

DIE MIT DEM OOOH & AAAH

REISENMIT  
SINNEN

REISEN MIT SINNEN  
Pardon/Heider Touristik GmbH  
Erfurter Str. 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)

# KANAREN

## INSELHOPPING AUF LA PALMA & EL HIERRO

**12-tägige Natur- und Erlebnisreise mit  
qualifizierter Reiseleitung**



# Highlights

Tajogaite - Auf den Spuren des jüngsten  
Vulkanausbruches im Jahre 2021

Hoch hinaus auf La Palmas höchsten Berg Roque de  
los Muchachos

Besuch des Informationszentrums über das  
Biosphärenreservat El Hierro

Weinprobe in El Pinar

ErlebnisReise

La Palma & El Hierro

12 Tage, 10-16 Gäste

Wandern, Natur, Alltagskultur

Reiseleitung: Ralf & Rob

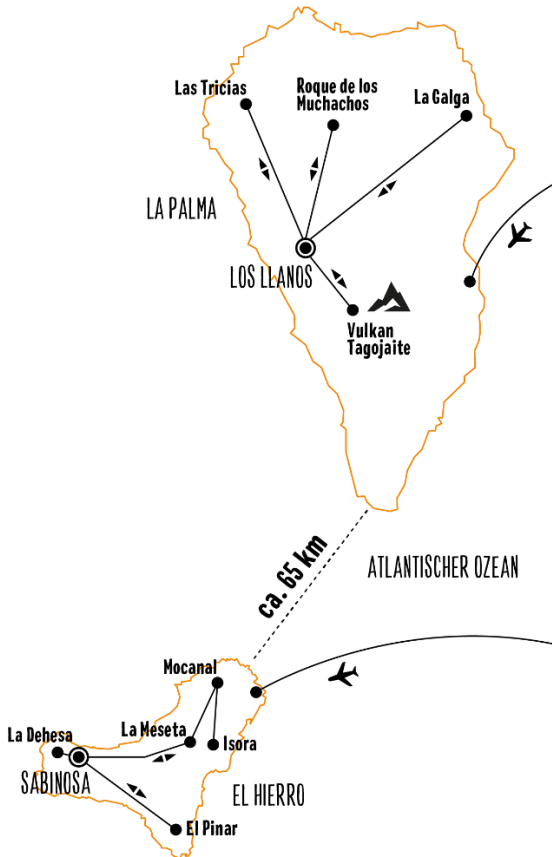
# Prima Klima



Klimafreundlich reisen inklusive. Bei dieser Reise kompensieren wir die CO<sub>2</sub>-Emission Ihrer Flug- oder Bahnreise 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



Begleiten Sie uns auf eine Reise zu den Schätzen von La Palma und El Hierro. Tauchen Sie ein in die authentische Atmosphäre dieser Inseln, fernab von Massentourismus. Hier können Sie die wahre Essenz der Kanarischen Inseln in ihrer ursprünglichen Pracht erleben. Herzlich willkommen zu einer Reise, die Ihre Sinne begeistern wird. "La Isla Bonita" - "Die schöne Insel" bezaubert mit ihren gegensätzlichen Landschaften, El Hierro – die "Insel mit Seele", ist die kleinste und westlichste der Kanarischen Inseln, die durch geheimnisvolle Nebelwälder und üppig grüne Naturvielfalt besticht. Beide Inseln wurden zum UNESCO-Biosphärenreservat erklärt.

# Reiseverlauf - 12 Tage

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

Die Angaben zu den Wanderstrecken und -zeiten, Flug-, Fähr- und Transferzeiten sind angenäherte Erfahrungswerte und können je nach Straßenbeschaffenheit und Verkehrsaufkommen variieren. Transferzeiten von unter einer Stunde pro Tag sind nicht angegeben.

