AFRIKA SAFARI RESOR

TANZANIA SPECIALIST

En del av Africa Safari Trips

TUKWANIRIZZA E UGANDA

Välkommen till Uganda



Kort reseguide

Den bästa förberedelsen för din safari...!

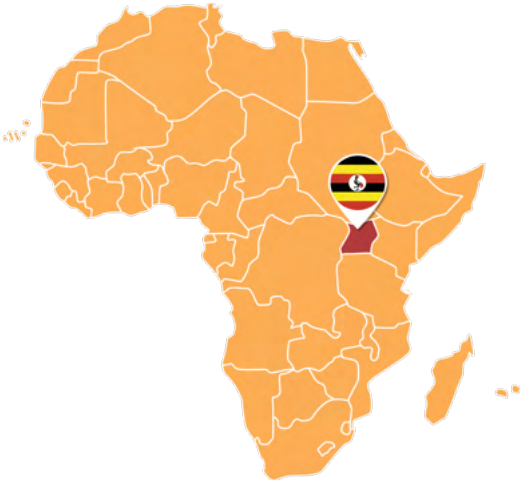
Innehållsförteckning

Intoduktion **2**
Bakgrund **2**
Lite fakta 3
Åka på safari i Uganda **4**
Vad kan du förvänta dig? 4
En dag på safari - att göra & icke göra **6**
Din guide 6
Officiella safariregler 7
Oskrivna safari regler 8
Regler för gorilla- och schimpansvandring 8
Innan avgång **9**
Internationella flygbiljetter 9
Visum 9
Adresser till Ugandas ambassad 10
Adresser till Svenska ambasaden i Uganda 10
Sjukvård och försäkring **11**
Vaccinationer 11
Användbara försäkringar 13
Bagage och resepackning **14**
Klädsel under safarin 15
Plastpåsar 15
Första hjälpen-kit 16
Medicinskutrustning och särskilda behov 16
Fotografi och filmning 17
Smart packning 18
När du är i Uganda… **19**
Mat & dryck 19
Pengar 20
Dricks 21
Vädret 21
Säkerhet under resan 22
Att ge gåvor eller pengar 22
Taxis och andra färdsätt 22
Telefonsamtal 23
Elekticitet 23
Souvenirer 23
Helgdagar 24
Hjälp oss bevara Ugandas natur! **25**

Intoduktion

Du står inför ett fantastiskt safaräventyr i Uganda, som även är känt som Afrikas pärla och ett land med massor av olika rekord. Här finns världens största tropiska sjö, Victoriasjön, som är ursprunget till världens längsta flod (den mäktiga Nilen). Dessutom hittar du här det kraftfullaste vattenfallet och världens största bestånd av primater och bergsgorillor. I detta häfte får du tips och information som hjälper dig att förbereda dig inför din resa!

Bakgrund



Uganda ligger i Östafrika, väster om Kenya, söder om Sydsudan, öster om Demokratiska republiken Kongo och norr om Rwanda och Tanzania. Landet har cirka 48 miljoner invånare som tillhör 56 olika stammar och många talar sina egna stammspråk. De största folkgrupperna är Baganda (16,2 %), Iteso (8,1 %), Banyankole (8 %), Basoga (7,7 %) och Bakiga (7,1 %). Baganda är den mest dominerande stammen och har många inflytelserika personer, men i stort sett råder en balans mellan stammarna.

Ugandas officiella nationalspråk är engelska och swahili. Av dessa är engelska den mest använda, främst eftersom landet var ett brittiskt protektorat fram till 1962. Det innebär att nästan alla i Uganda talar engelska! Swahili lades först till som nationalspråk år 2022 och är sedan dess obligatoriskt i grund- och gymnasieskolan. Utöver detta talas flera olika stammspråk i Uganda på grund av den stora mångfalden av stammar. Luganda (från Baganda-stammen) är det mest utbredda och talas främst i den centrala delen av landet, där huvudstaden Kampala och landets näst största stad Entebbe ligger.

TILL INNEHÅLLSFÖRTECKNINGEN

Städer

Kampala (på bilden nedan) är Ugandas huvudstad och största stad, med sina cirka 1,6 miljoner invånare. En annan välkänd stad är Entebbe i centrala Uganda, som ligger belägen på en halvö i Victoriasjön, 36 kilometer sydväst om Kampala. Även om städerna ofta är livliga och bullriga, är de mycket intressanta att besöka och ger en bra inblick i det moderna afrikanska vardagslivet.



Lite fakta

- Huvudstad: Kampala
- Valuta: Ugandan Shilling
- Invånare: 48 million
- Språk: Kiswahili och English samt så är Luganda det populäraste stam-språket
- Yta: 241 038 km²
- Grannländer: Kenya, South Sudan, Democratic Republic of the Congo, Rwanda och Tanzania.
- Högsta punkt: 5 094 meter (Peak Alexandra i Rwenzori mountain range).
- Tidsskillnad: På sommaren ligger Uganda två timmar före Storbritannien, medan tidsskillnaden på vintern är tre timmar. Jämfört med USA är tidsskillnaden 7–10 timmar.
- Sevärdheter: Bwindi Impenetrable National Park, Queen Elizabeth National Park, Murchison Falls National Park, Kibale Forest National Park, Rwenzori Mountains och Lake Victoria.

