

DIE MIT DEM OOOH & AAAH

**REISENMIT  
SINNEN**

REISEN MIT SINNEN  
Pardon/Heider Touristik GmbH  
Erfurter Straße 23  
D- 44143 Dortmund  
Fon 0231-589792-0  
Fax 0231-164470  
[info@reisenmitsinnen.de](mailto:info@reisenmitsinnen.de)  
[www.reisenmitsinnen.de](http://www.reisenmitsinnen.de)  
[www.kapverdischeinseln.de](http://www.kapverdischeinseln.de)

# Schweden

## Herbstleuchten in Schwedisch Lappland

**8-tägige Naturreise  
mit qualifizierter Reiseleitung**



# Highlights

„Talking Trees“ & Kräuterwanderung

Elch-Safari – Auf DU & DU mit dem  
„König des Waldes“

Mit einem Husky durch Schwedisch Lapland

Sámi-Kultur & Rentiere hautnah

Schweden

8 Tage, 8-16 Gäste

Natur, Aktiv, Begegnungen

Reiseleitung: Anja Menzel

## Prima Klima – die Zukunft des Reisens

Klimafreundlich reisen inklusive. Klimaschutz ist für uns eine Herzensangelegenheit. Bei allen Reisen kompensieren wir zu 100 % die CO<sub>2</sub>-Emissionen Ihrer Flug- oder Bahnreise, der Unterkünfte, Mahlzeiten und alle Transporte in den Zielgebieten über atmosfair. Dazu gehören sämtliche Inlandsflüge, Bahn-, Schiffs- oder Bustransfers.

Mehr hierzu finden Sie weiter unten.



# Karte zur Reise



# Reiseverlauf – 8 Tage

Dichte Wälder, rauschende Flüsse und glitzernde Seen – Schwedisch Lappland gilt als "die letzte echte Wildnis" Europas. Wenn der Sommer in Nordschweden zu Ende geht, färben sich die Wälder im Herbst kunterbunt – der Indian Summer verleiht der Naturlandschaft einen hinreißenden Farbenzauber. Und während es am Tag noch angenehm warm ist, zeigen sich in der Nacht bereits erste Polarlichter. Sie entdecken die herbstliche Waldlandschaft der Region Västerbotten auf einem Husky-Gespann, begeben sich auf Elch-Safari, kommen dem geheimen Leben der Bäume auf die Spur und erhalten Einblick in die lebendige Kultur der Sámi. Es ist Zeit für die skandinavische "Wildnis"!

(Verpflegung: **F** = Frühstück, **M** = Mittagessen; **L** = Lunchpaket, **P** = Picknick **A** = Abendessen)

Programmänderungen, z. B. durch Flugzeitenänderungen oder ungünstige Witterungsbedingungen, behalten wir uns vor!

## 1. Tag: Willkommen in Schwedisch Lappland

---

Ihre Reise startet mit dem Flug nach Umeå. Von dort erfolgt der Transfer zur Eco-Lodge Granö Beckasin. Bei einem ersten gemeinsamen Abendessen lernen Sie Ihre Mitreisenden kennen und erfahren Wissenswertes und Details über das Programm der nächsten Tage in der schwedischen Naturlandschaft.

Übernachtungen: 7 Nächte in der Granö Beckasin Lodge.

Verpflegung: -/-/A



## 2. Tag: „Talking Trees“ & Elch-Safari

---

Nach dem Frühstück erkunden wir die herbstliche Umgebung der Lodge, widmen uns dem geheimen Leben der Bäume und fragen uns: "Sprechen Bäume miteinander? Können sich Bäume erinnern, schlafen oder gar Freundschaften schließen?". Gemeinsam entdecken wir auf einer kurzweiligen Wanderung das Leben der Bäume und ihre Interaktion mit anderen Lebewesen im Wald. Darüber hinaus fühlen und schmecken wir interessante Heilpflanzen, die in der Region Granö als Volksmedizin eine lange Tradition haben. So erfahren wir, wie man eine Erkältung behandelt, warum Elche gerne Mädesüß essen und wie fantastisch Preiselbeeren für die Gesundheit sind. Während des Aufenthaltes im Wald genießen wir ein leckeres Lunch.

