger oder etwas mehr Zucker. Getrunken wird das aufgeschäumte Kaltgetränk mit einem Strohhalm. Stundenlang in einem Café sitzen, Zeitung lesen, schauen, was um einen herum passiert und einen Frappé trinken. Ganz wichtig: langsam trinken. Bloß keine Hektik. In Griechenland gibt es keinen Stress. Touristinnen erkennt man meist daran, dass sie ihren Frappé viel zu schnell trinken, während ein Bilderbuchgriechen stundenlang in seinem Frappé rührt, rührt, rührt, ein bisschen nippt und wieder rührt.

## **Zeit für Geselligkeit und Gaumenfreuden**

Die Griechinnen nehmen sich zum Essen mehr Zeit als wir. Stundenlang kann ein Essen dauern, denn die Griechinnen essen am liebsten in größerer Gesellschaft, und jeder bestellt etwas, von dem später auch jeder probieren darf. Zuerst werden die Vorspeisen ausgesucht, und diese sind reichhaltig. Zu einem ausgiebigen Essen gehören natürlich auch der unvermeidliche Retsína (geharzter Weißwein) und Ouzo bzw. Tzípuro (Tresterbranntwein, mit Grappa zu vergleichen). Viele Griechinnen, trinken selbst lieber Tzípuro und sehen den Ouzo für die Touristinnen.

Während bei uns die Tische schön eingedeckt sind, wird man in Griechenland zum blanken Tisch gebeten. Allenfalls werden Papierbögen oder Plastikfolien darübergelegt, damit die Abfallbeseitigung schneller vonstattengeht. Papierservietten, Brot und Besteck kommen in Körben und werden von den Gästen selbst verteilt. Wer sein Essen in „Gänge“ unterteilen will, muss jedes Gericht extra bestellen, denn üblicherweise wird alles auf einmal serviert. Die Speisen kommen nie heiß auf den Tisch, denn die Griechinnen sind der Meinung, dass nur bei lauer Temperatur der Geschmack von Gemüse und Olivenöl voll zur Geltung kommt.

Bei uns in den Restaurants ist es üblich, leere Gläser und Flaschen abzuräumen und immer nur das zuletzt bestellte Getränk stehen zu lassen. In Griechenland gehört es dazu, alle benutzen Gläser und sämtliche bestellten und auch schon geleerten Flaschen auf dem Tisch stehen zu lassen. Jeder soll schließlich

sehen, wie gut es einem geht und was man sich leisten kann. Erst wenn die Rechnung bezahlt ist, wird abserviert. Die Rechnung enthält immer Mehrwertsteuer und Bedienung. Aber machen Sie nicht den Versuch, einzeln zu zahlen. Zwar hat man sich schon daran gewöhnt, den Gast zu fragen ob er „sto jermaniko tropo“, auf „deutsche Weise“ zahlen will, verstanden wird diese „Knauserigkeit“ aber nicht, und einfacher ist es, wenn Sie einfach gemeinsam zahlen.

## **Warum türkisblaue Kuppel?**

Nicht nur auf Santorin sieht man sie überall - nein, in ganz Griechenland begegnet einem diese ganz besondere türkisblaue Farbe immer und immer wieder. Aber was hat es mit diesen farbigen Kuppen auf sich? Sind diese weißen Kapellen mit den türkisblau strahlenden Kuppeln einfach nur traumhaft schön zum Anschauen oder gibt es einen Grund dafür? Glaubt man altgriechischen Sagen, haben sie tatsächlich die Funktion, böse Geister zu vertreiben.

## **Tfou, tfou, tfou hilft gegen das Unglück!**

Ein dreifach donnerndes „Tfou, Tfou, Tfou“! Nein, wir sind nicht auf einem griechischen Faschingsumzug, sondern es handelt sich hier um einen kulturell verankerten Aberglaube der Griechinnen. Es ist eine Art kräftiges „Anpusten“ und ähnelt einem Spuckgeräusch. Und zu Recht fragen Sie sich jetzt, wann dieses Phänomen seine praktische Anwendung findet. Erzählt jemand von einem Unglück, reagieren Griechinnen meist mit dieser speziellen Geste. Sie soll weiteres Unheil abwenden und sowohl sich selbst, als auch die vom Unglück betroffenen Mitmenschen, vor dem Teufel beschützen.

## **Der Traditionstanz: Sirtaki!**

Jeder kennt die unverwechselbare Melodie des Sirtaki aus dem Film Alexis Sobras. Das Geschirr fliegt, zerspringt und drum herum tanzen griechische Frohnaturen. Obwohl der Sirtaki-Tanz damals extra für den Film entwickelt wurde, beruht er auf den traditionellen Ursprüngen der Sirtos-Tänze. Diese werden auf allen griechischen Inseln getanzt. Von der Sorte gibt es über 4.000 unterschiedliche Interpretationen, die manchmal sogar von Dorf zu Dorf anders getanzt werden. Sollten Sie irgendwann zu einem Sirtaki aufgefordert werden - tanzen Sie einfach!



Schafherde



Fiskardo



Frappe



Kalamata



Santorin



Delphi

## Die typisch griechische Küche<sup>2</sup>

Die ursprüngliche griechische Küche setzt sich aus vielen Gemüse- und nur wenigen Fleischgerichten zusammen. Tatsächlich wird von vielen älteren Griechen Fleisch nur zu besonderen Anlässen, wie an Ostern, verzehrt. Hauptbestandteile der Griechischen Küche sind unterschiedliche Vorspeisen, die sogenannten Mezedes (Μεζέδες). Meist wird alles auf einmal bestellt und als „Griechische Meze“ (Μεζέ) serviert.

Gemüse wie Auberginen, Zucchini, Tomaten und Paprika sind wichtiger Bestandteil der griechischen Gerichte. Diese werden mit reichlich Olivenöl und Knoblauch, sowie den heimischen Wildkräutern Oregano, Thymian und Rosmarin gewürzt.

