

Nr. 22  
MI 10. 10. 2018 / DEUTSCHLAND 3,50 €  
ÖSTERREICH 3,70

# Brigitte

## Meine dunkle Seite

Ein Dossier über das Böse in uns

Grippe  
Impfen ja  
oder nein?

„Altes Land“  
und dann...

Autorin Dörte Hansen  
über Abschiede  
und Neuanfänge

Gute Laune  
nach Rezept  
Unsere  
köstliche  
Gewürz-  
küche  
*Rezepte*

## Trau dich!

Warum wir  
für ein erfülltes  
Leben etwas  
Mut brauchen

Mit dem Rad  
durch Kanada  
Von den  
Niagarafällen  
nach Montreal

# STRICKEN!

24 kuschelige Teile für den Herbst



# Ich such dann mal das Weite ...

Eine **Radtour durch Kanadas Osten** beschert nicht nur Glücksmomente in der Natur. BRIGITTE-Redakteurin Nikola Haaks fand auch Gefallen am City-Hopping

FOTOS ALEX TREBUS





**Wasserreich**  
Nikola Haaks  
und Guide  
Audrey unter-  
wegs in der  
Provinz  
Quebec bei  
Labelle und  
am Lac Blanc  
(großes Foto)





# Niagara Falls



# Toronto

Radeln in  
der Stadt?  
Läuft  
super!

**Naturgewalt** Aus 57 Meter Höhe donnern die Niagarafälle herunter **Farbrausch** In Toronto wird's in der „Graffiti Alley“ ziemlich bunt

# D

**Das so ziemlich Erste**, was ich zu mir nehme, ist Eiswein. Da hätte ich jetzt auch nicht mit gerechnet. Kann man aber machen, geht auch mittags schon ganz gut. Ich wusste nicht, dass Kanada der größte Eisweinproduzent der Welt ist, nicht weit von Toronto liegt eines der bekanntesten Anbauggebiete. Ich nehme noch einen Schluck bei der Verkostung auf dem Weingut „Inniskillin“. Kann ja nicht schaden, bevor es gleich aufs Rad geht und weiter zu den berühmten Niagarafällen.

Die Strecke ist ebenerdig, die Landschaft erinnert ein bisschen an Holland, der breite Radweg auch. Da macht Radeln Spaß! Vorbei geht es an den schicken Häusern am Ufer des Niagara River, an dessen gegenüberliegendem Ufer schon die USA beginnen. Der Ort Niagara selbst sieht aus wie der kleine Bruder von Disneyland. Um die riesigen Wasserfälle hat sich eine Unterhaltungsindustrie gruppiert, die eher gewöhnungsbedürftig ist. Aber ein Abendessen mit Blick auf die lärmenden, schäumenden Massen, die sich aus 57 Meter Höhe herabwälzen, hat man auch nicht alle Tage.

