

Setomaa



Yours authentically

SETOMAA

LAND UND LEUTE | KULTUR | HANDARBEIT | DIE NATUR | BEDEUTENDE EREIGNISSE



Interreg
Estonia-Latvia
European Regional Development Fund



EUROPEAN UNION

www.visitsetomaa.ee



Land und Leute

Setomaa ist ein einzigartiges kulturelles Gebiet zwischen zwei Nachbarn: Estland und Russland. Heute verstehen wir Setomaa, die Heimat der Setos, als ein Gebiet im Südosten Estlands. In der Vergangenheit war Setomaa aber viel größer. Etwa 3/4 von Setomaa, auch Petserimaa genannt, befindet sich auf dem Gebiet der russischen Föderation. Eigentlich haben Setos die meiste Zeit in der Geschichte unter russischer Herrschaft gelebt. Erst 1920 wurde Setomaa ein Teil von Estland und 1945 wurde Setomaa zwischen Estland und Russland aufgeteilt.

Die Setos gehören zu den finnougri-schen Völkern - nahe verwandt mit den Esten, mit denen sie sich auch vermischt haben, dennoch hat dieses kleine Volk seine Kultur stets beibehalten. Die Setos unterscheiden sich von den Esten zunächst durch ihre Sprache, welche ein Dialekt des Süd-Estnischen ist. Außerdem sind Setos orthodox, jedoch unter Berücksichtigung vieler Elemente aus der vorchristlichen Zeit. Setomaa und Setos werden im Estnischen meistens Setumaa und Setus genannt - beide Varianten sind richtig, aber Setos benutzen die Form mit O.

WUSSTEST DU SCHON, DASS ...

Der Teil von Setomaa, auch Gemeinde Setomaa genannt, der zu Estland gehört, nur 1% vom Territorium ausmacht? Wenn man aber bedenkt, wie gut Setos zu hören und zu sehen sind, könnte man denken, dass dieses Gebiet wesentlich größer ist.



Kultur

Durch die Jahrhunderte war die Kultur der Setos eine Mündliche gewesen, deren Grundwerte durch das Singen weitergegeben worden sind. Hauptsächlich sind Setos bekannt durch ihre besondere Gesangstradition. Dieser Gesang nennt sich *seto leelo* und reicht mehr als tausend Jahre in die Vergangenheit. Charakteristisch für *seto leelo* sind bestimmte Regelungen, wobei jedoch der Improvisation ein besonderes Augenmerk geschenkt wird. 2009 wurde *seto leelo* als UNESCO Weltkulturerbe anerkannt. Auch Tanz ist für Setos sehr wichtig, fast in jedem Dorf gibt es einen sogenannten *tsura* (Jüngling), der meistens mit einer Garmoschka (russisches Akkordeon) Feste in Gang bringt. Die Tänze der Setos sind stürmisch und emotional, wie die Setos selber.

Die Setoküche hat Einflüsse sowohl aus traditioneller finno-ugrischer Küche als auch aus estnischer und slawischer Küche. Dank der langen Fastenzeiten im Kalender der orthodoxen Kirche hat das Fastenessen einen sehr wichtigen Anteil in der Kultur. So gibt es in der traditionellen Seto Küche weniger Fleischgerichte als in der traditionellen estnischen Küche. Viel werden Pilz-, Fisch- und Milchprodukte dargereicht. Das bekannteste Setoessen ist *sõir*, eine Art Quarkkäse, meistens mit Kümmel verfeinert. Dieses Gericht ist das typische Festessen in Setomaa. Auf jeden Fall sollte man Piroggen (*piirak*), Ofenbreie, und Pilz- und Fischgerichte versuchen.

WUSSTEST DU SCHON, DASS ...

das traditionelle Gericht *suullim* (estnisch: Mundkleber) gar nicht klebrig ist und nichts mit Kleber zu tun hat? Suul bedeutet in der Setosprache Salz und *liim* ist Suppe - salzige kalte Sommersuppe. Was ist *tatiruug* (estnisch: Schleimgericht)? Kein Schleim! Es ist eine leckere Pilzsuppe. Ein sehr interessantes und schmackhaftes Essen ist *tindiruug*. Es ist eine Speise aus getrocknetem Tint (einer Stintart, die im Peipussee vorkommt) und Fleisch, welches reichlich gewürzt dargeboten wird.



