

# Praktiske oplysninger

Her finder du relevante oplysninger om rejser til Indien

## Pas og visum

Der kræves visum til et besøg i Indien.

Dit pas skal være gyldigt i 6 måneder udover opholdets varighed, være maskinlæsbart og minimum have to blanke sider tilbage.

Visum skal søges online inden afrejse. Der kan ikke søges om visum tidligere end 30 dage før indrejse i Indien. Vi sender en vejledning ca. 30 dage inden afrejse fra Danmark. Online-visum koster pt. 25 USD. [Det søges her.](#)

Man kan også vælge at søge visum på Indiens ambassade i København. Men det kræver, at de får passet indleveret fysisk. Se mere om proceduren og dagsprisen på Indiens ambassades hjemmeside.

Ønsker I, at Viktors Farmor søger om visum på jeres vegne koster det 1250 kr. i administrationsgebyr plus de 25USD for selve visummet.

Viktors Farmor sender besked til rejsernes tilmeldte, når der er garanteret afrejse. Søg ikke visum inden da. Det er altid en god idé at have en ekstra kopi af passets informationsside med. Den opbevares et andet sted end selve passet.

## Vaccination

Som i de fleste andre over-søiske lande anbefales det at være vaccineret mod smitsom leverbetændelse (hepatitis A), stivkrampe og difteri. Endvidere anbefales tyfusforebyggelse ved rejser i Indien over to uger. Herudover er anbefalinger afhængige af, hvilket område man rejser i og på hvilket tidspunkt af året man rejser.

Viktors Farmor rådgiver af principielle årsager ikke om smitterisiko for malaria og om valg af malaria profylakse. Du bør tale med egen læge eller en specialklinik for rejsemedicin. Medbring evt. dag-for-dag programmet, hvorpå rejseruten er indtegnet.

Du kan også orientere dig på [Seruminstituttets hjemmeside](#). Der kan være forskel på, hvilke vaccinationer der tilrådes.

I forbindelse med din vaccination har Viktors Farmor to rabataftaler med [Rejsemedicinsk- og Medicinsk Speciallægeklinik](#) (Jens Baggesens Vej 90 B 8200 Aarhus N) og [Udlandsvaccinationen I/S](#) (Ørestads Boulevard 5, 2300 København S). Ved begge steder får du op til **10% i rabat ved vaccinationer.**

## Højdesyge

Leh ligger i 3500 m's højde. Men på vej dybere ind i Himalaya kommer vi endnu højere op. Det højeste beliggende sted, vi sover, er i ca. 4.000 meters højde. Har man ikke erfaring med, hvordan man reagerer på højder, anbefaler vi at man tager en snak med sin læge inden rejsen. Det er muligt at få en recept på Diamox, der er det eneste dokumenterede middel mod højdesyge. Højdesyge findes i flere varianter og viser sig bl.a. ved hovedpine, kvalme og utilpashed.

Den mest normale form for højdesyge er ovre efter to-tre dage. Udover Diamox bør man sørge for ikke at blive afkølet, og man bør sørge for at indtage rigelig væske.

Tager du medicin eller lider du af sygdom, der kan blive forværret af en rejse i højderne, skal du kontakte egen læge. Diamox kræver, at din læge har en særlig udleveringstilladelse, så tag kontakt i god tid.

## Valuta

Møntfoden i Indien hedder rupees (INR). Der går ca. 10 danske kroner på 120 rupees. Det er mest praktisk at medbringe Euro eller US Dollars i kontanter. De er lette at veksle i de større byer. Men regn ikke med at kunne veksle penge i landsbyerne undervejs.

Kreditkort kan bruges i de større forretninger, men kun i de større byer. På rejsen til Ladakh og Zanskar vil det være muligt at hæve penge på kreditkort i Leh, men udenfor Leh kan kreditkort ikke bruges. Så sørg for at have rupees i kontanter med, når vi forlader Leh.

## Fysisk form på rejsen

Dette er en vandretur med 3 støvler, hvor vi kommer op i den tynde luft. Så det er vigtigt, at du kan gå det angivet antal kilometer og højdemeter, der er angivet i dagsprogrammet for rejsen. Du kan læse mere om vores graduering af [vandreturene samt fysiske krav her](#).

For alle vores rejser gælder det, at du skal være godt gående og i en almindelig fysisk form. Rejsen egner sig ikke for bevægelseshæmmede, og det forventes, at du kan gå mindst 5 km. om dagen, samt håndtere din egen bagage. Men da dette er en vandretur i højderne, er kravene til fysik strengere på denne rejse.

## Hoteller

Vi bor på denne rejse på en kombination af gode turistklassehoteller samt i en mobil teltlejr, som bliver flyttet til 3 forskellige lokaliteter i løbet af rejsen. Du kan læse mere om teltlejren i dagsprogrammet for rejsen, hvor du også kan se billeder fra lejren.

