



# Albatros

Res med hjärta, hjärna och omtanke®



Värt att veta om  
**Burma**

# Fakta Burma

 Språk  
**Burmesiska**

 Religion  
**Hinayana-  
buddhism**

 Huvudstad  
**Naypyidaw**

 Valuta  
**Kyat**

 Invånarantal  
**55 miljoner**

 Yta  
**676.577 km<sup>2</sup>**

Läs mer om transport, prisnivåer och annat i förbindelse med din resa till Burma.

## Tidsskillnad

Tidsskillnaden mellan Sverige och Burma kan variera, beroende på om det är sommar- eller vintertid i Sverige:

Sommartid + 4 timmar

Vintertid + 5 timmar

## Transport i Burma

### Buss

Bussarna i Burma håller inte samma standard som vi är vana vid i Europa. Vi har naturligtvis valt den bästa kategorin, med luftkonditionering när det är möjligt. Det är dock värt att nämna att bussarna är dimensionerade efter asiatiska mått, och därför kan sätena vara mindre och benplatsen begränsad.

### Flyg

På våra rundresor i Burma och Sydostasien flyger vi ofta längre sträckor med inrikesflyg. Inför sådana flygresor informerar den svenske reseledaren om tid för flygavgång samt vad som gäller vid incheckningen på flygplatsen.

## Prisnivå

Prisnivån är generellt sett lägre än i Sverige. En huvudrätt med tillbehör kostar runt 70 kronor. När det gäller fickpengar vet vi av erfarenhet att man behöver cirka 170-270 kronor per dag. En sådan summa kan täcka dricka och diverse andra förnödenheter.

## Dricks

På våra resor kommer du i kontakt med vardagslivet i Burma, bland annat förhållanden som kanske inte tilltalar dig, eller som du inte är van vid. Ta till exempel systemet med dricks. I många länder är dricks en mer organiserad företeelse än vad vi svenskar är vana vid, och man förväntas lämna viss dricks till lokalguider och chaufförer under resan. Vi anger ett belopp i vårt reseprogram så att du kan räkna med detta när du gör

upp din resebudget hemma. I resans pris är kostnad för dricks inte medräknad då du själv bestämmer hur mycket du vill ge under resan. Systemet med dricks är en del av den kultur du besöker och något du därför bör följa och respektera. I praktiken går det att ordna så att reseledaren samlar in pengar för hela turen och ser till att rätt personer får vad de ska ha. Vi vill betona att det självklart är frivilligt att lämna dricks, även om det är allmän praxis.

På restauranger är dricks ofta inkluderat i notan, men det är brukligt att lägga 5-10% om man är nöjd.

## Valuta och kreditkort

Valutan i Burma heter kyat (MMK). Vi rekommenderar att du tar med US-dollar eller euro som valuta. Annan valuta accepteras sällan. Det tillkommer löpande fler och fler bankomater, särskilt i de större städerna, bland annat Yangon och Mandalay. Även om man kan betala med kreditkort på alltfler hotell och restauranger (VISA och Mastercard), rekommenderar vi att man tar med US-dollar i sedlar som man växlar till kyat när man är på plats i Burma och att man tar med kreditkort som man kan supplera med.

## Elektricitet

I Burma har man 230 volt, därför är det en god idé att ta med sig ett adapterset.

## Telefon och internet

Den internationella landskoden för Burma är + 95. Det är dyrt att ringa hem, så hör gärna med din mobiloperatör angående täckning och priser för samtal från Burma.

Internetuppkopplingen generellt sett är mycket långsam och begränsas starkt av Burmas regim, som även övervakar e-post-meddelanden. Du kan därför inte räkna med att hitta internetcaféer eller att hotellen

erbjuder internetservice, även om det kan förekomma.

### Dricksvatten och hygien

Hotell och större restauranger håller däremot oftast modern/västerländsk standard. Ute på stan och på landet får man räkna med att få gå på så kallade pedaltoaletter, och att det saknas toalettpapper. Standarden på offentliga toaletter eller på landet kan alltså vara förhållandevis primitiv. Ta med eget toalettpapper, våtservetter och kanske handdesinfektion (finns t.ex. på svenska apotek), så blir du inte lika beroende av tillgång på vatten.

Du bör inte dricka kranvattnet, utan istället köpa vatten på flaska.

### Seder och bruk

Burmeserna är inte så vana vid turister, eftersom regimen under lång tid inte har haft många utländska besökare i landet. Men fler och fler har fått upp ögonen för det här spännande landet och turister bemöts med vänlighet och varma leenden. Det ligger inte i deras natur att tala om för andra vad som är rätt och fel, utan de utgår ifrån att man har satt sig in i hur man uppför

sig i landet och att man respekterar deras seder och bruk.

Man tar av sig skorna innan man går in i ett tempel. Fötterna betraktas som orena och får inte vändas emot personer, Buddha-figurer eller tempel. Fotsulorna ska vända ner i marken. Man får inte röra vid Buddha-statyer eller historiska monument. Det är heller inte tillåtet att fotografera överallt. Därför är det viktigt att du är uppmärksam på var detta är tillåtet. Du bör heller inte röra vid eller posera framför Buddha-figurer.

Man ska heller inte röra vid en burmes huvud, varken barn eller vuxna.

### Rökning

Under all flygning och busstransport råder rökförbud och det råder även rökförbud på offentliga platser.

### Ficklampa

Hotell och restauranger råkar ofta ut för strömavbrott och vi rekommenderar därför att du tar med dig en bra ficklampa.

