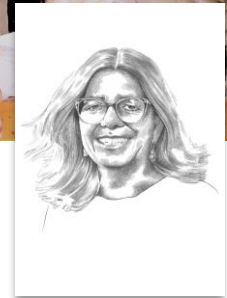


# **RUANDA**

## **DAS LAND DER FRAUEN (LESERREISE)**

12. Oktober – 22. Oktober 2024



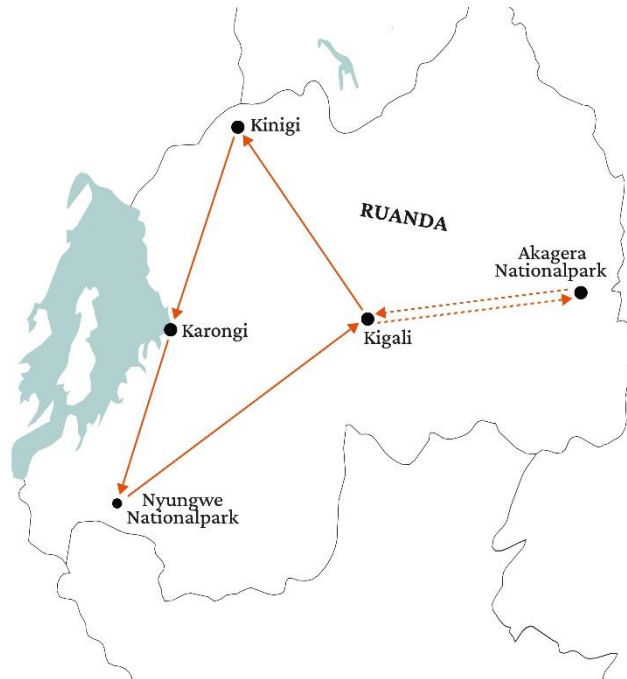
Mit der Expertin Jackie Helfenberger  
*Tourismusspezialistin*

«Diese exklusive Frauenreise führt Sie ins Land der Frauen, die das «neue» Ruanda nach dem Genozid im Jahr 1994 mit viel Mut, Unternehmergeist, Fleiss und Resilienz aufgebaut und geprägt haben. Ruanda ist eine Perle im Herzen Ostafrikas, ein von natürlicher Schönheit verwöhntes Land. Kigali verbindet mit modernen Einrichtungen und seinen geliebten afrikanischen Traditionen die neue und alte Welt. Im Volcanoes Nationalpark leben noch die weltweit einzigartigen Berggorillas. Ruanda bietet auf kleiner Fläche eine Vielzahl von interessanten und abwechslungsreichen Höhepunkten, die auf Sie warten! Unsere Expertin Jackie Helfenberger öffnet Ihnen auf dieser reinen Frauenreise die Türen zum freundschaftlichen und wirtschaftlichen Austausch mit spannenden und dynamischen Ruanderinnen.»

## HÖHEPUNKTE

- Begegnungen mit Frauen, die Ruanda bewegen
- Besuch des Volcanoes Nationalparks
- Bootsfahrt auf dem malerischen Kiwusee
- Optionale Gorilla- und Schimpansen-Trekkings
- Besuch der von Jackie Helfenberger gegründeten Sangira Hotelschule

## REISEROUTE



## IHRE EXPERTIN

Bis zur Pandemie führte Jackie Helfenberger ein Sprachreisebüro in der Schweiz. Heute leitet sie eine Berufsschule in Ruanda. Als Tourismusprofi sowie langjährige Unternehmerin in den Bereichen Sprachreisen und Praktikumsvermittlung, kann Jackie nun alle ihre erlernten Fähigkeiten und Erfahrungen in ihren neuen Unternehmungen einsetzen. Ihre Passion, Menschen kennenzulernen und sie in ihren Talenten zu fördern, sowie ihnen neue Erfahrungen zu ermöglichen, verwirklicht sie in der Reiseleitung und in der Vermittlung von Praktikumsstellen. Ihre Kenntnisse in den Bereichen Coaching und Leadership fließen in ihren Alltag als Netzwerkerin und in die Beratung und Begleitung von Investor\*innen, die in Ruanda ein Business aufbauen möchten, ein. Ihre multikulturelle Seite zeigt sich auch in der Liebe zu Sprachen – sie spricht Englisch, Französisch, Spanisch, Italienisch und ein bisschen Kinyarwanda.

