



# Albatros

Res med hjärta, hjärna och omtanke



Värt att veta om  
Sri Lanka

# Fakta Sri Lanka



Språk

Singalesiska  
och tamil



Huvudstad

Sri  
Jayawardenapura  
(del av Colombo)



Invånare

22 miljoner



Religion

Buddhism  
och hinduism



Valuta

Rupee



Yta

65.610 km<sup>2</sup>

Läs mer om vaccinationer, klimat, transport, prisnivåer och annat i förbindelse med din resa till Sri Lanka.

## Ombord på flyget till Sri Lanka

Flygresan till Sri Lanka beror på vilket flygbolag som används. Läs reseplanen och kom ihåg att tiderna som anges är lokala. Mat och dryck kommer att serveras under resans gång.

Före landning kommer kabinpersonalen att lämna ut en inreseblankett som ska levereras till myndigheterna i Sri Lanka och som består av följande delar:

A) Entry-Permit Card (ankomstkort)

B) Custom Card – (tulldeklareringskort)

Samtliga passagerare ska fylla i både A och B. Ankomstkortet lämnas vid passkontrollen och tulldeklareringskortet lämnas vid utgången, efter att man har hämtat sitt bagage.

## Transport i Sri Lanka

### Buss

Bussarna i Sri Lanka håller inte den standard som vi är vana vid i Europa. Vi har naturligtvis valt den bästa kategorin, med luftkonditionering när det är möjligt.

### Tåg

På våra tågresor resor vi i bästa möjliga kategori. Det råder relativt stor skillnad på vad det innebär mellan de olika avgångarna, men vi strävar alltid efter att använda oss av de bästa förbindelserna. Generellt sett kan du inte förvänta dig någon lyx, men tågresorna är alltid en upplevelse!

## Bagage och bagagetransport

Vi rekommenderar att man tar med en resväska för vanligt bagage (max. 20 kg), samt en liten ryggsäck till handbagage och eventuellt ombyte. Resväskan SKA kunna öppnas. Under de dagar som vi byter hotell, kommer vi behöva klara oss utan resväskorna en längre tid. Det beror dels på att vi använder oss av olika transporter som buss, flyg och tåg, där man inte har sin resväska i närheten, och dels att bagagehanteringen i sig är tidskrävande. Vid flyg- och tågresor lämnar vi ofta in bagaget redan dagen/kvällen före avgång för transport med en särskild bagagebuss.

## Tidsskillnad

Tidsskillnaden mellan Sverige och Sri Lanka varierar, beroende på om det är sommar- eller vintertid.

Sommartid + 3,5 timmar

Vintertid + 4,5 timmar

## Prisnivå

Pengarna räcker långt i Sri Lanka. När det gäller fickpengar vet vi av erfarenhet att man klarar sig på ca 70 kr per dag. Om du dessutom köper extra dricka och annat bör man räkna med ytterligare 120-170 kr per dag per person. Det räcker exempelvis till dryck, vykort, frimärken, glass och dricks. Om resan inte omfattar helpension, kan man räkna med ca 70-85 kr för en måltid per person. Vid flera sevärdheter tas en mindre avgift ut för kamera och videokamera.

Denna avgift ligger på mellan 5-30 kr. Beloppet går till underhåll av platsen. Du kommer dessutom under din resa i Sri Lanka stöta på fotomöjligheter då det förväntas att du betalar en mindre avgift för att ta bilder. Denna avgift ligger ofta på ca 5 svenska kronor

per bild. Utöver detta tillkommer naturligtvis utgifter för personliga förnödenheter, shopping och dricks. I reseprogrammet för din resa upplyser vi om vad dricksbeloppet kommer att ligga på.

### Dricks

På våra resor kommer du i kontakt med vardagslivet och landets seder och bruk. Det kan finnas vissa förhållanden som du inte tycker om eller som du inte är van vid, till exempel att ge dricks. I många länder är systemet med dricks mer organiserat än vad vi svenskar är vana vid och det finns en förväntan om att lokalguider och chaufförer ska få en viss summa dricks under resans gång. 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 kan sägas vara en del av den kultur du besöker och som du därför bör följa och respektera. Det kan vara knepigt att veta hur mycket man lämnar till olika personer. 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. Räkna med ca 35-50 kr per resedeltagare per dag. Vi vill betona att det självklart är frivilligt att lämna dricks, även om det är allmän praxis. Barer, caféer och nattklubbar samt restauranger på hotell lägger ibland på ca 10-15% i servicekostnad (service charge) på notan. Detta framgår i så fall av notan. Om det förekommer "service charge" på notan, behöver man inte ge mer dricks.