Am Nachmittag folgt ein erster Höhepunkt der Reise: Wir begeben uns auf eine Elchsafari! Gemeinsam fahren wir in den Wald und machen uns auf die Suche nach Elchspuren in möglichen Futtergebieten. Mit etwas Glück treffen wir den "König des Waldes" persönlich – ein fantastisches Erlebnis!

Verpflegung: F/L/A



### 3. Tag: Ein Tag mit einem Husky

---

Was wäre eine Reise nach Schwedisch Lappland ohne einen Einblick in das Leben der berühmten Schlittenhunde? In nächster Nähe der Lodge besuchen wir die Husky-Station "Spruce Island". Wir erfahren Interessantes über die Kultur und Geschichte der freundlichen Tiere und des Hundeschlittenfahrens ("Mushing"). Wir lernen den "Kennel", den Zwinger, kennen und probieren aus, wie man einen Husky anspannt und einen Schlitten für eine Fahrt vorbereitet.

Nach einer Mittagspause in der Lodge wartet ein geführter Waldspaziergang auf uns – mit einem Husky! Alle Gäste erhalten einen Hüftgurt und einen eigenen Hund, der während der Wanderung bei uns bleibt. Am Abend erwartet uns das Lodge-Restaurant mit seiner regionalen Küche.

Verpflegung: F/M/A





## 4. Tag: Saunakultur & Nordlichter

---

Heute lautet das Motto: Entspannung! Wir tauchen in die schwedische Saunakultur ein, die in Nordschweden eine lange Tradition besitzt. Wir nutzen die Gelegenheit und saunieren wie die Einheimischen: Zunächst ein Bad im Fluss Umeå, gefolgt vom Aufenthalt in der heißen Holzsauna, um im Anschluss noch einmal in den kühlen Fluss zu tauchen. Zum Schluss genießen wir einen angenehmen Moment im warmen "Hot Tub".

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung. Lust auf eine Radtour? In der Lodge können wir Mountainbikes mieten (fakultativ, ca. 300 SEK/Rad, zahlbar vor Ort).

Nach dem Abendessen machen wir uns in die schwedische Herbstnacht. Mit etwas Glück erleben wir DAS Naturphänomen des Nordens – die tanzenden Nordlichter, ein unvergessliches Erlebnis! Begleitet werden wir von einem erfahrenen Nordlicht-Führer, der auch professioneller Fotograf ist.

Verpflegung: F/M/A



## 5. Tag: Forstwissenschaftlicher Park Kulbäcksliden

---

Heute erkunden wir den Science Park Kulbäcksliden in der Nähe von Vindeln. Nach einem kurzen Transfer beginnt die naturkundliche Wanderung durch einen der schönsten Naturwälder der Region. Wir erleben die Artenvielfalt von nordischen Flechten, Moosen und Pilzen – heute lohnt sich ein Fotoapparat! Während die Landschaft langsam in ein Hochmoor übergeht, diskutieren wir die Auswirkungen von Klimawandel und Landnutzung auf nordische Ökosysteme. Dabei erlangen wir einen exklusiven Einblick in lokale Versuchsanordnungen zur Wald-, Moor- und Klimaforschung.

Nach dem Abendessen in der Lodge bietet sich ein kleiner Spaziergang am Fluss Umeälven an.

Verpflegung: F/M/A





## 6. Tag: Rentiere & Sámi-Kultur hautnah

---

Wir treffen einen samischen Rentierzüchter, für den das Leben im Einklang mit der Natur und mit den Tieren eine echte Lebenseinstellung ist. Einst lebten die Sámi als Viehhirten, Fischer und Jäger an den Flüssen, Küsten oder im Fjäll; manche sesshaft, andere zogen als Nomaden durchs Land. Heute leben etwa 20.000 Sámi in Schweden, Rentierzüchter sind aber in der Minderheit. In ihrem kulturellen Selbstverständnis und auch im finanziellen Auskommen spielen die Tiere für die Sámi aber nach wie vor eine zentrale Rolle.

Während des Besuchs kommen wir den Rentieren ganz nah! Wir gehen mit den Tieren auf eine Wanderung ("Rajd"), während der wir Wissenswertes und Interessantes über die samische Kultur sowie das Leben mit den Rentieren erfahren: Wie denkt ein Sámi, der Rentiere hält? Wie findet ein Sámi neue Weideflächen und was braucht ein Rentier, um zu leben und zu wachsen? Und wie überlebt man allein im arktischen Klima und in der Natur? Über einem offenen Feuer bereiten Sie ein Essen auf typisch samische Weise zu.