## REISEPROGRAMM (HAUPTPROGRAMM)

### 1. Tag / Samstag, 12. Oktober 2024

### Anreise

Flug ab Schweiz mit Umsteigeverbindung nach Kigali. Transfer zum Hotel und Abendessen.

### 2. Tag

### Kigali

Nach dem Frühstück erkunden Sie die sehenswerte Altstadt von Kigali und besuchen die Kooperative der Nyamirambo-Frauen. Dieses Frauenzentrum wurde 2007 gegründet, um Gewalt gegen Frauen, Diskriminierung und die Ungleichheit der Geschlechter zu bekämpfen. Zu diesem Ziel bietet die Kooperative kostenlose Ausbildungen an, sodass die Frauen bessere Beschäftigungsmöglichkeiten haben. Heute sind mehr als 50 Frauen in der Kooperative tätig. Sie haben die Gelegenheit, sich mit den Frauen auszutauschen und sich die Handwerkstätten und den Laden anzusehen. Eine kurze Kinyarwanda-Sprachlektion wird auch organisiert und die, die es wünschen, können sich im Friseursalon traditionelle Zöpfe flechten lassen. Nach dem Mittagessen geht es weiter zum Genozid Museum und der Gedenkstätte. Im Museum erfahren Sie mehr über die Geschichte von Ruanda, von der vorkolonialen Zeit bis zum Völkermord im Jahr 1994. Anschliessend besuchen Sie das ruandische Kleidungszentrum «Rwanda Clothing». Dort können Sie die gewünschten Kleider in Auftrag geben, sodass die Stücke fertig geschneidert sind, bevor Sie Ruanda verlassen. Am Abend geniessen Sie ein typisch ruandisches Abendessen und besuchen nachher eine Live-Musik Bar.



Kigali



Schneiderin in Kigali

### 3. Tag

### Kigali

Den heutigen Tag verbringen Sie mit faszinierenden ruandischen Frauen. Soziale und wirtschaftliche Themen werden angesprochen und Sie erfahren mehr über die Geschichte und die Rolle der Frauen in Ruanda.



#### **4. Tag**

#### **Kigali – Kinigi**

Sie fahren durch atemberaubende und grüne Landschaften in Richtung Nordwesten. Unterwegs halten Sie bei einem traditionellen Dorf und erleben den Alltag der Bauern. Im Volcanoes Nationalpark, der Heimat der Berggorillas, besuchen Sie das Dian Fossey Gorillamuseum. Dian Fossey widmete einen Großteil ihres Lebens diesen faszinierenden Tieren. Ihre Forschungsarbeit über die ruandischen Gorillas und ihre Bemühungen, diese Affenart zu schützen, wurden weltweit gelobt. Sie übernachten im Boutique-Hotel 5 Volcanoes.

#### **5. Tag**

#### **Kinigi**

Sie stehen früh auf für die (optionale) Beobachtung der Gorillas. Ein lokaler Guide gibt Ihnen hilfreiche Tipps zum Trekking. Die Wanderung beginnt am Fusse der Virunga-Vulkane, bevor Sie in den Bambuswald eintauchen. Die Dauer der Wanderung hängt davon ab, welche Gorillafamilie besucht wird und wie sie sich verhält. Sie haben die einzigartige Gelegenheit, diese Tiere aus nächster Nähe zu beobachten.

Hinweise: Das optionale Gorilla-Trekking wird in verschiedenen Schwierigkeitsgraden angeboten. Alternativ besteht die Möglichkeit, die Golden Monkeys zu besuchen (Dauer der Wanderung ca. 3-4 Stunden).

Zurück in der Lodge treffen Sie einen Tierarzt, der auf Gorillas spezialisiert ist.