Handarbeit und Trachten

Die rot-schwarz-weißen Trachten der Setofrauen fallen im Vergleich zu den estnischen Streifenröcken gut auf. Die weißen Hemden und Wollmäntel der Setomänner sind ebenso auffallend. Die Trachten sind in Setomaa heute noch sehr angesehen. Sie werden mit Stolz bei jedem größeren Fest getragen, sowie bei Auftritten. Die Hauptfarben der Setotrachten sind weiss und rot. Rot gilt als Farbe des Lebens, welche vor dem Bösen und vor Krankheiten schützen soll, zB. vor der Pest. Die Trachten der Setos sind von Anfang bis Ende reine Handarbeit. Dies macht die Bekleidung besonders wertvoll.

Ein sehr besonderer Bestandteil ist die beträchtliche Menge an Silberschmuck, die zum Einsatz kommt. Eine grosse Silberbrosche ziert den Busen einer Ehefrau. Sie ist das Zeichen der Fruchtbarkeit der Frau und Gleichzeitig schützt es ihre Seele vor dem bösen Auge. Zusätzlich zur Brosche werden zahlreiche Silberketten und die Münzenketten getragen.

WUSSTEST DU SCHON, DASS ...

der Schmuck von Setofrauen bis zu fünf Kilo schwer sein kann? Natürlich wird der Schmuck in seiner ganzen Fülle nicht täglich getragen. Doch in Setomaa wird oft gefeiert, so haben die Frauen oft einen Grund den Silberkram aufzutragen.



Architektur und Orte der Anbetung

Die Bauernarchitektur der Setos ist vornehmlich charakterisiert durch ihre Kompaktheit und Regelmäßigkeit, sowie Einfachheit und Funktionalität. Vor allem aber, unterscheidet sich die Setofarm von der estnischen durch ihren festen und geschlossenen Grundriss. Die Gebäude im Hof (in seto: moro) haben eine feste Reihenfolge. Solche Höfe werden Festungshöfe genannt. In früheren Zeiten hat diese Bauweise vor Eindringlingen und neugierigen Blicken geschützt. Mindestens letzteren Zweck erfüllen diese Höfe noch heute.

Tsässon, eine orthodoxe Kapelle, spielt eine wichtige Rolle in der traditionellen Architektur der Setos. Diese kleinen unauffälligen Holzgebäude spiegeln sehr gut die Bautraditionen der Setos wieder. Während Tsässons meistens aus Holz gebaut wurden, sind die Kirchen schon aus Stein gebaut. Setos sind Orthodox, dennoch sind ihnen volkstümliche Glaubenstraditionen sehr wichtig, wie der Jaaniopferstein in Miikse und die Augenheilquelle. So wie der Götterberg von wo aus die Seelen in den Himmel ziehen - so die alten Sagen. Sehr eigen für die Setos ist auch der Peko Kult. Peko ist der vorchristliche Fruchtbarkeitsgott. Das Anbeten des Peko ist schon längst in Vergessenheit geraten, aber im Bewusstsein lebt Peko weiter.

WUSSTEST DU SCHON, DASS ...

in der orthodoxie der Setos eine menge vorchristlicher Elemente erhalten geblieben sind? Bis heute noch werden die Opfersteine, -bäume und -quellen in Ehren gehalten. Auch werden mehrere vorchristliche Grabstätten weiterhin genutzt. Wenn man zum Beispiel in den Wald zum Beerensammeln geht, gibt man die erste Beere dem Wald zurück - so der alte Brauch.



