Visit Sweden News Room

Warum das Handy in Schweden manchmal besser in der Tasche bleibt

Zwischen Zimtschnecken, Kanutouren und Dalapferden entstehen Erinnerungen oft dort, wo beide Hände beschäftigt sind.

Reisen sind heute oft von ständiger Erreichbarkeit, digitalen Ablenkungen und dem Wunsch geprägt, jeden Moment festzuhalten. Statt möglichst viel zu dokumentieren, bietet Schweden etwas anderes: die Möglichkeit, durch aktives Mitmachen einen Gang herunterzuschalten. Denn wer selbst mit anpackt, nimmt oft mehr mit nach Hause als nur Fotos.



Foto 1: Alexander Hall/imagebank.sweden.se Foto 2: Tina Stafrén/imagebank.sweden.se Foto 3: Emmie Bolmstedt/imagebank.sweden.se (Download)

Studien zeigen, dass Aktivitäten, die Konzentration und aktives Mitmachen erfordern, das mentale Wohlbefinden fördern können. Laut dem Bericht *Travel Dreams 2026* von Amadeus möchten **41 Prozent** der Reisenden von einer Reise mit einem ruhigeren Nervensystem zurückkehren. Ein Drittel sucht gezielt nach Reisezielen, die spannender wirken als die digitale Welt.

Auch der aktuelle *Global Travel Trends Report* von American Express weist in eine ähnliche Richtung: 69 Prozent der Befragten nennen kreative Tätigkeiten mit den eigenen Händen als besonders bereichernden Teil einer Reise. 82 Prozent sind überzeugt, dass das Erlernen neuer Fähigkeiten Reisen unvergesslicher macht.



Eine Dose Surströmming, fermentierter Hering und eine schwedische Spezialität mit langer Tradition, die vor allem bei geselligen Zusammenkünften im Spätsommer auf den Tisch kommt. Foto: Visit Sweden (Download)

„Reisende schätzen zunehmend Erlebnisse, bei denen sie selbst aktiv werden können, statt nur zuzuschauen. In Schweden finden sich viele solcher Erfahrungen in der Natur, in lokalen Traditionen und im Alltag. Oft sind es genau diese Momente, die lange nach der Reise in Erinnerung bleiben“, sagt Susanne Andersson, Geschäftsführerin von Visit Sweden.

Wer die Hände beschäftigt, beschäftigt oft auch den Kopf auf andere Weise. Aktuelle Studien legen nahe, dass praktische Tätigkeiten helfen können, Stress abzubauen, die Konzentration zu fördern und das Gefühl von Zufriedenheit zu steigern. In einer Welt, die häufig über Bildschirme erlebt wird, entsteht dadurch etwas, das immer seltener wird: echte Präsenz im Moment.

In Schweden gibt es zahlreiche Möglichkeiten, genau das auszuprobieren. Zum Beispiel beim:

- **Beeren und Pilze sammeln** in Wäldern, die dank des Jedermannsrechts allen offenstehen
- **Zimtschnecken backen** in einer schwedischen Landküche
- **Kajakfahren** durch ruhige Schärenlandschaften
- Erlernen traditioneller **Handwerkskünste**
- Holz **schnitzen**
- **Bemalen** eines Dalapferdes
- **Kochen** über offenenem Feuer in der Natur

Weitere Inspirationen bietet die Sammlung von **17 Erlebnissen zum Mitmachen in Schweden .**

Passend dazu zeigt ein augenzwinkernder Film von Visit Sweden eine Situation, die viele Reisende kennen dürften: den Moment, in dem das Dokumentieren eines Erlebnisses so viel Aufmerksamkeit beansprucht, dass das eigentliche Erlebnis beinahe in den Hintergrund gerät.

Pressematerialien
Pressebilder- und Videos (Photo Credit: Visit Sweden)
Destinationsfotos

Kontakt:
Visit Sweden GmbH, Sabine Klautzsch, Senior PR Manager
eMail: presse.de@visitsweden.com
Webseite: www.visitsweden.de
Newsroom: https://press.visitsweden.com/german
Image Bank Sweden: https://imagebank.sweden.se/

Quellen:
Amadeus Travel Dreams 2026
American Express Global Travel Trends Report:
How Working With Your Hands Can Ease Anxiety
Benefits of Working With Your Hands

Uber Visit Sweden

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.

https://press.visitsweden.com/2026-06-23-Warum-das-Handy-in-Schweden-manchmal-besser-in-der-Tasche-bleibt