

# Karibu Tanzania!

*(velkommen til Tanzania!)*



Kort reiseguide av Tanzania Specialist

*Den beste forberedelsen til safarien din ...!*

# Innholdsfortegnelse

<b>Introduksjon</b>	<b>3</b>
<b>Oversikt</b>	<b>3</b>
Et par fakta	4
<b>Å dra på safari i Tanzania</b>	<b>5</b>
Gnudevandringen	5
<b>En dag på safari - tommelfingerregler</b>	<b>7</b>
Guidens rolle	8
Offisielle safariregler	9
Uoffisielle safariregler	10
<b>Før du reiser</b>	<b>11</b>
Internasjonale flybilletter	11
Visum til Tanzania	11
Adresser til ambassader	12
<b>Helse og forsikring</b>	<b>13</b>
Vaksiner	13
Forsikring	15
<b>Bagasje og tips til pakking</b>	<b>17</b>
Hva har man på seg på safari?	18
Forbud mot plastposer	18
Førstehjelpsutstyr	19
Medisinsk utstyr og spesielle behov	19
Fotografi og video	20
Smart pakking	21
<b>Når du er i Tanzania...</b>	<b>22</b>
Mat og drikke	22
Penger	22
Tips	24
Været	24
Sikkerhet under reisen	25
Taxi og annen transport	25
06/26	1

Telefonsamtaler	26
Elektrisitet	26
Suvenirer	26
Å gi gaver eller penger	26
Å besøke Zanzibar under Ramadan	27
Helligdager	28
<b>Ta vare på Tanzanias natur sammen med oss!</b>	<b>29</b>

## Introduksjon

Du er i ferd med å legge ut på en vakker reise til Tanzania. Dette østafrikanske landet er kjent for sin rike natur og rommer hele tre av de syv afrikanske underverkene:

- Gnuvandringen i Serengeti nasjonalpark
- Ngorongoro-krateret
- Kilimanjaro, Afrikas høyeste fjell

Ngorongoro-krateret og Serengeti nasjonalpark er berømte for de mange dyreartene som finnes her. The Big Five for eksempel (elefant, løve, leopard, bøffel og neshorn) kan bli funnet begge steder og i et par av de andre nasjonalparkene. Utenfor kysten ligger tropiske øyer som Zanzibar, Mafia, og Pemba, med korallrev, dykkeplasser og fantastiske strender.

I Tanzania er ting kanskje litt annerledes og mer eventyrlig enn den gjennomsnittlige reisende fra Norden er vant til. I denne reiseguiden gir vi deg tips og informasjon som hjelper deg til å forberede deg til reisen!

## Oversikt



Tanzania er en republikk i Øst-Afrika med en lang kyst mot Det indiske hav. Tanzania grenser til Mosambik, Malawi og Zambia i sør, DR Kongo, Burundi og Rwanda i vest, og Uganda og Kenya i nord. Navnet Tanzania er en kombinasjon av navnene på de to tidligere landene Tanganyika og Zanzibar som slo seg sammen i 1964. Tanzania har 62 millioner innbyggere som tilhører 120 forskjellige stammer. De største stammene er Sukuma, Nyamwezi, Hya, Nyakyusa og Chagga, som alle er på over en million mennesker. De fleste stammene har røtter fra bantuenene i Vest-Afrika. Masaiene er den mest kjente av disse stammene, men er relativt liten.

Tanzania har to offisielle språk: Engelsk og Swahili. Engelsk er likevel ikke utbredt, og det er derfor vanskelig å kommunisere på engelsk i store deler av landet. De aller fleste foretrekker Swahili, som ikke bare snakkes i Tanzania, men også Kongo, Burundi, Rwanda, og Kenya (blant annet). Det stammer fra Bantu og arabisk, med et par ord fra engelsk og tysk blandet inn.

## Byer

Dar es Salaam, med nesten 6 millioner innbyggere, er den største byen og Tanzanias gamle hovedstad. Den er et viktig økonomisk senter, en havneby og en av verdens raskest voksende byer. Arusha er senteret for turisme nord i landet og den tredje største byen. Den faktiske, men noe ukjente hovedstaden Dodoma ligger midt i landet.



## Et par fakta

- Hovedstad: Dodoma
- Valuta: Tanzania Shilling
- Innbyggertall: 62 million
- Språk: Swahili og Engelsk
- Totalareal: 945,000 km<sup>2</sup>
- Vannoverflate: 61,500 km<sup>2</sup>
- Naboland: Kenya, Uganda, Rwanda, Burundi, DR Kongo, Zambia, Malawi, og Mosambik
- Høyeste punkt: 5,895 meter (Kilimanjaro)
- Tidsforskjell: Tanzania er to timer foran Norge når vi har vintertid, og en time foran Norge, når vi har sommertid. Tidsforskjellen mellom Tanzania og USA er derimot 7-10 timer!
- De mest populære destinasjonene er Serengeti nasjonalpark, Ngorongoro-krateret, Kilimanjaro, og Zanzibar.

# Å dra på safari i Tanzania

I Norden betyr ordet *safari* ofte det å observere dyreliv eller natur. Men det originale ordet fra Swahili betyr tur eller reise. Med oss så kombinerer du begge betydninger av ordet, nemlig en safari (reise) for å se masse dyreliv!

De mest populære dyrene på safari er 'the Big Five', eller de store fem: løve, elefant, bøffel, leopard og neshorn! Nasjonalparkene i Tanzania har likevel mange flere imponerende dyrearter og hundrevis av vakre og fargerike fugler. Med Tanzania Specialist er det mulig å se alle disse! Vær obs på at de fleste dyr er på sitt mest aktive ved soloppgang og solnedgang. Det er da dyrene leter etter mat, ettersom temperaturen er levelig. Så hvis du ønsker å se dyrene i bevegelse, er dette tiden. Men selv midt på dagen er det masse dyr å se.