Die Grundkomponenten und einzelnen Zutaten eines Gerichts sollen geschmacklich noch erkennbar bleiben. Die griechischen Gerichte werden häufig lauwarm serviert. Eine starke oder übertriebene Würzung ist unüblich. Dies war bereits in der Antike so und gilt auch heute noch in der griechischen Küche.

<sup>2</sup> <https://greece-moments.com/griechische-kueche/>



### Griechischer Salat/ Horiatiki

Griechischer Salat darf nie auf dem Tisch fehlen. Obwohl er in vielen Teilen der Welt gegessen wird, hat er in Griechenland den authentischsten Geschmack: Sonnengereifte Tomaten und Paprika, lokaler Feta-Käse, schwarze Oliven, Zwiebel, frische Gurken und aromatische Kräuter.

### Zaziki

Zaziki besteht aus Joghurt, Knoblauch, Gurken und Zitronensaft und ist unglaublich schmackhaft. Man kann es als Vorspeise oder als Beilage zu vielen Hauptgerichten oder als Aufstrich auf frisch gebackenem Fladenbrot genießen.

### Spanakopita

Diese Art von Blätterteig mit Spinat und Feta-Käse ist ein perfektes Gericht, sowohl für die Vegetarier als auch die Nicht-Vegetarier unter uns. Es ist ein perfekter Snack für den Strand oder an Bord eines Bootes mitten auf dem Meer.

### Moussaka

Moussaka ist wohl das auf der Welt bekannteste griechische Gericht, ein Gratin aus Hackfleisch und Auberginen mit Tomaten- und Béchamelsauce.





Bouzouki



Kulinarik mit Ausblick



Griechische Spezialitäten



Sonnengereift & schmackhaft



Melissani See - Kefalonia



Carretta Carretta Schildkröte

### **Dolmadakia**

Der Sommer ist die beste Zeit, um nach Griechenland zu reisen, wenn man saisonale gastronomische Köstlichkeiten wie Dolmadakia, gefüllte Weinblätter, probieren möchte. Wenn sie frisch sind, isst man sie am besten heiß. Kalt genießt man sie nur aus den Dosen, die man auf Vorrat kauft.

### **Aubergine im Ofen – Melitzanes Imam**

Im Ofen geschmorte Aubergine mit Tomaten, Zwiebeln und ordentlich Knoblauch, bisweilen auch mit Käse oder Feta überbacken.

### **Gigantes**

Die berühmten großen, griechischen, weißen Bohnen werden in einer Tomatensauce mit weiterem Gemüse, wie Karotten oder Paprika serviert - ein echter Genuss!

### **Bifteki**

Bifteki sind die griechische Variante der Fleischlaibchen, allerdings meistens mit Schafskäse, dem griechischen Feta, gefüllt. Erkundigen Sie sich einfach - in manchen Lokalen werden sie auch ohne Fülle angeboten.

### **Spanakopita**

Spanakopita ist mit viel Spinat und Feta gefüllter Blätterteig, der in größere Stücke geschnitten wird.

Sie erhalten diese Köstlichkeit in den zahlreichen Bäckereien in Griechenland - der ideale Snack für zwischendurch!

### **Baklava**

Die osmanische Küche hat womöglich den größten Einfluss auf die griechische Küche, daher findet man Baklava nicht nur in griechischen Bäckereien, sondern auch in vielen anderen Teilen der Welt. Diese extrem süßen kleinen Teilchen bestehen aus Blätter- oder Filoteig, die in Honig- oder Zuckersirup getränkt werden und oft mit gehackten Nüssen gefüllt sind.

### **Loukoumades**

Loukoumades sind kleine, runde, gebratene Teigbällchen, die normalerweise mit Honig und Zimt bedeckt sind. Sie sollen den Siegern der Olympischen Spiele im alten Griechenland angeboten worden sein.

### **Retsina**

Retsina ist ein Weißwein (oder Roséwein), der seit über zweitausend Jahren hergestellt und während des Gärungsprozesses mit Kiefernharz versetzt wird. Daher kommt auch sein Name. Das Harz wird erst kurz vor der Abfüllung entfernt und verleiht dem Wein einen besonderen und unverwechselbaren Geschmack.







## Griechische Götter: Die Herrscher des Olymps kurz vorgestellt

Zeus, Ares und Aphrodite – die Namen der Götter im antiken Griechenland sind den meisten bekannt. Doch wer hatte im Olymp welche Aufgabe?

**D**ie zwölf wichtigsten griechischen Götter sind charakterlich zwar sehr verschieden, doch eins haben sie gemeinsam: Alle leben auf dem Olymp. Der Olymp ist das höchste Bergmassiv in Griechenland; sein Name bedeutet so viel wie "Himmel". In der Vorstellung der Griechen der Antike war dieser hohe Berg der Sitz der Götter. Doch wer wohnt dort?

### Die 12 Götter des Olymps

**Zeus:** Der sogenannte Göttervater ist der oberste griechische Gott, hat viele Liebschaften mit verschiedenen griechischen Göttinnen und ist daher der Vater einiger anderer Bewohner des Olymp. Zuständig ist Zeus für den Himmel, das Wetter und die Erde. Er wird oft mit Bart und Donnerkeilen als Waffen dargestellt.

**Hera:** Als Schwester und zugleich Frau von Zeus ist sie die höchste Göttin und wird oft mit Krone und Zepter sowie einem Granatapfel dargestellt. Letzterer steht für die Fruchtbarkeit, denn Hera ist auch die Beschützerin von Ehe und Hochzeit.

