

VORWORT	2	
ANKOMMEN	10	
RUMKOMMEN	11	
1 GAMLA STAN	12	
FAMILIEN-FREUNDLICH	AUF DER SPUR VON GEISTERN. HENKERN UND KRANKHEITEN	16
	Der Ghost Walk durch die Altstadt ist gut gemachte Unterhaltung	
FAMILIEN-FREUNDLICH	SÜSSE MEDIZIN	20
	Echte schwedische Polkagrisar selbst machen	
KOSTENLOS	DER FRÜHE VOGEL HAT DIE STADT FÜR SICH	24
	Mit der Kamera frühmorgens durch Gamla Stan	
GÜNSTIG	DIE WUCHT DER PFEIFEN	28
	Ein Orgelkonzert in der Storkyrkan	
WENN MAN SCHON MAL IN GAMLA STAN IST	32	
	Sehen	
	Essen	
	Ausgehen	
	Shoppen	
	Schlafen	

2	SÖDERMALM (MIT LÄNGHOLMEN)	40
GÜNSTIG	KOFFEINKICK UND ZUCKERSCHOCK	44
	Auf Fika-Tour durch drei Cafés in Södermalm	
GÜNSTIG	WO LISBETH SALANDER LEBT UND ISST UND KÜSST	48
	Auf Millennium-Tour durch Södermalm	
KOSTENLOS. FAMILIEN- FREUNDLICH	ROMANTIK IM KONJUNKTIV	52
	Panorama und Party auf dem Skinnarviksberget	
KOSTENLOS. FAMILIEN- FREUNDLICH	NACHTS SIND ALLE WÄSSER SCHWARZ	56
	Nach Sonnenuntergang in die Stockholmer Gewässer eintauchen	
GÜNSTIG	UNTER DER BRÜCKE TANZEN	60
	Eine Sommernacht im Club Trädgården	
KOSTENLOS	SHOPPEN MIT BUBBEL UND MINGEL	64
	Während der SoFo-Night unterwegs im Trendviertel	
	WENN MAN SCHON MAL IN SÖDERMALM IST	68
	Sehen	
	Essen	
	Ausgehen	
	Shoppen	
	Schlafen	

3	NORMALM (MIT SKEPPSHOLMEN)	76
FAMILIEN- FREUNDLICH	MUSIKALISCH KURZ VOR DEM UNTERRANG	80
	Mit dem Ocean Bus	
	zu Land und Wasser durch Stockholm	
	EIN SCHNAPSLIED IN DER MARKTHALLE	84
	Auf Food Tour durch die schwedische Küche	
GÜNSTIG	JENSEITS DER PFIFFERLINGE	88
	Minisommerkonzerte und Nobel-Tour	
	im Konzerthaus	
KOSTENLOS	MÜLL GESEUCHT!	92
	Abfall sammeln und dafür kostenlos Kajak fahren	
	WENN MAN SCHON MAL IN NORMALM IST	96
	Sehen, Essen, Ausgehen, Shoppen, Schlafen	
4	VASASTAN UND KUNGSHOLMEN	104
GÜNSTIG	ZU HAUSE BEI ASTRID LINDGREN	108
	Ein Besuch in der Wohnung der großen Schriftstellerin	
KOSTENLOS	IKEA-EFFEKT UNTER RETROLAMPEN	112
	Bummeln durch die Secondhandläden von Vasastan	

JÄHRLICH GRÜßT DER STINKEFISCH	116	
Ein Essen im Traditionskiosk Tennstopet		
KOSTENLOS. FAMILIEN- FREUNDLICH	UNTERIRDISCH. DIESE KUNST!	120
Mit der U-Bahn durch die längste Kunsthalle der Welt		
WENN MAN SCHON MAL IN VÄSTAN UND KUNGSHOLMEN IST		124
Sehen Essen Ausgehen Shoppen Schlafen		

5 ÖSTERMALM UND DJURGÅRDEN 132

GÜNSTIG	ZWISCHEN MÖWEN UND LÖWEN	136
Ein Frühstück an Stockholms Prachtstraße Strandvägen		
FAMILIEN- FREUNDLICH	MIT DREI GÄNGEN ZU CHAMP & CO.	140
Eine Radtour durch den Stadtnationalpark und zum Tierfriedhof		
FAMILIEN- FREUNDLICH	KIND MÜßSTE MAN SEIN!	144
Das darf man während eines Nachmittags in Junibacken		
GÜNSTIG	ZWISCHEN WRACK UND VERGNÜGEN	148
Im Spritmuseum wird Alkohol zum Erlebnis mit allen Sinnen		
WENN MAN SCHON MAL IN ÖSTERMALM UND DJURGÅRDEN IST		152
Sehen, Essen, Ausgehen Shoppen, Schlafen		

6 DER SÜDEN	160	
KOSTENLOS	VOM LICHT ZUM TOD UND ZURÜCK	164
	UNESCO-Weltkulturerbe: Ein geführter Rundgang über den Waldfriedhof	
KOSTENLOS.	RÄGEREI AUF DER SCHUTTHALDE	168
	Aussicht und Abfahrt vom Hammarbybacken genießen	
FAMILIEN- FREUNDLICH	AUF DER SONNE GANZ OBEN	172
	Eine Fahrt auf den 85 Meter hohen Globen	
KOSTENLOS.	»DAS IST KULTURMORD!«	176
	FAMILIEN- FREUNDLICH	
	Ein Rundgang über die bedrohte Graffiti-Galerie von Snösätra	
KOSTENLOS.	WENN MAN SCHON MAL	180
	IM SÜDEN VON STOCKHOLM IST	
	Sehen Essen Ausgehen Shoppen Schlafen	
7 DIE SCHÄREN	188	
KOSTENLOS.	SELIGE BOOTS LANDSTREICHER	192
	FAMILIEN- FREUNDLICH	
	Auf dem Båtluffarleden zu Fuß und rudernd durch die traumhafte Welt der Schären	
KOSTENLOS	MIT DER NATUR VERWURZELT	196
	Im Kunstmuseum Artipelag verschmelzen Kunst und Natur	

KOSTENLOS. **WENN NUR DAS PLUMPSKLO NICHT WÄRE ...** 200
FAMILIEN-
FREUNDLICH Zelten in den Schären

**WENN MAN SCHON MAL
IN DEN SCHÄREN IST** 204

Sehen
Essen
Ausgehen
Shoppen
Schlafen

8 ABSEITS VOM SCHUSS 212

FAMILIEN-
FREUNDLICH **»WARNING FOR VIKINGS!«** 216
Auf den Spuren der Wikinger von Birka –
abseits (fast) aller Klischees

FAMILIEN-
FREUNDLICH **STOCKHOLMER WILDNIS** 220
Auf Wildlife-Safari vor den Toren Stockholms

WEICHE KNIE UND HÖHENRAUSCH 224
Ein »Spaziergang« über das Dach
des Schlosses von Uppsala

**WENN MAN SCHON MAL
ABSEITS VOM SCHUSS IST** 228
Sehen
Essen
Ausgehen
Shoppen
Schlafen