## Gnuvandringen



Den spektakulære årlige vandringen av enorme flokker av sebra og gnu i Serengeti styres av nedbør. I januar befinner de seg i Ndutu (like sør for Serengeti), og i mars begynner de på vandringen nordover. De passerer Grumeti og Mbagaleti i vestre Serengeti og når den nordlige delen av Serengeti i juli. Her krysser de elven Mara og vandrer inn i Kenyas Masai Mara nasjonalpark. Fra oktober begynner de på reisen tilbake sørover og passerer Lobo øst for Serengeti, for å nå Ndutu i desember, da kalvingen foregår. Totalt er denne ruten over 800 kilometer lang!



## Besøk til lokale stammer

Det er mulig å besøke en tradisjonell stamme i løpet av safarien din i Tanzania. Den mest berømte og besøkte stammen er nok Masaiene. Det nomadiske gjeterfolket lever av dyrene sine. De pynter seg med vakre perlesmykker, bærer med seg lange spyd og kler seg i knallrøde shukkas, et slags stort klede. De tradisjonelle hyttene, kalt manyattas, er laget av gress, leire og kumøkk. I masaienes hoppedans utfordrer de hverandre til å hoppe så høyt som mulig mens kroppen holdes rak.

Rundt innsjøen Eyasi finner du hadza, den eldste stammen i Tanzania. Inntil nylig har denne folkegruppen vært veldig isolert, men i dag kan turister besøke området deres. Dette nomadiske folket lever på tradisjonelt vis som jegere og sankere. Og akkurat som stammer lenger sør (som San-folket) har de klikkelyder i språket sitt.

## En dag på safari - tommelfingerregler

Flere er usikre på hva de kan forvente på safari og lurer på hva slags transport som skal benyttes, hva en guide gjør, og hva slags regler og forskrifter som må følges. Under har vi samlet den viktigste informasjonen.



Under safarien kjører du i en 4x4 Land Cruiser med takfelt. Du skal på en privat safari med egen guide som betyr at du har masse frihet. Det er opp til deg å bestemme når turene starter og når du ønsker å være tilbake ved lodgen. Dette kan du bestemme på dagen, men vi anbefaler å planlegge turene med guiden. Da kan du få råd om ting du bør få med deg. Hvis du foretrekker å tilbringe ettermiddagen i lodgen med noe å drikke i hånden, må du gjerne gjøre det. Du kan altså

tilbringe dagen akkurat slik det passer deg, selv om du gjør lurt i å huske at parkavgiften kun gir deg adgang til parken én gang om dagen. Om du overnatter utenfor parken, er det ikke lurt å dra dit for å spise lunsj.

### Justering av reiseruten underveis

Underveis i safarien kan reisende av og til ønske å endre på rekkefølgen på parkene, bytte om på tidspunkt eller dager for utflukter og parker, eller erstatte en utflukt med en annen på reiseruten. Dessverre kan disse endringene føre til avbestillingsgebyrer, og er som regel umulige å iverksette. Når parkavgifter, utflukter eller overnatting må bookes på nytt, kommer slike endringer med ekstra kostnader. Derfor fraråder vi vanligvis å endre på reiseruten når reisen er i gang.

## Guidens rolle

Guiden er en av de viktigste personene under safarien. Det er hans rolle å gjøre så godt han kan for å assistere deg og passe på at du nyter turen. Vær oppmerksom på at forskjellige kunder har forskjellige behov, og at han ikke kan vite akkurat hva *du* trenger. Derfor er det lurt å ha god kommunikasjon med guiden underveis, slik at han kan gjøre en god jobb. Si ifra hvis du vil ha mer av noe, som for eksempel fakta og anekdoter om landet, folkene eller dyrene. Eller om du vil ha mindre av noe eller trenger en pause. Ikke vær redd for å si ifra!

### Samtale mellom sjåførene

Guidene pleier å holde hverandre oppdatert om ting de ser langs veien. Hvis en sjåfør ser et spesielt dyr, kommer han til å prøve å videreformidle dette. Dette betyr at guidene ofte stanser hvis de møter en passerende bil for å dele erfaringer med hverandre og tipse om interessante ting reisende bør få med seg.

Ettersom guidene snakker Swahili, misforstår gjester av og til disse samtalene for småprat som ikke er relevant til turen. Men denne utvekslingen er faktisk helt avgjørende for opplevelsen! Så husk på dette når guiden stanser for å prate med en annen sjåfør.



## Offisielle safariregler

Det er lurt å være klar over nasjonalparkens offisielle regler når du drar på safari:

1. Nasjonalparkene er åpne fra kl. 06.00 til 18.00, og safariturer er kun tillatt i denne perioden. Selv når du sover inne i parken, kan du bare dra på safari mellom disse tidene. Dette er for å ikke forstyrre dyrenes rytmer. Det finnes et par unntak; safariturer om natten (kun tillatt i noen parker) kommer med spesielle tillatelser for å komme inn i parken etter kl. 18.00. Ballongoperatører har lov til å være i parken fra kl. 05.00 og utover.
2. Parker utsteder kun 24-timers tillatelser. Når du tilbringer to netter i for eksempel Serengeti nasjonalpark, får du to tillatelser som lar deg bli 48 timer i parken. Guiden må betale bot hvis du forlater parken for sent, så det er lurt å lytte til ham når han råder deg til å dra.
3. En tillatelse gir deg kun adgang til parken én gang. Dette betyr at det ikke er mulig å forlate parken i løpet av dagen og komme tilbake senere. Derfor gir vi kundene våre matpakker som kan nytes på piknikplasser i parken eller på et vakkert sted guiden finner for deg.
4. Av hensyn til både dyr og menneskers sikkerhet er maksfarten i parken 50 km/t, og å kjøre offroad i noen av nasjonalparkene er ikke tillatt.
5. Forlat aldri bilen uten tillatelse fra guiden, eller heng ut av vinduet for å se på dyr. Det er heller ikke lov til å mate dyrene.
6. Droner er ikke tillatt i noen av landets nasjonalparker ved mindre du har lisens.