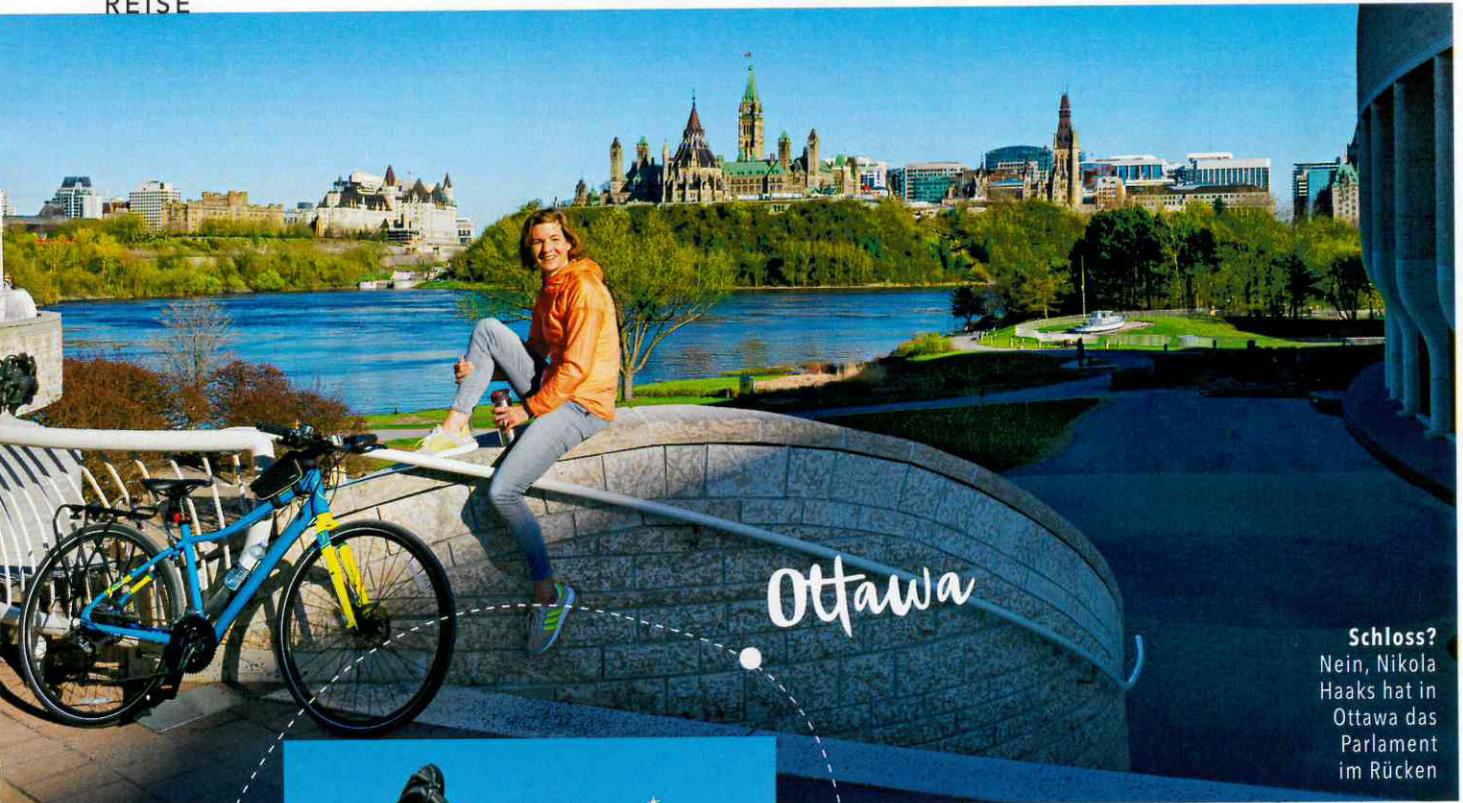
Inge, Inhaberin des Reiseunternehmens, das die Radtour veranstaltet, José, ihr kanadischer Kontaktmann, BRIGITTE-Fotograf Alex Trebus und ich stoßen an: Wir werden als eine Art Spähtrupp diese Reise testen, die neu im Programm ist.

Nach unserem kleinen Trip ins Niagara-Disney-Land freuen wir uns über eine echte Stadt: Toronto, Metropole der Provinz Ontario. Terence, unser Guide, war schon Lehrer und Unternehmensberater, bevor er vor zwei Jahren schließlich ins Bike-Business einstieg. Radfahren ist in Kanada eine große Nummer und selbst in Städten total angenehm – anders als in Deutschland nehmen die Autofahrer hier erstaunlich viel Rücksicht.

Wir steuern als Erstes Kensington Market an, das Kreuzberg von Toronto. Hier trifft die alternative Szene auf Yuppies und Touristen aller Art. Es wuselt und wimmelt – und ein überschaubar

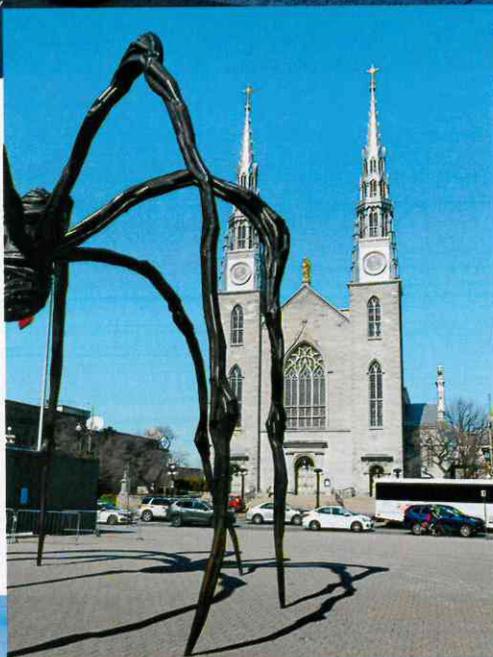
Beton & Glas  
Torontos  
berühmte  
City Hall  
kann man  
mögen –  
muss man  
nicht