### Valuta och betalning

Valutan i Sri Lanka heter sri lankesisk rupie (LKR). Det är billigast att växla till den lokala valutan på plats i Sri Lanka. Detta kommer det ges möjlighet till på det första hotellet på resan.

Vi rekommenderar att du tar med kontanter i antingen USD eller EUR, gärna större sedlar som 50 \$ eller 100 \$. På många platser används fortfarande en långsam procedur där varje sedelnummer noteras i kassörens räkenskapsbok. Därför – ju större sedlar, desto snabbare. Du behöver inte ta med små USD-sedlar, handlas det med kontanter sker det alltid i den lokala valutan. MasterCard, Visa, Diners och American Express kan användas som betalningskort på de flesta hotell och i vissa butiker. Tänk på att det kan vara svårt att ta ut kontanter med kreditkort, eftersom det inte finns många bankomater. Rupier kan bara växlas tillbaka till utländsk valuta (t.ex. USD) mot förevisning av giltigt kvitto från den första officiella växlingen. Spar därför alltid ditt kvitto när du har växlat från USD till LKR, om du skulle behöva växla tillbaka igen. Detta kan du bara göra på flygplatsen vid utresa från Sri Lanka.

### Elektricitet

Sri Lanka har precis som Sverige 220 volt. Eluttagen varierar mycket. På de flesta ställen kommer du kunna använda de svenska 2-bens-kontakterna, även om de ibland används lite annorlunda. Alternativt kan en adapter ibland lånas/hyras i receptionen på hotellet. Vi rekommenderar dock att du tar med dig ett adapter-set med flera typer av stickkontakter att välja mellan.

### Telefon och internet

Den internationella landskoden för Sri Lanka är +94. Det är dyrt att ringa hem, så hör gärna med din mobiloperatör angående täckning och priser för samtal från Sri Lanka.

Internetcaféer finns numera i de flesta städerna, men av erfarenhet vet vi att det kan vara svårt att hinna besöka sådana ställen annat än under egen tid eller efter avslutat dagsprogram. De flesta hotellet i Sri Lanka har internet-service, men räkna med långsammare anslutning jämfört med hemma. Vissa hotell tar ut en extra kostnad för detta.

### Hygien och dricksvatten

Hotell och större restauranger håller 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

Srilankeserna är ett fantastiskt trevligt, godhjärtat och leende folk som tar emot turister med värme och stora gästfria leenden. Trots att srilankeserna generellt är vana vid många turister, förväntas det att man respekterar deras helgedomar och seder med ödmjukhet och korrekt uppförande och klädsel. Som på alla platser i Asien gäller vissa gyllene regler i förbindelse med besök i tempel och moskéer. Man tar av sig skorna innan man går in i ett tempel, en moské eller ett privat hem. Var också uppmärksam på att fotsulorna ska hållas vända från helgedomar och andra människor när man sitter ned. Det är oartigt att peka, både på gudastatyer och på andra människor. Korta shorts och t-shirts utan armar är inte lämpligt – detta gäller i synnerhet kvinnor. Om man ska besöka tempel eller andra helgedomar, rekommenderas det (och ibland är det obligatoriskt) att täcka både axlar

och knän så att man inte stöter sig med den lokala befolkningen. Vid vissa muslimska helgedomar ska håret täckas och sjalar delas ut vid ingången. Man tar alltid av sig skorna innan man besöker ett tempel. Ett par strumpor är bra att ha med till de mycket kalla – eller mycket varma – tempelgolven. Dock kommer det att finnas platser där man ska vara helt barfota. Som resenär i Sri Lanka kommer du oundvikligen att komma i kontakt med landets många fattiga. Tiggare förekommer på många platser och det kan vara jobbigt att uppleva. Lyssna till reseledarens råd och ge aldrig pengar till barnen.