Åka på safari i Uganda

I västvärlden förknippar man oftast safari med att se vilda djur i deras naturliga miljö. Ursprungligen är det dock av swahili-språket som helt enkelt betyder resa eller färd. Det fina är att med oss får du åka på safari (en resa) fylld av fantastiska djurupplevelser!

De mest populära safaridjuren i Uganda är de så kallade Big Five: lejon, elefanter, bufflar, leoparder och noshörningar, men allra främst bergsgorillorna och schimpanserna. Det bästa är att du kan uppleva dem alla med Afrika Safari resor!

Tänk på att Big Five och andra djur är som mest aktiva vid soluppgång och solnedgång. Då är temperaturen behaglig och de flesta djur är ute för att söka föda, vilket gör chanserna störst att se dem i rörelse. Mitt på dagen finns det dock fortfarande gott om djurliv att upptäcka. För att se bergsgorillor och schimpanser krävs särskilda vandringar (trekkings), som oftast sker på morgonen.

Vad kan du förvänta dig?



En resa till Uganda bjuder på en unik och dynamisk upplevelse. Här är det vanligt att lämna bilen bakom sig och ge sig in i de frodiga regnskogarna, som i Bwindi Impenetrable National Park eller Kibale National Park, för att spåra bergsgorillor eller schimpanser. Det är ett fascinerande äventyr som kombinerar en vandringssafari med en bitvis krävande klättring, eftersom du måste ta dig upp på höga höjder för att möta dessa majestätiska djur. Observera att aktiviteten kräver en viss fysisk kondition, då stigarna kan vara utmanande och vandring ofta är nödvändig.

Men Ugandas charm sträcker sig långt bortom dessa ikoniska djurmöten. Ett av landets mest förtrollande inslag är de gröna, mångskiftande landskapen som erbjuder ett överflöd av aktiviteter. Här kan du uppleva allt från adrenalinfyllda mountainbiketurer och spännande nattliga game drives till fartfylld forsränning på Nilen (världens längsta flod) som har sitt ursprung just här.

För den som söker en mer traditionell safariupplevelse erbjuder Uganda också fantastiska möjligheter. I kända parker som Queen Elizabeth National Park och Murchison Falls National Park kan du utforska savannen i bil, tillsammans med en professionell guide som hjälper dig att hitta inte bara de ikoniska Big Five, utan även andra specifika djurarter du längtar efter att se på nära håll.

Besök de lokala stammarna



I Uganda är en av de mest framträdande stammarna Baganda, som främst bor i den centrala delen av landet. De är kända för sitt rika kulturarv med livfull musik och dans, vilka är en central del av Bugandarikets identitet. De har också unika ceremonier, som *Kwanjula*, där bruden formellt introduceras för brudgummens familj och äktenskapsprocessen inleds. Deras traditionella klädsel är ett starkt uttryck för deras kulturella stolthet.

Banyankole är en annan betydelsefull folkgrupp i Uganda. De är kända för sin starka boskapstradition och sina unika seder. De är berömda för sina långhornade ankolekor, sina färgstarka kläder och *Ekitaguriro*, en initieringsceremoni som markerar övergången till vuxenlivet. För Banyankole har boskapen stor både kulturell och ekonomisk betydelse och deras traditioner lever vidare även i dagens samhälle.

Slutligen är Batwa (ofta kallade pygméer) en välkänd stam i Uganda och väl värd ett besök. Fram till nyligen levde de i djungeln med liten kontakt med det moderna samhället. Vid ett besök delar de gärna med sig av sina överlevnadskunskaper och sin fascinerande livsstil.

En dag på safari - att göra & icke göra

Många undrar vad man egentligen kan förvänta sig under en safaridag, hur transporten ser ut, vad guiden gör och vilka regler som gäller. Här har vi samlat den viktigaste informationen.



Under safarin färdas du i en 4x4 Land Cruiser eller Jeep med uppfällbart tak. Du åker på en privat safari med en personlig guide, vilket ger dig stor frihet. Du bestämmer själv när dagens game drives ska börja och när du vill vara tillbaka på lodgen. Detta kan du avgöra samma dag, men det är bra att diskutera planerna med din guide, som gärna tipsar om sevärdheter och upplevelser.

Kort sagt: känn dig fri att lägga upp dagen som du vill, om det innebär en lugn eftermiddag på lodgen med en drink i handen, så går det alldeles utmärkt. Från de flesta camper kan du dessutom se många av de djur som du annars skulle ha mött under en game drive. Kom bara ihåg att parkavgiften endast gäller för en inresa per dag. Om du bor utanför parken är det därför inte rekommenderat att åka tillbaka till lodgen för lunch.

Din guide

Din guide är en av de viktigaste personerna under din safari. Hans uppgift är att hjälpa dig på bästa sätt och se till att du får en så bra upplevelse som möjligt. Tänk på att alla resenärer är olika och ibland kan guiden missbedöma just dina behov. Därför är det bra om du är öppen med dina önskemål. Då kan han göra sitt jobb ännu bättre. Vill du till exempel höra fler berättelser om landet, folket eller djuren – säg till! Om du hellre vill ha färre historier, tveka inte att säga det också.

Pratstund mellan förare

Guider brukar hålla varandra uppdaterade om speciella djur eller händelser de har sett. Om en förare från motsatt håll har upptäckt något intressant vill han gärna dela med sig av det. Därför stannar din guide ofta när han möter en annan bil. De pratar med varandra för att du ska få chansen att se så mycket som möjligt.