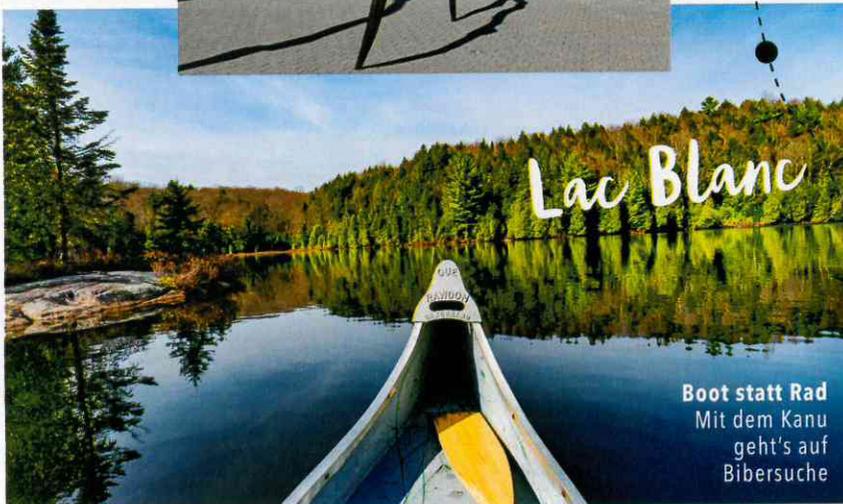


Ottawa

**Schloss?**  
Nein, Nikola Haaks hat in Ottawa das Parlament im Rücken



**Skurril** Die Spinnenskulptur vor Ottawas Kunsthalle



Lac Blanc

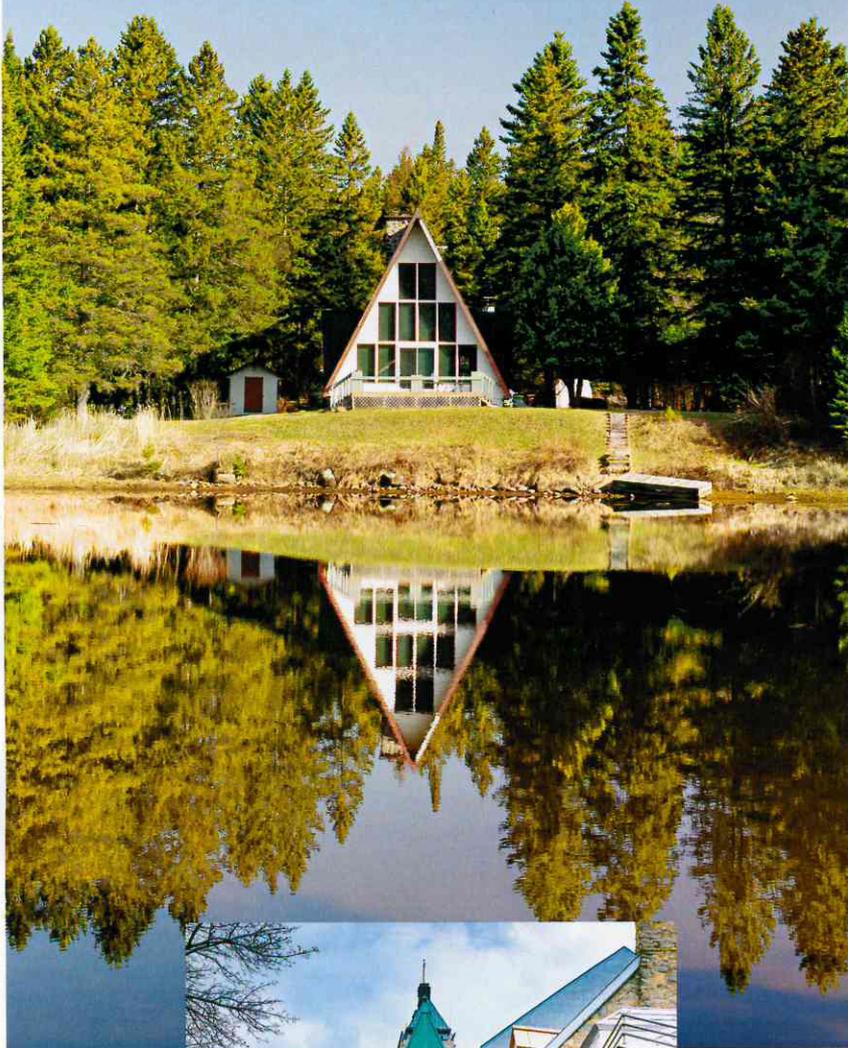
**Boot statt Rad**  
Mit dem Kanu geht's auf Bibersuche