## 1. Tag: Anreise nach La Palma

---

Individuelle Anreise nach La Palma. Für einen ersten Eindruck unternehmen wir einen Spaziergang durch die Altstadt von Santa Cruz de la Palma, mit ihrer reichen Geschichte. Bei einem Willkommensgetränk besprechen wir mit unserem Reiseleiter Rob das Programm und die Wanderungen der nächsten Tage.

Übernachtungen: 6 Nächte im Hotel Benahoare

Verpflegung: -/-/A



## **2. Tag: Unterwegs im Zauberwald**

---

Eine Wanderung für Botanik-Liebhabende! Wir starten in der Schlucht Cubo de la Galga mit ihren riesigen Farnen, Lorbeerbäumen und Schlingpflanzen. Danach Fahrt zum Aussichtspunkt La Somada Alta, der einen großartigen Panoramablick bietet.

Von hier aus führt uns ein absteigender Weg in das malerische Dorf San Bartolo, wo wir Rob, den für hier typischen lokalen Kaffee, den Barraquito, mit atemberaubendem Blick auf die Nordküste, probieren können.

Wanderung Gehzeit: ca. 3,5 Std., ca. 7 km, +350 Hm / -550 Hm, moderat

Verpflegung: F/-/A



## **3. Tag: Traumpfad im Norden und ethnografischer Thementag mit prähistorischen Petroglyphen**

---

Auf den Spuren der Zeichen der Vergangenheit wandern wir von Las Tricias aus durch idyllische Landschaften im Nordwesten. Wie ein verlorenes Paradies liegen exotische Bauernhöfe neben jahrhundertealten Drachenbäumen und Mandelbaumplantagen. Die Buracas-Höhlen mit ihren prähistorischen Steinritzungen versetzen uns zurück in die Zeit der Ureinwohnenden der Insel, die in einer kulturell der Steinzeit nahestehenden Gesellschaft lebten.

Wanderung Gehzeit: ca. 3 Std., ca. 6 km, +100 Hm / -400 Hm, moderat

Verpflegung: F/-/A

## **4. Tag: Der jüngste Vulkan der Insel: Tagojaite**

---

Vulkanische Aktivitäten sind die Hauptursache für die Entstehung der Insel La Palma, die zusammen mit El Hierro die geologisch jüngste Insel des Kanarischen Archipels ist. Heute werden wir Spuren der jüngsten Vulkanausbrüche auf der Insel entdecken. In den letzten 500 Jahren gab es acht Ausbrüche. An den letzten vom 19.09.2021 erinnern sich viele von uns. Das entstandene Land (Malpais) ist das jüngste, welches in ganz Europa, als auch in Afrika geformt wurde.

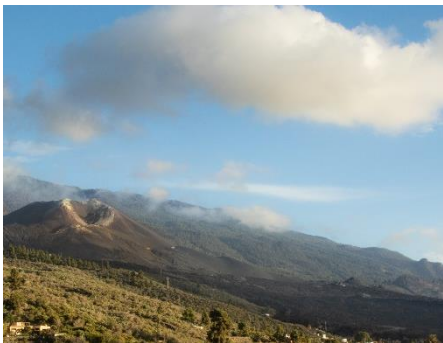
Bei einem Spaziergang durch die Lavaasche und Lapilli, die in der Gegend abgelagert wurden, können wir die Schäden an der Vegetation und die unglaubliche Regenerationskraft der kanarischen Kiefer nachvollziehen. Kurz bevor wir den Kraterrand erreichen, haben wir einen beeindruckenden Blick auf den erkalteten Lavastrom, der mehrere bewohnte Orte im Aridane-Tal in Mitleidenschaft gezogen und die Geografie der Insel sowie das Leben vieler Menschen für immer verändert hat.

Rob hat den gesamten Ausbruch miterlebt und kann facettenreiche Details erzählen.

Der Nachmittag steht zur freien Verfügung. Gerne gibt Rob Tipps für Unternehmungen und schöne Plätze zum Entspannen.