Som gäst kan det ibland vara svårt att förstå detta, eftersom guiderna pratar på sitt lokala språk och det vid första anblick kan verka som att de bara småpratar. I själva verket gör de allt för att ge dig den bästa upplevelsen…! Ha gärna detta i åtanke om du märker att din guide stannar för att prata med andra förare.

Officiella safariregler

Det är bra att känna till några av nationalparkernas officiella regler när du åker på safari:

1. Parkerna är öppna från kl. 07.00 till 18.30 och game drives får endast ske under dessa tider. Även om du bor inne i parken får du bara köra safari mellan dessa klockslag. Syftet är att djuren ska kunna behålla sin naturliga rytm. Det finns vissa undantag: natt-safaris (som bara är tillåtna i vissa parker) kräver särskilt tillstånd för att få köra efter kl. 18.30 samt ballongsafarioperatörer får komma in i parken redan från kl. 05.00.
2. Parkerna utfärdar endast 24-timmars-tillstånd. Om du till exempel tillbringar två nätter i Lake Mburo nationalpark får du alltså två tillstånd som tillsammans ger dig 48 timmar i parken. Om ni når grindarna efter att ert tillstånd har gått ut måste guiden betala böter, så det är viktigt att lyssna på honom när han rekommenderar att ni ska lämna parken.
3. Ett tillstånd gäller bara för en inresa per dag. Det innebär att du inte kan lämna parken under dagen och sedan komma tillbaka. Därför får våra gäster med sig lunchboxar som kan avnjutas på särskilda picknickplatser eller på en vacker plats som guiden väljer ut.



Oskrivna safari regler

Förutom de officiella reglerna finns det några inofficiella regler som vi ber våra gäster att följa under safarin. De är till för att undvika farliga situationer, göra upplevelsen smidigare och (förstås) av respekt för landet, dess folk och din guide:

1. Lyssna alltid på de regler och råd som din guide ger.
2. Kom i tid till den plats och tidpunkt ni har bestämt.
3. Lämna aldrig bilen utan tillåtelse från din guide.
4. Högst fem bilar (ibland färre) får stanna vid samma djur. Det innebär att guiden kan välja att köra vidare om det redan är för många fordon på plats.
5. Försök att vara så tysta som möjligt när ni närmar er djur. Undvik plötsliga rörelser och viska gärna. Stå stilla om någon vill ta en bild. Guiden stänger vanligtvis av motorn för att undvika skakningar när du fotograferar, men skulle han glömma, påminn honom gärna.
6. Skräpa inte ner, inte ens små cigarettfimpar. Samla ditt avfall i bilen och kasta det först när ni är tillbaka på lodgen.
7. Eventuella gåvor som du vill ge till lokalbefolkningen lämnar du till guiden, som ser till att de delas ut på ett rättvist sätt.

Regler för gorilla- och schimpansvandring

Innan du ger dig ut på en gorilla- eller schimpansvandring bör du sätta dig in i riktlinjerna för vandringen. Det är därför som guiden håller en utförlig genomgång innan vandringen börjar. När du packar bör du undvika kläder i starka färger och ta med följande nödvändiga saker:

1. En lätt, vattentät regnjacka eller poncho för att hålla dig torr under de plötsliga regnskurar som är vanliga i Ugandas skogar
2. Långärmad skjorta/blus och långbyxor som skyddar huden mot taggiga grenar, insekter och sol. På grund av värmen är det bäst att välja lätta och luftiga material.
3. Trädgårds- eller vandringshandskar för att skydda händerna mot kliande växter, taggar och bakterier när du tar tag i grenar eller banar väg.
4. Långa strumpor att stoppa in byxbenen i för att hindra myror och andra insekter från att krypa upp.
5. Vattentäta, stabila vandringskängor med ankelstöd är ett måste för att ta sig fram i Ugandas leriga, hala och ojämna terräng. De skyddar dessutom mot eldmyror, taggar och blöta förhållanden.
6. En vattentät ryggsäck för att bära med det viktigaste: snacks, vatten och kamerautrustning.
7. Myggmedel är oumbärligt för att hålla borta mygg, tsetseflugor och safarimyror. Välj gärna ett med DEET för bästa effekt.

Innan avgång

Innan du reser till Uganda finns det några saker du behöver ordna. För det första behöver du ett visum. Du måste boka dina flygbiljetter, ta dina vaccinationer och se till att du har en giltig (rese)försäkring. Läs vidare för praktisk information som hjälper dig att förbereda dig inför resan.

Internationella flygbiljetter

Boka dina flygbiljetter till och från Entebbe International Airport (EBB), som är Ugandas huvudsakliga internationella flygplats. Den ligger nära staden Entebbe, cirka 40 kilometer söder om huvudstaden Kampala. Observera att det är mycket vanligt med flyg till Uganda från både USA och Europa som har mellanlandningar.

Visum

För att resa in i Uganda behöver du ett pass som är giltigt minst sex månader efter ditt planerade hemresedatum samt ett visum. Visumet kan ansökas online via Ugandas officiella visumwebbplats och kostar 51,50 USD.