großes viktorianisches, aber ziemlich marodes Stadthaus in einer ruhigen Seitenstraße wäre für 1,7 Millionen Dollar zu haben, wie Terence uns erzählt.

Wir kaufen uns lieber für 7 Dollar ein Nudelgericht bei „Rasta-Pasta“, einem lustigen Fusion-Imbiss mit karibisch-italienischer Küche. Danach cruisen wir weiter durch die Straßen, vorbei an cool aussehenden Läden, in die ich Shoppomanin sofort rein möchte, aber ich reiße mich zusammen. An entscheidenden Spots gibt es Infos von Terence, wer zwischendurch etwas wissen will, ruft einfach. Eine sehr angenehme Art, die Stadt kennenzulernen. Unsere Tour endet im Distillery District. Ohne Alkohol, dafür mit den grandiosen Pralinen vom Schokoladen „Soma“.

Am nächsten Tag, im Sommerfrische-Nest Gananoque, ist Toronto Lichtjahre weg. Gananoque – der Name kommt aus dem Indianischen – ist ein verwünschter Ort direkt am Sankt-Lorenz-Strom. Im Sommer Hotspot für Jachtbesitzer, in der Nebensaison ziemlich ruhig. Während die anderen umherstreifen, sichere ich mir einen der Deckchairs auf dem Steg am Wasser und genieße nicht nur die Sonnenstrahlen, sondern auch die unfassbare Ruhe, die diese tiefen kanadischen Gewässer ausstrahlen.

# Quebec



**See-Idyll**  
Natur pur in  
Val-David  
**Altstadt**  
Stille Gasse in  
Vieux-Quebec

Stadt,  
Land, Fluss  
- für jeden  
was dabei



Das ist das Schöne an unserer Tour: der Wechsel von wilder Natur und urbanem Trubel, von weitem Land und quirligen Straßen. Immerhin sind noch drei weitere Städte im Programm: Montreal, Ottawa und Quebec, wo wir – sehr besonders – in einem Klosterhotel schlafen und den dort noch lebenden Nonnen bei ihren Gesängen zuhören können. Um möglichst viel zu sehen und nicht an den Mehrere-100-Meilen-Distanzen zu verzweifeln, werden zwischendurch immer wieder Strecken mit dem Shuttlebus gefahren.

**In Ottawa, Kanadas Hauptstadt** übrigens, treffen wir die nächste Radverrückte: Maria. Sie ist Iranerin, hat in Deutschland und den USA gelebt, zog 2011 nach Kanada, um dort etwas zu tun, das im Iran für Frauen komplett verboten ist: Radfahren.

Maria hat nun ein Business, ähnlich wie Terence, und begleitet uns durch die Studentenstadt, die so ganz anders ist als Toronto. Ruhiger, sanfter, weitläufiger. Aber ebenfalls ein Radler-Paradies. Wir essen einen „Beavertail“ am Byward Market, das berühmte süße Schmalzgebäck, das, platt und länglich, an eine Biberkelle erinnert, bewundern die skurrile Spinnenskulptur von Louis Bourgeois am Eingang der Kunsthalle, fahren am Rideau-Kanal und am wilden Ottawa River entlang. Eine Stadt per Rad zu besichtigen hat einige Vorteile: Man sieht in kurzer Zeit sehr viel und kann sich überlegen, wo man am nächsten Tag noch mal genauer hinschauen möchte.