Dieser Tag ist ein einzigartiges Naturerlebnis!

Verpflegung: F/M/A



## 7. Tag: Husky-Fahrt durch das Schwedisch Lappland

---

Heute treffen wir noch einmal die Huskys. Nach einer ausführlichen Einweisung beginnt ein echtes Abenteuererlebnis: Wir lenken unseren eigenen Buggy (2 Personen pro Buggy) mit bis zu 8 Hunden auf einer einstündigen Tour durch die bunte Landschaft und stillen Wälder. Zurück von der Tour gehören kostenlose Streicheleinheiten mit den Hunden, die es lieben, als Belohnung gekrault und gestreichelt zu werden. Kaffee mit authentischem Norrland-Kochkaffee (oder Tee) am offenen Feuer ist nach der Tour ebenfalls inbegriffen. Im Anschluss bleibt noch Zeit für einen entspannten Saunagang (fakultativ, ca. 500 SEK/Dauer ca. 1 Std. 45 Min, zahlbar vor Ort). Am Abend lassen wir unsere Reise in Schwedisch Lappland bei einem leckeren Abschiedssessen ausklingen.

Verpflegung: F/M/A



## 8. Tag: Auf Wiedersehen!

---

Transfer zum Flughafen Umeå und Rückflug nach Deutschland.

Verpflegung: F/-/-

# Teilnehmerinnen & Teilnehmer

8 bis 16 Personen

## Termine und Preise

SLZ-261012	12.10.	- 19.10.2026	2.890 €
------------	--------	--------------	---------

---

Einzelzimmerzuschlag: 340 €

Anzahlung: 20 % des Reisepreises. Restzahlung 28 Tage vor Reisebeginn.

Letzte Rücktrittsmöglichkeit durch uns: 28 Tage vor Reisebeginn.

## Leistungsübersicht

### Im Preis enthalten

- Flug Frankfurt – Umeå – Frankfurt via Stockholm mit Lufthansa/Scandinavian Airlines (Economy-Class)
- 7 Übernachtungen im Doppelzimmer mit Bad oder Dusche/WC im Eco-Hotel der Lodge "Granö Beckasin"
- 7 x Frühstück
- 6 x Mittagessen (kleines Mittagessen in der Lodge oder Outdoorlunch während der Aktivitäten)
- 7 x 2-Gang Abendessen
- Alle Transfers laut Programm
- Qualifizierte Reiseleitung in Deutsch
- Programm-Details: Waldwanderung an Tag 2, Elchsafari an Tag 2 (bei mehr als 8 Gästen ggf. zusätzlich an Tag 4, Gruppe wird dann geteilt), Husky Kennel-Erlebnis mit Husky-Spaziergang an Tag 3, Sauna & Hot Tub-Ritual an Tag 4, Nordlicht-Fotowanderung an Tag 4, Ausflug & geführte Tour Kulbäcksliden Science Park an Tag 5, Besuch eines Rentierzüchters und Sámi inkl. Rentierwanderung an Tag 6, Husky-Buggy Fahrt an Tag 7
- Wunsch-Reiseführer (mit Gutschein-Code für unseren Shop)

- CO2-neutral reisen! Flüge und Landprogramm zu 100 % kompensiert

### **Optional buchbare Leistungen**

- Innerdeutsche Zubringer: ab 190 €
- Rail& Fly 2. Klasse: 95 €, 1. Klasse: 160 €
- Reiseschutz.\* Gern machen wir Ihnen ein Angebot über unseren Partner, die ERGO Reiseversicherung, als Jahresschutz oder einmalig für diese Reise.
- Aufpreis pro Person DZ Kat. Vogelnest/Aurora Tree House (2er-Belegung) | 800,00 €
- Aufpreis pro Person EZ Kat. Vogelnest/Aurora Tree House | 1.580,00 €

### **Nicht im Preis enthalten**

- An- und Abreise zum Flughafen Frankfurt
- Getränke und Verpflegung, soweit nicht anders im Programm erwähnt
- Trinkgelder und sonstige persönliche Ausgaben