Wanderung Gehzeit: ca. 3 Std., ca. 5 km, +200 Hm / -200 Hm, moderat

Verpflegung: F/-/A





## **5. Tag: Auf dem Inselgipfel "Roque de Los Muchachos"**

---

Da La Palmas höchster Berg über einen Wanderweg erreichbar ist, verspüren immer mehr Naturliebhabende das Bedürfnis, den Roque de Los Muchachos zu besteigen, um von oben (2.426m) die gesamte Insel zu betrachten. Spektakuläre alte Pfade durchqueren die Bergregion. Sie wurden von den Inselbewohnern genutzt, um ihre Waren mit Eseln von Ort zu Ort zu transportieren. Unsere Route beginnt am Pico de la Cruz (2.351m) und führt letztendlich zum Roque de Los Muchachos.

Wir erblicken unmittelbar die beeindruckenden Abgründe, die zur Caldera de Taburiente führen; über 1.000 Meter hohe Klippen, die einen halbkreisförmigen Rand mit einem Umfang von 27 Kilometern bilden. Die Aussicht ist spektakulär und zeigt jeden Winkel der Insel. Der Weg schlängelt sich auf dem Kraterand zwischen den Berggipfeln sanft auf und ab. Das astrophysikalische Observatorium von Roque de Los Muchachos liegt ganz in der Nähe des höchsten Gipfels. Eine Reihe von futuristischen Metallkuppeln beherbergen Weltraumbeobachtungsinstitute verschiedener europäischer Länder.

Wanderung Gehzeit: ca. 3,5 Std., ca. 6 km, +150 Hm / -300 Hm, moderat

Verpflegung: F/-/A



## **6. Tag: Weiterreise nach El Hierro**

---

Inselflug via Teneriffa-Nord nach Valverde/Hierro und Empfang am Flughafen von unserem Reiseleiter Ralf. Transfer zum 3\*- Hotel "Pozo de la Salud" im Westen der Insel. Nachdem wir unsere Zimmer gezogen haben, treffen wir uns mit Ralf zu einem Begrüßungs- und Infogespräch bei einem Glas lokalem Wein. Nach einem kleinen Rundgang wird das kanarische 3-Gang-Abendessen im Hotelrestaurant serviert.

Übernachtungen: 5 Nächte im Hotel Balneario Pozo de la Salud

Verpflegung: F/-/A



## **7. Tag: Von den Viehweiden der Hochebene La Meseta zur "Schmerzensklippe"**

---

Zunächst werden wir mit dem Bus zum eindrucksvollen Mirador Jinama (1.230m) gebracht. Er liegt am Rande des fruchtbaren Golfo-Tals mit seinen subtropischen Obstplantagen. Von hier aus durchqueren wir die lieblichen Hochweiden von Nisdafe mit ihren endlosen Steinmauern, die uns an Irland oder Cornwall erinnern. Traditionelle Viehzucht wird auf dieser fruchtbaren und sattgrünen Hochebene bis heute ebenfalls noch praktiziert. Nachdem wir das höchst gelegene Dorf der Insel, San Andrés, erreicht haben, wandern wir mit Blick auf das Meer Richtung Guarazoca.

Das futuristische Gebäude, Mirador de la Peña, entworfen vom kanarischen Künstler und Architekten César Manrique, liegt auf dem Weg.



Eine Kaffeepause mit Gebäck und fantastischen Ausblicken in das Golftal, belohnen uns für die physische Anstrengung der Wanderung. Nach der Pause wandern wir auf kleinen Nebenstraßen und Feldwegen noch etwa 1 Std. nach Mocanal und werden von dort mit dem Bus abgeholt.

Wanderung Gehzeit: ca. 4 Std., ca. 10 km, -550 Hm, moderat

Verpflegung: F/-/A

## **8. Tag: Von Mocanal bis zum tiefblauen Meer**

---

Nach einem Transfer nach Mocanal steigen wir auf einem alten gepflasterten Verbindungsweg zur Küste ab.