## Måltider

### Frukost

Frukosten på hotellen är både lokal och västerländsk. Det serveras oftast buffé som, utöver lokala

frukosträtter (som kan vara ganska kryddstarka) består av ägg, bröd, smör, marmelad, juice, färsk frukt, kaffe och te.

### Lunch/middag

Mat från Sri Lanka är känd för att innehålla många och ofta starka kryddor. "Curry" är den övergripande beskrivningen för de vanligaste middagsrätterna, som ofta tillagas vegetariska, eller med kött från get, lamm eller kyckling. Den srilankesiska kurrin karaktäriseras ofta av att vara mycket stark. "Tandoori", däremot, är något mildare och kännetecknar mat som grillas i lerugn efter att först ha legat i en marinad av yoghurt och kryddor. Hotellmaten kommer dock att vara anpassad för turister, alltså inte i närheten av så stark som srilankeserna själva föredrar den.

# Visum Sri Lanka

## Läs om pass och visum i förbindelse med resor till Sri Lanka här.

Ditt pass ska vara giltigt i minst 6 månader från hemresedatum från Sri Lanka och ha minst två tomma sidor för viseringen.

Du ansöker och betalar för visum via [www.eta.gov.lk](http://www.eta.gov.lk) och det kostar 35 USD per person. Det är viktigt att du ansöker om visum och betalar för det hemifrån. Vi rekommenderar att du ansöker om visum 3-4 veckor före avresa. Ansök inte om visum tidigare!

I din ansökan ska du ange en hotelladress. Ange följande:

OZO Columbo

No. 36-38 Clifford Place

Columbo

Sri Lanka

# Vaccination Sri Lanka

## Läs mer om vaccinationer i samband med resa till Sri Lanka.

### **Malaria**

Sri Lanka blev förklarad malariafritt i oktober 2016. Därför är det inte längre nödvändigt att beskydda sig mot malariamyggor eller ta förebyggande malariamedicin.

### **Gula febern**

Om man ankommer från ett land där det finns risk för gula febern, kan myndigheterna kräva vaccination mot gula febern. I vissa länder måste man visa upp intyg på giltig vaccination mot gula febern. För att certifikatet ska vara giltigt måste vaccinationen ha utförts minst tio dagar innan ankomst. Rekommendationen har hittills varit att påfyllnadsdos krävs efter tio år vid vistelse i områden där sjukdomen finns. Världshälsoorganisationen (WHO) har nu fastställt att en dos ger livslångt skydd. Vissa länder kräver dock fortfarande intyg på påfyllnadsdos efter tio år.

### **Denguefeber**

I Sri Lanka förekommer denguefeber. Det finns ingen vaccination eller förebyggande medicin mot sjukdomen, så det är viktigt att skydda sig mot mygg. Använd myggspray med DEET eller AUTAN och impregnerat myggnät eller bo på hotell med luftkonditionering.

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

# Klimat och väder Sri Lanka

Här kan du läsa mer om klimatet i Sri Lanka och se genomsnittstemperaturer för landets större städer.

	JAN	FEB	MAR	APR	MAJ	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEC
<b>Colombo</b>												
Dagstemperatur	31	31	32	32	31	30	29	29	30	29	30	30
Nattemperatur	22	22	23	24	25	25	25	25	25	24	23	23
Nederbörd (mm)	88	96	118	260	353	212	140	124	153	354	324	175
<b>Nuwara Eliya</b>												
Dagstemperatur	20	21	22	22	21	19	19	19	19	20	20	20
Nattemperatur	9	8	8	10	12	13	14	13	12	11	11	10
Nederbörd (mm)	145	76	97	153	238	266	223	179	165	222	209	191

Källa: DMI|BR|BR

Sri Lanka har ett tropiskt, varmt klimat med säsongsbundna oceanvindar och hög luftfuktighet. Medeltemperaturen varierar från ca 16 °C vintertid i centrala högländet, där även frost kan förekomma, till 33 °C i lågländet under sommaren. Den årliga medeltemperaturen ligger mellan 28 °C och 31 °C. Den varmaste månaden är i maj, i början av regnperioden. Sommarmonsunen drar in över landet från Indiska Oceanen och mycket regn faller i sydväst, innan bergen i centrala högländet. Det faller då betydligt mindre regn i de nordöstliga delarna av landet. Mellan dec - mars månad drar monsunen in från nordöst.