SETO
KOSTIPÄIV

Bedeutende Ereignisse

In dem Volkskalender der Setos gibt es viele Feste. Setos lieben das Feiern! Die Feste werden zwei Wochen später als im lutherischen Estland gefeiert, es geht nämlich nach dem orthodoxen Kalender. Im Anschluss an kirchliche Festivitäten finden häufig Dorffeste statt, in Setomaa *kirmas* genannt. Dies war und ist ein sehr wichtiges Zusammenkommen für Setos. Für Gäste ist vor allem das Osterfest in Setomaa eine interessante Veranstaltung. In grösseren Dörfern werden dafür sogenannte *munaloomka* gebaut. Es ist eine Rutsche aus Sand, von deren Spitze aus man ein Ei herabkullern lässt. Gewonnen hat, wessen Ei am weitesten von der Rutsche zum Stillstand kommt. Heute ist der wichtigste Tag für die Setos der *kuningriigipäev*, zu deutsch Königreichstag. Dieser Tag wird jedes Jahr in einem anderem Dorf gefeiert. Der Königreichstag ist voll von Gesang, Tanz, gutem Essen, Handwerk und geschäftigem Treiben. An diesem Tag wählt das Volk einen Vertreter - *ülembsootska*. Ein Stellvertreter des Peko auf Erden. Im August findet der legendäre *kostipäev* statt, der Bewirtungstag. An diesem Tag öffnen überall in Setomaa Privatleute ihre Küchen und Gärten um Gäste mit selbstgemachten, Köstlichkeiten zu bewirten. Im Juni ist das wichtigste Fest das Folkfestival in Värskä - *seto folk*. Alle drei Jahre begeht man in Setomaa den *leelopaiv*, der der Seto-Gesangskultur gewidmet ist und für Leelosänger einen wichtigen Tag bedeutet.

WUSSTEST DU SCHON, DASS ...

es ein Brauch ist, an Festtagen Mahlzeiten an Gräbern einzunehmen? Es handelt sich um einen alten Brauch der Finno-ugrischen Völker, welcher in Estland schon längst verschwunden ist, aber in Setomaa noch gelebt wird. Für die Setos steht das Essen und Trinken an den Gräbern für Verbundenheit mit der verschiedenen Verwandtschaft. Nach alter Sitte lässt man, bevor man den Friedhof verlässt, etwas Essen auf dem Grab. Wenn die Mahlzeit mit den Vorfahren vorbei ist, ist die Zeit reif für das Tanzen und Singen. So einen Fest, nach dem Gottesdienst und nach dem Essen mit den Vorfahren, nennt man *kirmas*.



Die Natur

Die Natur in Setomaa riecht nach Kiefernwald, Pfifferlingsoße und Sandstrand. Die See ist weit von hier, doch der See von Pskov ist fast so groß wie ein Meer. Ein Grossteil Setomaas ist von lockerem Kiefernwald bedeckt. In jenen Wäldern gedeihen reichlich Blau- und Preiselbeeren und es sprießen üppig Pfifferlinge, Steinpilze und andere Waldfrüchte aus dem duftenden Moos hervor, welche gern gesehen sind auf den Essenstischen der Setos und deren Nachbarn. Der Wald ist Heimat zahlreicher seltener und bedrohter Pflanzenarten: Sand-Strohblume, gewöhnlicher Fransenhauswurz, die Kuhschellen oder Küchenschellen, die Sand-Nelke und viele Andere kommen hier vor.

Auch die Erde ist reich: sehr berühmt ist das Mineralwasser von Värskä und die Heilerde. In der Erde gibt es wertvollen roten Ton und südlich von Setomaa kommt auch Kalkstein vor. Womöglich haben alle Esten von dem weißen Sand von Piusa gehört.

Für Wanderungen können Naturfreunde das Mustoja Naturschutzgebiet besuchen. Andere Wanderwege sind um das Örsvasee, am Fluss von Piusa und am See von Pskov. Am Fluss von Piusa gibt es übrigens die höchste Sandsteinklippe Estlands, die sogenannte Mauer von Härma (43 m)

WUSSTEST DU SCHON, DASS...

nicht alle in Värskä zu findenden Mineralwässer trinkbar sind? Einige Wässer sind so salzig, dass es überhaupt nicht mundet. Der Salzgehalt, also die Mineralien im Wasser, hängt von der Brunnen-tiefe ab: je tiefer desto salziger. Im Durchschnitt wird das Wasser aus ungefähr 500 Metern Tiefe gepumpt. Ein Teil wird abgefüllt und findet sich in den Läden wieder, ein Anderer jedoch wird als Behandlungswasser im Kurzentrum Värskas verwendet. In der Eingangshalle des Schwimmbades in Värskä kann man Wässer aus unterschiedlichen Brunnen verkosten.