Pozo de las Calcosas wurde schon kurz nach der spanischen Eroberung als Fischerdorf gegründet. Die teilweise strohgedeckten Häuser gehen auf das 15. Jh. zurück. Die Siedlung wurde auf einer erstarrten Lavazunge dicht am Meer gebaut und ist heute nicht mehr ständig bewohnt. Das Dorf ist bekannt für seine Meerwasserpools. Wir haben evtl. die Möglichkeit, ein erfrischendes Bad in den Natur-Schwimmbecken zu nehmen.

Abholung dort mit dem Bus und Fahrt nach Isora zum Besucherzentrum des Biosphärenreservats El Hierro. Hier bekommen wir einen guten Einblick über die Nachhaltigkeit und den "grünen Weg" der Insel. Anschließend Rückfahrt zum Hotel.

Wanderung Gehzeit: ca. 2 Std., ca. 4 km, -250 Hm, leicht

Verpflegung: F/-/A



## **9. Tag: Tag zur freien Verfügung**

---

Nach dem stärkenden Frühstücksbuffet im Hotel, können heute die eigenen Pläne und Wünsche umgesetzt werden. Eine der Möglichkeiten wäre es, vom Hotel aus nach Arenas Blancas zu wandern und den aufregenden Küstenweg zum Arco de las Toscas unter die Füße zu nehmen. Eine andere Variante ist es, mit dem Linienbus zum Echsenaufzuchtgehege und Freiluftmuseum Guinea in der Gemeinde Frontera zu fahren und an einer Führung teilzunehmen. Von hier geht es auch zu Fuß (1 Std.) zur famosen Badestelle La Maceta. Auch eine Höhlenwanderung oder eine geführte E-Bike Tour lässt sich organisieren. Abends gemeinsames Abendessen.

Verpflegung: F/-/A



## **10. Tag: Zum Inselheiligtum im äußersten Westen und den "schiefen Wacholderbäumen" - der La Dehesa.**

---

Eine längere Fahrt durch das südwestlichste Gebiet Europas bringt uns auf das Hochplateau La Dehesa (die Gemeinweide) oberhalb des Weindorfes Sabinosa. Es ist seit Menschengedenken Hirtengebiet und heute noch unbesiedelt. Diese am Rand des Ozeans gelegene Ebene ist bekannt für zwei besondere Sehenswürdigkeiten. Erstens die Kapelle Ermita de los Reyes, welche die wundertätige Schutzpatronin der Insel beherbergt.

Zweitens die faszinierend verformten Sadebäume (El Sabinar/Juniperus turbinata), die nach neuesten Schätzungen bis zu 800 Jahre alt und pflanzliches Wahrzeichen Hierros sind. Wir besuchen beide Orte und steigen im Anschluss zum Mirador de Lomo Negro an der Westküste ab, wo uns bereits der Bus für die Rückfahrt zum Hotel erwartet.

Wanderung Gehzeit: ca. 4 Std., ca. 7,5 km, +150 Hm / -450 Hm, moderat



## **11. Tag: Grandioser Kiefernwald und Weinverkostung**

---

Wir starten am Grill- und Zeltplatz Hoya de Morcillo in der Inselmitte und staunen über die sehr alten Kiefern am Wegesrand. Ein bequemer Weg führt in die Obstgärten von El Pinar hinein, das ehemals "rote Dorf" der Insel. Zu einer ersten Rast steigen wir auf den Tanajara, den Hausberg von El Pinar. Jetzt wandern wir über einen uralten Verbindungsweg zur fruchtbaren Senke Hoya del Gallego mit ihren kräftigen Feigenbäumen. Von hier aus schlängelt sich der Weg in die Weinberge hinein. Schmucke Bauernhäuser begleiten den Weg mit Ausblicken auf die faszinierenden Vulkane des Südens. Langsam, aber stetig gelangen wir in das Herz von El Pinar und zur Bodega Elysar. Die Einkehr mit Weinprobe und Tapas haben wir uns verdient. Der Winzer wird uns viel Interessantes über den Anbau und die Rebsorten erzählen. Rückfahrt zurück zum Hotel.

