

5 x telefonnummer

+255-22-219 65 00

Sveriges ambassad, Dar es Salaam. Öppet måndag–fredag kl 8.00–12.00. Svensk honorärkonsul på Zanzibar, 0777-170 471.

0046

Landsnumret till Sverige.

112

Polis, ambulans och brandkår. På Zanzibar är numret 999.

+45-70-10 50 50

SOS International i Danmark. Engelsk- och swahilitalande medicinsk personal.

+255-22-211 66 10

Undvik sjukhus i Tanzania om du behöver kvalificerad vård. Närmaste vård kan fås i Nairobi som ligger ca en timmes flygresa från Tanzania. De flygande doktorerna har nödnummer +254-20-31 54 54 i Nairobi. Det lokala numret är +255-22-211 66 10.

5 x veta mer

Bradt

The Bradt Safari Guide har info om norra Tanzania, Kilimanjaro och Zanzibar. Praktiska tips, anekdoter mm. Ca 185 kr.

► www.bokus.com

► www.bradtguides.com

Reseskildring

Lonely Planet (ca 100 kr på nätet) har anekdoter, kartor och tips om

egna utfärder. Rough Guide är liknande men med dåligt papper och svår att läsa, ca 130 kr.

► www.amazon.co.uk

Insikt

Insight Guides finns bara på engelska. Bra kartor, många bilder och fakta blandat med spännande bimatieral. Ca 170 kr på nätet.

► www.amazon.co.uk

Karta

Globetrotter Travel Map har kartor över det mesta, stort plus för alla parkkartor. Ca 40 kr + frakt.

► www.amazon.co.uk

UI

UI:s Länder i fickformat – Tanzania är perfekt för hårdfakta. Ca 45 kr på nätet.

► www.ui.se

5 x sajter

► www.tanzaniatouristboard.com

Officiell sajt med bra information om färje- och flygtider, samt officiella högtider, kartor och bilder.

► www.savannen.com

Innehållsrikt om Tanzania och Kenya. Stort plus för djurbilder med information. Perfekt för safarirese- närer med info om lodger och safariområden.

► www.swedenabroad.com

Bra sajt från ambassaden i Dar es Salaam med texter på svenska. Sajten tar upp historia och politik.

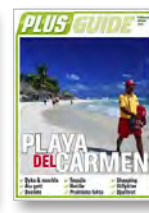
Det finns också information om vigsel, Madagaskar och utvecklingssamarbete.

► www.lankskaferiet.skolverket.se

Skolverkets länkskafferiet har länkar till både officiella och privata hemsidor om Tanzania. Tips, personliga anekdoter och hårdfakta.

► www.tzonline.org

Engelskspråkig sajt grundad av FN:s utvecklingsfond UNDP. Mycket bra med mängder av länkar om det mesta du vill veta om Tanzania.



Fler guider på nätet

LADDA HEM ÖVER 200 RESGUIDER

• Kapstaden • Sydafrika • Kairo • Samaná • Sharm el-Sheikh • Jordanien • Bangkok • Phuket • Koh Lanta • Barcelona • Röda havet • Teneriffa • Rom • Krabi • Aten • Istanbul • Peru • Hurghada • Köpenhamn • Tallinn • Nya Zeeland • Tokyo • Sydney • Perth • Nya Zeeland • Laos • Vietnam • Hua Hin • London • Bahamas

Nya guider på Plus: www.aftonbladet.se/resguider

AFTONBLADET
PLUS

Vik
här

PLUS GUIDE

Publicerad
november
2010



TANZANIA

✓ Safariparker
✓ De 5 stora
✓ Boende

✓ Zanzibar
✓ För barn
✓ Stränder

✓ Shopping
✓ Utflykter
✓ Praktiska fakta

Tanzania är en mosaik av upplevelser. Här finns Afrikas högsta berg Kilimanjaro, Victoria- och Tanganyikasjön, Serengetis slätter och kryddön Zanzibar. Myllrande folkliv i Dar es Salaam och porten för safariturer; staden Arusha.