**Demeter:** Eine weitere Schwester von Zeus ist Demeter, auch als "Mutter der Erde" bekannt. Laut einer Sage gehen die Jahreszeiten auf ihr alljährliches Zusammentreffen mit ihrer Tochter Persephone zurück. Wenn diese in der Unterwelt gefangen gehalten wird, ist Winter, treffen sie aufeinander, so wird es Frühling.

**Poseidon:** Der Bruder von Zeus wird mit einem Dreizack abgebildet und herrscht über die Meere. Wenn er wütend ist, kann er Stürme und Unwetter entfesseln.

**Ares:** Er ist der Gott des Krieges sowie des Feldes und ein Sohn von Hera und Zeus.

**Aphrodite:** Laut einer Sage wurde Aphrodite aus einer Muschel geboren und wird daher oft "Schaumgeborene" genannt. Sie ist die Göttin der Schönheit und der Liebe.

**Hermes:** Der Götterbote ist ebenfalls ein Kind von Zeus und beschützt den Verkehr sowie alle Reisenden.

Die anderen, weniger bekannten Götter des Olymps sind Apollon, Artemis, Hestia, Hephaistos und Athene. Apollon gilt als Gott des Lichts, der Weissagung und der Künste. Artemis ist vor allem als Göttin des Waldes, der Fruchtbarkeit und der Jagd bekannt. Hestia, Zeus' älteste Schwester, ist die Göttin des heimischen Herdes. Hephaistos ist als Gott der Schmiede und des Feuers bekannt. Athene gilt als Göttin des Kampfes und der Weisheit. Außerdem ist sie die Namensgeberin und Schutzgöttin der Stadt Athen. Eine wichtige Ausnahme zu diesen Göttern stellt der Gott Hades dar. Er ist der Bruder von Zeus, verweilt als Gott der Toten aber in der Unterwelt und nicht auf dem Olymp.

Um die Götter Griechenlands ranken sich eine Vielzahl von Sagen und Mythen, die unter anderem von Homer oder Hesiod sowie anderen antiken Dichtern niedergeschrieben wurden. Auch heute noch wecken sie das Interesse vieler Menschen und inspirieren zu Büchern sowie auch Filmen.

# Sprechen Sie Griechisch? Sprachführer für Tirolerinnen

**Der Großteil der Griechen spricht Englisch und der ein oder andere auch Deutsch, aber ein paar grundlegende Kenntnisse, um ein paar Wörter auszutauschen, schaden nie. Sie werden umso herzlicher und gastfreundlicher empfangen.**

<b>Deutsch</b>	<b>Griechisch</b>	<b>Aussprache</b>
Guten Tag / Guten Abend	καλημέρα / καλησπέρα	kaliméra / kalispéra
Wie geht es Ihnen?	Τι κανετε;	Ti kanété?
Gut, danke und Ihnen?	Καλά, ευχαριστώ. Και εσείς;	Kala, efkharísto, ke esís?
Ich verstehe / ich verstehe nicht	καταλαβαινω / Δεν καταλαβαινω	Katalavéno / den katalavéno
Entschuldigung	Συγγνώμη	Signómi
Auf Wiedersehen	Τα λεμε	Ta leme
Guten Tag	καλωσόρισμα	Kalósórisma
Vielen Dank	ευχαριστώ (πολύ)	Efkharísto (polí)
Entschuldigen Sie bitte	Συγνωμη / Παρακαλω	Signómi / parakaló
Ich heiÙe...	Με λενε...	Me lene...
Nein danke	Όχι, Ευχαριστω.	Ochi, efkharísto
Ja/Nein	Ναι / Όχι	Né /óchi
Bitte sehr	Παρακαλω	Parakaló
Wieviel kostet es?	είναι το πόσο	Eínai to póso
Das ist ein guter Preis	είναι φτηνό	Eínai ftinó
Es ist zu teuer	είναι πάρα πολύ ακριβό	Eínai pára polý akribó
Können Sie den Preis senken?	μπορείτε να μειώσετε την τιμή ;	Boreíte na meiósete tin timí ?
Ich möchte dies gerne kaufen	Θα ήθελα να το αγοράσω	Tha íthela na to agorásω
Es gefällt mir / Es gefällt mir nicht	Αγαπώ / μισώ	Agaró / misó
Geld	χρήματα	Chrímata
Ich schaue nur.	κοιτάζω	Koitázω
Ich möchte nach...gehen	Θέλω να πάω...	Thélo na páω...
Flugzeug	Αεροπλάνο	Aeropláno
Boot	βάρκα	várka
Zug	τρένο	Tréno
Taxi	ταξί	Taxí
Bus	λεωφορείο	Leoforeío
Ich möchte ein... mieten	Θα ήθελα να νοικιάσω...	Tha íthela na noikiásω...
Motorrad	μοτοσυκλέτα	Motosykléta
Auto	αυτοκίνητο	Aftokínito
Fahrrad	ποδήλατο	Podílato
Wo ist...?/ Wie komme ich zu/nach...?	όπου...; πώς να πάτε σε...	Opu... ? Pós na páte se... ?
Stadtzentrum	κέντρο	kéntro
Hotel	ξενοδοχείο	xenodocheío
Krankenhaus	νοσοκομείο	nosokomeío
Ist es weit?	Είναι το κλείσετε / μακριά ;	Eínai to kleísete / makriá?
Die Rechnung bitte	το λογαριασμό, παρακαλώ	to logariasmó, parakaló
Ich muss zu einem Arzt	Θα πρέπει να δείτε ένα γιατρό.	Tha prépei na deíte éna giatró.

