Visit Sweden News Room

Hier schläft man gratis – wenn man still ist

Schwedens südlichste Region, Skåne, lädt deutsche Gäste ein, kostenlos in einer abgelegenen Waldhütte zu übernachten. Die Bedingung? Absolute Ruhe.

Das Leben in der Stadt geht oft mit Lärm einher, eine unterschätzte Umweltbelastung, die nachweislich der Gesundheit schadet. Doch es gibt eine natürliche Lösung. Studien zeigen, dass Stille in der Natur positive Effekte hat: weniger Stress, bessere Konzentration, niedrigere Blutdruck- und Herzfrequenzwerte sowie erholsameren Schlaf.

Aus diesem Grund startet Skåne die Initiative **Stay Quiet** – ein kostenloses Hütten-Erlebnis, bei dem Gäste die Ruhe der südschwedischen Natur genießen können. Einzige Bedingung: Wer zu laut wird, muss abreisen.

Wie funktioniert das? Ein Dezibel-Messgerät in der Hütte überwacht die Geräuschkulisse. Überschreiten Gäste den Grenzwert, erhalten sie eine freundliche, aber bestimmte SMS mit der Aufforderung, am nächsten Morgen auszuchecken.

Bewerbungen für einen Aufenthalt in der Stay Quiet Cabin sind zwischen dem 6. und 12. Oktober über den offiziellen Instagram-Account von Visit Skåne möglich.

Hier bewerben: https://www.instagram.com/visit_skane/

„Wir möchten auf die gesundheitlichen Vorteile aufmerksam machen, die Stille in der Natur mit sich bringt. Lärm ist eine unsichtbare Gefahr – Ruhe dagegen das Gegenmittel. Senken wir die Stimme, hören wir endlich den Wind in den Bäumen, den Gesang der Vögel, das Rauschen des Wassers. Diese Klänge helfen uns, Kraft zu schöpfen“, sagt Josefine Nordgren, Brand Managerin bei Visit Skåne.

Die Initiative baut auf Visit Skånes Engagement für nachhaltigen Tourismus auf und folgt der Einführung der **Karte der Stille** (Map of Quietude) im Jahr 2024. Einem Guide zu besonders stillen Orten in Skåne, frei von menschengemachten Geräuschen. Ende September 2025 wird die Karte aktualisiert und umfasst dann 26 stille Plätze in der Region. visitskane.com/quietude

Die ersten Gäste werden Ende Oktober 2025 in der Hütte erwartet.

Stay Quiet fügt sich damit nahtlos in Schwedens aktuelle Initiative **„Schweden auf Rezept“** ein, bei der unter anderem Natur und bewusste Auszeiten als Heilmittel für Körper und Geist ins Zentrum rücken.

Link zur Webseite:
https://visitskane.com/de/stay-quiet

Pressebilder:
https://share.mediaflow.com/sv/?JYOEVRU1RV

Visit Sweden GmbH
Sabine Klautzsch
Senior PR Manager
Große Bäckerstr. 10
20095 Hamburg

sabine.klautzsch@visitsweden.com
www.visitsweden.de

Visit Sweden ist das offizielle Marketingunternehmen für den Tourismus in Schweden – im Auftrag der schwedischen Regierung. Als nationale Tourismusorganisation vermarktet Visit Sweden das Reiseland Schweden mit dem Ziel, die Attraktivität des Landes zu steigern und so den Tourismus, die Exporterlöse und die Beschäftigung zu fördern. In enger Zusammenarbeit mit der schwedischen Tourismusbranche richtet sich Visit Sweden gezielt an die attraktivsten Zielgruppen – für einen langfristig nachhaltigen Tourismus. Der Hauptsitz befindet sich in Stockholm, ergänzt durch Vertretungen auf mehreren internationalen Märkten. www.visitsweden.com/corporate

Willkommen in Schweden - von Natur aus anders.

Additional assets available online: Photos (1)

https://press.visitsweden.com/2025-10-06-Hier-schlaft-man-gratis-wenn-man-still-ist