## Uoffisielle safariregler

I tillegg til de offisielle reglene, er det noen få uoffisielle regler vi ber gjestene våre om å følge under safarien. Dette er for å unngå farlige situasjoner og sikre at alt går knirkefritt. Og selvfølgelig for å respektere landet, folkene som bor der og guiden din:

1. Alltid lytt til guidens regler og råd.
2. Pass på å møte opp i tide og på avtalt møtested.
3. Kun et begrenset antall biler kan stoppe rundt ett dyr. Dette betyr at guiden din kan bestemme seg for å kjøre videre hvis det er for mange biler.
4. Prøv å holde deg så rolig som mulig når du er i nærheten av dyr. Unngå brå bevegelser og hold stemmen til en hvisken. Aldri rop. Hvis du ønsker å ta et bilde, kommer guiden til å stoppe bilen og slå av motoren. Hvis han glemmer å skru av motoren, må du gjerne minne ham på det.
5. Ikke forsøple, selv ikke sigarettneiper. Hold søppelet ditt samlet i bilen, slik at guiden kan kaste det når dere er tilbake ved lodgen.
6. Ikke ta med dyr eller planter fra parkene.
7. Hvis du har med gaver til lokalbefolkningen, så gi dem til guiden din. Han sørger for at de fordeles på rettferdig vis.
8. Ikke ta bilder av masaiene eller annen lokalbefolkning uten deres tillatelse. Hvis du ønsker å ta et bilde, er det høflig å tipse. Her må du gjerne spørre guiden om å assistere deg.

## Før du reiser

Det er et par ting du må ta deg av før du drar til Tanzania. Du trenger et visum, å bestille flybilletter, ta nødvendige vaksiner og passe på at reiseforsikring er i orden. Husk at passet ditt må være gyldig i minst seks måneder etter at du har kommet tilbake fra Tanzania. Les videre for alt av praktisk informasjon som kan hjelpe deg med forberedelsene.

## Internasjonale flybilletter

Folk som skal på safari i parkene i nord kan bare bestille returbilletter fra Kilimanjaro internasjonale lufthavn (JRO) i nærheten av Arusha. Hvis du derimot også tar turen til Zanzibar eller drar på safari i en av de sørlige parkene, er det best å fly til KIA og bestille returflyvningen fra enten Zanzibar eller Dar es Salaam. Reisekonsulentene våre gir deg gjerne råd om dette.

## Visum til Tanzania

For å komme inn i Tanzania trenger du et gyldig visum. Du kan søke om visum på nett eller ved ankomst i Tanzania (avhengig av nasjonalitet). Når du flyr til en av Tanzanias internasjonale flyplasser, er det enkelt å få visum ved ankomst, selv om prosessen kan ta litt tid. Når du reiser fra Kenya eller Uganda til Tanzania anbefaler vi på det sterkeste at du søker om visum på forhånd via nett. Visumsøknaden ved grensen er vanligvis treg og kan føre til unødvendige forsinkelser.

Visum på nett må søkes på minst to uker før avreise og koster per nå 50 USD. For å søke visum på nett er det viktig at du bruker den offisielle nettsiden til Tanzanias immigrasjonsdepartement:

<https://visa.immigration.go.tz/>

Sjekk nettsiden til immigrasjonsdepartementet før du søker for å forsikre deg om at reglene for visumsøknad fortsatt gjelder som beskrevet ovenfor. Du er selv ansvarlig for å skaffe et gyldig visum.

### East Africa Community Visa (EAC visa)

Du har kanskje hørt om EAC-visumet. Dette visumet kan du søke om hvis du reiser til flere østafrikanske land i løpet av én ferie. Vær oppmerksom på at Tanzania IKKE er inkludert i EAC-visumet og kun gjelder for personer som reiser til Rwanda, Uganda og Kenya. Det kan utstedes i Uganda eller Rwanda, avhengig av hvilket land du besøker først.

### Barn som reiser alene eller med én forsørger

Barn under 18 år som reiser alene eller med én forelder trenger et samtykkeskjema fra den/de forelder(e) (som ikke reiser). Du må vise dette sammen med visumsøknaden din.

## Adresser til ambassader

Royal Norwegian Embassy  
Cnr. Garden Avenue/Mirambo Street  
P.O. Box 2646  
Dar es Salaam  
Tanzania

Ved en nødsituasjon kan ambassaden kontaktes på

+255 22 216 3100 eller +47 23 95 56 00,

e-post: [emb.daressalaam@mfa.no](mailto:emb.daressalaam@mfa.no)

[Ambassadens hjemmeside](#)

**Den forente republikken Tanzanias ambassade i Kongeriket Sverige, også akkreditert til alle nordiske land, baltiske stater og Ukraina**

Näsby Allé 6, 183 55 Täby, Sverige.

**Telefon:** +46 8 732 24 30/31

**E-post:** [mailbox@tanemb.se](mailto:mailbox@tanemb.se)

**E-post2:** [stockholm@nje.go.tz](mailto:stockholm@nje.go.tz)

**Kontortid :** (mandag - fredag) 09:00 - 16:00 | Lørdag - søndag - stengt

**BEHANDLING AV VISUM OG PASSØKNADER ÅPNINGSTIDER 09.30 - 15.00**

## Helse og forsikring

Helsetjenester i Tanzania er av varierende kvalitet. Byer som Dar es Salaam og Arusha har greie sykehus, men det beste er selvsagt å unngå å bli syk. Sørg for at du har skikkelig helseforsikring når du reiser til Tanzania, og sjekk om du bør ta malariamedisiner eller andre anbefalte vaksiner. I tillegg til helseforsikring anbefaler vi også noen andre forsikringer, som Flying Doctors-forsikringen (se nedenfor).