Die gelben Fenster

Wenn man eine Rundreise in Süd-Estland macht, kann man hier und da einen gelben Fensterrahmen entdecken. Diese erinnern an die Frontseite von National Geographic. Diese Idee stammt aus den Niederlanden. Dort wurden ähnliche Fensterrahmen in die Landschaft aufgestellt mit dem Ziel die Aufmerksamkeit für die Orte zu wecken, die am meisten die Geschichte der Gegend erzählen. Die gelben Fensterrahmen in Süd-Estland erzählen vom Leben zwischen zwei Welten. Die Fenster in Setomaa sind in Obinitsa und Podmotsa zu finden. Die gelben Fenster befinden sich auch in Rāpina und an der Burg von Vastseliina. Beide sehr nah an Setomaa.

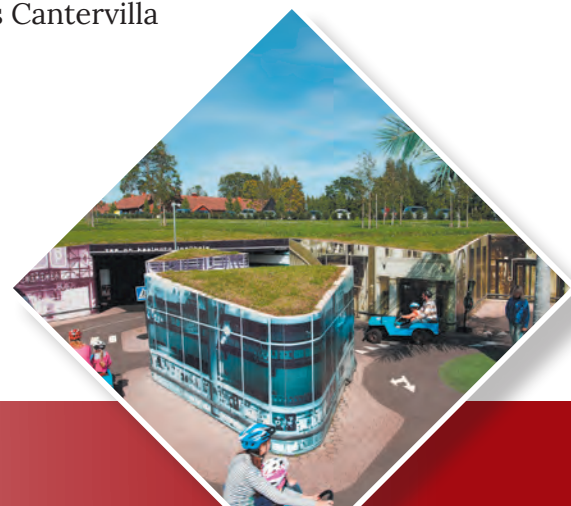


Põlvamaa (Gemeinde Põlva)

Der Wahlspruch von Põlvamaa lautet "Põlvamaa- grüneres Leben", um die Natur und die Denkweise von den Menschen hier zu beschreiben. In Põlvamaa findest du wirklich viel reine Natur. Hier gibt es wenig große Ortschaften und hier haben sich Menschen niedergelassen, für die Nachhaltigkeit ein wichtiger Begriff ist. Põlvamaa ist vielfältig: Flüsse, Seen, Wälder und Moore, hügelige und flachere Landschaften, Dorflandschaften wie aus dem Bilderbuch, Gutshäuser und Kleinbauernhöfe. Am meisten ist Põlvamaa bekannt für seinen Naturtourismus.

- kleine und grosse Taevaskoda
- Mooste Gutshaus
- Meenikunno Moor
- Pikksee Gutshaus/Schloss Cantervilla
- historische Poststraße
und das Straßenmuseum

Põlvamaa
Tourismusinformation
www.visitpolva.ee





Võrumaa (Gemeinde Võru)

Võrumaa ist eine *ummamuudu* (einzigartig in Südestnsich) Gegend. Zahlreiche Ferienhäuser, schwimmen, Bootsfahrten, Wanderungen, Reiten, Märkte, Saunas, Skilanglauf, die Sprache der Võru - diese Worte bezeichnen Võrumaa am besten. Für die anderen Esten sind die Menschen in Võrumaa immer geheimnisvoll gewesen. Irgendwie fühlt sich dort alles vertraut an, aber dann wieder nicht, bekannt und doch fremd. In Võrumaa leben noch die alten Traditionen, auch die Uhren ticken dort anders. Vana-Võromaa ist hauptsächlich bekannt für dünne Besiedlung und Rauchsauna. Die Tradition der Rauchsau-na ist UNESCO Weltkulturerbe.