## Vandreferie

### Specielt for rejsen Kultur og vandring i Ladakh og Zanskar

Dette er en Viktors Farmor vandreferie med en sværhedsgrad på 3 støvler (ud af 4). Det vil sige, at man skal være almindeligt godt gående for at få det fulde udbytte af rejsen. De længste vandreture tager typisk 6-7 timer ad stenede og ujævne stier. Vandreturene foregår i højden, hvilket kræver mere fysisk end i Danmark. Men der er ikke voldsomme stigninger eller tekniske sektioner, der kræver særlig erfaring.

[Læs mere om sværhedsgraden 3 støvler her.](#)

## Måltider

Frokosten nyder vi gerne på et af de små lokale spisesteder. Er der ingen spisesteder, hvor vi kommer, har vi mad med. Det gælder især på vandreturene.

## Telefoni og internet

**Telefoni.** Indien har selvvalg fra Danmark. Tryk 0091 + omr.nr + abn.nr. Fra Indien til Danmark trykkes 0045 + dansk nummer. En dansk mobil kan som regel bruges fra Indien. Mobiltaksten afhænger af dit teleselskab. Det er billigt at ringe hjem til Danmark fra telefoner i kiosker med ISD skilte. Her koster det ca. en krone pr minut at ringe til et dansk fastnetnummer.

**Internet.** Der er efterhånden wi-fi på langt de fleste hoteller og et stigende antal restauranter i Indien. Mange steder gratis, nogle steder mod en beskeden betaling. Det er også muligt at bruge mobildata på telefonen de fleste steder - men tjek lige priserne hos dit teleselskab i Danmark inden afrejse, da det ofte er en dyr fornøjelse.

## Elektricitet

Strømstyrken er 230 volt. I det meste af Indien benyttes type D stik, så man bør medbringe adapter.

## Drikkevand

Det frarådes på det kraftigste at drikke vandet fra hanen. Mineralvand kan købes overalt.

## **Drikkepenge**

På grupperejser med Viktors Farmor er drikkepenge til chauffører og lokale guider inkluderet i rejsens pris. Øvrige drikkepenge er ikke inkluderet. Så det er vigtigt, at man giver et lille beløb (f.eks. svarende til 1 amerikansk dollar, hvis man får båret sin kuffert til hotelværelset eller til receptionen fra værelset. Det er også kutyme at lægge 10% oveni prisen på de drikkevarer, man selv betaler. På individuelle rejser er drikkepenge til chauffører og lokale guider ikke inkluderet i rejsens pris.

## **Foto**

Indien er et paradis, når der drejer sig om billedmotiver. Især når det gælder mennesker. Men vis respekt ved fotografering: Vis kameraet og smil, og spørg om det er ok at tage et foto. Respekter et nej; især mange af de ældre i de små landsbyer bryder sig ikke om at blive foreviget. Ungerne derimod elsker det ofte.

Militære områder, checkpoints samt lufthavne må ikke fotograferes. Hvis man gerne vil tage fotografier i et privat hjem, er det høfligst at vente til man har været der lidt, og man bør altid spørge først. I nogle helligdomme er det ikke tilladt at fotografere indenfor.

## **Indkøb**

Man kan med fordel købe tøj, tæpper, lædervarer, bøger, lokalt kunsthånd osv. Markedet i Leh er et godt sted at kigge efter souvenirs. Priserne er meget rimelige. Der skal ofte tinges om prisen. Kun i de større forretninger er der faste priser.

## **Prisniveau**

Indien er et billigt land at rejse i. Et måltid koster fra ca. 30 kr. på en lokal restaurant. En øl på 650 ml kan fås til ca. 20 kr. En stor flaske vand i en kiosk koster omkring 5 kr.

## **Bagage**

Afhængigt af flyselskabet, medbring højst 20-23 kg. Den præcise vægt vil fremgå af de afrejsepapirer, du får tilsendt ca. 10-12 dage inden afrejse.

Vær opmærksom på, at flyselskaberne ikke tillader powerbanks og e-cigaretter i den indtjekkede bagage. Har I sådanne apparater, skal de i håndbagagen.

Vandrestave skal i den indtjekkede bagage.

## **Håndbagage**

Sørg altid for at have tandbørste samt lidt ekstra tøj/undertøj i håndbagagen så man er forberedt på det tilfælde, at bagagen kan være forsinket på bestemmelsesstedet.

Vigtig medicin bør altid være i håndbagagen. Medbringer du receptpligtig medicin, i din håndbagage, skal navnet på recepten og flybilletten stemme overens.