## Vaksiner

Tanzania er et tropisk land og noen vaksiner anbefales derfor før du drar på besøk. Spør legen din eller ditt lokale helsesenter om oppdaterte råd minst åtte uker før du reiser til Tanzania. Noen helseforsikringer dekker kostnadene for ulike vaksiner, så det kan være lurt å høre med forsikringsselskapet ditt.

Sørg for at alle vaksinene dine er registrert i det gule vaksinasjonskortet ditt. Hvis du ikke allerede har et, kan du skaffe det under din første vaksinasjon. Ikke glem å ta med vaksinasjonskort på reisen, ettersom du kan bli bedt om å vise det frem. Det inneholder også viktig informasjon som helsepersonell kan trenge i en nødsituasjon.

**Malaria**

Selv om det har blitt gjort fremskritt i malariakontrollen i Tanzania, er det fortsatt en risiko i byer (inkludert Dar es Salaam), nasjonalparker og øyer som Zanzibar og Mafia. De fleste besøkende tar malariamedisiner for å være på den sikre siden. Om natten beskytter de seg med myggmiddel og langermede topper og bukser når de går utendørs. Myggnett er tilgjengelig ved de fleste lodger.

**Gulfeber**

Verdens helseorganisasjon (WHO) og de amerikanske sentrene for sykdomskontroll og -forebygging (CDC) har kartlagt Tanzania som et land uten risiko for gulfeber. [Se også kartet på CDCs nettsted.](#) Tanzanias myndigheter krever kun bevis på gulfebervaksinasjon fra personer som ankommer landet fra et land med risiko for gulfeber ELLER har en mellomlanding på 12 timer eller mer i et land med risiko for gulfeber. Personer som kommer direkte fra USA eller Europa trenger altså IKKE gulfebervaksinasjon for å reise inn i Tanzania. Legen din kan også fraråde deg å ta vaksinen hvis du er eldre enn seksti eller har en medisinsk tilstand. Hvis dette er tilfelle, kan du fremdeles reise til Tanzania fra/via land med gulfeber, så lenge du har med deg et brev fra legen din som fritar deg fra denne regelen.

## Forsikring

Sørg for å ha god helse- og reiseforsikring når du reiser til Tanzania. Dette er obligatorisk selv for personer som reiser til Zanzibar, hvor man må tegne obligatorisk reiseforsikring for Zanzibar før man reiser. I tillegg anbefaler vi et par andre forsikringer.

### Reiseforsikring

Vi forplikter våre kunder til å ha skikkelig reiseforsikring. Reiseforsikring dekker vanligvis medisinske kostnader, samt skade på eller tap av bagasje. Vi anbefaler gjerne Chapka Travel Insurance (kun for EU-borgere). Den dekker alle reiser og kan enkelt tegnes ved hjelp av reiserådgiveren din. Dette må gjøres innen 48 timer etter at du har fullført bestillingen din hos oss (når reisedatoene dine er fastsatt). Merk også at Chapka kun dekker reise- og/eller avbestillingsforsikring, og IKKE legger til rette for rask evakuering fra avsidesliggende områder i medisinske nødsituasjoner (som Flying Doctors Insurance gjør).

### Flying Doctors Insurance

[AMREF Flying Doctors](#) har drevet med medisinske evakueringsflyvninger i Tanzania (inkludert Kilimanjaro), Zanzibar (inkludert Mafia og Pemba), Kenya, Uganda, Rwanda og Burundi siden



1950-tallet. Flying Doctors er en flygende ambulansetjeneste med leger og piloter i beredskap 24 timer i døgnet, hver dag i året. Flying Doctors-forsikringen kommer i tillegg til din vanlige reiseforsikring og er ikke obligatorisk. Men i en nødsituasjon kan de umiddelbart evakuere deg fra avsidesliggende områder og fly deg til et sykehus i Nairobi/Kenya. Tanzania Specialist er medlem av Flying Doctors, så vi kan eventuelt ordne dette for deg!

Prisen for Flying Doctors-forsikringen koster 40 USD per person i 30 dager.

**Vennligst merk:** Prisen dekker reisen din til ett eller flere av landene nevnt ovenfor. Tjenesten inkluderer ikke sykehuskostnader, medisinsk behandling eller medisiner, så tilstrekkelig reiseforsikring er fortsatt nødvendig i tillegg til Flying Doctors-forsikringen. Fjellevakueringer dekkes heller ikke av AMREF Flying Doctors.

**Zanzibar obligatorisk reiseforsikring**

Hvis du reiser til Zanzibar, er du forpliktet til å tegne obligatorisk reiseforsikring på Zanzibar, uavhengig av din egen reiseforsikring. Hver reisende må søke om denne forsikringen på forhånd. Etter å ha betalt kostnaden på USD 44 per person, mottar du en QR-kode som skal vises ved ankomst. Den grunnleggende dekningen av denne obligatoriske reiseforsikringen inkluderer kostnader til medisinske nødutgifter, utgifter til transporten hjem, personlige ulykker, bagasjeforsinkelser, bagasjetyveri, bagasjetap, juridiske utgifter og ansvarsforsikring. For å søke om Zanzibars obligatoriske reiseforsikring, vennligst besøk <https://visitzanzibar.go.tz/>.