## **An- & Abreise**

Die Anreise erfolgt mit Lufthansa bzw. Scandinavian Airlines von Frankfurt via Stockholm nach Umeå. Die Rückreise erfolgt mit Scandinavian Airlines bzw. Lufthansa von Umeå via Stockholm nach Frankfurt. Die **voraussichtlichen** Flugzeiten lauten wie folgt (**Änderungen vorbehalten!**):

LH 804 12.10.2026 13:20 FRANKFURT

12.10.2026 15:25 STOCKHOLM ARLANDA APT

SK 28 12.10.2026 16:00 STOCKHOLM ARLANDA APT

12.10.2026 17:05 UMEA

SK 25 19.10.2026 07:20 UMEA

19.10.2026 08:25 STOCKHOLM ARLANDA APT

LH 801 19.10.2026 10:05 STOCKHOLM ARLANDA APT

19.10.2026 12:15 FRANKFURT

Für die Anreise zum Flughafen bieten wir Ihnen gerne Rail&Fly Tickets an. Auch innerdeutsche Zubringer sowie ein Upgrade auf Business-Class sind auf Anfrage möglich.

Rail&Fly-Ticket, 2. Klasse, retour	Rail&Fly-Ticket, 1. Klasse, retour
95 €	160 €

## Einreisebestimmungen

Zur Einreise benötigen Staatsangehörige aus Deutschland und Österreich einen gültigen Personalausweis bzw. Schweizer Staatsangehörige eine gültige Identitätskarte. Ein Reisepass ist nicht notwendig, kann aber ebenfalls zur Reise genutzt werden.

Die Einreisebedingungen für weitere Nationalitäten teilen wir Ihnen gerne auf Anfrage mit.

Besondere Impfungen sind für Schweden derzeit nicht vorgeschrieben.

Die jeweils aktuellen Reise- und Sicherheitshinweise finden Sie auf der Website des Auswärtigen Amts: <https://www.auswaertiges-amt.de/de>

## Reiseschutz\*

Haben Sie bereits an Ihren Reiseschutz gedacht?

Wir empfehlen den Abschluss einer Reiserücktritts- und Reiseabbruch-Versicherung\* zur Deckung der Rückführungskosten bei Unfall oder Krankheit sowie einer Auslandskrankenversicherung. Oft lohnt sich ein Vergleich der Preise der Jahres- und Einzelversicherung. Gerne beraten wir Sie mit einem konkreten Angebot unseres Versicherungspartners **ERGO Reiseversicherung AG** passend zu Ihrem Reisepreis. Ebenso finden Sie in Ihren Buchungsunterlagen „Ihr Reiseschutz – Für alle Fälle“ weitere Informationen.

# Unterkunft, Verpflegung & Transfers

Wir übernachten in der **Eco-Lodge "Granö Beckasin"** in Granö, naturnah im Wald und direkt am Ufer des Umeälven gelegen. Das **Eco-Hotel** der Lodge wurde 2014 gebaut und ist idealer Ausgangspunkt, um die Wildnis Schwedisch Lapplands zu erleben. Die Unterkunft besticht durch ihre gesamtheitliche Nachhaltigkeit, Regionalität und hohe Qualität. Dazu zählen die Verwendung natürlicher und ökologischer Materialien aus einheimischem Holz. In der Küche des Hotels stammen die hausgemachten Produkte vorwiegend von lokalen Produzenten.

**Lage:** Die Eco-Lodge "Granö Beckasin" liegt zwischen den größeren Orten Umeå und Lycksele, ca. 1 Fahrstunde vom Flughafen Umeå entfernt.

**Kategorie:** Eco-Lodge/Eco-Hotel

**Ausstattung:** Restaurant, Sauna, HotTubes.

**Zimmer:** Das Eco-Hotel verfügt über 12 Zimmer. Alle Zimmer sind im skandinavischen Stil eingerichtet und mit Bad oder Dusche/WC ausgestattet. Einzelzimmer sind Doppelzimmer zur Alleinnutzung.

In unserem Reisepreis ist das Frühstück, einige Mittagessen/Outdoorlunch und alle Abendessen enthalten (Details siehe Leistungsübersicht). Das Frühstück und das Abendessen lassen wir uns im Restaurant im Haupthaus der Lodge schmecken.