East Africa Community Visa (EAC visa)
Du kanske har hört talas om EAC-visumet. Det är ett gemensamt turistvisum för resor till Uganda, Rwanda och Kenya (men inte Tanzania) och kan utfärdas i Uganda eller Rwanda om något av dessa länder är din första destination.

Om du börjar din resa i Kenya kan du däremot inte ansöka om EAC-visumet. Även om det accepteras som giltigt om du kommer från Uganda eller Rwanda, finns det ingen möjlighet att ansöka om det direkt i Kenya. Om Kenya är ditt första resmål måste du därför först ansöka om ett eTA för Kenya och därefter ansöka om visum för varje land separat eller om ett EAC-visum senare.

EAC-visumet gäller för en inresa i Östafrikanska gemenskapen och därefter obegränsade resor mellan de inkluderade länderna. Kostnaden är 100 USD.

Barn som reser med en föräldrer
Om endast en av föräldrarna reser med ett barn under 18 år krävs ett skriftligt medgivande från den andra föräldern. Se därför till att ladda ner och fylla i ett medgivandeformulär om detta gäller dig.

TILL INNEHÅLLSFÖRTECKNINGEN

Adresser till Ugandas ambassad

Embassy of Uganda Copenhagen
Niels Andersens Vej 82,
2900 HELLERUP
Copenhagen, Denmark

Tel: (+45) 39620953 / (+45)39620966
Email: info@ugandaembassy.dk
Website: copenhagen@mofa.go.ug

Adresser till Svenska ambasaden i Uganda

Kampala
24 Lumumba Avenue, Nakasero
Kampala
Uganda
+256 417 700 800
Mejladress: ambassaden.kampala@gov.se
Hemsida:
https://www.swedenabroad.se/en/embassies/uganda-kampala/contact/

Sjukvård och försäkring

Sjukvården i Uganda håller varierande kvalitet. I städer som Kampala och Entebbe finns det några hyfsade sjukhus, men det är alltid bäst att förebygga sjukdom. Se till att du har en ordentlig sjukförsäkring när du reser till Uganda och kontrollera om du behöver malariaprofylax eller rekommenderade vaccinationer. Förutom en sjukförsäkring rekommenderar vi även några andra försäkringar, till exempel Flying Doctors-försäkringen (se nedan).



Vaccinationer

Uganda är ett tropiskt land där vaccin mot gula febern krävs och där vissa andra vaccinationer rekommenderas inför ett besök. Vi råder dig att vara ute i god tid och kontakta din läkare eller vårdcentral för aktuell rådgivning om vaccinationer (gärna minst två månader före avresa, för säkerhets skull). Vissa sjukförsäkringar täcker kostnaden för vaccinationer, så det kan vara klokt att kontrollera detta med ditt försäkringsbolag.

Se till att alla dina vaccinationer finns dokumenterade i ditt gula vaccinationskort. Om du inte redan har ett sådant kan du få det i samband med din första vaccination. Glöm inte att ta med kortet på resan, då tullpersonalen kommer att be om att få se det och det innehåller även viktig information som en läkare kan behöva vid en nödsituation.

TILL INNEHÅLLSFÖRTECKNINGEN

Vi har sammanställt information från Centers for Disease Control and Prevention (CDC) för att ge dig en översikt av deras rekommendationer kring vaccinationer inför resor till Uganda. Observera dock att vi inte är läkare och på inget sätt uppmanar eller tvingar dig att följa dessa råd. Använd istället denna information som underlag när du kontaktar din husläkare för att få personliga rekommendationer som passar just dig.

Grundläggande vaccinationer Vattkoppor, stelkramp, kikhosta, influensa, mässling, polio, bältros m.m.	**Rekomendation** Att vara uppdaterad med samtliga.
COVID-19	Resenärer kan resa in utan några restriktioner.
Kolera Det förekommer inte längre någon aktiv spridning av kolera i Uganda.	**Inte nödvändig**
Hepatit A	**Rekomendation**
Hepatit B	**Rekomendation**
Malaria[1]	No need for a vaccine, but malaria medication is recommended
Rabies	**Rekomendation**
Tyfus	**Rekomendation**
Gula febern[2]	**Nödvändig** Medicinska undantag är inte tillåtna

[1] **Malaria**
Malaria har tidigare varit ett stort problem i Uganda, men har till stor del utrotats under de senaste åren. De flesta besökare väljer ändå att ta malariaprofylax för säkerhets skull och skyddar sig på nätterna med myggmedel. Packa gärna med långärmade tröjor och långbyxor om du vill vistas utomhus på kvällstid. De flesta lodger är dessutom utrustade med myggnät för att minimera risken för myggbett.

[2] **Gula febern**
Vaccination krävs för alla resenärer från ett års ålder och rekommenderas för spädbarn över 9 månader. Detta gäller även vid resor till eller från Kenya eller Tanzania landvägen.

Användbara försäkringar

Se till att ha en bra sjuk- och reseförsäkring när du reser till Uganda. Utöver detta rekommenderar vi även några andra försäkringar.