Safari betyder helt enkel resa på swahili. När engelsmännen lånade ordet ändrades betydelsen till "en expedition, där målsättningen är att jaga". I dag går en klassisk safari till Serengeti där tusentals vilda djur huserar. För många resenärer står kratern Ngorongoro högst på önskelistan, som liknar kratern vid en Edens lustgård. Safari är en resa för både kropp och själ, med dofter och möten som lever kvar länge i sinnet.

Två ord som du ofta kommer att få höra under din resa är "pole pole" – ta det lugnt, allt är ok. Med några ord på swahili och en portion nyfikenhet kommer du att uppleva Tanzania som ett av de mest vänliga länderna i Afrika.

Kryddön Zanzibar öster om fastlandet är en

5 x viktiga fakta

Pass

Svenska medborgare behöver skaffa visum, antingen via ambassaden i Stockholm eller köpa vid ankomst. Smidigast är att skaffa visum i Sverige så slipper du köa när du kommer fram. Kostnaden för ett förköpt visum är ca 600 kr. Passet måste vara giltigt i sex månader efter hemresan. Kostnad för visum vid gränsen ca 400 kr.
► www.tanemb.se

Pengar

Det är såväl in- som utförelseförbud på Tanzanias valuta, shilling. 100 shilling är

ungefär 50 öre (sep 2010). Bankomater finns på de flesta större orter. Ha med US-dollar i små valörer för dricks och mindre köp då det ofta är ont om växel. När du växlar dollar till shilling är kursen högre för höga sedelvalörer som 50- och 100-dollarsedlar.

Hälsa

Som alltid kan bakterier vara annorlunda mot de svenska. Ta med alkohol från apoteket. Övrigt viktigt när du saknar vatten för att tvätta händerna.

Hygien på lokala matställen är god. Malaria finns i Tanzania och det är viktigt att

historisk blandning av afrikanska, arabiska och europeiska kulturer. Med turkosblått hav, vita puderstränder och vajande palmer är ön den ultimata turistparadisbilden.

På 1800-talet kom upptäcktsresanden till Tanzania och den mest kände, doktor Livingstone, bodde länge i Tanzania i sin jakt på Nilens källa. I dag är det upptäcktsresanden i form av turister som kommer hit på jakt efter nya upplevelser.

Karibu Tanzania! Välkommen till Tanzania!



Text: Katarina Arvidson

du tar malariaprofylax. Ta med myggmedel och var noga med att det finns myggnät där du bor. Använd långärmat och långbyxor på kvällarna.

Säkerhet

Många gånger är sunt förnuft och kunskap det bästa. Det finns ficktjuvar, som överallt. Bär inte pengarna på dig. Använd hotelens kassaskåp och ta med dig det du behöver under dagen.

Trafik

Tanzania har vänstertrafik. Trafiken är hetsig och bilar kör ibland utan lyse efter mörkets inbrott. Räkna inte med att bilar stannar vid övergångsställen i städer.

5 x resan hit

Rundresa

En safariresa är perfekt för dig som vill ha allt organiserat, svensktalande guider och det mesta inkluderat. JK Safaris har olika alternativ, bland annat med Zanzibar. En veckas safariresa kostar från 27 000 kr. De flesta resor sker på vår och höst. Vill du ha egen lösning är resebyråer Mind & Soul Travel i Arusha, som drivs i svensk regi, ett bra alternativ.

► www.jksafaris.se
► www.mindsoultravel.com

Flyg

KLM flyger till Kilimanjaro via Amsterdam. KLM samarbetar med Kenyan Airways och ibland är det mellanlandning i Nairobi. En biljett kostar från ca 9 100 kr. Tänk på att du kan åka till Nairobi och hem från Kilimanjaro och vice versa. Detta kallas för "open jaw" och gör olika kombinationer möjliga. Från Stockholm åker Ethiopian Airlines via Addis Abeba från ca 7 300 kr.

► www.klm.se
► www.ethiopianairlines.se

Inrikesflyg

Det finns runt 25 flygplatser i landet. Vanligaste flygsträckan är mellan fastlandet och Zanzibar. Notera att du bara får ha 15 kilo bagage på denna sträcka. Precision Air har flest rutten. Kilimanjaro–Dar es Salaam tar ca 1,5 timme och kostar från 1 500

kr t/r. Kan bokas direkt på hemsidan, men det rekommenderas att man bokar på en svensk biljett-sajt eller köper biljetten i landet.