Die Transfers finden in einem Reisebus statt.

## Reisebarometer – So Wird's

Unser Reisebarometer erlaubt Ihnen einen einfachen Vergleich zwischen unseren Gruppenreisen. So finden Sie garantiert eine Reise, die zu Ihren Wünschen passt.

Naturerlebnisse	1	2	3
Fitness-Faktor	1	2	3
Kulturelle Höhepunkte	1	2	3
Muße & Entspannung	1	2	3
Alltag & Begegnung	1	2	3





Diese Reise ist nicht geeignet für mobilitätseingeschränkte Reisende.

## Ihre Reiseleitung

Bei REISEN MIT SINNEN sind Sie immer in guten Händen, natürlich auch während Ihrer Reise. Wir legen Wert auf eine hochwertige und kompetente Reiseleitung. Sie, als unsere Gäste möchten Ihr Reiseziel mit allen Sinnen erleben und erwarten eine fachlich wie persönlich kompetente Reiseleitung, einen Menschen, der das besuchte Land kennt, mit Freude durch das Programm führt und als Vermittler zwischen den Kulturen agiert. Die vielfältigen Ansprüche sind uns und unseren Reiseleitern bewusst. Qualifizierungsworkshops und eine sorgfältige Auswahl sind bei uns obligatorisch. Ihre Reise wird begleitet von einer qualifizierten und Deutsch sprechenden Insider-Reiseleitung. Unsere Deutsch sprechenden Insider-Reiseleiterinnen und -Reiseleiter kennen das bereiste Land bestens. Sie sind dort geboren, leben seit vielen Jahren in Ihrem Reiseland oder sind regelmäßig vor Ort. Sie haben Kontakte vor Ort, mit denen Ihnen Türen geöffnet werden, die vielleicht sonst verschlossen blieben. Dadurch ermöglichen wir einen direkten Kontakt und ein Begegnen auf Augenhöhe.

### Ihre Reiseleiterin Anja Menzel

---



Anja wohnt in Hamburg und ist freiberufliche Fotografin und Reisejournalistin. Ihre Begeisterung für die Natur und Kultur teilt Anja aktiv mit ihren Gästen auf Wander- und Fotoreisen sowie Naturführungen. Ihr ist es besonders wichtig, Begegnungen zwischen den Reisenden und Einheimischen zu ermöglichen und Einblicke in deren Alltagskultur zu geben.

# Ausrüstung und Kleidung

Nehmen Sie möglichst einen Rollkoffer oder eine bequem zu tragende Reisetasche mit. Während der Schneeschuhwanderungen oder auch für weitere Tagesausflüge empfiehlt sich ein Rucksack – praktisch auch als Handgepäck für den Flug!

- Rollkoffer, Reisetasche oder Rucksack
- Tagesrucksack
- eingelaufene Wanderschuhe mit Profilsohle
- Wanderhose
- (Regen-) Jacke, Pullover
- leichte Halbschuhe
- leichte Bekleidung & Schuhe
- langärmelige T-Shirts
- Fotoausrüstung und Akkus bei digitaler Fotografie
- Sonnenbrille, Sonnencreme
- Reiseapotheke „Erste Hilfe“, persönliche Medikamente, Moskitoschutz
- wiederauffüllbare Wasserflasche für die Aktivitäten in der Natur
- Bargeld
- Kredit- und/oder EC-Karte
- Reiseliteratur

Die Liste soll nur als Richtschnur dienen. Wichtig: Nehmen Sie bitte nicht zu viel mit. Bei Fragen zu der notwendigen Ausrüstung stehen wir Ihnen selbstverständlich gerne mit weiteren Informationen zur Verfügung.

# IN EIGENER SACHE: UNSERE PHILOSOPHIE

## REISEN MIT SINNEN und Nachhaltigkeit



Es ist unser Ziel, den Tourismus in den jeweiligen Reiseländern so zukunftsorientiert und verträglich wie möglich zu gestalten. Wir erfüllen den strengen Kriterienkatalog des **„forum anders reisen“** für ein umweltgerechtes und sozial verantwortliches Reisen und plädieren, wie inzwischen über 120 Unternehmen, für einen auf Nachhaltigkeit aufgebauten Tourismus mit besonders hoher Qualität. Als **Gründungsmitglied** setzen wir uns als einer

der ersten für die Belange der Umwelt und der Menschen in den bereisten Ländern ein. Wir beziehen die lokale Bevölkerung in den Reiseländern mit ein und helfen dabei, faire Arbeitsbedingungen zu schaffen.



