



# RUANDA

## DAS LAND DER FRAUEN

Diese exklusive Frauenreise führt uns 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 gelebten 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 uns warten! Unsere Expertin Jackie Helfenberger öffnet uns auf dieser reinen Frauenreise die Türen zum freundschaftlichen und wirtschaftlichen Austausch mit spannenden und dynamischen Ruanderinnen.

Jackie Helfenberger

## REISEDATEN

Sa 12 Okt - Di 22 Okt 2024 (11 Tage) ab 9'780.-

*Buchbar*

## PREISE / ZUSCHLÄGE

- **Preis pro Person im Doppelzimmer** CHF 9'780.-
- **Zuschlag im Einzelzimmer** CHF 660.- (limitierte Verfügbarkeit)  
[Hier erfahren Sie mehr über die Verfügbarkeit von Einzelzimmern.](#)

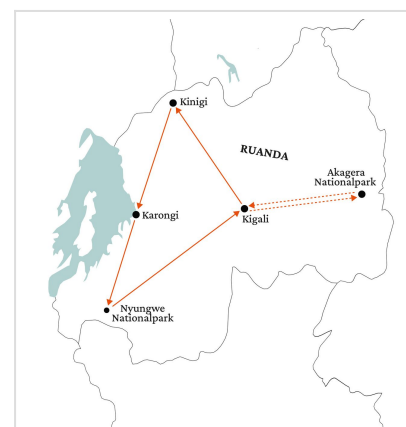
## FACTS & FIGURES

Jackie Helfenberger  
Expertin

11 Tage  
Dauer

8-16  
Teilnehmer\*innen

9'780.-  
Preis ab (CHF)





Tourismus- und  
Bildungsspezialistin

JACKIE HELFENBERGER

## Reiseprogramm

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

Flug nach Kigali (Umsteigeverbindung) und Transfer ins geschichtsträchtige Hôtel des Mille Collines.

### 2. Tag: Kigali

Wir besuchen den ältesten Stadtteil von Kigali und die Kooperative der Nyamirambo-Frauen. Dieses Frauenzentrum wurde 2007 gegründet, um Gewalt gegen Frauen, Diskriminierung und die Ungleichheit der Geschlechter zu bekämpfen. Eine kurze Kinyarwanda-Sprachlektion wird auch organisiert. Nach dem Mittagessen geht es weiter zum Genozid Museum und der Gedenkstätte. Im Museum erfahren wir mehr über die Geschichte von Ruanda, von der vorkolonialen Zeit bis zum Völkermord im Jahr 1994. Am Abend geniessen wir ein typisch ruandisches Abendessen und besuchen nachher eine Live-Musik Bar.

### 3. Tag: Kigali

Wir tauchen in das Alltagsleben der Ruanderinnen, indem wir den Tag mit faszinierenden Frauen verbringen. Soziale und wirtschaftliche Themen werden angesprochen und wir erfahren mehr über die Geschichte und die Rolle der Frauen in Ruanda.

### 4. Tag: Kigali – Kinigi

Fahrt Richtung Nordwesten in den Volcanoes Nationalpark. Unterwegs besichtigen wir ein traditionelles Dorf und erleben den Alltag der Bauern. Im Volcanoes Nationalpark, der Heimat der Berggorillas, besuchen wir das Dian Fossey Gorillamuseum. Die engagierte Frau widmete einen Grossteil ihres Lebens diesen faszinierenden Tieren. Ihre Forschungsarbeit über die ruandischen Gorillas und ihre Bemühungen, diese Affenart zu schützen, wurden weltweit gelobt.

### 5. Tag: Kinigi

Heute dreht sich alles um die Gorillas. Bei einem optionalen Trekking spüren wir diesen faszinierenden Tieren im Bambuswald nach. Zurück in der Lodge treffen wir einen Tierarzt, der auf Gorillas spezialisiert ist.

## 6. Tag: Kinigi – Karongi

Wir fahren nach Rubavu. Dort unternehmen wir eine Fahrradtour und besichtigen «La petite barrière», die meistfrequentierte Grenze Afrikas. Begleitet von Grenzbeamten beobachten wir das bunte Treiben zwischen Ruanda und der Demokratischen Republik Kongo. Danach fahren wir per Boot über den malerischen Kiwusee, mit Halt an der Kaffeeplantage von Beatrice und ihrem Team. Gegen Abend erreichen wir Karongi.

## 7. Tag: Karongi – Nyungwe Nationalpark

Ein weiterer Höhepunkt der Reise erwartet uns: der Besuch der Sangira Hotelschule, die von Jackie Helfenberger gegründet wurde. Wir erhalten einen Einblick in das Projekt und nehmen an der Diplomfeier teil. Anschliessend Fahrt in den Nyungwe Nationalpark.

## 8. Tag: Nyungwe Nationalpark

Im wunderschönen Nebelwald, wo die Nilquelle entspringt, unternehmen wir ein einzigartiges Schimpansen-Trekking, um die scheuen Tiere in den Bäumen zu entdecken. Nach dem Ausflug besuchen wir 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. Zum Abendessen treffen wir Joceline, eine Mitarbeiterin des Nationalparks.

## 9. Tag: Nyungwe Nationalpark – Kigali

Wir nehmen Abschied vom Nebelwald und fahren zurück nach Kigali. Auf dem Weg erwartet uns eine besondere Begegnung mit der «Ingoma Nshya» Trommlerinnengruppe. Erst 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. Wir erhalten von der Gruppe Trommel- und Tanzlektionen, bevor wir an einer kleinen Aufführung teilnehmen. Wir halten dann später in Nyanza und entdecken den Königspalast während einer geführten Tour.

## 10. Tag: Rückreise

Im Jardin d’Alice tauschen wir uns mit Alice aus, einer beeindruckenden Richterin und Vertreterin von Frauenrechten. Gegen Abend Transfer zum Flughafen und Abflug in Richtung Schweiz (Umsteigeverbindung).

## 11. Tag / Dienstag, 22. 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 1 bis 10).

Diese Reise wird in Zusammenarbeit mit Tamedia durchgeführt.

Wir bieten eine optionale Verlängerung an (siehe Detailprogramm).

### Allgemeine Informationen

- **DOKUMENTE:** Schweizer Bürger\*innen benötigen zur Einreise einen Reisepass, der noch mindestens 6 Monate über das Rückreisedatum hinaus gültig ist. Ein Visum für Ruanda ist erforderlich. Wir holen dieses für Sie ein.
- **ZWINGEND BENÖTIGTE IMPFUNGEN:** Es sind keine Impfungen vorgeschrieben. 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:** Die Temperaturen liegen zwischen 15 bis 25°C. Im Oktober herrscht die kleine Regenzeit.

## 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 Reiseleitung
- 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.–)

## Partner

**BZ** BERNER ZEITUNG **TagesAnzeiger**