**Avbestillingsforsikring**

Avbestillingsforsikring for reise anbefales også dersom du må avbestille ferien før avreise eller underveis. Vær oppmerksom på at noen forsikringer bare delvis refunderer beløpet ved avbestilling, så sørg for å sjekke dette grundig!

## Bagasje og tips til pakking

Bilene våre har begrenset plass til bagasje under safarien. Vi ber deg derfor om å la den harde kofferten din ligge hjemme og heller reise med myke bager som er enkle å oppbevare i bilene våre. Myke bager er også mindre utsatt for skader på veien.

### Bagasje på flyet

Sjekk med flyselskapet ditt for å få vite størrelsen, vekten og antall kolli som er tillatt på den internasjonale flyvningen. Sørg også for at du har med deg viktige gjenstander som medisiner i håndbagasjen under den internasjonale flyvningen, i tilfelle koffertene dine blir enten forsinket eller borte under flyturen.



Flyturer innenlands (for eksempel fra Arusha til Zanzibar) har en bagasjegrænse på 2 kolli på opptil 20 kg til sammen per person (avhengig av flyselskapet), og tillater kun myke kofforter! Dette betyr 5 kg håndbagasje og 15 kg innsjekkhet bagasje. Hvis bagasjen din overstiger denne grensen, tar flyselskapene vanligvis mellom 5 og 7 USD for hver ekstra kilogram. Du betaler direkte ved innsjekkingsranken. Vær oppmerksom på at hvis du reiser med harde kofforter, kan flyselskapet nekte deg å fly.

De totale målene (lengde + bredde + høyde) for innsjekkhet bagasje må være maks 125 cm. De totale målene (lengde + bredde + høyde) for håndbagasje må være maks 85 cm.

Tanzania Specialist kan ikke holdes ansvarlig dersom den harde kofferten din blir skadet under safarien, eller flyselskapet belaster deg eller nekter deg å reise hvis bagasjereglene ovenfor ikke overholdes.

For å beskytte bagasjen mot støv og/eller fuktighet anbefaler vi at du tar med koffert- eller skittentøyposer som ekstra trekk. De fleste lodger og teltleirer tilbyr klesvask for (ytter)klærne dine, men kun ved et opphold på minst to netter.

## Hva har man på seg på safari?

Det er vanlig praksis i Tanzania å dekke skuldrene og bruke skjørt og bukser som går under knærne. Øyene og kystområdene er overveiende islamske, og kvinner dekker vanligvis håret. Det er hensynsfullt å følge disse skikkene, men du er ikke forpliktet til å gjøre det. Spesielt på hoteller og safari er shorts, skjørt og avdekket hode ikke et problem.



### Safariklær

Under safarien er fritidsklær best, helst bomullsklær i safarifarger (se bilde). Vi fraråder å bruke mørke eller sterke farger under safarien (svart, blått, rødt) – disse tiltrekker seg fluer og insekter. Farger som ikke skiller seg ut er best, som khaki eller olivengrønn.

Husk at Tanzania ligger svært nær ekvator, noe som betyr at solen kan være veldig sterk. Lange ermer, hatt, mørke solbriller og/eller solkrem er lurt. For mye sol kan føre til dehydrering, kvalme, svimmelhet eller hodepine. Etter solnedgang er

det lurt å bruke lange bukser (og muligens lange ermer) på grunn av myggen. Ta med en genser eller jakke til tidlige morgener og kvelder, siden den nordlige delen av Tanzania kan bli kjølig. Vi anbefaler også komfortable sko og badetøy til dager ved bassenget og på Tanzanias strender.

## Forbud mot plastposer

Fra 1. juni 2019 har den tanzanianske regjeringen erklært et offisielt forbud mot plastposer, uavhengig av tykkelse. De kan ikke lenger importeres, eksporteres, produseres, selges, lagres, leveres eller brukes på fastlandet. Plast eller plastemballasje til medisinske produkter, industriprodukter, byggebransjen, landbruk, mat, sanitær- og avfallshåndtering er imidlertid ikke forbudt.



Vennligst ta hensyn til dette forbudet når du pakker. Plastbæreposer som brukes spesifikt til toalettsaker er tillatt, så lenge de er i din besittelse til enhver tid og ikke vil bli kastet i landet. Glidelåsposer som flyselskaper krever for å frakte væsker er også tillatt, så lenge du tar dem med hjem. Plastposer for tollfrie kjøp kan ikke importeres.

## Førstehjelpsutstyr

Det er lurt å ta med eget førstehjelpsutstyr som plaster, (sterile) gasbind, gnagsårplaster, jod og medisiner mot vanlige plager som hodepine og mageproblemer. Vi anbefaler også kvinner å ta med bind og tamponger, da de kanskje ikke er tilgjengelige overalt.

## Medisinsk utstyr og spesielle behov

Hvis du bruker (elektrisk) medisinsk utstyr, er det viktig å informere oss på forhånd. Vi vil deretter informere lodgene der du skal bo. Strømforsyningen er ikke jevn overalt, så det er lurt å ta med ekstra ladere eller batterier.

Vær oppmerksom på at noen medisiner eller utstyr krever en legeerklæring fra legen din som bekrefter at dette kun er til personlig bruk, og at mengden er tilstrekkelig for varigheten av oppholdet. Videre anbefaler vi at du har **viktige medisiner i håndbagasjen** og ikke i innsjekkett bagasje. Da unngår du å miste medisinen din hvis bagasjen din blir forsinket eller blir borte.

Hvis du har allergier eller andre spesielle behov, vennligst informer oss på forhånd, slik at vi kan gi beskjed til overnattingsstedet.