Wanderung Gehzeit: ca. 3 Std., ca. 8 km, + / -200 Hm, leicht

Verpflegung: F/-/A

## 12. Tag: Abreise

---

Leider heißt es heute Abschied nehmen von der rauen Schönheit El Hierros. Flug nach Teneriffa Nord und Bustransfer zum Flughafen Teneriffa Süd zur individuellen Heimreise.

Verpflegung: F/-/-



## Teilnehmer & Teilnehmerinnen

10 bis 16 Personen

## Termine & Preise

LPZ-240501	Mi. 01.05.	- So. 12.05.2024	2.890 €
LPZ-240918	Mi. 18.09.	- So. 29.09.2024	2.890 €

**Einzelzimmerzuschlag:** 550 €

Hinweis für Alleinreisende: Die Buchung eines halben Doppelzimmers ist je nach Verfügbarkeit möglich. Falls zum Zeitpunkt Ihrer Buchung noch kein gleichgeschlechtlicher Zimmerpartner angemeldet ist, berechnen wir einen reduzierten Einzelzimmerzuschlag von 60%. Bei voller Belegung des Doppelzimmers wird dieser Zuschlag umgehend gutgeschrieben.

Anzahlung: 20 % des Reisepreises. Restzahlung 21 Tage vor Reisebeginn.  
Letzte Rücktrittsmöglichkeit durch uns: 21 Tage vor Reisebeginn.

Frühbucherrabatt: 3 % auf den Grundreisepreis bei Buchung bis zu 6 Monate vor Reisebeginn.

## Im Preis enthalten

- Inselflug La Palma - El Hierro
- Inselflug El Hierro – Teneriffa Nord
- Alle Transfers laut Programm im Privatfahrzeug
- 11 Übernachtungen im Doppel-/Einzelzimmer (s. Unterkünfte)
- 11x Frühstück, 11x Abendessen
- Qualifizierte deutschsprachige Reiseleitung durch die beiden genannten Reiseleiter
- Programm-Details: 4 geführte Tageswanderungen auf La Palma, 4 geführte Tageswanderungen auf El Hierro, Weinprobe mit Tapas, Besuch des Besucherzentrums des Biosphärenreservats El Hierro
- Wunsch-Reiseführer (mit Gutscheincode für unseren Shop)
- CO2-neutral reisen! Flüge und Landprogramm zu 100 % kompensiert

## Optional buchbare Leistungen

- Internationale Flüge. Gerne sind wir Ihnen bei der Organisation behilflich.
- Rail&Fly 2. Kl.: 85 € / Rail&fly 1 Kl.: 155 €
- Reiseschutz. Gern machen wir Ihnen ein Angebot über unseren Partner, der ERGO Reiseversicherung als Jahresschutz oder einmalig für diese Reise.
- Empfohlene Verlängerungen & Fakultative Ausflüge

## Nicht im Preis enthalten

- Internationale Flüge nach La Palma & ab Teneriffa Süd (zubuchbar)
- Getränke und Verpflegung, soweit nicht anders im Programm erwähnt
- Trinkgelder und sonstige persönliche Ausgaben

- Fakultative Ausflüge
- Eintritte und Transfers, soweit nicht anders im Programm erwähnt

## Anreise

Die Reise sieht eine individuelle An- und Abreise vor. Ab mehreren deutschen Flughäfen gibt es Direktflüge nach Teneriffa-Süd, u.a. mit Condor, Eurowings oder Lufthansa. Gerne sind wir Ihnen bei der Buchung der Flüge behilflich.

<b>Rail&amp;Fly-Ticket, 2. Klasse, retour</b>	<b>Rail&amp;Fly-Ticket, 1. Klasse, retour</b>
85 €	155 €

## Einreisebestimmungen

Die Kanaren gehören zu Spanien und somit zur Europäischen Union. Zur Einreise benötigen Staatsangehörige aus Deutschland und Österreich lediglich 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.