## **Klima og påklædning**

Indernes holdning til påklædning er ret afslappet. Ikke mindst i bjergene og i de små landsbyer. "lag-på-lag" er en god strategi på vandreturene i Himalaya, hvor der vil være stor forskel på temperaturen i løbet af døgnet. Shorts kan gå an på vandrestierne, hvis vejret er til det. I landsbyerne og klostrene bør damer dog ikke gå i shorts, der går til over knæene. Brug i stedet en let nederdel eller bukser, der dækker knæene. Her er det også bedst at have overarmene dækket.

I Delhi er det meget varmt hele døgnet. Her kan der også komme en byge eller to. I Ladakh regner det derimod yderst sjældent. Gennemsnitsnedbør i Leh i juli måned er 16 mm. Min. temp. 10 grader, max temp. 25 grader.

Man kan få vasket tøj på hotellerne, hvor vi bor 2 eller flere nætter i træk.

## **Tidsforskel**

Indien er 3½ time foran Danmark om sommeren.

## **Pakkeliste**

### **Husk at supplere pakkelisten med:**

- Lunt nattøj til nætterne i bjergene
- Varm trøje, vindjakke eller vindtæt fleece.
- Lille dagtursrygsæk
- Gode vandresko eller -støvler
- Evt. vandrestave (ikke et krav)
- Lommelygte + batterier
- Solbriller, Solcreme
- Kasket eller solhat
- Myggespray
- Vækkeur
- Medicin mod maveinfektion (tal med egen læge) og evt. diamox
- En rulle toiletpapir eller Kleenex
- Desinficerende spray el. creme (kan købes i Matas og på apoteket)
- Badetøj (til hotellet i Delhi)

## **Besøg i private hjem**

Befolkningen er meget gæstfri, og vi vil sikkert opleve at blive inviteret til te i et privat hjem. Det kan være en idé at tage noget tøj med, som man kan efterlade efter brugen. Det tjener to formål: Man glæder en fattig familie og man får bedre plads i kufferten hjemad.

## **Transport**

Trafikken i Indien kan være kaotisk. Dertil kommer at den indiske livsstil er meget langt fra den europæiske perfektionisme, og tid er et mere relativt begreb i Indien. Det kan give forsinkelser i forhold til den lagte rejseplan. Dog er der sjældent meget trafik i på bjergvejene. Her er der større sandsynlighed for forsinkelser som følge af dårlige vejrforhold, vejarbejde, sne mm. Der kræves derfor en god portion overbærenhed ved rejser i Indien. Ikke mindst i så afsidesliggende egne som Ladakh og Zanskar.

## Ofte stillede spørgsmål

### Hvem flyver vi med til Indien?

Det varierer fra rejse til rejse. Du er altid velkommen til at kontakte os for at høre, hvilket flyselskab der er booket på netop din rejse.

### Er rejsen til Ladakh fysisk krævende?

Rejser til afsidesliggende egne af Indien – såsom Ladakh og Zanskar – vil være mere krævende end en traditionel rundrejse. Faciliteterne er mindre udbyggede, og turen går over høje bjergpas med tynd luft.

### Hvor mange penge bør jeg medbringe hjemmefra til Indien?

Det er altid en god ide at medbringe nogle penge i kontanter. Mad, drikke og småfornødenheder er billige i Indien, så man kommer langt for omkring 1.000 kr. i amerikanske dollars eller rupees pr. person. Derudover er det muligt at hæve penge på kreditkort i hæveautomater i Leh og Delhi. Men forvent ikke at kunne bruge kreditkort udenfor disse byer.

### Hvornår er det godt at rejse til Ladakh?

Rejsen til Ladakh er kun mulig i sommermånederne, når bjergvejene er åbne.

## Værd at vide

Der kan ikke garanteres enkelværelser i teltlejren. Her kan det være, at man skal dele med en anden gæst af samme køn. På hotellerne er det derimod intet problem.

Det kan anbefales at downloade Udenrigsministeriets app Rejseklar, hvor du kan læse rejsevejledningen og anden god information. Appen kan downloades til både Apple og Android.

For alle, der skal ud at rejse med Viktors Farmor, tilbydes 10% på varer, som ikke er nedsatte på [Spejdersports webshop](#). Fordelskoden oplyses ved bestilling af rejse.

## Flyrejsen

På vores rejser bruger vi en række forskellige flyselskaber. På nogle få af disse – f.eks. Finnair – kan vi desværre ikke seate jer på flyet. Vi kan derfor ikke garantere, at I sidder sammen, selvom I rejser sammen. Vi kan heller ikke imødekomme særlige ønsker til seating såsom gangplads, vinduesplads osv. Ønsker du at vide, hvilket flyselskab vi bruger på en given rejse, er du altid velkommen til at ringe til os eller skrive på [info@viktorsfarmor.dk](mailto:info@viktorsfarmor.dk)