Reseförssäkring

Reseförsäkringar täcker vanligtvis sjukhuskostnader samt skador på eller förlorat bagage. Vi kräver att alla våra resenärer tecknar en fullständig reseförsäkring. Vi rekommenderar Chapka Insurance (endast för EU-resenärer). Denna försäkring gäller för alla typer av resor och tecknas enkelt av din resekonsult. Observera att du måste teckna Chapka-försäkringen inom 48 timmar efter att din bokning hos oss har bekräftats (när dina resedatum är fastställda) via deras webbplats. Värt att notera är också att Chapka enbart erbjuder rese- och/eller avbeställningsförsäkring. Den täcker alltså inte snabb evakuering från avlägsna områden vid medicinska nödsituationer, något som däremot ingår i den Flying Doctors-försäkring som beskrivs nedan.

Flying Doctors försäkring

AMREF Flying Doctors har sedan 1950-talet genomfört medicinska evakueringsflyg i Uganda, Tanzania, Zanzibar (inklusive Mafia och Pemba), Kenya, Rwanda och Burundi. Flying Doctor Service är en ambulanstjänst i luften med läkare och piloter i beredskap dygnet runt, året om. Försäkringen för Flying Doctors är ett komplement till din vanliga reseförsäkring och är inte obligatorisk. Vid en nödsituation kan de dock omedelbart evakuera dig från avlägsna områden och flyga dig till ett sjukhus i Nairobi/Kenya. Africa Safari Trips är medlem i Flying Doctors, vilket innebär att vi kan ordna detta åt dig.



Kostnaden för Flying Doctors-försäkring är 40 USD per person för 30 dagar.

Observera: *Priset gäller för din resa till ett eller flera av de ovan nämnda länderna. Tjänsten omfattar inte sjukhuskostnader, medicinska behandlingar eller läkemedel – därför behövs alltid en fullgod rese- och sjukförsäkring utöver Flying Doctors-försäkringen. Dessutom täcker AMREF Flying Doctors inte evakueringar från bergsområden.*

Avbeställningsskydd

Vi rekommenderar även att du tecknar ett avbeställningsskydd ifall du skulle behöva ställa in din resa före avresa eller avbryta den under resans gång. Tänk på att vissa försäkringar endast ersätter en del av kostnaden vid avbokning, så kontrollera villkoren noggrant!

Bagage och resepackning

Våra fordon har begränsat utrymme för bagage under safarin. Därför ber vi dig att lämna hårda resväskor hemma och istället resa med mjuka väskor som är enklare att packa in i bilarna. Mjuka väskor riskerar dessutom inte att skadas lika lätt under färden.



Baggage under flyresor
Kontrollera med ditt flygbolag vilka regler som gäller för storlek, vikt och antal kollin på ditt internationella flyg. Se också till att alltid packa nödvändiga saker i handbagaget, ifall dina resväskor skulle bli försenade eller försvinna.

På inrikes- och regionalflyg (till exempel till Masai Mara National Reserve eller Kisumu) gäller en bagagegräns på upp till 15 kg per person (beroende på flygbolag) och **endast mjuka väskor är tillåtna!** Om ditt bagage överskrider denna gräns kan flygbolaget ta ut en avgift på mellan 3 och 5 USD per extra kilo, som betalas direkt vid incheckningen. Observera att om du reser med hårda resväskor kan flygbolaget neka dig ombordstigning. Som riktlinje bör incheckat bagage inte överstiga måtten 24 tum (60 cm) x 18 tum (45 cm) x 13 tum (33 cm) (höjd x längd x bredd). Handbagage får maximalt vara 12 tum (30 cm) x 21 tum (53 cm) x 9 tum (23 cm).

Africa Safari Resor kan inte hållas ansvarigt om hårda resväskor skadas under safarin eller om flygbolaget nekar dig att flyga eller tar ut avgifter på grund av att ovanstående bagageregler inte har följts.

För att skydda ditt bagage mot damm och/eller fukt rekommenderar vi att du tar med extra väsköverdrag eller tvättpåsar. De flesta lodger och tältläger erbjuder tvättservice för ytterkläder, men vanligtvis endast vid vistelser på minst två nätter.

Klädsel under safarin

I Uganda är det vanligt att både män och kvinnor täcker axlarna samt bär kjolar eller byxor som går nedanför knäna. Traditionellt sett bär kvinnor långa klänningar och klädstilen är generellt ganska konservativ, präglad av både islamiska och kristna traditioner. Numera lever dock människor från många olika kulturer i Uganda, vilket gör att klädstilarna varierar. Det är alltid respektfullt att följa de mer konservativa sedvänjorna, men du behöver inte känna dig tvungen. På hotell och under safari går det alldeles utmärkt att bära shorts eller kortare kjolar.



Safarikläder

Under safarin är det bäst att bära bekväma vardagskläder, gärna i bomull och i så kallade safarifärger. Vi avråder från mörka eller starka färger som svart, blått och rött, eftersom dessa lockar till sig flugor och insekter. Färger som smälter in i naturen, som khaki eller olivgrönt, fungerar bäst.

Tänk på att ekvatorn går rakt genom Uganda, vilket innebär att solen kan vara mycket stark. Det är därför klokt att bära långärmat, hatt, mörka solglasögon och/eller använda solskyddskräm. För mycket sol kan annars orsaka uttorkning, illamående, yrsel eller huvudvärk. Efter solnedgången rekommenderas långbyxor (och gärna långärmade) för att skydda mot myggor. Ta också med en tröja eller jacka för de tidiga morgnarna och svalare kvällarna, särskilt i Ugandas bergstrakter där temperaturen kan sjunka. Vi rekommenderar dessutom bekväma sport- eller vandringsskor.