## 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 erstellen wir Ihnen ein konkretes Angebot.



Gerne beraten wir Sie mit einem konkreten Angebot passend zu Ihrem Reisepreis. Ebenso finden Sie in Ihren Buchungsunterlagen „Ihr Reiseschutz – Für alle Fälle“ weitere Informationen.

\*Unsere Gäste mit ständigem Wohnsitz in der Schweiz bitten wir, sich für nähere Informationen hierzu an die Vertretung der ERGO Reiseversicherung in der Schweiz zu wenden.

## Aktivitäten

8 leichte bis moderate Wanderungen mit Gehzeiten von 3-4 Std., Weinprobe mit Tapas, Besuch des Besucherzentrums des Biosphärenreservats El Hierro



Diese Reise ist nicht geeignet für mobilitätseingeschränkte Reisende.

## 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

# Unterkunft

Bei unserer Auswahl der Übernachtungsmöglichkeiten achten wir stets darauf, Komfort mit einer landestypischen Unterkunft zu verbinden. Wir steuern keine internationalen Hotelketten an. Authentizität ist uns wichtiger als „viele Sterne“.

<b>Ort/Insel</b>	<b>Hotel</b>	<b>Kategorie</b>	<b>Nächte</b>
La Palma	Hotel Benahoare	***Hotel	5 Nächte
El Hierro	Hotel Balneario Poza de la Salud	***Hotel	6 Nächte

# Verpflegung & Transfers

Die Transfers finden in privaten Fahrzeugen statt. Auf der Anreise von La Palma nach El Hierro sowie von La Palma nach Teneriffa nutzen wir die Fähre.

In unserem Reisepreis sind Frühstück und Abendessen enthalten.

# 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 Reiseleitungen bewusst. Qualifizierungsworkshops und eine sorgfältige Auswahl sind bei uns obligatorisch. Auch Nachhaltigkeit auf den Reisen ist Thema bei den Workshops.

Da wir in kleinen Gruppen reisen, hat unsere Reiseleitung die Möglichkeit, auf Ihre individuellen Wünsche direkt einzugehen und das besuchte Land real und authentisch vorzustellen.

Ihre Reise wird von einer qualifizierten REISEN MIT SINNEN-Reiseleitung begleitet. Beide sind deutschsprachig und kennen ihr Reiseland, da sie schon länger dort leben. So kann Ihnen die Kultur des Landes, welches Sie besuchen möchten, eindrucksvoll vermittelt werden.

Auf unserer Website erfahren Sie, welche Reiseleitung Ihren Reisetrip begleiten wird. Auch stellen sich unsere Reiseleiterinnen und Reiseleiter dort persönlich vor: <https://www.reisenmitsinnen.de/reisen-mit-sinnen/die-reisen-mit-sinnen-reiseleitung>

Auch in den „Letzten Reiseinformationen“, die Sie zwei bis drei Wochen vor dem Beginn Ihrer Reise erhalten, stellen wir Ihre Reiseleitung nochmals ausführlich vor.

## Rob Vanderhaeghe

Rob lebt seit 14 Jahren als Wanderführer und Reiseleiter auf der Insel La Palma. Die Liebe zur Natur hat ihn nach seinem Studium der Ethnologie und Entwicklungszusammenarbeit in Afrika und Südamerika auf die Insel La Palma gezogen. Rob spricht fünf Sprachen.



## Ralf Hoffmeister

Ralf lebt seit 17 Jahren auf El Hierro und ist ein absoluter Kenner des Archipels. Er hat sich die abgelegene Insel ausgesucht, weil er die absolute Ruhe weitab von der Hektik, die reine Luft und saubere Atlantikwasser genießt. Zudem schätzt er die atemberaubenden Wanderwege mit der großartigen Vegetation.



# Ausrüstung & Kleidung

Während der Wanderungen und Ausflüge empfiehlt sich ein Tagesrucksack - praktisch auch als Handgepäck für den Flug!