Ein Silberrücken im Bambuswald

## 6. Tag

## Kinigi – Karongi

Sie fahren nach Rubavu, wo Sie die Stadt mit dem Velo erkunden und «La petite barrière», die meistfrequentierte Grenze Afrikas, besichtigen. Begleitet von Grenzbeamten beobachten Sie das bunte Treiben zwischen Ruanda und der Demokratischen Republik Kongo. Anschliessend steigen Sie ins Boot um – die Fahrt auf dem malerischen Kiwusee dauert rund 3 Stunden. Unterwegs halten Sie in Kinunu bei einer Kaffeeplantage. Dort werden Sie von der Besitzerin Beatrice und ihrem Team begrüsst und durch die Plantage geführt. Sie erfahren mehr über den komplexen Herstellungsprozess des schwarzen Getränks. Beim Mittagessen geniessen Sie die wunderschöne Aussicht auf die Kaffeepflanzen. Gegen Abend erreichen Sie Karongi.

## 7. Tag

## Karongi – Nyungwe Nationalpark

Sie besuchen die von Jackie Helfenberger gegründete Sangira Hotelschule. Das Projekt wurde von der Schweizer NGO «Sangira Friends of Rwanda» initiiert, um die Bildungsqualität im Hotelbereich zu gewährleisten. Aktuell werden dort ungefähr 100 Student\*innen in vier Bereichen der Hotellerie ausgebildet. Jackie stellt Ihnen das Projekt detailliert vor und Sie nehmen an der Diplomfeier teil. Nach der fröhlichen Feier fahren Sie weiter in den Nyungwe Nationalpark.



Kiwusee



Jackie mit Student\*innen ©Jackie Helfenberger

## 8. Tag

## Nyungwe Nationalpark

Heute stehen Sie noch vor Sonnenaufgang auf. Im wunderschönen Nebelwald, wo die Nilquelle entspringt, unternehmen Sie ein einzigartiges Schimpansen-Trekking, um die scheuen Tiere in den Bäumen zu entdecken. Nach der Wanderung besuchen Sie eine Teefabrik. Am Nachmittag besteht die Möglichkeit, den Nebelwald während einer rund zweistündigen Tour über Hängebrücken von oben zu beobachten und einen faszinierenden Einblick in dieses Ökosystem zu erhalten. Beim Abendessen treffen Sie Joceline, eine Mitarbeiterin des Nationalparks, die Ihnen viel Spannendes aus ihrem Alltag erzählt.

## 9. Tag

## Nyungwe Nationalpark – Kigali

Sie nehmen Abschied vom Nebelwald und fahren zurück nach Kigali. Auf dem Weg erwartet Sie eine besondere Begegnung mit der «Ingoma Nshya» Trommlerinnengruppe. Früher war es Frauen verboten zu trommeln, und wenn sie es doch taten, brachten sie grosse Schande über ihre Familien. Aber nach dem Völkermord im Jahr 1994 wurde die erste weibliche Trommlergruppe gegründet – mit dem Ziel, die Teilnahme der Frauen am kulturellen Wiederaufbau Ruandas zu fördern. Unter den aktuellen Trommlerinnen befinden sich Überlebende des Genozids, aber auch weibliche Verwandte von den damaligen Tätern. Dies zeigt den starken Willen der ruandischen Frauen, ihr Land voranzubringen und wieder zu vereinigen. Sie erhalten von der Gruppe Trommel- und Tanzlektionen, bevor Sie an einer kleinen Aufführung teilnehmen. Auf der Weiterfahrt besuchen Sie den Königspalast in Nyanza und sehen sich unterwegs die traditionellen ruandischen Kühe mit ihren imposanten Hörnern aus der Nähe an. Die Hirten singen den Kühen vor und jedes Tier erkennt sein eigenes Lied. Am Abend treffen Sie in Kigali ein.



