



Ligurien

Reisedaten:

Anreise: 18.05.2024 Treffpunkt Konstanz HBF 8.30 Uhr

Wir treffen uns gerne am Vorabend 17.05.2024 nach Absprache in Konstanz zum persönlichen Kennenlernen mit allen, die es einrichten können (vorher gibt es in jedem Fall zwei Online-Abende)

Rückreise: 25.05.2024 (Ankunft abends in Konstanz)

Hin- und Rückreise mit dem Zug ab Konstanz - Transport vor Ort mit Bullis

Gruppengröße: maximal 14 Kinder im Alter 8-14 Jahre (Geschwister dürfen auch älter sein)

Kosten: Alle Kosten (Unterkunft, Vollpension, Getränke, Ausflüge, Aktivitäten, umfassende Betreuung und Spiele vor Ort) werden ab Genua durch den Verein übernommen (ca. 750€ pro Kind)

Eigenbeteiligung der Eltern (sofern möglich):

150€ pro Kind + anteilige Kosten für die Zugfahrt 100€ pro Kind (Zug Konstanz-Genua-Konstanz)

Bei finanziellen Sorgen, spricht uns bitte an!

Programm:

Am Samstagmorgen steigen wir in Konstanz in den Zug nach Italien. Am Abend vorher haben sich vll. einige von uns bereits beim gemeinsamen Abendessen im Restaurant gesehen. Nun haben wir eine wunderschöne Zugfahrt vor uns – Zeit für viele lustige Spiele, Zeit, um sich kennenzulernen, zu lesen.... Die Stunden vergehen wie im Flug.

Und am Ende fiebern wir dem Meer entgegen. Wer kann es als erstes sehen? In Genua steigen wir in Bullis um. Kurze Zeit später strecken wir auch schon unsere Füße ins Wasser: Pause am Strand – was kann es Schöneres geben. Am Abend fahren wir zu unserem niedlichen Bauernhof in den Bergen im Hinterland. Hier, im Valle Chiapella, erwarten uns Silvia, Alberto und die Tiere. Nach dem Willkommen-Abendessen schlafen wir alle alsbald ein: Draußen wachen die Hofhunde und die Fledermäuse drehen ihre Runden.

Über uns:

Wir - **Kinder der Berge e.V.** (und Sandberge) - bieten seit dem Winter 2022 ganzjährig Bergsportreisen für onkologisch erkrankte Kinder und ihre Geschwister an.
(Bisher 12 Reisen mit rund 200 Kindern)

Hinter dem Verein stehen wir als Familie. Unsere eigenen drei Kinder kommen mit – soweit es die Ferien erlauben – und freuen sich auf Eure Kinder.

Je nach Ziel und Unterkunft kommen zwischen 12 und 20 Kindern mit – in Ligurien maximal 14.

Das Team besteht immer aus mindestens 4, meistens 5 Erwachsenen. Mittlerweile haben wir im Team schon ein paar „alte Hasen“, die bereits erfahren sind. Ich habe nach einem abgeschlossenen Wirtschaftsstudium noch Medizin studiert und bin bei den Reisen immer dabei.

Eure Renate
(Gründerin)



Am nächsten Morgen schauen wir erstmal, wo wir gelandet sind. Alberto hat schon lange frische Milch für uns geholt und versorgt die Tiere. Wir sagen den Eseln und Ziegen guten Morgen, machen einen Bogen um manch eine Gans und werden von Katzen und Hunden begrüßt. Der erste Tag dient dazu, den kleinen Hof zu erkunden. Wir helfen ein wenig beim Ausmisten, Füttern und Striegeln. Wenn die Sonne höher am Himmel steht, probieren wir den Swimmingpool vom Hof aus. Mittags treffen wir uns zum Picknick auf der Veranda vom Haupthaus. Danach brechen wir auf zu einer ersten Erkundungstour rund um den Hof. Es geht die Hügel hinauf, durch Wäldchen und Buschwerk und über Bächlein. Häufiger verlieren wir den Pfad und folgen unserer Nase oder doch besser Alberto.

Am nächsten Tag (Montag) brechen wir sehr früh an die ligurische Küste auf. Am Meer angekommen, nehmen wir den Zug nach Monterosso al Mare, das erste Dorf, das zu dem berühmten Küstenabschnitt von Cinque Terre gehört. Wie gut, dass Nebensaison ist. Von den hohen Felsklippen haben wir eine freien 180 Grad Blick über das Meer bis zum Horizont und auf eine wilde, vollkommen naturbelassene Küste. Die wenigen Dörfer von Cinque Terre sind nur mit dem Schiff oder mit dem Zug erreichbar. Überall blüht es. Vom Jasminduft wird uns beinahe schwindelig. Wir wandern nach Vernazza. Dort angekommen springen wir ins Meer: was für eine Wohltat nach der Wanderung. Zurück geht es mit dem Schiff: Cinque Terre vom Meer aus zu sehen, ist einfach wunderschön.

Der folgende Tag, Dienstag, ist ein Pausentag. Nach Silvias Frühstück in der Morgensonne auf der Veranda, verbringen wir den Vormittag bei den Pferden und Eseln, spielen verstecken und andere Spiele, springen natürlich in den Pool oder spielen am hauseigenen Bach. Hier gibt es auch immer einen ruhigen Ort, um zu lesen, zu malen, zu basteln oder mit anderen ein Gesellschaftsspiel zu spielen. Und Silvia freut sich häufig über Hilfe in der Küche.

