



Albatros

Res med hjärta, hjärna och omtanke



Värt att veta om
Laos

Fakta Laos



Språk

Lao



Huvudstad

Vientiane



Invånarantal

7 miljoner



Religion

Theravada-
buddhism



Valuta

Kip



Yta

236.800 km²

Här hittar du praktisk information i samband med resor till Laos.

Tidsskillnad

Tidsskillnaden mellan Sverige och Laos varierar beroende på om Sverige har sommar- eller vintertid:

Sommartid +5 timmar

Vintertid +6 timmar

Transport i Laos

Buss

Bussarna i Laos håller inte riktigt samma standard som vi är vana från Europa. Vi har självklart valt den bästa kategorin med luftkonditionering där detta varit möjligt.

Flyg

På våra rundresor i Laos och Sydostasien flyger vi ofta de längre sträckorna med inrikesflyg. Vid incheckningen på flygplatsen kommer reseledaren i så fall att informera resenärerna om alla praktikaliteter och flygtider för den aktuella sträckan.

Prisnivå

Prisnivån i Laos är i allmänhet lägre än i Sverige. En bra måltid ligger på ca 40–80 kronor. När det gäller fickpengar brukar man enligt vår erfarenhet klara sig med som minimum 100–120 kronor per dag. Om du vill köpa till extra drycker etc. rekommenderar vi ytterligare 40–60 kronor per dag och person.

Dricks

På våra resor kommer du i kontakt med vardagslivet och lokala seder. Det kan förekomma förhållanden du inte tycker om eller inte är van vid, som t.ex. seden med dricks. I många länder är drickssystemet mer organiserat än vad vi som svenskar är vana vid och det finns en förväntan om att lokalguider och chaufförer

ska få en viss summa i dricks under resans gång, eftersom servicebranschens löner ofta är avpassade efter detta. Vi anger ett belopp i vårt reseprogram, så att man kan ta höjd för detta när man planerar sin resa. 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. Vi vill betona att det självklart är frivilligt att lämna dricks.

I Laos förväntas man inte ge dricks, utom på finare restauranger och hotell där man förutsätts lägga på 10 procent i dricks.

Valuta och kreditkort

I Laos heter valutan kip (LAK). Ta gärna med USD om du vill växla i Laos. Observera att det bara går att växla LAK i Laos och Thailand. På många ställen kan man även betala med USD och thailändska baht. I de flesta större städer kan du använda Visakort för att betala på restauranger och hotell och även för att ta ut pengar på bankerna.

Elektricitet

I Laos används 220–230 volt och det finns många olika typer av kontakter. Ta därför gärna med ett adapterset med flera valmöjligheter.

Telefon och internet

Laos internationella landskod är +856. Det är dyrt att ringa hem från Laos, så hör gärna med din mobiloperatör angående täckning och priser för in- och utgående samtal.

I de flesta större städer finns det internetcaféer, men hastigheten kan variera en hel del, så här får man prova sig fram. De flesta hotell erbjuder också internet mot betalning.

Hygien

På hotell och större restauranger håller toaletterna modern/västerländsk klass. Ute på stan får man dock 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 eller ett paket intimservetter och kanske handdesinfektion (finns t.ex. på svenska apotek), så blir du inte lika beroende av tillgång på vatten.

Seder och bruk

Laotierna är i allmänhet mycket öppna och bemöter turister med ett leende. De lägger sig inte gärna i hur du uppför dig. Man utgår i stället från att du som besökare i landet har satt dig in i hur man uppför sig. Även om laotierna i regel är vana vid många turister förväntas det att man respekterar deras helgedomar och seder med respekt och passande klädsel. Det innebär att axlar och knän ska vara täckta och kläderna inte alltför åtsittande.

Man tar alltid av sig skorna innan man går in i ett tempel. Kom ihåg att alltid ha fotsulorna vända ner mot golvet och att aldrig vända upp dem mot en buddhafigur eller helgedom. De anses nämligen som orena. Man får inte vidröra eller klättra på buddhafigurer och historiska monument. Det är inte alltid tillåtet att fotografera och det är viktigt att vara

uppmärksam på eventuell skyltning om detta. Det är inte heller tillåtet att posera framför en buddhafigur. Laotierna anser det som ovärdigt och oanständigt att inte kontrollera sig själv och sina känslor. Det vill säga att man som turist inte bör visa ilska eller upphetsning. Om du hamnar i en situation där du känner dig illa behandlad kan du vända dig till reseledaren som kan hjälpa till att lösa situationen.

Offentliga kyssar och kärleksförklaringar är högst opassande. Kroppskontakt och handhållning är inte väl ansett även om det är vanligt att personer av samma kön håller varandra i handen. Dessutom bör kroppen alltid vara anständigt täckt. I de stora turistområdena är det accepterat att avvika från normerna inne på hotellområdena. Rör aldrig en laotier på huvudet. Det anses som ohövligt, eftersom håret är heligt.

I vissa områden finns det tiggare och naturligtvis kan du ge en äldre person eller en invalid en slant, men helst inte till barn och unga människor eftersom detta uppmuntrar barntiggeri. Ge hellre barnen saker som schampo, tvål, pennor eller ritblock.

Rökning

Under flygning och transport råder absolut rökförbud. Du får inte röka inomhus på offentliga platser såvida det inte finns ett speciellt rökrum.

Pass och visum Laos

Läs om pass och visum vid resor till Laos

Ditt pass ska vara giltigt minst 6 månader efter hemresan från Laos. Barn reser med eget pass, oavsett ålder.

För svenska medborgare krävs visum för att resa till Laos. Du får ditt visum vid ankomsten till Laos mot en avgift på 35 USD som betalas kontant. Kom därför ihåg att ta med dig 35 USD och ett passfoto. Passfotot ska vara 3,5 x 4,5 cm och får inte vara mer än sex månader gammalt.

Om du inte är svensk medborgare är det viktigt att du undersöker vilka visumregler som gäller för just dig.

Vaccinationer Laos

Läs mer om vaccinationer vid resa till Laos här nedanför.

Malaria

Det finns i princip malaria i hela Laos.

Vid resa i Laos bör man ta förebyggande malariamedicin.

Man ska även vara mycket noggrann och förebygga myggstick (myggspray med DEET eller AUTAN, användning av impregnerat myggnät eller bo på hotell med luftkonditionering).

Viktigt: Malariamyggan sticker först när det har blivit mörkt.

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/

Klimat Laos

Nedan kan du få information om Laos klimat och väder. Se temperaturer för huvudstaden Vientiane och världsarvsstaden Luang Prabang.

	JAN	FEB	MAR	APR	MAJ	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEC
Vientiane												
Dagstemperatur	29	30	33	34	33	31	31	31	31	31	30	28
Nattemperatur	17	19	23	23	24	25	25	25	24	23	20	17
Nederbörd (mm)	51	14	25	78	209	260	259	354	399	50	14	1
Luang Prabang												
Dagstemperatur	28	32	34	36	35	34	32	32	33	32	29	27
Nattemperatur	14	15	17	21	23	24	24	23	23	21	18	15
Nederbörd (mm)	16	17	30	109	163	155	230	290	166	78	30	13

Källa: World Weather Information Service

Laos har ett tropiskt klimat med två säsonger - regnperioden varar från maj - sept, och torrperioden mellan okt - apr. I slutet av torrperioden är det som varmast, med temperaturer över 30 °C. Temperaturen varierar dock i landet, vissa områden får upp till 40 °C medan den kan vara runt 15 °C på högre altituder. Från november till mars faller det i regel mindre nederbörd, och temperaturen är behagligare.