**Corporate Social Responsibility (CSR)** bezeichnet die soziale und ökologische Verantwortung von Unternehmen für die Auswirkungen ihrer Geschäftstätigkeit über die gesetzlichen Forderungen hinaus. Um diese Verantwortung wahrzunehmen und zu einer nachhaltigen Entwicklung beizutragen, müssen Unternehmen ihr Kerngeschäft daran ausrichten. Es geht nicht um einzelne „gute Taten“, sondern eine im gesamten Unternehmen verankerte strategische Ausrichtung, die Berücksichtigung der Anspruchsgruppen und eine ethische Unternehmenskultur.

2009 wurde REISEN MIT SINNEN als Pilotunternehmen überprüft und mit dem CSR-Siegel ausgezeichnet. 2011, 2014, 2018 & 2023 wurde das Unternehmen erneut in einer Rezertifizierung anhand des Kriterienkatalogs des forum anders reisen e.V. bewertet und vor allem die Weiterentwicklung verfolgt. Erfolgreich wurden wir drei weitere Male mit dem CSR Siegel ausgezeichnet. Es zeigt uns, dass wir mit unserer Überzeugung und dem Konzept für einen fairen Tourismus auf dem richtigen, aber noch langen Weg sind.

2009 wurde REISEN MIT SINNEN als Pilotunternehmen überprüft und mit dem CSR-Siegel ausgezeichnet. 2011, 2014, 2018 & 2023 wurde das Unternehmen erneut in einer Rezertifizierung anhand des Kriterienkatalogs des forum anders reisen e.V. bewertet und vor allem die Weiterentwicklung verfolgt. Erfolgreich wurden wir drei weitere Male mit dem CSR Siegel ausgezeichnet. Es zeigt uns, dass wir mit unserer Überzeugung und dem Konzept für einen fairen Tourismus auf dem richtigen, aber noch langen Weg sind.

## Ökologisches und Soziales Engagement

Wir möchten unserer Verantwortung gerecht werden und Zeichen für einen nachhaltigen Tourismus mit Zukunft setzen. REISEN MIT SINNNEN engagiert sich deswegen bereits seit seiner Gründung weltweit für soziale und naturschutzorientierte Projekte – viele dieser Projekte besuchen wir auch auf unseren Reisen. Zu unseren Partnern gehören unter anderem die Orang-Utan-Projekte, Red Ape Encounters, das Ribeira Bote Projekt auf den Kapverden und ein nachhaltiges Tourismusprojekt auf den Philippinen. Des Weiteren unterstützen wir viele andere Projekte weltweit.

## ES GEHT UMS FLIEGEN UND UM KLIMASCHUTZ

nachdenken • klimabewusst reisen

atmosfair



In Zusammenarbeit mit dem „forum anders reisen“ entstand 2003 **atmosfair**. Die zunehmende Belastung des Weltklimas durch den rasch wachsenden Flugverkehr stellt die Weltgemeinschaft vor erhebliche Herausforderungen.

Menschen im globalen Süden leiden am stärksten an den Folgen des Klimawandels, die sie nicht verursacht haben. Flugreisen belasten die Umwelt stark durch den Ausstoß von CO<sub>2</sub>. Unsere Erdatmosphäre trägt jedoch nur eine bestimmte Menge an Kohlendioxid.

**Diese Emission gleichen wir zu 100% aus.** Wir zahlen einen von den Emissionen abhängigen Klimaschutzbeitrag an die Klimaschutzorganisation atmosfair, der dazu verwendet wird, erneuerbare Energien in Ländern auszubauen, wo es diese Technologien kaum gibt, also vor allem in Ländern des Südens. Durch diese Maßnahmen von atmosfair wird global gesehen CO<sub>2</sub> eingespart. Gleichzeitig profitieren die Gesellschaften und Menschen vor Ort, durch Schaffung neuer Arbeitsplätze und den Zugang zu sauberer und ständig verfügbarer Energie. Das ist verknüpft mit mehr Bildung und Chancengleichheit.