► www.precisionairtz.com
► www.travelmarket.se

Landvägen

Från Kenya till Arusha/Kilimanjaro är det bäst att korsa gränsen vid Namanga som är öppen dygnet runt. Enklarest är att åka buss från Nairobi till Arusha, vilket tar ungefär fem timmar. Buss från Mombasa i Kenya till Dar es Salaam tar ca 24 timmar. Det finns flera bussbolag och resebyråer som kör dessa sträckor. East Africa Shuttles har bra rykte.

► www.eastafricashuttles.com

Tåg

Har du gott om tid, ska du absolut åka tåg. Åk från Dar es Salaam till Kilimanjaro – se mängder av djur, få nya vänner och upplev naturen. Första klass är jämförbart med SJ:s andra klass. Biljetter säljs på stationen och på resebyråer. Det går inte att boka on-line. Bästa sajten med info är Seat 61:s hemsida. Har du gott om pengar så kör Rovos Rail tåg från Kapstaden till Dar es Salaam. Resan tar 14 dagar och kostar från 70 000 kr/person i delad kupé. Rovos Rail räknas som den lyxigaste tågkedjan i världen.

► www.seat61.com/zambia
► www.trctz.com
► www.rovos.com



Många nya bekansnader väntar.

5 x praktiska fakta

El och telefon

230 volt. Många kontakter har tre hål, engelskt system, så ta med adapter. Ibland stängs elen på hotell och lodger vissa perioder under dag och natt.

Språk

Swahili och engelska är officiella språk. Engelska fungerar bra.

Internet

Finns överallt där det finns turister, till och med i safariparkerna. Kostar 10–40 kr i timmen.

Post

Frimärken säljs nästan överallt där det finns vykort och i hotellreceptioner. Porto för ett vykort till Sverige är 600 TSH.

Dricks

För många är dricks större delen av inkomsten. Ge 10–15 procent i dricks på restaurang och kaféer. Guider och chaufförer räknar med tre respektive två dollar per dag och gäst. Bagage kostar 0,5–1 dollar per väska om du vill ha den buren till och från ditt rum.

redaktion

Guideredaktör Susanne Wixe (guider@aftonbladet.se). **Redigerare** Yvonne Westerman. **Kartgrafik** Rikard Bodin. **Text** Katarina Arvidson. **Foto** Katarina Arvidson, Aftonbladet, AP, Thinkstock, Hotel Kempinski, Susanne Stampe, Susanne Wixe. **Utgivare** Aftonbladet. **Ansvarig utgivare** Jan Helin. **Adress** Aftonbladet, 105 18 Stockholm. **Telefon** 08-562 52900.

AFTONBLADET

5 x ta sig runt

Buss

Att åka buss kräver tålamod. Du kan åka "vanlig" buss, State Travel Service, då stannar bussen med jämna mellanrum. Bussarna är oftast överfulla. Undvik månadsskiften när många ska hem till byarna och när det är regnperiod. Scandinavia Group och Dar express är två populära bussbolag som kör större busar med a/c, toalett och där du är garanterad plats (super deluxe) eller med ekonomibussar utan toalett och a/c. Akamba Bus är också ett bra bussbolag. En enkel i super deluxe från Dar es Salaam till Arusha kostar ca 130 kr. ► www.scandinaviagroup.com ► www.akambabus.com

5 x måsten

Gammalt

Olduvai Gorge, kallad mänsklighetens vagg, ligger i östra Serengeti, ett par mil från Ngo-rongorokratern. Här hittade Mary Leakey ett fotspår som är tre och en halv miljon år gammalt. I klyftan har också fynd av människoliknande släkten hittats som tillhör de äldsta i världen. Här finns ett litet museum. Ett stort plus för föreläsningen.

Kilwa

Tio mil söder om Rufijideltat ligger de tre Kilwas: Kilwa Kivinje, Kilwa Masoko och Kilwa Kisiwani. Från fastlandet går båtar som på heldagsutfärder. Kilwaöarna var förr slavöar och namnen härör från betydelsen "här lägger jag mitt hjärta", vilket sågs vara det sista slaverna sade innan de såldes. Åk med en traditionell dhow-båt, titta på fort och ruiner från tidig islamisk historia. Gillar du att fiska, finns här stora möjligheter att åka på halv- eller heldagstur. Boka via agent eller ta kontakt med båtarna och pruta.

