

Eingegangene Fragen von Interessenten:

Ist Sumatra denn sicher?

Nordsumatra gilt als relativ sicher. Ebenso herrscht im Toba Gebiet und Umgebung keine Malaria Gefahr.

Ist es möglich, auch länger mit Ihnen zu reisen?

Ja, bis zu zwei Monate. Ein 2-Monats-Visum muss aber dazu von der Indonesischen Botschaft erteilt werden, was in der Regel kein Problem darstellt. Nähere Auskünfte sind hier zu finden: <http://www.indonesia-bern.org/> oder Telefon: 031 352 09 83/84/85. Ich erstelle gerne ein individuelles Spezial-Programm für Interessierte, die gerne länger mit uns reisen möchten.

Kommt es nicht billiger, wenn ich direkt bei der Fluggesellschaft buche?

Die Preise sind in der Regel gleich günstig. Ich empfehle unbedingt beim Reisebüro zu buchen, denn das Reisebüro verfügt über eine Rückreisegarantie und unterstützt bei allfälligen Fragen.

Warum den Flug separat beim Reisebüro buchen? INANA-Spiritual-Travelling ist keine Reisebüro-Unternehmung. Wir bieten auf Indonesien sogenannte Landleistungen an. Das heisst, dass man für die Reise zum Reiseland selber besorgt sein muss. Wir empfehlen für Flugbuchungen etc. das Reisebüro **Nussbaumer Reisen AG in Burgdorf**, weil Nussbaumer Reisen AG nicht nur einen guten Service, Beratung und Reisegarantie bietet, sondern auch über viele Jahre Erfahrung im Individual-Reise-Segment verfügt. Es ist ein kleineres aber sehr professionelles Reisebüro, deren Mitarbeitenden mit Leib und Seele bei der Arbeit sind. Mehr Infos zum Reisebüro finden Sie hier: www.nussbaumer-reisen.ch

Haben Sie eine Checkliste zum Packen? Ich habe noch nie eine längere Reise unternommen!

Bitte beachten Sie, dass 20 Kg Reisegepäck zugelassen sind sowie ein Handgepäck von max. 7 Kilo.

Hier mein Vorschlag:

Reiseunterlagen vom Reisebüro
Kreditkarte / Cheques / Bargeld
Reisepass (ggf. mit Visum, wer länger als 1 Monat mit uns reisen will)
Handy / Fotoapparat oder Videokamera inkl. Batterien / Ladegerät
Versicherungspapiere etc.
Notizbuch mit Adressen
Reiseführer / Taschenwörterbuch
Medikamente, evtl. kleine Reiseapotheke / Gesichts- und Körperpflege
sofern nötig: Lesebrille / Kontaktlinsen / Kontaktlinsenlösung
Zeitschriften / Bücher / Walkman
Jacken / Hosen / Röcke / T-Shirts / Blusen etc.
Unterwäsche / Socken / Nachtwäsche
Ausgekleidung / praktische Schuhe / Sandalen
Badebekleidung / Badeschuhe
Sonnencreme / Après Sun / Sonnenbrille / Sonnenhut / Mütze
Evtl. kleiner Regenschirm (Knirps)
Kleiner Rucksack für unterwegs
Reisewaschmittel / kleines Nähset / kleine Taschenlampe /
evtl. Taschenmesser (nicht im Handgepäck)
Rasierapparat / Haarbürste/ Kamm / Pinzette/

Zahnpasta, Zahnbürste, Duschmittel, Seife, Deodorant, Parfum, Haarshampoo, Haarmaske etc. kann man sehr günstig im Gastland kaufen (auch Markenartikel). Es lohnt sich nicht, zuviel Ware von zu Hause mitzunehmen! Ebenso bitte nicht zu viele Kleider mitnehmen. Man kann sehr günstig die Kleider waschen lassen!

Wann sind die Reisedaten?

Wir haben nicht immer fixe Reisedaten um auf individuell gewünschte Reisedaten eingehen zu können: Die Reisedaten finden nach Absprache mit uns statt, denn Sie können uns mitteilen, wann Sie kommen möchten. Es kann aber sein, dass wir ab und zu fixe Reisedaten im Internet bekannt geben werden, je nach Situation. Bei uns handelt es sich um Privatreisen. Das heisst, wir sind auch flexibel was Ihre Wünsche und Interessen anbelangt.