Ingoma Nshya ©Wild of Africa Safaris

### **10. Tag**

### **Rückreise**

Der erste Halt gilt «Rwanda Clothing», wo Sie die bestellten Kleidungsstücke abholen können. Danach besuchen Sie den Jardin d’Alice. Hier treffen Sie die Besitzerin Alice, eine Richterin und Vertreterin von Frauenrechten. Während dem gemeinsamen Mittagessen besprechen Sie verschiedene Themen, können letzte Fragen stellen und mehr über die Projekte von Alice und Jackie erfahren. Am Nachmittag Transfer zum Flughafen und Abflug in Richtung Europa (Umsteigeverbindung).

### **11. Tag / Dienstag, 22. Oktober 2024**

### **Ankunft**

Ankunft in der Schweiz.

#### **HINWEISE**

Programmänderungen vorbehalten!

Es können nur Frauen an dieser Reise teilnehmen.

Bei der Begegnung mit den Gorillas muss eine Maske getragen werden.

Diese Reise wird in Zusammenarbeit mit Tamedia durchgeführt.

Jackie Helfenberger begleitet die Gruppe ab/bis Kigali (Tag 1 bis 10).

Wir bieten eine optionale Verlängerung an (siehe weiter unten).



## **ALLGEMEINE INFORMATIONEN (HAUPTPROGRAMM)**

### **Datum**

Samstag, 12. Oktober bis Dienstag, 22. Oktober 2024

### **Preise**

Pro Person im Doppelzimmer      CHF 9'780.–  
Zuschlag im Einzelzimmer      CHF 660.– (limitierte Verfügbarkeit)

### **Gruppengrösse**

8-16 Personen

### **Im Preis inbegriffen**

- Flüge in Economy-Klasse inkl. Taxen und Gebühren
- 8 Übernachtungen in guten Mittelklassehotels, 1 Übernachtung in einer komfortablen Lodge
- Vollpension, ausser Tag 1 und 11 (Mahlzeiten auf den Flügen) sowie 10 (Halbpension)
- Alle Transfers, Ausflüge, Eintritte und Besichtigungen gemäss Programm
- Begleitung durch Jackie Helfenberger ab/bis Kigali
- Lokale englischsprechende Reiseleiterin
- Grosse Trinkgelder (lokale Reiseleitung und Fahrer\*in)
- Visum
- Bahnfahrt 1. Klasse vom Wohnort (CH) bis zum Flughafen und retour
- Beitrag für Klima- und Naturschutz (CHF 80.–)

### **Im Preis nicht inbegriffen**

- Nicht erwähnte Mahlzeiten und Getränke
- Persönliche Auslagen
- Kleinere Trinkgelder für Servicepersonal im Hotel/Restaurant
- Optionales Gorilla-Trekking (CHF 1'500.–)



## OPTIONALES VERLÄNGERUNGSPROGRAMM

### **10. Tag / Montag, 21. Oktober 2024**

**Kigali**

Sie verabschieden sich am Nachmittag vom Rest der Gruppe. Transfer zurück ins Hôtel des Milles Collines und Abendessen mit Jackie.

### **11. Tag**

**Kigali – Akagera Nationalpark**

Frühmorgens fahren Sie in Richtung Osten, zum Akagera Nationalpark. Dieser Nationalpark ist das grösste geschützte Gebiet aus Seen und Sümpfen in Ost- und Zentralafrika und wurde 1934 gegründet. Nach der Ankunft dürfen Sie das Hauptbüro besuchen und sich mit den Mitarbeiter\*innen austauschen. Dabei erfahren Sie viel über den Naturschutz und die damit verbundenen Herausforderungen. Am Abend ist eine spannende Nachtsafari geplant. Ihre Lodge liegt direkt am Ihemasee, schön eingebettet in der umliegenden Natur.

### **12. Tag**

**Akagera Nationalpark**

Sie verbringen den Tag mit einer ausgedehnten Safari und machen sich auf die Suche nach Elefanten, Löwen, Zebras, Giraffen, Nashörnern, Nilpferden, Büffeln und weiteren faszinierenden Tieren. Zurück in der Lodge, geniessen Sie das Abendessen auf der Terrasse, mit Sicht auf den Ihemasee.