## PRIMA KLIMA – zu 100 % KLIMANEUTRAL REISEN!

Klimafreundlich reisen – bei REISEN MIT SINNNEN zu 100 % inklusive. Achten Sie auf unsere Klimaschutz-Zeichen. Bei allen Reisen kompensieren wir Ihre Flug- oder Bahnreise und



das komplette Landprogramm in den Zielgebieten über atmosfair zu 100 %.

Das Fliegen wirkt sich, wie Sie in der Grafik leicht erkennen können, besonders negativ auf unser Klima aus. Unsere Kompensationszahlungen kommen vor allem dem Energiesparprojekt „Neue Energie für Nepal“ zugute. Dem Klima ist es gleich, wie und wo es global geschützt wird. Hauptsache, es passiert. Weitere Informationen siehe [www.atmosfair.de](http://www.atmosfair.de).

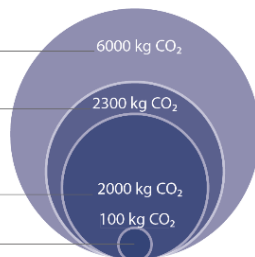
Frankfurt-Singapur  
(Hin und zurück, Economy)

Klimabudget einer Person pro Jahr, um  
die Klimaerwärmung auf 2° C zu  
begrenzen

Wohnen,  
Transport, Freizeit, etc.

Ein Jahr Autofahren,  
35 km pro Tag

Kühlschrank,  
ein Jahr



## DAS ENERGIESPARPROJEKT „NEUE ENERGIE FÜR NEPAL“

Nach den verheerenden Erdbeben im April und Mai 2015 in Nepal unterstützt atmosfair kontinuierlich den Wiederaufbau in der Region. Zur Sicherung der Existenzen der dort lebenden Menschen wurde das Projekt Climate Trek Nepal initiiert. Neben den Lodges entlang der Treks wurden bereits auch Schulen, Krankenstationen und Bildungseinrichtungen erdbebenfest und ressourcenschonend wiederaufgebaut sowie mit erneuerbaren Energien versorgt. Je nach Bedarf vor Ort kommen dabei Solar-Panels für Strom, Biogasanlagen und effiziente Öfen zum Kochen sowie solare Warmwasseranlagen zum Einsatz.



Nach der Eröffnung des ersten Climate Treks in der Region Helambu 2018 wird aktuell an einem zweiten klimafreundlichen Trekkingpfad in der Region Langtang gebaut. Neben den Lodges entstehen hier eine Krankenstation, ein Gemeindezentrum, ein Altenheim und ein Abfallwirtschaftsprogramm, alles wiederum ressourcenschonend und mit erneuerbaren Energien.

Mit Ihrer Spende möchten atmosfair und REISEN MIT SINNEN sowohl die Unterkünfte mit mobilen Energieträgern als auch die längerfristige Instandsetzung der Energieversorgung durch erneuerbare Energien finanzieren. Ziel ist es, so den energetischen Wiederaufbau Nepals mittels CO<sub>2</sub>-armen und ressourceneffizienten Technologien zu unterstützen.

# SCHUTZ DER KINDER VOR WIRTSCHAFTLICHER UND SEXUELLER AUSBEUTUNG

REISEN MIT SINNEN bekennt sich ausdrücklich zum Schutz der Kinder vor sexueller und wirtschaftlicher Ausbeutung in den Reisedestinationen. 2014 haben wir ganz offiziell den Code of Conduct unterschrieben. Ziel der Mitgliedschaft im Code ist die systematische Einbindung spezifischer Maßnahmen in das Unternehmen. Dabei geht es auch um die Informationsweitergabe und Sensibilisierung unserer Gäste und Partnern in den Ländern. Wir möchten Ihnen einen Weg aufzeigen, wie Sie als Reisender reagieren können, wenn unterwegs ein Verdacht aufkommt. Viele Augen sehen mehr!



Wenn Sie in diesem Zusammenhang eine auffällige Situation oder sogar eine Straftat beobachtet haben, in der Kinder gefährdet sein könnten, dann zeigen Sie Zivilcourage und melden Sie Hinweise und Verdachtsfälle sexueller Ausbeutung von Kindern im Tourismus auf folgender Website: [www.nicht-wegsehen.net](http://www.nicht-wegsehen.net).