Am Nachmittag drehen wir eine kleine Runde mit Euch - wir wollen ja schließlich nicht aus der Übung kommen - Aber wir nehmen die Esel vom Hof mit. Da kann dann auch mal der eine oder andere auf dem Rücken reiten. Ein gemütlicher Ferienabend wartet auf uns. Wir spielen noch lange.

Am Mittwoch startet unsere zweite große Bergtour. Diesmal fahren wir mit Euch ins Hinterland in den unter Naturschutz stehenden Regionalpark Aveto – eine wilde Gegend mit wunderschönen Seen, Wäldern und Bergrücken, von denen man bis zum Meer blicken kann. Wir wandern von einem Stausee aus je nach Fitness der Gruppe zu einer Berghütte oder über den Passo delle Lame zu wunderschönen Bergseen, wo wir unsere Pausen verbringen, vorbei am Monte Aione, den wir ggf. auch noch einbauen können. Auf der Tour begegnen wir eigentlich immer einigen Wildpferden. Glücklicherweise und sicher auch etwas müde kehren wir an diesem Abend zurück auf unseren kleinen Hof.



Einen Strandtag am Donnerstag haben wir uns ganz sicher verdient. Nach einem gemütlichen Frühstück fahren wir am Vormittag nach Moneglia ans Meer. Die Straße an der Küste führt uns durch ein verrücktes Tunnelsystem. Die Tunnel sind so eng, dass sie immer nur in einer Richtung befahren werden können. Es gibt einen Zeitplan, wann die Ampeln am Tunneleingang auf Grün stehen. Heute wandern wir nicht, sondern genießen den Strand von Moneglia. Hier gibt es sogar Sand. An der ligurischen Küste findet man sonst vorwiegend Steinstrände. Ein Wall ein paar Meter vor der Küstenlinie schützt den Strand vor hohen Wellen. Daher lässt es sich hier prima baden und im Wasser spielen. Zwischendurch erkunden wir das italienische Dörfchen, Moneglia, kaufen gemeinsam für unser Picknick ein und natürlich schlecken wir auch ein Eis.



Abends sitzen wir auf unserem Hof mit Silvia und Alberto zusammen. Gemeinsam erinnern wir uns an die vielen, schönen oder lustigsten Momente in dieser Woche.

Unser letzter Ferientag ist gekommen: Nach dem Frühstück brechen wir auf nach Portofino. Von diesem malerischen Fischerdorf aus wandern wir oberhalb des Meeres zum Benediktinerkloster von San Fruttuoso. In der ruhigen Bucht lassen wir unsere Ferien ausklingen, gehen nochmal schwimmen und lassen uns später von der Fähre zurückfahren.



Am nächsten Morgen, Samstag, geht es leider wieder zurück nach Hause: ab Genua mit dem Zug.

Grundsätzlich behalten wir das Wetter sehr genau im Auge und selbstverständlich auch unsere tägliche Verfassung und Kondition. Änderungen im Programm sind daher jederzeit möglich.



Eine erste Packliste:

Zunächst einmal: Wander- oder gute Trekkingschuhe mit Profil (am besten Schuhe, die über die Knöchel gehen, um einen besseren Halt zu haben)
Sportschuhe, geeignet für den Tag auf dem Bauernhof, für kleine Touren über die Hügel und durch die Wälder rund um den Hof, für den Strand....

Schwimmhose oder Badeanzug und ein Strand-Handtuch!

Kurze Hose

Lange Hose, wenn es in den Bergen kühler wird

T-Shirts

Wandersocken, Sportsocken

Ein warmer Pullover und ein leichter Pullover

Regenjacke und Regenhose (vor allem für unsere 2 Tagestour in den Bergen)

Sonnenhut, Sonnenbrille,

Kultursachen: Sonnencreme, Zahnbürste, Zahnpasta, Shampoo etc.

Guter, bequemer Wanderrucksack!

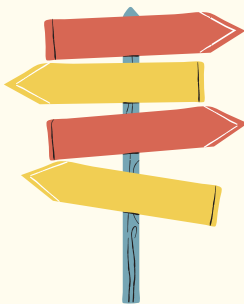
Eigene Trinkflasche, Brotdose

Hüttenschlafsack u.U. notwendig

Eigene kleine Hausapotheke: mit Desinfektionsmittel, Pflaster, Blasenpflaster, u.U. Tape, Arnica und auch mit den Medikamenten, die Ihr Kind bei einer Erkältung, Kopf-Bauchschmerzen, u.U. Übelkeit gebräuchlicherweise nimmt

Falls Medikamente regelmäßig eingenommen werden: Zusammenstellung dieser für die Reise, zusammen mit einem Tagesplan, wann, welche Medikamente, wie eingenommen werden müssen.
Wir vom Team übernehmen diese Medikamente bei Reisebeginn.

Unbedingt auch die für die Ferienwoche nötigen Krankenunterlagen und in jedem Fall die Krankenkassenkarte mitgeben, falls ein Besuch beim Arzt nötig ist. Zum Gesundheitszustand gibt es einen Fragebogen (zusammen mit dem Anmeldebogen), der von den Eltern und vom Arzt ausgefüllt und unterschrieben werden muss. Bei den Geschwistern müssen nur die Eltern unterschreiben.



Renate Hirsch - VWL und Medizin-Studium,
Skilehrerin DSLV & eidg. dipl. Wanderleiterin SBV in Ausbildung
Telefon +49-178-3122794
renate.hirsch3@gmail.com - www.kinderderberge.com