Plastpåsar

År 2019 infördes National Environment Management Act, som förbjuder import och tillverkning av plastpåsar tunnare än 30 mikron. Undantag gäller dock för plast eller plastförpackningar för medicinska produkter, industriprodukter, byggsektorn, jordbruk, livsmedel samt hygien- och avfallshantering.



Tänk på detta förbud när du packar. Små plastpåsar för toalettartiklar är tillåtna, så länge de alltid förvaras i ditt eget bagage och inte lämnas kvar i landet. Även ziplock-påsar som flygbolagen kräver för transport av vätskor är tillåtna, under förutsättning att du tar med dem hem igen. Däremot får plastpåsar från taxfree-inköp inte tas in i Uganda.

Första hjälpen-kit

Det är klokt att ta med ett eget första hjälpen-kit. Det bör innehålla plåster, (steril) gasbinda, medel mot blåsor, jod samt mediciner mot vanliga åkommor som huvudvärk och magbesvär. Det är också bra att ta med bindor och tamponger, eftersom dessa kan vara svåra att få tag på i vissa områden.

Medicinskutrustning och särskilda behov

Om du använder (elektrisk) medicinsk utrustning är det viktigt att du informerar oss i förväg. Vi meddelar då de hotell där du kommer att bo. Elförsörjningen är inte alltid stabil och spänningen kan variera, så det är klokt att ta med extra laddare eller batterier.

Tänk på att vissa läkemedel eller medicinsk utrustning kan kräva ett läkarintyg som styrker att de är för personligt bruk och att mängden är anpassad för hela vistelsen. **Vi rekommenderar också att du alltid bär viktig medicin i handbagaget** och inte i det incheckade bagaget. På så sätt riskerar du inte att stå utan väskor om de blir försenade eller försvinner.

Har du allergier eller andra särskilda behov, vänligen meddela oss i förväg så att vi kan informera lodgerna.

Fotografi och filmning

Om du älskar fotografering och vill ta fantastiska bilder av Ugandas djurliv och landskap har vi några tips som hjälper dig att förbereda dig:

- Ta med tillräckligt med minneskort och extra batterier. Det går att köpa i Uganda, men det är bäst att slippa besväret att behöva leta i stan.
- Ta med objektivlock, rengöringsdukar och en välsittande kameraväska som skyddar kameran mot damm.
- Ett UV- eller ljusfilter rekommenderas för högländerna och för att skydda linsen.
- Ett zoomobjektiv (t.ex. 300 mm) är perfekt för att fotografera vilda djur.
- Tänk på att många tältläger drivs med solenergi eller generator och därför erbjuder begränsad el, ofta endast under vissa timmar på dygnet. Spänningen (220–240 V) kan också variera. Vi rekommenderar att ta med en reseadapter (Uganda använder brittiska 3-stiftsuttag) samt en spänningsomvandlare för känslig utrustning.
- När du fotograferar lokalbefolkningen, be alltid om lov först. Numera är människor mer vana vid kameror, men alla uppskattar inte att bli fotograferade. I synnerhet i avlägsna områden är det en respektfull gest att fråga om tillåtelse.
- Vi avråder från att använda drönare i Uganda eftersom de kan uppfattas som ett hot. I teorin kan man ansöka om tillstånd via Uganda People's Defense Force (UPDF) för att använda drönare i nationalparkerna, men processen är krånglig och bäst att undvika.
- För professionella fotografer och filmare erbjuder vi en specialutrustad safaribil: en jeep med öppningsbara fönster och uppfällbart tak som ger maximal flexibilitet för stativ och annan utrustning.



TILL INNEHÅLLSFÖRTECKNINGEN

Smart packning

- (Kopia av ditt) pass
- Pengabälte för pengar och viktiga handlingar
- Vaccinationskort
- Varm tröja och långbyxor
- Minneskort, extra batterier och laddare till kameran
- Baddräkt/badbyxor
- Vandringsskor
- Huvudbonad
- Solkräm med hög faktor och läppbalsam
- Hudlotion
- Våtservetter för händer och ansikte
- Handsprit
- Solglasögon och vid behov extra glasögon eller linser
- Myggmedel (gärna med DEET)
- Första hjälpen-kit
- (Telefon med) fickplampa och väckarklocka
- Tygpåsar för tvätt eller som skydd mot damm och fukt
- Kikare
- Resadapter

När du är i Uganda…

För många är Afrika fortfarande en ganska okänd kontinent och kanske är detta din första resa hit. Uganda är ett vackert och modernt afrikanskt land, men här fungerar saker annorlunda när det gäller mat, kultur och pengar. Vi hjälper dig med den viktigaste informationen om Uganda och förklarar hur saker går till här, så att du vet vad du kan förvänta dig när du kliver av planet.

Mat & dryck



Maten och drycken på lodger, tältläger och resorter i Uganda är oftast av europeisk stil, men kompletteras med ett urval av lokala rätter. Till frukost kan du till exempel få chapati och samosa, medan lunch och middag ofta består av ris, bönor, färska grönsaker, curry, färsk fisk och grillat kött. Se också till att prova en *Rolex* – ett typiskt ugandiskt mellanmål bestående av en omelett och grönsaker inrullade i en chapati. Hotellen serverar vanligtvis detta tillsammans med en komplett engelsk frukost med ägg, bacon, tomater, flingor och härliga tropiska frukter. Lunchen består ofta av varma rätter, och både lunch och middag kan serveras som en trerätters eller mer. På mindre lodger och tältläger serveras måltiderna ofta som fasta menyer, medan de större lodgerna brukar erbjuda buffé till lunch och middag. Under safarin kan du få med dig en lunchbox som du kan njuta av på särskilda picknickplatser längs vägen.