Den klimatischen Bedingungen entsprechend benötigen Sie für die Tour leichte, atmungsaktive Kleidung (T-Shirts, Hemden, Shorts und lange Hosen), eine warme Jacke oder einen Fleece-Pulli sowie einen Regenschutz.

Für die Wanderungen empfehlen wir gute Trekkingschuhe, Sandalen, eine Kopfbedeckung und eine starke Sonnencreme mit hohem Schutzfaktor.

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.

Die Liste soll nur als Richtschnur dienen.

- Rollkoffer, Reisetasche oder Rucksack
- Tagesrucksack
- Eingelaufene Wanderschuhe mit Profilsohle
- leichte Halbschuhe, eventuell Sandalen
- Softshelljacke oder einen Fleecepullover für kühlere Tage
- Leichte Regenjacke bzw. Regencape, ggf. Regenhose
- langärmelige Funktionsshirts/Hemden sowie Hosen
- leichte Bekleidung (T-Shirts, dünne Hemden und Hosen)
- Badesachen und einfache Badesandalen
- Waschzeug nach persönlichem Bedarf
- Taschen-/Stirnlampe, kleines Taschenmesser
- Nachfüllbare Trinkflaschen mit mind. 1 Liter
- Fotoausrüstung: genügend Speicherkarten und Akkus
- Sonnenbrille, -creme, -hut
- Reiseapotheke "Erste Hilfe", Blasenpflaster, persönliche Medikamente
- kleiner Reisewecker
- Kopien von Reisepass/Personalausweis
- Bargeld in EUR und/oder EC-Karte

# 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 und 2018 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 beide 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.

### Ökologisch und Sozial

Wir möchten unserer Verantwortung gerecht werden und Zeichen für einen nachhaltigen Tourismus mit Zukunft setzen. REISEN MIT SINNEN 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 atelier Mar 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



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 verträgt 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.

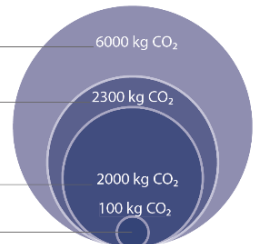
## PRIMA KLIMA - zu 100 % KLIMANEUTRAL REISEN!

Klimafreundlich reisen – bei REISEN MIT SINNEN 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 den Wiederaufbau von Schulen, Krankenstationen, touristischen Infrastrukturen sowie privaten Haushalten mit erneuerbaren Energien. Je nach Bedarf vor Ort sollen dabei Solar-Panels für Strom, Biogasanlagen und effiziente Öfen zum Kochen sowie solare Warmwasseranlagen zum Einsatz kommen.

Mit Ihrer Spende möchten atmosfair und REISEN MIT SINNEN sowohl die Soforthilfe in den Notunterkünften 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. atmosfair führt dieses Projekt gemeinsam mit dem forum anders reisen, Reisen mit Sinnen und bestehenden Projektpartnern vor Ort durch. So ist garantiert, dass die Hilfe schnell und praktisch ankommt.

## 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 Teilnehmer\*innenzahl 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.



Nicht warten, wandern! Entdecke mit unserer neuen Marke Activida Wanderreisen die schönsten Regionen Europas und der Kapverden zu Fuß: [www.activida.de](http://www.activida.de)

# Eigene Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

# Beratung und Buchung

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

Etwa zwei Wochen vor Reisebeginn erhalten Sie per Post Ihre „Letzten Reiseinformationen“ mit allen notwendigen Reiseinformationen, der Hotelliste und der Reiseliteratur.

## Ihre Reiseberaterin: Ina Fick



Auf ausgesuchten Wanderungen, gespickt mit kulturellen Aspekten erwarten uns vier der neun Azoreninseln - jede mit ihrem ganz eigenen Charme.

0049 (0)231 589792-31  
ina.fick@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

Aktueller Stand: Januar 2024

Diese Broschüre wurde auf chlorfrei gebleichtem FSC-Papier gedruckt.