Was ist besser, Sumatra oder Bali?

Beide Inseln sind faszinierend, jedoch sind sie in Kultur und Religion unterschiedlich. Bali ist beispielsweise von hinduistischen Einflüssen geprägt, wo Spiritualität und Kultur nicht voneinander zu trennen sind. Zudem wird die Insel Bali leider von Touristen überschwemmt. Sumatra hingegen ist noch nicht so vom Tourismus berührt. In Nord-Sumatra beispielsweise sind die Naturerlebnisse prägend sowie die mystische Batak-Kultur mit ihren christlichen Einflüssen. Wer sich also eher für Spiritualität und Badeurlaub interessiert, ist mit Bali gut bedient. Wer sich eher für Flora und Fauna, Dschungelerlebnisse, Orang-Utans und für die Batak-Kultur interessiert, wird auf Nord-Sumatra sehr viel Eindrückliches erleben können. Und wer beides kennen lernen möchte, ist mit einer Kombination von beiden Inseln perfekt bedient!

Welche Impfungen brauche ich?

Offiziell werden Tetanus-, Polio-, Diphtherie- und Hepatitis B-Impfungen empfohlen. Wobei man Nutzen und Risiken/Nebenwirkungen abwägen sollte. Auf Bali und Nord-Sumatra gibt es keine Malaria-Gefahr im Gegensatz zu anderen indonesischen Inseln! Wir empfehlen, einen Arzt des Vertrauens zu fragen, was für Sie individuell ratsam ist.

Klima

Auf Indonesien gibt es die trockene- und die Regenzeit. Die Temperaturen sind meistens so um 27-30° Celsius. Nachts kann es abkühlen. In Nordsumatra kann es teilweise am Abend und in der Nacht recht kühl werden. In den Bergen sinkt die Temperatur schon mal bis unter 20° ab. Die Regenzeit erstreckt sich in Nord-Sumatra in der Regel von August bis Januar aus (die Regenzeit in Bali ist von November bis Ende März), wobei sich das Klima in den letzten Jahren gewandelt hat. Ganz allmählich werden die Regenfälle, die es natürlich auch in der Trockenzeit gibt, häufiger und intensiver und schwächen am Ende langsam wieder ab. Die Luftfeuchtigkeit ist während der Regenzeit sehr hoch.

Heisst Spiritual Travelling, dass Sie religiöse Reisen anbieten? Ich bin nicht kirchenreligiös und bin aus der Kirche ausgetreten!

Wir verbinden mit dem Wort Spiritualität **die Sinn- und Wertfrage des Menschen, die nicht eine bestimmte religiöse Lebenseinstellung verlangt**. Mit dem Begriff Spiritualität wird eher eine suchende Lebenseinstellung bezeichnet, bei der sich der Mensch aber eines schöpferischen Ursprungs bewusst ist. Ich bin der Meinung, die Auslegung vom Wort „Spirituell“ ist individuell, denn jeder Mensch ist durch seine Lebensgeschichte geprägt. Wir vom Inana-Team verstehen unter Spirituell weder Kirchenreligiosität, New Age oder Esoterik in herkömmlichen „Volks-Sinn“.

Das Wort INANA stammt aus der aramäischen Sprache und bedeutet ICH BIN. In der Ursprache Sanskrit bedeutet das Wort INANA soviel wie das Wissen, das zum Selbst führt. Unser Ziel ist beides: Zu sein und Erfahrungen zu sammeln, die dienen, sich selbst und seiner Schöpferkraft näher zu kommen, egal welcher Glaubensrichtung man angehört oder nicht.

Ich habe gehört, Sie sind auch Heilerin, Frau Hämmerli. Wo haben Sie das gelernt?