### **13. Tag**

**Akagera Nationalpark**

Eine dritte Safari ermöglicht erneut spannende Tierbeobachtungen. Zurück in der Lodge haben Sie etwas Freizeit, um sich zu erholen. Gegen Abend geniessen Sie den schönen Sonnenuntergang während einer Bootsfahrt auf dem Ihemasee. Nilpferde und diverse Vogelarten können dabei aus nächster Nähe beobachtet werden.

### **14. Tag**

**Rückreise**

Nach einem freien Morgen in der Lodge ist es Zeit, sich von der reichen Tierwelt Ruandas zu verabschieden. Gemütliche Rückfahrt nach Kigali und Abflug am Abend in Richtung Schweiz (Umsteigeverbindung).

### **15. Tag / Samstag, 26. Oktober 2024**

**Ankunft**

Ankunft in der Schweiz.

## HINWEISE

Programmänderungen vorbehalten!

Es können nur Frauen an dieser Reise teilnehmen.

Jackie Helfenberger begleitet die Gruppe ab/bis Kigali (Tag 10 bis 14).

Diese Reise wird in Zusammenarbeit mit Tamedia durchgeführt.

## **ALLGEMEINE INFORMATIONEN (VERLÄNGERUNG)**

### **Datum**

Montag, 21. Oktober bis Samstag, 26. Oktober 2024

### **Preise**

Pro Person im Doppelzimmer      CHF 2'980.–  
Zuschlag im Einzelzimmer      CHF 390.– (limitierte Verfügbarkeit)

### **Gruppengrösse**

6-9 Personen

### **Im Preis inbegriffen**

- 1 Übernachtung in einem guten Mittelklassehotel, 3 Übernachtungen in einer komfortablen Lodge
- Vollpension, ausser Tag 14 (Halbpension) und 15 (Mahlzeiten auf den Flügen)
- Alle Transfers, Ausflüge, Eintritte und Besichtigungen gemäss Programm
- Begleitung durch Jackie Helfenberger ab/bis Kigali
- Lokale englischsprechende Reiseleiterin im Nationalpark
- Grosse Trinkgelder (lokale Reiseleitung und Fahrer\*in)

### **Im Preis nicht inbegriffen**

- Nicht erwähnte Mahlzeiten und Getränke
- Persönliche Auslagen
- Kleinere Trinkgelder für Servicepersonal im Hotel/Restaurant

## REISEFORMALITÄTEN

### Dokumente

Schweizer Bürger\*innen benötigen zur Einreise einen Reisepass, der noch mindestens 6 Monate über das Rückreisedatum hinaus gültig ist. Ein Visum ist für Ruanda erforderlich. Wir holen dieses für Sie ein.

### Zwingend benötigte Impfungen

Eine Gelbfieberimpfung ist nur dann notwendig, wenn Sie innert 6 Tagen aus einem Endemiegebiet nach Ruanda einreisen. Eine Malariaprophylaxe wird empfohlen. Für genauere Auskunft kontaktieren Sie bitte Ihre Hausarztpraxis.

### Transport

Minibus, Boot, Geländewagen

### Währung

Die Währung in Ruanda ist der «Ruanda-Franc (RWF)». Empfohlen zur Mitnahme: neue USD oder EUR in bar, zum Umtauschen vor Ort. Debit-/Kreditkarten werden nur in wenigen Hotels und Restaurants in Kigali akzeptiert.

### Temperatur

Das Klima ist gemässigt tropisch, mit Temperaturen zwischen 15 bis 25°C. Nachts und in höheren Lagen kann es kühl werden. Im Oktober herrscht die kleine Regenzeit.

## FÜR BUCHUNG UND BERATUNG

BACKGROUND TOURS

Die Spezialisten AG

Neuengasse 30

3001 Bern

Tel. +41 31 313 00 22

[info@background.ch](mailto:info@background.ch)

[www.background.ch](http://www.background.ch)

 **GLOBETROTTER**  
THE SWISS TRAVEL GROUP

 REISEGARANTIE

 **SRV**  
**FSV**  
Schweizer Reise-Verband  
Fédération Suisse du Voyage  
Federazione Svizzera di Viaggi