## Fotografi og video

Hvis du vil fotografere Tanzanias fantastiske landskap og dyr, bør du vurdere følgende når du forbereder deg:

- Ta med ekstra minnekort og batterier. Det er mulig å kjøpe dem i Tanzania, men det er best å unngå omveien det er å måtte dra inn til byen og finne dem.
- Ta med linsedeksler, rengjøringskluter og en tettstående kameraveske for å beskytte kameraet mot støv.
- Ta med et UV- eller lysfilter for å beskytte linsen i høylandet.
- Et zoomobjektiv (f.eks. 300 mm) anbefales for fotografering av ville dyr.
- Merk at mange telteleirer bruker solenergi eller en generator og har begrenset med strøm. Vanligvis er det et begrenset antall timer med strøm per dag, og spenningen (220–240 V) kan variere. Vi anbefaler å ta med en støpseladapter (Tanzania bruker britiske 3-pins stikkontakter) og en spenningsomformer.
- Hvis du ønsker å fotografere lokalbefolkningen, må du alltid spørre om tillatelse. Nå til dags er folk mer vant til kameraer, men ikke alle ønsker å bli tatt bilde av. Vær hensynsfull, spesielt i avsidesliggende områder.
- Bruk av droner er kun tillatt for innbyggere, bedrifter og myndighetspersoner med lisens. Det er mulig å søke om midlertidig lisens på forhånd.
- Profesjonelle fotografer og videografer kan bestille vår spesielle safaribil. Dette er en safarijeep med åpne vinduer og popup-tak som gir best mulig fotoopplevelse, med fleksibilitet til å plassere stativ og annet utstyr.



## Smart pakking

- Pass og en kopi av passet ditt
- Pengebelte til penger og papirer
- Vaksinekort
- Varm genser og langbukser
- Minnekort, ekstra batterier og lader til kameraet ditt
- Badetøy
- Badesko (i tilfelle det blir strandferie!)
- Hatt
- Høy solfaktor til kropp, ansikt og lepper
- Body lotion
- Våtservietter til hender og ansikt
- Håndsprit
- Solbriller og ekstra briller/kontaktlinser ved behov
- Myggmiddel (helst med DEET)
- Førstehjelpsskrin
- Telefon med lommelykt og vekkerklokke
- Tøyposer til skittentøy eller som beskyttelse mot støv og fukt
- Kikkert
- Engelsk og internasjonal adapter

## Når du er i Tanzania...

Afrika er for mange et relativt ukjent kontinent, og dette er kanskje første gang du reiser til kontinentet. Tanzania er et vakkert og trygt afrikansk land, men ting er annerledes her: både mat, kultur og økonomi. For å hjelpe deg har vi oppsummert den viktigste informasjonen om Tanzania nedenfor og forklart hvordan ting gjøres her (slik at du vet hva du kan forvente når du går av flyet!).

### Mat og drikke

Mat og drikke på lodgene, leirene og feriestedene i Kenya har stort sett et europeisk preg, men med et utvalg av kenyanske retter. Tenk chapati og samosa (på bildet) til frokost, og ris, bønner, ferske grønnsaker, karriretter, fersk fisk og stekt kjøtt til lunsj og middag.



Hoteller serverer vanligvis tanzaniansk frokost sammen med en engelsk frokost med egg, bacon, tomater, frokostblandinger og deilige tropiske frukter. Lunsj består ofte av varme måltider, og både lunsj og middag kan være et tre- eller flereretters måltid. I mindre lodger

og leirer serveres måltidene stort sett som en fast meny, mens de større lodgene tilbyr lunsj og middag i bufféform. Under safarien har du med deg en matpakke, som du kan nyte på spesielle piknikplasser underveis.

### Drikke

Lokalt øl (det mest kjente er øl med de fantastiske navnene Kilimanjaro, Serengeti og Safari) er godt, og de fleste hotellene tilbyr et utvalg av viner. Vann fra springen i Tanzania egner seg ikke til å drikke. Under safarien gir vi deg rikelig med flaskevann, og det er alltid en flaske eller mugge med rensset drikkevann på rommene. Du kan også kjøpe flaskevann på lodger og i små butikker underveis. Sørg for at du drikker nok vann. Varmen i Tanzania kan dehydrere deg før du vet ordet av det.

## Penger

I Tanzania betaler du med lokal valuta, amerikanske dollar og/eller kredittkort. Den lokale valutaen er tanzaniansk shilling, som er tilgjengelig i sedler på 1 000, 2 000, 5 000 og 10 000 shilling og mynter på 50, 100, 200 og 500 shilling. 1 euro tilsvarer omtrent 2 800 tanzanianske shilling, og 1 USD tilsvarer omtrent 2 700 tanzanianske shilling. Sjekk valutakalkulatoren din for å få den nøyaktige kursen.



Tanzanianske shilling er ikke tilgjengelig eller omsettelig utenfor landet. Men den er nødvendig å ha med seg for lokale kjøp og tips. Minibanker finnes på internasjonale flyplasser, i byer og landsbyer i nærheten av nasjonalparker. Vi anbefaler at du kun tar med deg et lite beløp i kontanter hjemmefra og i stedet tar ut penger ved ankomst og/eller mens du reiser. Merk at minibankuttak har et lite gebyr, og at kreditt- eller debetkortet ditt må aktiveres og settes opp med verdensdekning for dette formålet.

Dollarsedler bør ikke være eldre enn 10 år. Hvis de er eldre, aksepteres de vanligvis ikke i butikker, banker og vekslingskontorer.

### Hvor mye kontanter bør man ta med?

Hvor mye kontanter du bør ha i lommen avhenger selvfølgelig av dine personlige behov og ønsker. Det kan være lurt å være klar over at prisene i turistområdene er sammenlignbare med de i Europa. På den annen side er overnatting, måltider og forhåndsvalgte aktiviteter allerede betalt, og kontantpengene vil for det meste bli brukt på tilleggsaktiviteter, drikke på hotellene, suvenirer og tips (se nedenfor for å forstå hvor mye du bør gi i tips). Sørg for at du har nok kontanter med deg til å vare et par dager, da det ikke alltid er minibanker i nærheten.