Ich bin eine Heilerin, die auch schamanische Erkenntnisse in die Heil- und Therapie-Arbeit integriert. Schon mein Grossvater war als Heiler tätig. Mein eigener Heilerweg ist lang und geprägt von vielen Begegnungen mit Heiler/innen, Medizinmännern/frauen, Schaman/innen aus verschiedenen Kulturen sowie von anderen Menschen, denen ich begegnen durfte. Ich absolvierte über Jahre verschiedene Ausbildungen und Kurse zum Thema alternative Heilformen sowie Schamanismus und stellte mich im Jahr 2007 erfolgreich der Prüfung in Geistigem Heilen bei der Schweizerischen Vereinigung für Parapsychologie. Ebenso bin ich beim Gesundheitsamt Bern und im kantonalen Handelsregister registriert. Von Beruf bin ich Eidg. Personalfachfrau mit Fachausweis, kantonal geprüfte Personalberaterin sowie ausgebildet in Klang-Massage-Therapie und Klangpädagogik und verfüge weitere Diplome und Zertifizierungen. Mein bester Lehrmeister war aber generell der Weg des Lebens mit all den wertvollen Erfahrungen, die ich machen durfte und musste.

Arbeiten Sie auch mit Ärzten zusammen?

Ich würde sehr gerne mit Ärzten und Therapeuten/innen offiziell zusammenarbeiten. Es gab Klienten/Patienten, die von ihrem Arzt zu einer meiner Reisen motiviert wurden und auch Reisende, die aus den Bereichen Psychologie, Therapie, Schulmedizin und alternativer Heilformen kommen.

Sind Ihre Reisen normale Reisen oder Therapie Reisen?

Wir haben Reisende, die selber heilend oder therapeutisch tätig sind und deshalb gerne Schamanen und Medizinmänner treffen wollen, andere leiden an einer Krankheit oder unter einem Trauma und wollen mit Hilfe der Reise ihre Selbstheilungskräfte aktivieren und sich auch von den

Schaman/innen direkt behandeln lassen, andere wiederum machen eine Reise, um sich selbst zu finden oder andere, um „nur“ Land, Leute und Kultur kennen zu lernen. Unser Konzept ist darauf ausgerichtet, dass wir auf individuelle Bedürfnisse reagieren können und somit sind unsere Reisen nicht normale „0815 Reisen“ aber es sind auch keine therapeutischen Reisen in herkömmlichen Sinn. Vielleicht geben Ihnen die Reiseberichte in meiner Homepage Hinweise, was unsere Reisen sind und das ist wie gesagt für jeden ganz unterschiedlich. Wir wollen nicht nur eine Zielgruppe ansprechen sondern alle, die sich für die echte Kultur und Begegnungen mit der Bevölkerung interessieren und nicht Badeurlaub im Vordergrund steht.

Ich interessiere mich für eine Kombi-Reise. Wie hoch sind die Flugkosten und was ist inbegriffen?

Das Reisebüro ist Ihnen gerne behilflich, einen für Sie optimalen Flug zu organisieren. Die Preise variieren je nach Fluggesellschaft und Reisezeit. Das heisst, dass der Flug in etwa zwischen SFr. 1'500.— und 2000.— kostet. Ich persönlich empfehle die komfortable Singapore Air. Sie benötigen folgende Flugroute: Flug von **Zürich nach Medan**, um die Nord-Sumatra-Reise zu starten, **dann von Medan nach Bali** (Inlandflug) und **von Bali nach Zürich**. In der Regel ist es kein Problem, von Indonesien aus einen Inlandflug nach Denpasar/Bali. Die Preise hierfür variieren aber je nach Nachfrage und Feiertagen etc. Ein Flug von Medan (Sumatra) nach Denpasar (Bali) kostet ungefähr 170-200 Franken und dauert ca. 4 Stunden.

Warum haben Sie Staffel-Preise?

Der organisatorische Aufwand mit den Nebenkosten für eine Kleinstgruppe ist intensiver als bei einer Gruppenreise von mindestens 4 Teilnehmenden. Das heisst, die Lohnkosten bei den Fix-Reisebegleitenden sind immer gleich hoch, egal ob nur 2 Reisende zu betreuen sind oder 4 Reiseteilnehmer/innen. Aus diesem Grund wird bei INANA-Spiritual-Travelling der Reisepreis günstiger, je mehr Leute an der Reise teilnehmen, die zusammen als Gruppe buchen.