Deutsch	Griechisch	Aussprache
geradeaus	ευθεία	eftheía
links / rechts	αριστερά / δεξιά dexiá	aristerá / dexiá
Norden/Süden/Westen/Osten	βόρειος / νότος / ανατολή / δυση	vóreios / nótos / ahnahtohlee / dýsi
eins, zwei, drei, vier, fünf, sechs, sieben, acht, neun, zehn	ένα, δύο, τρία, τέσσερα, πέντε, έξι, επτά, οκτώ, εννέα, δέκα	éna, dyó, tría, téssera, pénte, éxi, eptá, októ, ennéa, déka
zwanzig, dreißig, vierzig, fünfzig, sechzig	είκοσι, τριάντα, σαράντα, πενήντα, εξήντα	eíkosi, triánta, saránta, penínta, exínta
siebzig, achtzig, neunzig	εβδομήντα, ογδόντα, ενενήντα	evdomínta, ogdónta, enenínta
Hundert	σεντ	sent
Wieviel Uhr ist es?	Τι ώρα είναι	Τι óra einai?
Wann?	Πότε	Póte?
Gestern	εχθές	echthés
Heute (Morgen/Mittag/Abend)	σήμερα (πρωί / μεσημέρι / απόγευμα )	símera (proí / mesiméri / apógeyma)
Morgen	αύριο	ágrio
Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag, Freitag, Samstag, Sonntag	Δευτέρα, Τρίτη, Τετάρτη, Πέμπτη, Παρασκευή, Σάββατο, Κυριακή	Deftéra, Tríti, Tetárti, Pémpthi, Paraskeví, Sávvato, Kyriakí
ich mache Urlaub hier	Είμαι εδώ για διακοπές / σε ένα ταξίδι	Eímai edó gia diakopés / se éna taxídi
Ich habe Hunger / ich habe Durst	Είμαι πεινασμένος / Είμαι διψασμένος	Eímai peinasménos / Eímai dípsasménos
Guten Appetit	καλή όρεξη	kalí órexí
Prost!	εις υγείαν	iss ygian
Es war hervorragend!	Θα ήταν πολύ νόστιμο	Tha ítan polý nóstimo
Was empfehlen Sie?	Τι μου προτείνετε	Τι μου proteínete?
Ich bin Vegetarier	Είμαι χορτοφάγος	Eímai chortofágos
Nicht scharf! (Ich mag es nicht scharf)	Χωρίς μπαχαρικό! ( Δεν μου αρέσει μπαχαρικά )	Chorís bacharikó! (Den mou arései bachariká )
Es ist zu heiß!	Είναι πάρα πολύ καυτό!	Eínai pára polý kaftó!
Ich habe eine Allergie	Είμαι αλλεργικός	Eímai allergikós
Meeresfrüchte	Θαλασσινά	Thalassiná
Erdnüsse	φυστίκι	fystíki
Gluten	γλουτένη	glouténi
Ich nehme / Ich hätte gerne	Θέλω ...	Thélo ...
Wasser	νερό	neró
Tee / Kaffee	τσάι / καφετέρια	tsái / kafetéria
Bier / Wein	μπύρα / κρασί	býra / krasí
Rufen Sie einen Arzt/Ambulanz	Καλέστε ένα γιατρό / ασθενοφόρο	Kaléste éna giatró / asthenofóro
Wo ist das Krankenhaus?	Πού είναι το νοσοκομείο	Poù einai to nosokomeío?
Ich fühle mich nicht gut	Δεν αισθάνομαι πολύ καλά	Den aisthánomai polý kalá
Ich habe hier Schmerzen	Έχω πληγωθεί εδώ	Écho plíghotheí edó
Wo sind die Toiletten?	Πού είναι οι τουαλέτες ;	Poù einai oi toualétes?
Hilfe!	Βοήθεια!	Voítheia!
Polizei	αστυνομία	astynomía
Gefahr	κίνδυνος	kíndynos
Ich habe mich verlaufen.	Εχω χαθει	Écho chatheí.



● Orte mit Idealtours-Hotels



# Epiros

Epiros gehört zu den geschichtsträchtigsten Regionen Griechenlands. Der Großteil der griechischen Mythologie findet hier seinen Ursprung. Ob der Fluss Acheron, jener Fluss, der manchen besser bekannt ist als der Fluss „Styx“, der Fluss zur Unterwelt, das antike Nikopolis mit seiner umfangreichen Ausgrabungsstätte oder das Totenorakel Nekromanteion: In Epiros finden sich zahlreiche Spuren längst vergangener Tage. Die kulturelle Identität ist von Albanerinnen und Griechinnen gleichermaßen geprägt und die traditionelle Musik und die Tänze der Region sind einzigartig. Sie werden in der wildromantischen Region noch das wahre Griechenland mit seiner Kultur und Kulinarik, seinen uralten Berg- und Fischerdörfern sowie versteckte Buchten kennenlernen.

## Die abwechslungsreiche Landschaft Epiros'

Epiros ist ein wildromantischer Landstrich am Nordweststrand Griechenlands und erstreckt sich vom Gebirgsmassiv des Pindus bis zu den Küsten des Ionischen Meeres. Epiros unterteilt sich auf die vier Präfekturen Ioannina, Thesprotia, Preveza und Arta, wobei im nachfolgenden vor allem auf die Präfektur Preveza eingegangen wird, da das Reiseangebot von Idealtours überwiegend in dieser Region liegt. Die Landschaft in Epiros ist vielfältig und beeindruckend. Die Region wird von den Pindos-Bergen dominiert, die mit dichten Wäldern bedeckt sind. Auf wunderschönen Wanderwegen bieten sich Ihnen spektakuläre Ausblicke auf die Landschaft! Eine der berühmtesten Attraktionen der Region ist die Vikos-Schlucht, die als eine der tiefsten Schluchten der Welt gilt, umgeben von einer atemberaubenden Landschaft. Gebirgsbäche, unberührte Wälder und