Drycker



De mest populära ölsorterna i Uganda är bland annat Tusker (kenyanskt), Club Pilsner (ugandiskt) och Nile Special (ugandiskt och hela åtta gånger guldmedaljör vid *Monde Selection International* i Bryssel). På de flesta hotell finns även ett urval av viner.
Kranvattnet i Uganda är inte drickbart. Under safarin får du gott om flaskvatten och på rummen finns alltid en flaska eller kanna med rent dricksvatten. Du kan också köpa flaskvatten på varje lodge och i småbutiker längs vägen.
Se till att dricka ordentligt. Hettan i Uganda kan göra att du blir uttorkad innan du ens märker det.

Pengar

I Uganda kan du betala med lokal valuta, amerikanska dollar, euro och/eller kreditkort. Den lokala valutan är ugandiska shilling (UGX), som finns i sedlar på 1 000, 2 000, 5 000, 10 000, 20 000 och 50 000 shilling samt i mynt på 1, 2, 5, 10, 50, 100, 200, 500 och 1 000 shilling. En euro motsvarar cirka 4 000 UGX och en dollar cirka 3 800 UGX (oktober 2023).



Den ugandiska shillingen går inte att växla utanför landet, men det är bra att ha kontanter i shilling för lokala köp och dricks. Uttagsautomater finns på de internationella flygplatserna samt i städer och byar nära nationalparkerna. Vi rekommenderar att du tar ut pengar i samband med ankomsten och längs vägen och endast tar med lite kontanter (EUR/USD) hemifrån som backup. Tänk på att uttag i bankomat medför en liten avgift och att ditt kredit- eller betalkort måste vara aktiverat för internationella uttag.

Vissa ställen accepterar inte dollar-sedlar tryckta före 2020, så kontrollera detta när du tar med USD. Euro accepteras heller inte överallt.

Hur mycket kontanter ska man ha med sig?

Hur mycket kontanter du bör ha på dig beror förstås på dina egna behov och önskemål. Det kan vara bra att veta att priserna i turistområden ofta ligger på samma nivå som i Europa. Samtidigt är boende, måltider och förbokade aktiviteter redan betalda, så kontanter går främst åt till extra aktiviteter, dryck på hotellen, souvenirer och dricks (se nedan för riktlinjer kring dricks). Se till att alltid ha tillräckligt med kontanter för att klara dig i några dagar, eftersom uttagsautomater inte alltid finns i närheten.

Kreditkort

Mastercard, Visa och American Express accepteras i regel både i uttagsautomater och på lodger samt hotell. Däremot kan vissa avlägsna tältläger ha svårt att hantera kortbetalningar på grund av sitt läge och bristfälliga uppkopplingar.

Dricks

Dricks uppskattas men är inte obligatoriskt i Uganda. Vi rekommenderar att du ger dricks till lokal personal när det är möjligt, eftersom lönerna generellt sett är låga. Om du är nöjd med servicen kan du till exempel ge upp till fem dollar eller cirka 20 000 UGX till den som bär din resväska till rummet. Ofta finns det också möjlighet att lämna en gemensam dricks till hela personalen vid utcheckning. I receptionen brukar det finnas en särskild låda för detta ändamål.

Dricksa din guide
Vi uppskattar mycket om du även ger dricks till din personliga guide i slutet av safarin, då vi är övertygade om att du kommer vara nöjd med hans insats. Självklart bestämmer du själv beloppet, men som riktlinje rekommenderar vi cirka 10 USD per dag och person i gruppen för hela safariresan. Våra guider har rimliga löner, men dricksen används ofta som ett viktigt tillskott till den utökade familjen, till exempel för att hjälpa en kusin att avsluta sin skolgång.

Vädret

Uganda ligger på ekvatorn och har ett tropiskt klimat som mildras av höjden. Större delen av landet består av en platå på 1000–1400 meters höjd, vilket ger ett behagligt klimat med medeltemperaturer mellan 20 °C och 25 °C.

Temperaturen varierar lite under året, men generellt är regnperioderna (september–november och mars–maj) svalare och nätterna kan bli riktigt kalla, beroende på höjden. Under torrperioderna är det varmare och dagtid kan det bli riktigt hett, särskilt i de lägre områdena. Safaris och vandringar är möjliga året runt, särskilt med bil. Vid kraftigt regn kan dock vandringar behöva ställas in eller skjutas upp.