### Kredittkort

Mastercard, Visa og American Express aksepteres vanligvis i minibanker, samt på lodger og hoteller. Noen avsidesliggende leirer kan ha problemer med å behandle kredittkortene dine på grunn av beliggenheten og dårlige forbindelser.

## Tips

Tips settes pris på, men er ikke obligatorisk i Tanzania. Vi anbefaler å gi tips til lokale ansatte hvis mulig, ettersom lønningene ofte er lave. Hvis du er fornøyd med servicen, ikke nøl med å vise takknemlighet ved for eksempel å gi 1 USD eller 2500 TSH til personen som bærer kofferten din til rommet. Det er også ofte mulig å legge igjen tips til hele personalet når du sjekker ut. De fleste resepsjoner har en tipsboks.

### Tips guiden din

Hvis du er fornøyd med servicen, setter vi stor pris på om du tipser guiden din på slutten av safarien. Som en generell retningslinje anbefaler vi at du gir 10 USD per dag per person i gruppen din for hele safarien. Men du står selvfølgelig fritt til å bestemme dette selv. Guidene våre tjener rettferdige lønninger, men disse tipsene brukes ofte som sparepenger for storfamilien (og kan for eksempel hjelpe et familiemedlem med å fullføre skolen).

## Været

Det er ikke store forskjeller på sesongene i Tanzania. Været er vanligvis behagelig og varierer kun på grunn av høydeforskjeller. I de høytliggende områdene er det kjøligere med en ganske stor forskjell mellom temperaturer på natt- og dagtid, mens kystområdene vanligvis har et mye varmere og fuktigere klima. Her kan temperaturene stige over 35 °C.

Tanzania har to regntider. Det betyr ikke at det ikke regner i andre måneder, eller at det regner hver dag i disse månedene. Men generelt kan man si:

- Den kortere regntiden varer fra slutten av oktober til begynnelsen av desember
- Den lengste regntiden varer fra begynnelsen av april til slutten av mai.

Det er absolutt mulig å besøke Tanzania i regntiden. De fleste veiene vil fortsatt være åpne og fremkommelige, nasjonalparkene er friske og grønne, og det er færre turister og færre kjøretøy. Det kommer vanligvis regnbyger sent på ettermiddagen, mens himmelen er blå på dagtid. Det er imidlertid en mulighet for at du blir sittende fast på grusveier under kraftig regn. Vær tålmodig hvis dette skjer. Dette er også en del av safariopplevelsen!

## Sikkerhet under reisen

Tanzania er et trygt land å besøke, spesielt på organiserte safariturere med private guider, slik du gjør med oss. Det er selvfølgelig noen steder du bør unngå i storbyer som Arusha og Dar es Salaam, men – som med alle storbyer – klarer du deg nok fint ved å ta et par forholdsregler. Også under safarien er det noen ting å huske på:

- Ikke etterlat pass, penger og andre verdisaker på rommet, ved mindre det er en safe.
- Oppbevar verdisaker i en safe eller etterlat dem i låste skap i resepsjonen.
- Ikke etterlat verdisaker eller vesker/sekker uten tilsyn i kjøretøyet, selv for en kort stund.
- Ikke reis med dyrebare smykker. Ta gjerne med enkle smykker, klokker og giftingen, men unngå dyrere eller påfallende smykker (aper kan også stjele disse!).
- Vær oppmerksom på lommetyver på dagtid.
- Ikke dra ut alene på kveldene, spesielt ikke til fots i byene. Ta alltid taxi.
- Hvis du skal ta taxi bør du bare bruke registrerte taxiselskaper som bestilles i resepsjonen der du bor.

## Taxi og annen transport

Du har din egen safarijeep, så all transport i den bestilte reisen er inkludert. Men hvis du trenger å leie en taxi, kan du be hotellet om å ringe et pålitelig selskap. Mange steder er det også mulig å bestille en tuk-tuk – dette populære transportmiddelet er relativt billig. De har plass til opptil tre personer. I noen byer kan du også bestille Uber/Bolt.



Lokale minibusser (daladala) og motortaxier (boda boda) er til den eventyrlystne. Daladala er trange og har generelt ikke de tryggeste sjåførene. Boda bodaer er ikke trygge (kjører f.eks. som gale).

## Telefonsamtaler

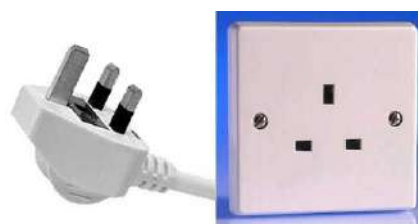
Alle hytter og campingplasser i nasjonalparkene har radio for å koble dem til omverdenen. Denne forbindelsen er ikke ment for lange langdistansesamtaler, men betyr at du kan ringe i nødstilfeller. De fleste steder har mobilnettverk, men ikke alle, og roaming er dyrt. De fleste hytter tilbyr imidlertid WiFi som lar deg ringe hjem på tvers av landegrensler.

Tanzanias landskode er +255.

## Elektrisitet

Mange leirer i nasjonalparkene drives på solenergi og generatorer, og tilbyr ikke strøm døgnet rundt. Vanligvis er det tilgjengelig strøm fra 05:00 til 09:30 og fra 19:00 til 23:00 (når gjestene bruker fasilitetene på leiren).

Spenningen i Tanzania er ikke den samme som i Europa eller USA. Hoteller i Tanzania tilbyr en spenning på 220–240 V som ofte svinger. Stikkontaktene er trepinners (UK, type G). Det anbefales å ta med en adapter til stikkontaktene og en spenningsomformer til sensitivt utstyr.