spektakuläre Felsformationen werden Sie begeistern, obwohl wir als Tirolerinnen in dieser Hinsicht ja auch zu Hause ziemlich verwöhnt sind. Epiros ist auch die Heimat von zahlreichen Seen, Flüssen und Wasserfällen, darunter der Aoo-Fluss und der Pamvotis-See. Der Fluss Aoo und der Acheron sind ein beliebtes Ziel für Rafting und Kajak und bieten eine wunderschöne Kulisse. Epiros ist aber auch für seine traditionellen Dörfer bekannt, die in der Landschaft verstreut sind und Ihnen einen Einblick in das traditionelle griechische Leben bieten. An der Küste wechseln sich bewaldete, felsige Ufer mit schönen Sandstränden ab. Von Igoumenítsa bis hinunter nach Preveza gibt es zahlreiche Naturstrände und viele ruhige, einsame Badebuchten - von klein mit Kies bis lang mit Sand, von einsam bis belebt. Insbesondere im Norden rund um Sivota finden sich versteckte Buchten. Um das Hafendörfchen Parga sind einladende, lang gezogene Sandstrände mit kleinen, vorgelagerten Inselchen. Der Valtos Beach, direkt über den kleinen Hügel von Parga aus über die Festung erreichbar, sowie der Vrachos Beach gehören mitunter zu den bekanntesten Stränden und garantieren Badespaß für die ganze Familie. Lassen Sie sich von der Vielfalt und den unterschiedlichsten Landschaftsbildern überraschen und begeben Sie sich auf Entdeckertour!



## Essen & Trinken in Epiros

Epiros ist bekannt für seine köstliche regionale Küche, die von frischen lokalen Zutaten wie Fleisch, Käse und Gemüse geprägt ist. Wie überall in ganz Griechenland sind besondere Spezialitäten zu erwarten. Gerichte wie Souvlaki oder Moussaka gehören natürlich zu den Klassikern, aber probieren Sie sich auch durch nicht ganz so bekannte Speisen und genießen Sie die Gastronomie in der Region.

Das Erbe der von nomadischer Viehzucht geprägten Landschaft schenkt uns unvergessliche, gastronomische Erfahrungen, reich an Fleisch- und Milchprodukten. Der Feta aus Epiros ist zu Recht berühmt - ebenso die Buttermilch und der Hartkäse. Typisch sind auch Fleischgerichte wie kleftiko und Lammfleisch mit Sauerampfer.

Die Teigtaschen aus hausgemachtem Blätterteig sind mit allem gefüllt, was Sie sich vorstellen können - Zucchini, Lamm, Huhn, Käse. Jeder Ort hat seine eigene Spezialität: Probieren Sie Garnelen in der Bucht von Amvraka, Froschschenkel und Süßigkeiten wie Milch Kuchen, Kataifi, Baklava, Bougatsa in Ioannina, Käse, Nudeln und Wein in Metsovo. Zitsa ist für seinen Sekt und das Wasser bekannt, das Sie unter den Namen Vikos und Tzoumerka finden können. An den Abhängen des Pindos wachsen Trauben, wovon unter anderem die bekannten Katogy Weine gekeltert werden. In Zitsa liegt das Glavinos Weingut, wo auch Tsipourou, ein starker Branntwein, hergestellt wird.





4



2



3



5



## Inselhighlights

- 1** Buchten rund um Sivota **2** Weiße Inseln Paxos und Antipaxos **3** Tropfsteinhöhle von Perama **4** Ursprüngliches Städtchen Parga **5** Vikos-Schlucht **6** Meteora Kloster



## Die schönsten Orte & Highlights Epiros<sup>4</sup>

### Preveza

Im Laufe der Geschichte ist Preveza unzählige Male erobert - und wieder aufgegeben worden. Die Goten, Bulgaren, Türken, Venezianer und Franken haben hier überall sichtbare Spuren hinterlassen und genau das macht diese Stadt so einzigartig. Flanieren Sie durch die Stadt, können Sie ein altes venezianisches Schloss und zahlreiche Kirchen besichtigen. Sie können aber auch durch enge, von uralten traditionellen Gebäuden gesäumten Gassen spazieren, in denen jeder unverbaute Fleck mit Grün zurankt. Und danach noch ein wenig - an Springbrunnen und gut gepflegten Blumenbeeten vorbei - durch den ruhigen und weitläufigen Hafen von Preveza spazieren. Da Preveza von drei Seiten vom Meer umspült wird, eröffnen sich Ihnen bei Ihrem Stadtbummel immer wieder großartige Panoramen. Vom Spaziergang erholen können Sie sich dann in einer der uralten Tavernen oder in einem der für Griechenland so typischen Kafenis.

### Ruinenstadt Nikopolis<sup>4</sup>

Die Stadt Nikopolis wurde im Jahr 31 vor Christus von Augustus Oktavianus gegründet. Sie wurde an der Stelle des Lagers seiner Truppen angesichts der Schlacht von Actium gegen Antonius und die Pharao-

in Kleopatra errichtet. Sowohl in der Zeit des ersten römischen Reichs als auch in späteren Zeiten war Nikopolis eine sehr wichtige große und lebhafteste Stadt, die insbesondere vom Fischreichtum profitierte. Die heutige Ruinenstadt Nikopolis ist der größte archäologische Ort Griechenlands. Einige Bauten der Stadt sind bis heute erhalten. Dank moderner Archäologie wurden einige der Denkmäler in den letzten Jahren durch Mitarbeiterinnen des griechischen archäologischen Amtes restauriert. Zu besichtigen sind heute die Stadtmauer, die einen Teil der antiken Stadt umschließt, ein kleines antikes Theater (Odeion) und vier große, byzantinische Kirchen mit beeindruckenden Mosaik-Böden. Weitere wichtige Sehenswürdigkeiten sind das noch erhaltene große Theater des Augustus, welches für die Ausführung von festlichen Spielen bestimmt war, und das Stadion. Klettern Sie also auf die Stadtmauer! Deren ungeheure Länge - samt der quer durch die antike Stadt führende Landstraße - wird Ihnen eine sehr genaue Vorstellung von der einstigen Größe dieser antiken Stadt verschaffen.