- Tamula Strand, Spaziermeile und Roseninsel Brücke
- Mittelalterzentrum in der Vastseliina Bischhofsfestung
- Der grosse Eierberg
- Tamme-Lauri Eiche
- Maraton von Võhandu

Võrumaa
Tourismusinformation
www.visitvoru.ee



Das Land des Peipussees

Im Land des Peipus dreht sich das Leben verständlicherweise um den See. Der See mit Stränden, Fischen, Winden und Weite beeinflusst das Leben der Menschen und der Natur. Am Seeufer befinden sich viele Siedlungen. In Land des Peipus koexistieren zwei Völker und zwei Kulturen: Esten und die russischen Altgläubigen. Oft wenn vom Land des Peipus die Rede ist, denken die Meisten an die russischen Altgläubigen. Diese Gegend hat aber noch viel mehr zu bieten: schöne Sandstrände, große Moore und weitläufige, harmonische Landschaften, dazu Gutshäuser und Museen.

- Kauksi Strand und das Naturzentrum
- Avinurme Holzschuppen
- Zwiebelweg
- Großmoor des Mutterflusses (Emajõgi)
- Kreativhaus von Räpina

Peipsimaa
Tourismusinformation
www.visitpeipsi.com





SETO

KÜLÄVÜÜ

Seto Külavüü - die bekannte Tourismusroute - läuft, wie ein aufgerollter Gürtel, aus der Tracht der Seto, von einem Dorf zum anderen, sodass Gäste auf ihr interessante Begegnungen haben und aufregende Orte finden können. Sie ist wie eine Wirbelsäule oder eine Achse, auf der Dörfer, Kirchen, Cafes, Museen usw. angeordnet sind. Das eine Ende des Dörfergürtels liegt in Võõpsu, im nördlichsten Teil Setomaas. Von dort aus schlängelt sich der Külavüü über Värskaa, Obinitsa und Meremäe mit einem Schlenker in Richtung unserer Nachbarn Tsiistrenuka in Võrumaa. Das andere Ende vom Külavüü ist in Luhamaa. Der Külavüü hat kein richtiges Ende noch einen richtigen Anfang, man kann starten, wo man will. Wenn man sich im eigenen Auto auf dem Külavüü bewegt, ist es hilfreich sich auf: maps.visitsetomaa.ee alle Sehenswürdigkeiten von Setomaa auf der Karte anzuschauen und dank Maps kann man direkte Routen zu den entsprechenden Orten auswählen.



www.visitsetomaa.ee



Lebensmittelladen

Mikitamäe, Värskaa, Saatse und Obinitsa.

Apotheke

in Värskaa, Apotheken in der Umgebung in Rääpina und in Vastseliina

Geldautomat

Swedbank in Värskaa Pikk 12, Geld kann man auch im Lebensmittelladen A&O (Coop) abheben.

Eine Tankstelle

findest du in Värskaa. In der näheren Umgebung in Rääpina und in Vastseliina.

Mehr Informationen über die Unterkünfte - und Restaurants und die Möglichkeit Aktivurlaub zu machen findest du auf der Seite www.visitsetomaa.ee.



Setomaa zusammen mit Reisebegleitung

Da Setomaa sich von Estland etwas unterscheidet, lohnt es sich hier, sich mit einem örtlichen ReisebegleiterIn fort zu bewegen. Die ReisebegleiterInnen können die Aufmerksamkeit auf wichtige Dinge lenken, können erklären, warum die Welt der Setos so geworden ist, wie sie ist und mit ihnen können sie Orte finden, welche ihnen sonst womöglich verborgen bleiben würden. So können sie aus einer Reise ein Erlebnis machen, das Ihnen noch lange in Erinnerung bleiben wird.

Eine Liste von attestierten ReisebegleiterInnen findend sie unter www.visitsetomaa.ee



**Tourismusinformation
von Setomaa im Internet**

www.visitsetomaa.ee

maps.visitsetomaa.ee

Tourismusinformation in Värskä

Pikk 12, +372 5682 1268



Übersetzung: Merily Marienhagen
Design: Imago

This brochure reflects the views of the author. The managing authority of the programme is not liable for how this information may be used.

SETO
KÜLÄVÜÜ

Seto Külävüü -die bekannte Tourismusroute - läuft, wie ein aufgerollter Gürtel, aus der Tracht der Seto, von einem Dorf zum anderen, sodass Gäste auf ihr interessante Begegnungen haben und aufregende Orte finden können. Sie ist wie eine Wirbelsäule oder eine Achse, auf der Dörfer, Kirchen, Cafes, Museen usw. angeordnet sind. Das eine Ende des Dörfergürtels liegt in Võõpsu, im nördlichsten Teil Setomaas. Von dort aus schlängelt sich der Külävüü über Värskä, Obinitsa und Meremäe mit einem Schlenker in Richtung unserer Nachbarn Tsiistrenuka in Võrumaa.