Ein Platz, den ich unterwegs besonders ins Herz geschlossen habe, ist Val-David. Ein recht weitläufiges kleines Örtchen in der Provinz Quebec, 80 Kilometer nördlich von Montreal, in dem sich viele Kreative und Alternative zusammen-



Bunt Montreal ist  
Künstlerstadt, Leonard  
Cohen kam von hier



Naturverbunden  
Pierre arbeitet als  
Trapper am Lac Blanc

## Montreal



## Trapper Pierre geht mit uns auf Bibertour

gefunden haben. Val-David ist das Worpsswede Kanadas. Im „Magasin Général“, dem Treffpunkt an der Hauptstraße, gibt es marokkanisches Geschirr, knallbunte Flamingo-Fußmatten und vegane Snacks. Ein paar Meter weiter hat einer der bekanntesten Zinn-Handwerker Kanadas, Bernard Chaudron, seinen Shop, gegenüber ist eine Glasbläserei, und zum Plausch oder Sundowner trifft man sich auf der Holzterrasse der urigen Brasserie „Le Baril Roulant“. Kein Wunder, dass an den Wochenenden auf der Strecke von und nach Montreal immer Stau ist.

Ziemlich am Ende unserer Reise gibt es ein Versprechen auf echte Biber statt frittiertes „Beavertails“. Die Wahrscheinlichkeit einen zu sehen sei zumindest recht groß, verspricht uns José auf dem Weg nach Lac Blanc. Der kleine See liegt sehr idyllisch zwischen Montreal und Quebec. Unser Hotel „Pourvoirie du Lac Blanc“ erinnert ein wenig an das „Kellerman's Resort“ aus „Dirty Dancing“, das nicht umsonst im Original „Mountain Lake“ heißt. Drum herum ist hier Wald und sonst nichts. Doch: ein paar Deckchairs am Seeufer natürlich, von denen ich mir gleich einen sichere.

Dann holt uns Pierre ab. Er ist einer von 600 Trappern im Quebec-Gebiet, zuständig für Forstpflge und Tiere. Pierre macht den Eindruck, als ob er jeden

Biber, der sich in der Nähe des Lac Blanc tummelt, namentlich kennt, und es macht sehr viel Spaß ihm zuzuhören. Wir steigen in ein Kanu und paddeln auf sein Kommando übers spiegelglatte Blau, entlang der Wasserlilien und Seerosen. Die Sonne scheint, kein Windhauch geht. Es ist unfassbar still und so archaisch-kanadisch, wie ich es mir vorgestellt habe.

**Dann steht Pierre plötzlich** breitbeinig und knöcheltief im Wasser auf einem Biberdamm und erzählt uns, wie die Tiere es hinkriegen, mithilfe ihrer ausgetüfelten Bauwerke das gesamte Gebiet zu überfluten. Und wie er schon Dämme mit Dynamit in die Luft gesprengt hat, weil es nicht anders ging. Ob sich wohl deshalb keiner der Jungs zeigt? Auch die Bären scheinen anderen Hobbys nachzugehen, aber das ist eben Natur.

Den herrlichen Outdoor-Tag lassen wir später beim Abendessen am Lagerfeuer ausklingen, während Pierre uns noch ein paar Trapper-Geschichten erzählt. Zurück im „Kellerman's Resort“, das natürlich nicht so heißt, gehe ich noch einmal an den schwarzen, stillen See. Morgen fahren wir Richtung Montreal, ich habe viel davon gehört und bin sehr gespannt. Aber vorher atme ich ganz tief ein und sauge eine ordentliche Portion kanadische Wildnis in mich auf. ▶



Urban Hipster Kensington Market ist Torontos Multikulti-Viertel



## Nikolas Tipps für Kanada

### DIE TOUR

Die geführte **14-tägige Reise** „Fest der Farben im Osten Kanadas“ wird im September 2019 an vier Terminen angeboten: 4095 Euro (ohne Flug) inklusive 13 Übernachtungen im DZ, 13 Abendessen (meist dreigängige Menüs), Leihrad mit mindestens 8 Gängen, Fahrradtaschen, sämtliche Eintrittsgelder, alle Transfers und Shuttles, Gepäcktransporte, Trinkwasser während der Touren sowie gute, lokale Guides, die meistens deutsch sprechen (oder übersetzt werden) und ein ständiger Reiseleiter. Die Strecken sind flach bis leicht hügelig, windgeschützt und gut ausgebaut, meist radelt man **zwischen 20 und 30 Kilometer am Tag** – einmal sind es 65. Zu buchen über „Die Landpartie“ (Am Schulgraben, 26135 Oldenburg, Tel. 04 41/57 06 83-10, [www.dielandpartie.de](http://www.dielandpartie.de)).