<sup>4</sup>vgl. <https://www.griechenlandreise-blog.de/kultur/ruinenstadt-nikopolis>

### Nekromanteion<sup>5</sup>

Nekromanteion, das einzige Totenorakel Griechenlands, galt in der Mythologie als Eingang zur Unterwelt. Das Nekromanteion befand sich nahe dem



ehemaligen Mündungsgebiet des Acheron, das zwischenzeitlich verlandet ist. Große Gefäße und Vorratskammern zeugen von der Spendenbereitschaft der Besucherinnen, um die Toten zu besänftigen. Das Orakel wurde aufgesucht, um mit den Toten zu kommunizieren und sich bei den Seelen der Verstorbenen Rat zu Problemen oder Antworten auf Zukunftsfragen zu holen. Nach Opfergaben, vielen Zeremonien und einer mehrtägigen Kur mit berausenden Tränken und Speisen, die dem Ratsuchenden die Sinne und den Verstand vernebelten, inszenierten die Priesterinnen mit Hilfe eines Flaschenzugsystems die Auferstehung der Toten und erteilten die erwünschten Ratschläge aus einem unter dem Kultraum liegenden Tonnengewölbe. Der Fragende hatte demnach den Eindruck, die Stimmen kämen direkt aus dem Schattenreich des Hades.

Die heutigen Ruinen stammen aus dem 3. Jhdt. v. Christus, der untere Teil des labyrinthartigen Gebäudekomplexes ist bis zu einer Höhe von 3 m noch gut

erhalten. Den größten Teil der Anlage passiert man auf einem schmalen Korridor, der von zahlreichen Räumen gesäumt ist und zum Herzstück des Toten- orakels führt - dem Kultraum, unter dem das, nur über eine schmale Eisentreppe zu erreichende, düstere Gewölbe liegt. Die auffallendste Fassade des Bauwerkes gehört zur Kirche Johannes des Täufers aus dem frühen 18. Jhdt. Sie ist ebenfalls zugänglich, hat jedoch außer ihren schönen Wandmalereien nichts sonderlich Nennenswertes.

Achten Sie auf bequemes Schuhwerk und geben Sie am Eingang ein wenig acht, denn auf den warmen Steinen des Geländes halten sich gerne Vipern auf. Vor dem Heiligtum gibt es keinen Parkplatz und die Zufahrtsstraße vom Dorf ist für Fahrzeuge gesperrt. Im Ort gibt es ausreichende Parkmöglichkeiten, der Fußweg hinauf zum Hügel dauert nur ca. 10 Minuten.

<sup>5</sup>vgl. <https://www.holidaycheck.at/prd/nekromanteion-das-toten-orakel-von-ephyra/d31285c6-ffbc-3792-b470-c33bc40f055e>





### **Parga**

Die lebendige Kleinstadt liegt direkt am Meer und gleicht eher einem Küstenort an der italienischen Amalfiküste. Malerisch reihen sich die pastellfarbenen Häuschen rings um die türkisblau schimmernde Bucht. Parga ist ein echtes Postkartenmotiv und definitiv ein Highlight im Westen von Epiros. Entlang der Uferpromenade finden Sie unzählige Tavernen und Cafés, in denen Sie gemütlich das bunte Treiben beobachten können. Gegenüber der Hafencaimole liegt die kleine Insel Panagia mit der gleichnamigen Kapelle. Für ein paar Euro können Sie mit einem Ausflugsboot übersetzen und den Blick auf die Stadt genießen. Der Stadtstrand von Parga ist zwar recht klein, das Wasser ist aber kristallklar und der Strand fällt flach ins Meer hinab. Oberhalb der verwinkelten Gassen thront die venezianische Festung von Parga. Auch wenn nur noch Ruinen davon übriggeblieben sind, lohnt ein Aufstieg allein schon wegen des grandiosen Ausblicks auf die Hafenbucht und auf den kilometerlangen Strand von Valtos, nördlich von Parga.

### **Sivota**

Das malerische Fischerdorf Sivota direkt an der Küste, 25 km südlich der Hafenstadt Igoumenitsa, liegt eingebettet zwischen Bergen fernab von großen touristischen Zentren. Die Gegend rund um Sivota ist vor allem bekannt für ihre unberührte Natur und die wunderschönen Buchten. Der Ort selbst für seinen Yachthafen, Souvenirläden und seine gemütlichen Tavernen und Restaurants, darunter auch erstklassige Fischrestaurants.

Wir empfehlen Ihnen einen Spaziergang an der Hafencaimenade - zum Sonnenuntergang bietet sich Ihnen ein atemberaubendes Panorama!

### **Ammoudia**

Das kleine Fischerdorf liegt ruhig und romantisch an der Mündung des Acheron, im Zentrum finden sich einige wenige Cafés, Restaurants und Tavernen. Noch weitgehend unentdeckt vom Tourismus bietet dieser Ort für Griechenland-Fans einen Urlaub mit viel Ruhe und Erholung. Der traumhafte, flach abfallende Strand steht für Strandvergnügen für die ganze Familie.

### **Fluss Acheron: Pforte in die Unterwelt**

Das Hinterland des westlichen Epiros hat so einiges zu bieten. Circa 25 Kilometer von Parga entfernt fließt in der Nähe der Ortschaft Glikli der Fluss Acheron, welcher in der griechischen Mythologie den Eingang in die Unterwelt, ins Reich des Hades, kennzeichnet. Eine geheimnisvolle Atmosphäre umgibt die Region rund um den Acheron. Der Fluss ist eine echte Naturschönheit - sein kristallklares Wasser erstrahlt smaragdgrün - und bei einer kleinen Wanderung entlang des Flusses erwartet Sie ein ganz besonderes Stück unberührter Natur. Von Juni bis September können Sie aufgrund des niedrigen Wasserstandes sogar in die Schlucht hineinwandern. Kurz vor dem Eingang in die Schlucht sprudeln an den Seiten des Acheron Süßwasserquellen aus den Felsen. Direkt am Acheron gibt es für alle Abenteuerlustigen auch Anbieter für Rafting und Kajak.