# Pass, visum och inresekrav Burma

## Läs om pass, visum och inresekrav vid resor till Burma.

### Pass

När du reser med Albatros Travel måste ditt pass vara giltigt i minst 6 månader efter din hemresa. Detta krav gäller i det fall förändringar eller oförutsedda händelser inträffar under resan. Om du reser med ett pass som har mindre än 6 månaders giltighet sker detta på egen risk. Alla länder har sina egna regler för passets giltighet och dessa finns att se på Sweden abroads hemsida: <https://www.swedenabroad.se>

Barn måste ha ett eget pass oavsett ålder.

Om du inte är svensk medborgare måste du kontrollera vilka regler som gäller för dig. Det är ditt ansvar att se till att du har rätt resedokument när du ankommer flygplatsen.

### Visum

Du ska själv söka visum via Burmas E-Visa-system. Det ska fyllas i på internet och kostar 50 USD, som betalas med kreditkort.

Vänligen följ den här länken: <http://evisa.moip.gov.mm/NewApplication.aspx#>

Om du vill läsa mer i vår vägledning kan du hitta den här: [Instruktioner till visumansökan till Burma](#)

- När du har fyllt i och betalat visumet kommer du inom en timme få ett e-mail om att betalningen är godkänd.
- Efter max 5 arbetsdagar kommer du att få en bekräftelse per e-post på att ditt visum är godkänt.

Vid ankomst till Burma är följande viktigt:

- Ditt pass ska vara giltigt i minst 6 månader
- Du ska ha din returbiljett till flyget tillgänglig om myndigheterna vill se den
- Skriv ut och ta med godkännandet av ditt visum

Tänk på att du kan bli avvisad på flygplatsen om du inte kan visa upp ett giltigt visum.

### Inresekrav för Burma

Det ställs för närvarande inga speciella inresekrav på resande från Sverige.

Du kan löpande hålla dig informerad om inresekrav via Albatros inresecheck nedan eller via Utrikesdepartementets sida Sweden Abroad: <https://www.swedenabroad.se/sv/om-utlandet-f%C3%B6r-svenska-medborgare/reseinformation/>

Var uppmärksam på att inresekrav kan ändras med kort varsel och att det i slutändan alltid är ditt ansvar att försäkra dig om att du möter de krav som ställs vid inresa, vid tidpunkten för avresa. Om du inte gör detta kan du gå miste om resan.

### Albatros Inreseinformation

Med Albatros Inreseinformation kan du enkelt skaffa dig en överblick över vilka eventuella visumkrav och speciella inresekrav som gäller för din resedestination. Albatros Inreseinformation är framtaget i samarbete med Sherpa som erbjuder visumservice till resenärer från hela världen. Sherpa hjälper till, mot en administrationsavgift, med att söka e-visum till de länder där detta krävs. Var uppmärksam på att detta är en service du betalar extra för, och att det alltid går att söka e-visum direkt. Var också uppmärksam på att Albatros på utvalda destinationer hjälper till med gruppvisum eller ankomstvisum. Om detta är fallet, framgår det i ovanstående text.

# Vaccinationer Burma

## Läs mer om vaccinationer i samband med resa till Burma.

Vaccinationsrekommendationer uppdaterade november 2022.

### **Malaria**

Viktigt: Malariamyggen sticker först i skymningen.

Det finns principiellt malaria i hela Burma under 1.200 meters höjd. Störst risk i perioden från april till november.

Det är viktigt att vara noggrann och förebygga myggstick (myggspray med DEET eller AUTAN, användning av impregnerade myggnät eller boende på hotell med aircondition).

Krav och rekommendationer rörande vaccinationer förändras löpande för olika länder. Kontakta därför din läkare eller vaccinationscentral för aktuell information angående nödvändiga vaccinationer. Du kan även läsa mer på [www.vaccin.se/resevaccin/](http://www.vaccin.se/resevaccin/)

# Klimat och väder Burma

Här kan du läsa om Burmas klimat och väder - se bland annat temperaturer för Yangon i syd och Mandalay i centrala Burma.

	JAN	FEB	MAR	APR	MAJ	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEC
<b>Yangon</b>												
Dagstemperatur	32	35	36	37	33	30	30	30	30	32	32	32
Nattemperatur	18	19	22	24	25	25	24	24	24	24	22	19
Nederbörd (mm)	5	2	7	15	303	547	559	602	368	206	60	7
<b>Mandalay</b>												
Dagstemperatur	29	32	36	38	37	34	34	32	33	32	30	28
Nattemperatur	13	15	20	24	26	26	26	25	25	24	19	15
Nederbörd (mm)	4	3	1	40	138	116	83	136	150	125	38	6

Källa: World Weather Information Service

Burmas natur består av bergskedjor mot nord-syd blandat med fertila flodslätter. Den största och mest tätbefolkade slätten tillhör floden Irrawaddy och här odlas tobak, jordnötter, sockerrör, bomull och framför allt ris. Burma är världens största exportör av ris. Merparten av landets bergssluttningar är täckt av teakträplantager och stora skogar med ek- och rhododendronträd. Söderut mot den långsträckt kustlinjen övergår vegetationen i djungel där tigrar, leoparder och gibbonapor härskar. I norr lever vilda bufflar, noshörningar och vildsvin. Klimatet är tropiskt med en riklig andel monsunregn i de västra delarna med torrare klimat i landets östra och centrala delar. Det är som varmest i april (37°C) varpå monsunregnen börjar förvandla de små bergbäckarna till brusande floder och risfälten till illgröna skafferier.