Weitere Informationen erhalten Sie bei ECPAT Deutschland e.V.: [www.ecpat.de](http://www.ecpat.de).

## UNTERWEGS MIT REISEN MIT SINNEN

Sie reisen in kleinen Gruppen von 4 bis 14 Personen. Bei besonders sensiblen Reisen liegt die maximale TeilnehmerInnenzahl bei 6 oder 8 Gästen. Dies ermöglicht es Ihnen, das jeweilige Reiseland intensiver und mit allen Sinnen zu erleben. Ein hohes Maß an Flexibilität ist garantiert, so dass auf individuelle Wünsche und Bedürfnisse eingegangen werden kann. Eine kleinere Gruppe hinterlässt zudem geringere Spuren im Gastgeberland und ermöglicht einen leichteren Kontakt zur lokalen Bevölkerung.

REISEN MIT SINNEN konzipiert seine Reisen im Hinblick auf eine nachhaltige Entwicklung im Reiseland. Dabei ist es uns besonders wichtig, die ökologischen und sozialen Aspekte mit einzubeziehen. Die lokale Agentur vor Ort ist von zentraler Bedeutung, da durch sie das Reiseland sehr authentisch nähergebracht und die lokale Wirtschaft gefördert wird. Wir wählen bewusst Partner, die das Prinzip des nachhaltigen Reisens verinnerlicht haben und aktiv in diesem Bereich arbeiten.



## AUF UNSERER WEBSITE

Für mehr Oooh & Aaah-Momente besuchen Sie uns auf unserer Website unter [www.reisenmitsinnen.de](http://www.reisenmitsinnen.de)

Weitere Informationen zu unserem Leitbild, dem „forum anders reisen“ und unseren Projektpartnern finden Sie unter [www.reisenmitsinnen.de/reisen-mit-sinnen/reisephilosophie](http://www.reisenmitsinnen.de/reisen-mit-sinnen/reisephilosophie)

Den Nachhaltigkeitsbericht sowie weitere Informationen zum Thema CSR finden Sie unter [www.reisenmitsinnen.de/unsere-verantwortung](http://www.reisenmitsinnen.de/unsere-verantwortung).

Kennen Sie schon unseren Blog? Unter [www.reisenmitsinnen.de/blog/](http://www.reisenmitsinnen.de/blog/) finden Sie aktuelle Artikel und Wissenswertes zu uns und unseren Destinationen.



Verfolgen Sie uns auch auf Facebook! Klicken Sie auf „gefällt mir“ unter [www.facebook.com/reisenmitsinnen](http://www.facebook.com/reisenmitsinnen) und werden Sie Teil des REISEN MIT SINNEN - Freundeskreises.

## This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

## This image shows a single sheet of white paper with horizontal ruling lines. The lines are evenly spaced and run across the width of the page. There are no margins, text, or other markings on the paper.

# Beratung und Buchung

Ihre Buchungsbestätigung erhalten Sie als PDF-Dokument per E-Mail.

Spätestens zwei Wochen vor Reisebeginn erhalten Sie per Post Ihre „Letzten Reiseinformationen“ mit allen notwendigen Reiseinformationen.

Ihr Reiseberater: Lars Bäumer

---



„Wenn sich die Laubbäume von Grün zu Gelb und von Orange zu Rot färben, beginnt die goldene Jahreszeit: Der Herbst mit seinen leuchtenden Farben lädt ein, die Natur Schwedisch Lapplands mit allen Sinnen zu genießen.“

0049 (0)231 589792-27

[lars.baeumer@reisenmitsinnen.de](mailto:lars.baeumer@reisenmitsinnen.de)

## REISEN MIT SINNEN

Pardon/Heider Touristik GmbH  
Erfurter Straße 23  
44143 Dortmund

Fon 0049 (0)231 589792-0

Fax 0049 (0)231 164470

[info@reisenmitsinnen.de](mailto:info@reisenmitsinnen.de)

[www.reisenmitsinnen.de](http://www.reisenmitsinnen.de)

## Öffnungszeiten

montags bis freitags

09.00 - 16.00 Uhr

Stand: Januar 2026

Diese Broschüre wurde auf chlorfrei gebleichtem FSC-Papier gedruckt.