### **Zalongo Monument und Kloster Agios Dimitrios**

Sollten Sie einen Abstecher in den Süden von Parga planen, empfehlen wir einen kurzen Stopp am Zalongo Monument in der Nähe des Ortes Profitis Ilias. Hinter den beeindruckenden Statuen, die hoch oben auf dem Berg thronen, steckt leider eine sehr tragische Geschichte. Während der osmanischen Besatzung sprangen hier über 60 Frauen und Kinder aus Verzweiflung und Angst vor den Angreifern in die Tiefe. In ihrer Ausweglosigkeit sangen und tanzten sie, bevor sie den Freitod wählten. Daher wird das Monument auch „Tanz von Zalongo“ genannt. Unterhalb des schönen Klosters Agios Dimitrios führen Treppenstufen hinauf auf zu diesem Mahnmal. Das Panorama über die Küstenebene von hier oben ist grandios!

### **Ambrakischer Golf**

Der Ambrakische Golf (auch amvrakischer Golf) liegt ganz im Westen des griechischen Festlands und ist selbst vielen Griechinnen nicht bekannt. Da er nur durch einen kleinen Kanal bei Preveza mit dem Ionischen Meer verbunden ist, wirkt der Golf eher wie ein riesiger See. Vom Pindos-Gebirge münden die Flüsse Arachthos und Louros in den Golf hinein. Mit seinen großen Lagunen ist der ambrakische Golf ein

einzigartiges Naturschutzgebiet. An den Ufern befindet sich das größte Schilfbett des Balkans, welches Zuhause für über 280 Vogelarten ist. Seine wichtigen Feuchtgebiete bilden das größte zusammenhängende Biotop Griechenlands.

### **Kokkinopilos<sup>6</sup>**

Die geheimnisvolle Landschaft der Kokkinopilos-Hügel (roter Ton) in Preveza liegt zwischen den Dörfern Agios Georgios und Rizovouni. Die charakteristische rötliche Tönung der Hügel ist auf den roten lehm- und eisenoxidreichen Untergrund der Gegend zurückzuführen. Die durch Regen und Feuchtigkeit verursachte Erosion schuf im Laufe der Zeit markante Formationen und eine besonders fotogene Landschaft. Der Hügelkomplex zieht Reisende aus aller Welt an und ist von besonderem geologischen und archäologischen Interesse. Forscherinnen behaupten, dass die Senke, die das Gebiet von Kokkinopilos bildete, auf prähistorische Zeiten zurückgeht, wobei die Sonne und die Wetterbedingungen im Laufe der Jahrhunderte ihre unauslöschlichen Spuren hinterlassen haben.

<sup>6</sup>vgl. <https://www.visitgreece.gr/inspirations/kokkinopilos-the-otherworldly-red-clay-hills-of-preveza/>





# Die schönsten Strände Epiros'

**SCHILLERNDE FARBEN, UNVERGLEICHLICHE KÜSTEN UND SPEKTAKULÄRE NATURLANDSCHAFTEN - DAS ALLES IST EPIROS!**

Von Igoumenitsa im Norden bis Preveza im Süden bietet die Küste des Epiros eine große Vielfalt an Stränden - von klein mit Kies bis lang mit Sand, von idyllischen, ruhigen Buchten bis langgezogenen Abschnitten mit Strandservice, Tavernen, Bars und Trubel.

## **Valtos Beach**

Dieser lange, breite Strand mit Sand und Kies sowie kristallklarem Wasser bietet eine malerische Kulisse und ist einer der bekanntesten und beliebtesten Strände in Epiros. Der Strand ist von Parga aus zu Fuß über den Hügel der Festung oder per Boot erreichbar und eignet sich besonders für Familien, denn durch den ruhigen Küstenverlauf gibt es kaum Strömungen. Oberhalb des Strandes finden Sie gemütliche Tavernen, Sonnenschirme sowie Liegen können gemietet werden.

## **Kryoneri Beach**

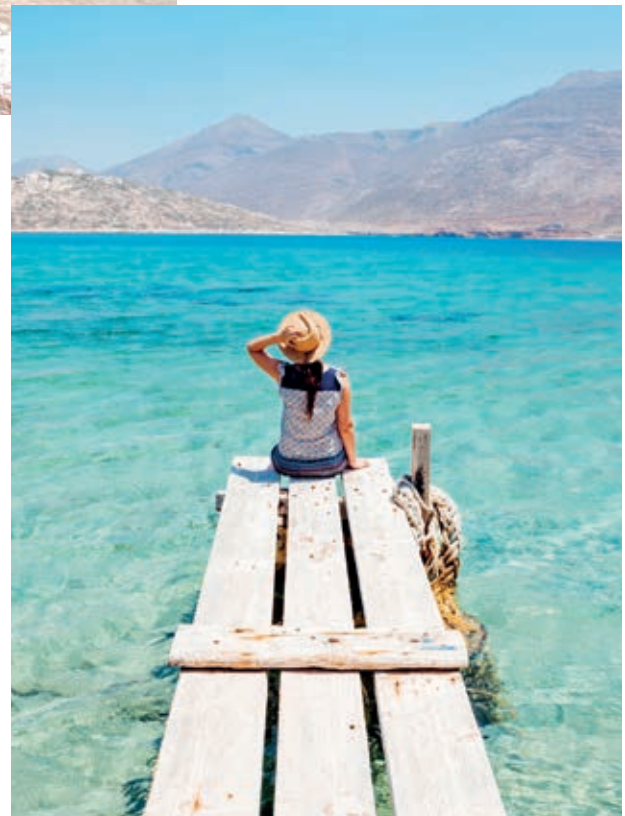
Der Stadtstrand, direkt in der Hafenbucht von Parga, ist eine zentrale Bademöglichkeit, allerdings sehr voll. Liegen und Sonnenschirme können gegen Gebühr genutzt werden.