## Suvenirer

I Tanzania finnes det mange vakre og ofte håndlagde suvenirer. Prisene er faste i kjøpesentre og supermarkeder, men bodene langs veien er vant til prutting. Typiske suvenirer er smykker med perler, utskjæringer, malerier, skuldervesker laget av naturlige materialer og afrikanske stoffer, kaffe og te. Ikke ta med deg noe laget av skinn, skjell, koraller, ibenholt eller elfenben – eksport av disse er forbudt.

## Å gi gaver eller penger

Når du kjører utenfor nasjonalparkene, kan det hende at folk ber deg om penger, godteri eller pinner. Det er opp til deg om du gir noe, men vårt råd er å la være. Hvis du vil ta med noe til lokalbefolkningen er det best å snakke med guiden eller reisekonsulenten din om det, og kanskje ta med noe å dele ut på steder guiden din anser som passende.

## Å besøke Zanzibar under Ramadan



Ramadan fører med seg en roligere rytme over Zanzibar på både hovedøya (Unguja) og Pemba. Siden de fleste innbyggerne på Zanzibar er muslimer og praktiserer faste i løpet av dagen, er atmosfæren noe roligere og stille enn vanlig. Om kvelden, derimot, blir stemningen en annen. Gater og strender fylles av folk som samles for å bryte fasten, som fører med seg en hyggelig høytidsstemning som virkelig er noe å se frem til. I Stone Town (for eksempel) sakter tempoet og butikker har

senere åpningstider, så det er best å planlegge aktiviteter tidlig på morgenen eller etter solnedgang. Det er fremdeles alkoholservering på hoteller og resorter med lisens, men serveres ikke på offentlige steder.

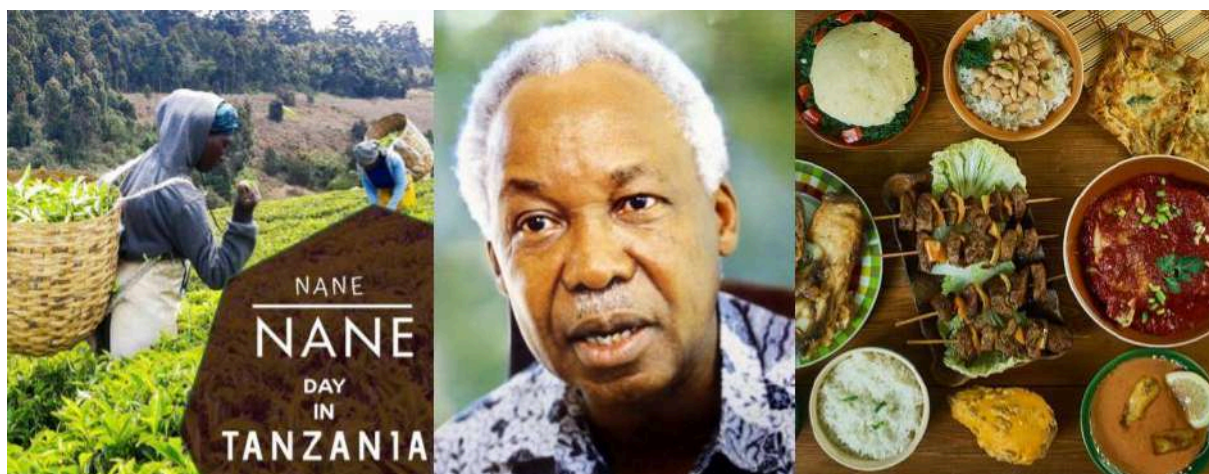
Så snart solen går ned kan du dra til steder som Forodhani Gardens eller til stranden, hvor familier og venner samles til iftar. Besøkende er velkomne til å smake på lokal gatemat og delta i den tilbaketente og sosiale kveldsstemningen. Om dagen er det lurt å praktisere litt sosial bevissthet. Unngå å spise, drikke eller røyke offentlig. Kle deg passende med tildekkede skuldre og knær utenfor hotellet ditt. Heller enn å begrense opplevelsen din, kan det å tilpasse seg føre til en følelse av tilhørighet. Mange som reiser til Zanzibar på denne tiden opplever at folk er enda mer imøtekommende under Ramadan.



## Helligdager

I tillegg til de kristne høytidene har Tanzania flere nasjonale og islamske helligdager:

- **1. januar:** Nyttårsdag
- **12. januar:** Zanzibar Revolution Day
- **7. april:** Karume Day
- **April:** Eid al-Fitr (slutten av Ramadan, hvor den nøyaktige er avhengig av månesyklusen)
- **26. april:** Union Day
- **1. mai:** Labour Day
- **Juni:** Eid al-Adha (offerfest, hvor den nøyaktige er avhengig av månesyklusen)
- **7. juli:** Saba Saba (Dar Es Salaam International Trade Fair)
- **8. august:** Nane Nane (Farmers Day)
- **15. september (ofte):** Milad un Nabi (Prophet Muhammads fødsel)
- **14. oktober:** Nyerere Day
- **9. desember:** Independence Day



## Ta vare på Tanzanias natur sammen med oss!

Tanzania Specialist investerer i og lever av den vakre naturen Tanzania tilbyr. Derfor gjør vi alt vi kan for å bevare miljøet. Vi ber deg som vår gjest om ikke å legge igjen avfall på Kilimanjaro, på stranden eller i nasjonalparkene. Behold søppelet til du eller guiden din kan kvitte deg med det på riktig måte når dere kommer tilbake til hotellet. Det er bare en liten gest, men det vil gi fremtidige generasjoner muligheten til å nyte dette vakre landet, akkurat som vi gjør!



*Vi ønsker deg en safari njema (trygg reise) og tar deg varmt imot:  
karibu Tanzania!*