Taxi

Kom överens om priset med chauffören innan du sätter dig. Lås dörrar och stäng fönster. Dela inte taxi med okända.

Lokal agent

Egen bil med chaufför? Kom överens med taxi eller boka via en lokal agent, se till att bilen är försäkrad om du bokar lokalt. Reisebyrån Leopard Tours har gott renommé. Där kan du också boka safari, hotellrum och inrikesflyg. ► leopardtours.co.tz

Dalla-dalla

Ska du åka inom stora städer eller kortare avstånd mellan städer kan dalla-dalla, minibuss, vara ett

alternativ. De är privata och går mellan bestämda platser. Du vin- kar in den och får vara beredd på att tränga dig in och även tränga dig ut. Det finns också boda- boda, motorcykeltaxi, oftast utan hjälm. Cykeltaxi finns i de flesta städer men de är mycket enkla. Alla tre varianter är billiga.

Hyrbil

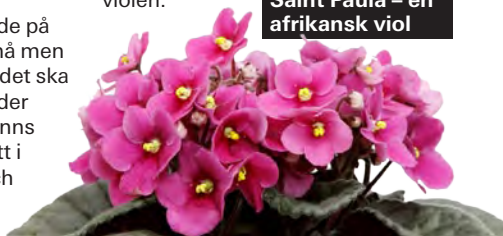
Hyrbil är för den äventyrlige. Trafiken är dock hetsig och emellanåt plågsamt långsam, väg- skyltar saknas och delar på bilen kan saknas när du parkerat på fel ställe. Vägarna kan vara då- liga, med hål och grus. Kör aldrig efter mörkrets inbrott. Oftast är det billigare att hyra en taxi.

ett i Tabora. Museet i Ujiji är litet och mest inspirerande är min- nesplatsen bredvid museet där doktor Livingstone och Stanley möttes. Taboras museum berättar om flera viktoriaanska upp- täckare från 1800-talet.

Eastern Arc

Eastern Arc är 25 miljoner år gammalt och består av 13 skogs- klädda berg. Från norra till södra kusten sträcker sig detta ekolo- giska system, det räknas som ett av världens tjugo viktigaste. Emellanåt kallas det för "Afrikas Galapagos" på grund av sin art- rikedom. Fukten och grönskan beror på vindarna från Indiska oceanen. Här finns över 1 000 insekter som är endemiska. Härifrån härstammar den afrikanska violen.

Saint Paula – en afrikansk viol



5 x boende

Lyx

De stora, internationella ked- jorna återfinns även i Tanzania. Kilimanjaro Hotel Kempinski i Dar es Salaam har allt ett första- klasshotell strävar efter. Dub- belrum med frukost från 1 500 kr. Kempinski har också Bilila Lodge i Serengeti som är en fan- tastisk vacker anläggning med utsikt över savannen, pooler och spa. Dubbelrum från ca 4 000 kr. Mövenpick har hotell i Dar es Sa- laam, dubbelrum från 1 500 kr. ► www.kempinski.com ► www.moevenpick-hotels.com

Romantik

Ras Kutani ligger ca två timmars bilfärd från Dar es Saalam, eller 20 minuter med flyg till hotellets privata landningsbana. Populärt bland bröllopsfirare och de som söker lugn och ro. Dubbelrum från ca 2 000 kr. ► www.selous.com/ras-kutani

Mysigt

Rivertrees Country Inn i Arusha ligger mellan Kilimanjaro och Mount Meru vid Usafloden, ca 20 minuters bilväg från Arusha. Här råder lugn med apor tjatt- randes i träden, bra mat och hög mysfaktor. Trevliga rum i enkel



Poolen på hotell Kempinski.

men funktionell stil. Extra mys blir det om du bokar småstu- gorna som har privata trädäck och öppen spis. Bra meny på restaurangen och bufféfrukost. Dubbelrum ca 1 100 kr. ► www.rivertrees.com