Säkerhet under resan

Uganda är ett säkert land att besöka, särskilt för resenärer som åker på organiserade game drives med privata guider, precis som du gör med oss. Självklart finns det områden i större städer som Kampala och Entebbe som bör undvikas, men precis som i alla storstäder klarar du dig bra om du tar vissa försiktighetsåtgärder. Även under safarin finns det några saker att tänka på:

- Lämna aldrig pass, pengar eller värdesaker på rummet om det inte finns ett kassaskåp.
- Förvara värdesaker i kassaskåp eller lämna dem i särskilda förvaringsskåp i receptionen.
- Lämna inte viktiga saker (som pengar eller väskor) obevakade i safaribilen, inte ens en kort stund.
- Lämna värdefulla smycken hemma. Ett enkelt halsband, en klocka eller en vigselring går bra, men undvik pråliga smycken (som även apor kan lockas att stjäla).
- Var uppmärksam på ficktjuvar under dagtid.
- Undvik att gå ensam på natten, särskilt i städerna. Ta alltid taxi.
- Om du behöver taxi, använd registrerade bolag som kan bokas via hotellets reception.

Att ge gåvor eller pengar

Ibland frågar resenärer vad de kan ta med sig till lokalbefolkningen när de bokar en safari. Vi rekommenderar i första hand att stödja små lokala organisationer (NGO:er) som verkligen gör skillnad i människors liv. Om du ändå vill ta med gåvor kan det också vara ett fint alternativ.

Taxis och andra färdsätt



Du har din egen safarilastbil, så all transport under resan ingår. Om du däremot behöver ta en taxi, be hotellet boka via ett pålitligt bolag. På många platser går det också att beställa en tuktuk. Detta är ett populärt och relativt billigt färdmedel som rymmer upp till tre personer. I vissa städer kan du även beställa Uber.

Lokala minibussar (*matatu*) och motorcykeltaxi (*boda boda*) är för de mer äventyrslystna. Generellt sett kör *matatus* inte särskilt säkert och de är ofta mycket trånga. *Boda-bodas* är direkt osäkra och de kör ofta vårdslöst och bör undvikas.

Telefonsamtal

Ugandas landskod är +256 och vanligtvis är det inga problem att få mobiltäckning. Däremot kan signalen vara svag i nationalparkerna och vissa tältläger erbjuder endast Wi-Fi i särskilda områden. Det är relativt enkelt att köpa ett lokalt SIM-kort på flygplatsen om du vill undvika roamingavgifter. Vid nödsituationer har lodger och tältläger i nationalparkerna vanligtvis en handradio.

Elekticitet



Många tältläger i nationalparkerna drivs med solenergi och generatorer och erbjuder inte el dygnet runt. Ofta finns el tillgänglig mellan kl. 05.00–09.30 på morgonen och 19.00–23.00 på kvällen, när gästerna använder anläggningens faciliteter. Spänningen i Uganda är inte densamma som i Europa eller USA, utan hotellen erbjuder 220–240 V, men spänningen kan variera. Eluttagen är trestifts av brittisk typ (UK). Det är därför klokt att ta med en adapter samt en spänningsomvandlare för känslig utrustning.

Souvenirer

I Uganda finns ett stort utbud av vackra, oftast handgjorda souvenirer. I köpcentrum och mataffärer är priserna fasta, men i marknadsstånd längs vägarna är det vanligt att pruta. Typiska souvenirer är pärlsmycken, träsniderier, målningar, axelväskor i naturmaterial och afrikanska tyger samt kaffe och te. Undvik att köpa produkter gjorda av skinn, snäckor eller koraller då det inte är tillåtet att föra ut dem ur landet.

TILL INNEHÅLLSFÖRTECKNINGEN

Helgdagar

Ugandas helgdagar är till stor del katolska, men även Ramadan firas (på olika datum beroende på månkalendern). Här är en lista över de viktigaste dagarna:

- **1 januari:** Nyårsdagen
- **26 januari:** NRM Liberation Day
- **16 februari:** Ärkebiskop Janani Luwum-dagen
- **8 mars:** Internationella kvinnodagen
- **Mars eller april:** Långfredagen
- **Mars eller april:** Annandag påsk
- **1 maj:** Arbetarnas dag
- **3 juni:** Martyrernas dag
- **9 juni:** National Heroes Day
- **9 oktober:** Självständighetsdagen
- **25 december:** Juldagen
- **26 December:** Boxing Day





Hjälp oss bevara Ugandas natur!

Africa Safari Resor investerar i (och lever av) den vackra naturen som Uganda har att erbjuda. Därför gör vi allt vi kan för att bevara miljön på bästa möjliga sätt. Vi ber dig, som vår gäst, att inte lämna skräp i städerna eller i nationalparkerna. Ha istället med dig avfallet tills du eller din guide kan slänga det på ett korrekt sätt när ni är tillbaka på hotellet. Det är en liten gest, men den bidrar till att framtida generationer får möjlighet att njuta av detta fantastiska land precis som vi gör!



Vi önskar dig ***olugendo olulungi*** *(trevlig resa) och*

Varmt välkommen: ***tukwanirizza e Uganda!***

AFRIKA SAFARI B.V. Prinsenland 26, 2675 EK Honselersdijk
TEL +31 174 788 101 **E-MAIL** sverige@africasafaritrips.com
HANDELSKAMMARE 84654058 **MOMS** NL 8632 99672 B.01
IBAN NL84 RABO 0376 9475 27 **SWIFT/BIC CODE** RABONL2U

Detta avtal omfattas av SGR:s garantiordning. Du hittar villkoren på www.sgr.nl/english/. SGR skickar gärna villkoren på begäran.
Särskild momsreglering för researrangörer gäller. Våra allmänna villkor gäller för vår faktura; du hittar dem i sin helhet på vår hemsida.