## **Piso Kryoneri Beach**

Nur wenige Gehminuten vom Stadtstrand Pargas entfernt liegt der kleine und geschützte Kiesstrand Piso Kryoneri abseits des großen Trubels, bietet aber Wassersportmöglichkeiten. In der kleinen Bucht direkt vor dem Hotel Achilleas können Sie Liegen und Sonnenschirm mieten und in einer der beiden Tavernen gemütlich ein Frappè genießen.

## **Lichnos Beach**

Eine traumhafte Bucht etwa vier Kilometer südlich von Parga mit kristallklarem Wasser und feinem Sand. Von Parga aus verkehren Taxiboote, mit Tavernen und Strandservice finden Sie alles, was Ihr Urlauberherz höherschlagen lässt. Der Strand ist von Bergen umgeben, was ihm eine malerische Kulisse verleiht.



### **Sarakiniko Beach**

Am wunderschönen, abgelegenen Kiesstrand beim Ort Agia erstrahlt das Wasser in seinen schönsten Blautönen und einige Tavernen laden zum Verweilen ein - Urlaubsfeeling pur! Die geschwungene Bucht ist von felsigen Klippen und Bergen umgeben und bietet Ihnen eine atemberaubende Aussicht.

### **Karavostasi Beach**

Der abgelegene Sandstrand mit kristallklarem Wasser bietet eine atemberaubende Kulisse. Nicht umsonst zählt er zu den beliebtesten Stränden der Region. Es gibt einige Tavernen und Cafés und Sie können auch Sonnenschirme und Liegen mieten. Die Anfahrtsstraße ist mit Schlaglöchern übersät, aber in den Sommermonaten verkehren auch Busse und die holprige Fahrt lohnt sich auf jeden Fall.

### **Sivota und seine Buchten**

Sivota gilt als die Perle im Norden von Epiros. Unzählige kleine Sand- und Kiesbuchten, die teilweise nur mit dem fährerscheinfreien Motorboot oder per Ausflugsboot erreichbar sind, schmiegen sich in die karstige Küstenlinie. In der Bucht von Mikri Ammos, die gut mit

dem Auto oder Roller zu erreichen ist, finden Sie eine stylische Strandbar - ideal für einen Sundowner!

### **Agios Ioannis Beach**

Der wunderschöne Agios Ioannis oder Ai-Giannakis, wie ihn die Einheimischen nennen, liegt ca. 6 km von Parga entfernt und ist ruhig und idyllisch. Der weiße Kies und das kristallklare Wasser lassen unsere Urlauberherzen höherschlagen. Der Strand selbst besteht aus einem Landstrich, der von felsigen Bergen und niedrigen Klippen umgeben ist, welche vor starkem Wind und schlechten Wetterbedingungen schützen. Wir empfehlen Ihnen aufgrund des felsigen Meeresbodens Badeschuhe zu tragen.

### **Kiani Akti (Preveza)**

Der Stadtstrand von Preveza liegt nur zehn Gehminuten vom Zentrum entfernt und ist ideal für Familien. Der Einstieg ins Wasser ist flach abfallend und die Eukalyptusbäume, die bis an den Strand reichen, bieten ausreichend Schatten. Es können jedoch auch Liegen und Sonnenschirme gemietet werden, eine Strandbar sowie Restaurants sorgen zudem für Ihr leibliches Wohl.





### **Kanali Beach**

Der Strand von Kanali gilt mit fast dreizehn Kilometern als einer der längsten in Griechenland. An diesem Strand mit Sand und türkisfarbenem Wasser gibt es Liegen und Sonnenschirme, zahlreiche Wassersportmöglichkeiten sowie Strandbars, Restaurants und Cafés – alles für einen komfortablen Strandtag.



### **Ammoudia**

Am Zusammenfluss des sagenumwobenen Acheron-Flusses erstreckt sich ein breiter Strand mit weißem Sand wie Puder ins Meer, dessen Landschaft eher an die Karibik als an Nord-Hellas erinnert. Der Wassereintritt ist flach abfallend, der Boden ist sandig und flach – ideal für Familien mit kleinen Kindern. Sonnenschirme und Liegen werden vermietet.

### **Loutsá & Vrachos Beach**

Die Strände von Loutsá & Vrachos sind wunderschön und ideal für Kinder. Der Sand ist fein und goldgelb und der vier Kilometer lange Strand von Vrachos wird von einigen Griechenland-Kennerinnen als der schönste Strand des Ionischen Meers bezeichnet. Strandservice sowie Wassersportmöglichkeiten sind vorhanden. Im White Sands und im Café Del Mar können Sie bei einer hausgemachten Limonade die Seele baumeln lassen und auf das Meer schauen.





## **Auf Wiedersehen – καλή αντίμωση**

Wir hoffen, Sie konnten Ihre Urlaubstage so richtig genießen und fliegen nun mit besten Erfahrungen und unvergesslichen Momenten im Gepäck zurück nach Tirol.

Zehren Sie noch lange von Ihrer Auszeit und lassen Sie sich vom Alltag nicht so schnell wieder einholen! Sollte Sie die Reiselust wieder packen: gerne sind wir für Sie als Tirols erste Urlaubsadresse Ihre ganz persönlichen Ansprechpartnerinnen :-)

**Gute Heimreise!**