Das andere Ende vom Külävüü ist an dem Grenzkontrollpunkt von Luhamaa.

Von dort aus könnte man theoretisch den Külävüü durchs Herz Setomaas auf russischer Seite weiterziehen.

www.visitsetomaa.ee
maps.visitsetomaa.ee



0 2,5 5 7,5 10km



- 1 DIE TSÄSSON IN VÕÕPSU
- 2 DER LÜÜBNITSA AUSSICHTSTURM
- 3 DIE TSÄSSON IN LAOSSINA
- 4 DIE TSÄSSON IN PODMOTSA
- 5 DAS CAFE' INARA VANAVALGÕ
- 6 DIE TSÄSSON IN MIKITAMÄE
- 7 DIE KURSTÄTTE IN VÄRSKA
- 8 VÄRSKA MINERALWASSER
- 9 SETO LINE (FÄHRE SETO LINE)
- 10 DIE KIRCHE VON VÄRSKA
- 11 DAS VÄRSKA BESUCHERZENTRUM
- 12 DIE NORDKASERNE IN VÄRSKA
- 13 DAS CAFE' SETO TSÄIMAJA
- 14 DAS BAUERNMUSEUM IN VÄRSKA
- 15 DER WANDERWEG AM SEE ÕRSAVA
- 16 VÄRSKA WASSER
- 17 DIE TSÄSSON IN TRESKI
- 18 DER SAATSE STIEFEL
- 19 DER RADWEG AM SCHIESSPLATZ
- 20 DIE KIRCHE VON SAATSE
- 21 DAS SAATSE MUSEUM

- 22 DAS HAUSCAFE' MAAGÕKÕNÕ AUF HOF TOOMEMÄE
- 23 DER MUSTOJA NATIONALPARK
- 24 DER GÖTTERBERG
- 25 DER SEIFENLADEN ALTER JÜRI
- 26 DER WANDERWEG BEI DER SÜDKASERNE
- 27 DAS PIUSA BESUCHERZENTRUM
- 28 DIE PIUSA TÖPFEREI
- 29 DIE KIRCHE UND DER FRIEDHOF VON OBINITSA
- 30 DIE SKULPTUR DER GESANGSMUTTER
- 31 DAS CAFE' TAARKA TARÕ
- 32 SETO ATELJEE-GALERII
- 33 DIE MAUERN VON HÄRMA
- 34 DER WANDERWEG AM FLUSS IM PIUSA URSTROMTAL
- 35 DAS OBINITSA MUSEUM
- 36 DIE TSÄSSON IN OBINITSA
- 37 DIE TSÄSSON IN TOBROVA
- 38 DIE TSÄSSON IN SERGA
- 39 DER MEREMÄE AUSSICHTSTURM
- 40 DAS MITTELALTERLICHE BESUCHERZENTRUM IN VASTSELIINA

- 41 DIE ORTHODOXE KIRCHE VON MIIKSE
- 42 DER JAANI OPFERSTEIN UND DIE AUGENHEILQUELLE
- 43 DER KIRCHSEE WANDERWEG
- 44 DAS FLACHSMUSEUM VON TSIISTRE
- 45 DIE KIRCHE VON LUHAMAA
- 46 DAS CAFE' KIVITII
- 47 DAS CAFE' PIIRI
- 48 DIE HOFMOLKEREI NOPRI
- 49 DER BULLENSEE WANDERWEG
- 50 DIE ZIEGENFARM ANDRI-PEEDO
- 51 DAS NATURSCHUTZGEBIET HINO
- 52 DAS KLOSTER VON PETSCHORY
- 53 DAS GESCHICHTSMUSEUM DER STADT PETSCHORY
- 54 DIE KIRCHE VARVARA IN PETSCHORY
- 55 DIE KIRCHE VON TAILOVA
- 56 DIE FESTE VON ISBORSK



STAATSGRENZE



LANDSTRASSE