### ÜBERNACHTEN

Die Hotels (und auch die meisten Restaurants) sind vorgebucht und alle liebevoll ausgesucht. Aber hier sind meine persönlichen Highlights:

**Auberge du vieux foyer.** Gemütliches Landhotel in Val-David/Provinz Quebec mit Pool und Sonnenterrasse, Wellnessbereich und Kaminzimmer. DZ ab 74 Euro (3167, 1er Rang Doncaster, Val-David, Tel. 819/322 26 86, [www.aubergeduvieuxfoyer.com](http://www.aubergeduvieuxfoyer.com)).

**La Pourvoirie du Lac Blanc.** Schönes Resort im US-Country-Stil. Viel Holz, große Terrasse, Strand, direkt am See, man kann auch einzelne Chalets mieten, alle mit Seeblick. DZ ab 128 Euro (1000, Domaine Pellerin Saint-Alexis-des-Monts, Quebec, Tel. 819/265 42 42, [www.pourvoirielacblanc.com/fr-ca](http://www.pourvoirielacblanc.com/fr-ca)).

**Le Monastère des Augustines.** In Quebec treffen alte Klostermauern moderne Architektur: atmosphärisch sehr besonders! Täglich Nonnengesänge in der Klosterkirche. Es gibt richtig einfache Zimmer, angelehnt an die ehemaligen Nonnenzellen, und etwas luxuriösere. Beim Frühstück wird kontemplativ geschwiegen. DZ/F ab 96 Euro (77, Rue des Remparts, Quebec, Tel. 418/69 41 639, [www.monastere.ca](http://www.monastere.ca)).

### GENIESSEN

**Le Baril Roulant.** Urige Brasserie in Val-David, Holzterrasse mit Flussblick, grob gezimmerte Bänke – hier trifft man sich auf einen Wein oder Kanadas Lieblingsfastfood „Poutines“ – Pommes mit Käsestückchen und Bratensoße (1430 Rue de l'Académie, Val-David, Tel. 819/322 22 80, [www.barilroulant.com](http://www.barilroulant.com)).

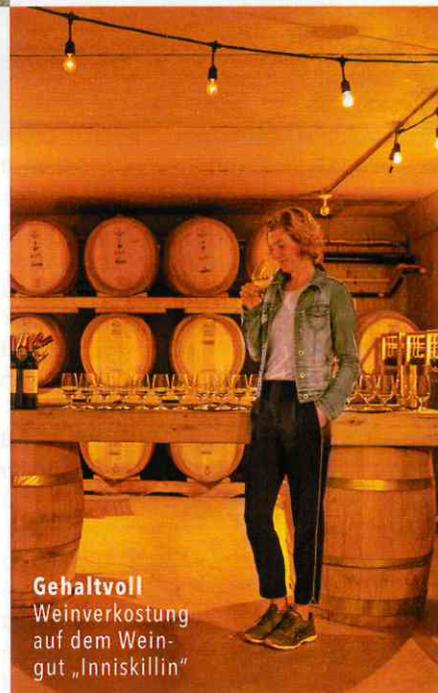
**La Stazione.** Das kleine Bistro liegt auf der Radstrecke zwischen Labelle und Val-David und ist ein echter Geheimtipp. Gekocht wird französisch-italienisch, drinnen ist es herrlich eng und gemütlich, bei Sonne sitzt man auf der Terrasse (1830 Rue Principale, Saint-Faustin-Lac-Carré, Tel. 819/688 58 17).

**Weingut Inniskillin.** Großzügig angelegt in der Nähe der Kleinstadt Niagara-on-the-Lake – und berühmt für seinen wirklich tollen Eiswein. Die Kellerei ist für Verkostungen und Verkauf täglich ab 10 Uhr geöffnet (1499 Niagara Parkway, Niagara-on-the-Lake, Ontario, Tel. 905/468 21 87, [www.inniskillin.com](http://www.inniskillin.com)).

### GUT ZU WISSEN

Das Wetter kann in Kanada schnell wechseln, und sobald die Sonne weg ist, wird es kühl. Also immer eine Jacke und eine dünne Mütze dabei haben. Auch eine Sonnenbrille sollte mit ins Gepäck – es ist tatsächlich heller als bei uns.

### VORWAHL KANADA: 001



Gehaltvoll  
Weinverkostung auf dem Weingut „Inniskillin“



Puristisch Eines der einfachen Hotelzimmer im Augustinerkloster in Quebec