Budget

Frukost, middag, städning och byte av lakan ingår i priset på Ujaama hostel som ligger un- gefär 15 minuters promenad från centrum i Arusha. De flesta rum är flerbäddsrum men det går att få enskilt boende. En natt kostar ungefär 130 kr. Rent och

snyggt och myggnät finns till alla sängar. ► www.ujamaahostel.com

Mellanklass

I Moshi hittar du trestjärniga Osy Grand hotel som ligger vid marknaden på Riadha Street. Det bästa med hotellet är takvä- ningen där du på kvällen kan se solnedgången över Kilimanjaro. Hotellet invigdes för fyra år se- dan. Bokar du via hotellsajter kostar ett dubbelrum ca 950 kr per natt. Har de gott om rum är det bättre att förhandla direkt med hotellet.

5 x fakta

Invånare

Tanzania har närmare 42 miljo- ner invånare som bor på en yta av ca 945 090 kvadratkilometer, ungefär två gånger Sveriges storlek. Över 80 procent av be- folkningen är bantufolk. Arabis- ka, nilotiska, kushitiska, asiatiska och europeiska minoriteter bor också i landet.

Geografi

Tanzania är den till ytan största staten i Östafrika. Det högsta berget i Afrika, Kilimanjaro, lig-

ger här precis som tre av Afrikas största sjöar; Victoria, Tangany- ika och Nyasa. Tanzania har tre öar; Zanzibar, Pemba och Mafia. Den största floden i landet heter Rufiji. Tanzania gränsar till Ke- nya och Uganda i norr, Rwanda, Burundi och Kongo-Kinshasa i väster och Zambia, Malawi och Moçambique i söder.

Turism

Turism är den snabbast växande näringen. Runt 600 000 turister kommer hit varje år.

Religion

Kristendomen är den största religionen i landet med ca 50 procent av invånarna. Muslimer är ca 40 procent och resten till- hör hinduism, buddism, bahai och traditionella afrikanska reli- gioner.

Språk

Vid sidan av engelska är swahili det andra officiella språket i Tan- zania. Många andra språk talas i landet, varav de flesta är så kall- lade bantuspråk.



Vad har de fått syn på ...

5 x safari

Bakgrund

På 1800-talet började safariturerna arrangeras i mer organiserad form. I första hand för britter som kom för elefantbetar. 1909 kom president Roosevelt på safari under stor pressbevakning. Efter detta har safari utvecklats från jakt till dagens upplevelsesafari där kameran har övertagit rollen från vapnen i troféjakten.

Bokning

Du får ut mest av en safari med en bra guide och chaufför. De är ovärderliga och hittar snabbt till de olika djuren och kan berätta ingående om djurlivet. Det finns

alla varianter av safari, från lyx till budget. I parkerna finns i dag lodger och stationära tält med olika standard. Vandringar görs oftast i utkanten av parkerna.

Avgift

Alla icke-östafrikaner måste betala parkavgifter i US-dollar. Serengeti kostar 50 US-dollar, Kilimanjaro 60 US-dollar. Samtliga parkavgifter hittar du på nätet. ► www.tanzaniaparks.com

No-nos

Det är förbjudet att slänga mat i parkerna. Hur frestande det än är att få djuren att komma närmare,

kan det bli både farligt och störa de naturliga habitaten. Rökning är tillåten endast på de officiella rastplatserna. Ta inte med skelett och ben som souvenirer. Elfenben är förbjudet att köpa i Tanzania och förbjudet att ta med in i Sverige.

Utdöende

Noshörningar dödades i tusentals för sina horn under tidigare decennier. 1989 hamnade den på listan över utrotningshotade djur. Det finns runt 200 svarta noshörningar kvar och den vita existerar inte längre. Trots detta smugglas horn ut, i första hand till Sydostasien.

5 x safaritermer

Park

Samlingsnamn för olika slags naturskyddsområden som nationalparker och viltreservat.

Gamedrive

Billburen djurspanar-tur i en park. Se till att sitta vid fönstret eller att alla byter plats regelbundet.

Lodge

Vildmarkshotell med hygglig till bra standard. Tältcamp är boende i möblerat tält för två personer, ofta rymligt med ståhöjd och vanliga sängar.

The Big 5

The Big 5, de fem stora, är ett samlingsnamn för de fem afrikanska djur som många hoppas på att se under en safari: elefant,

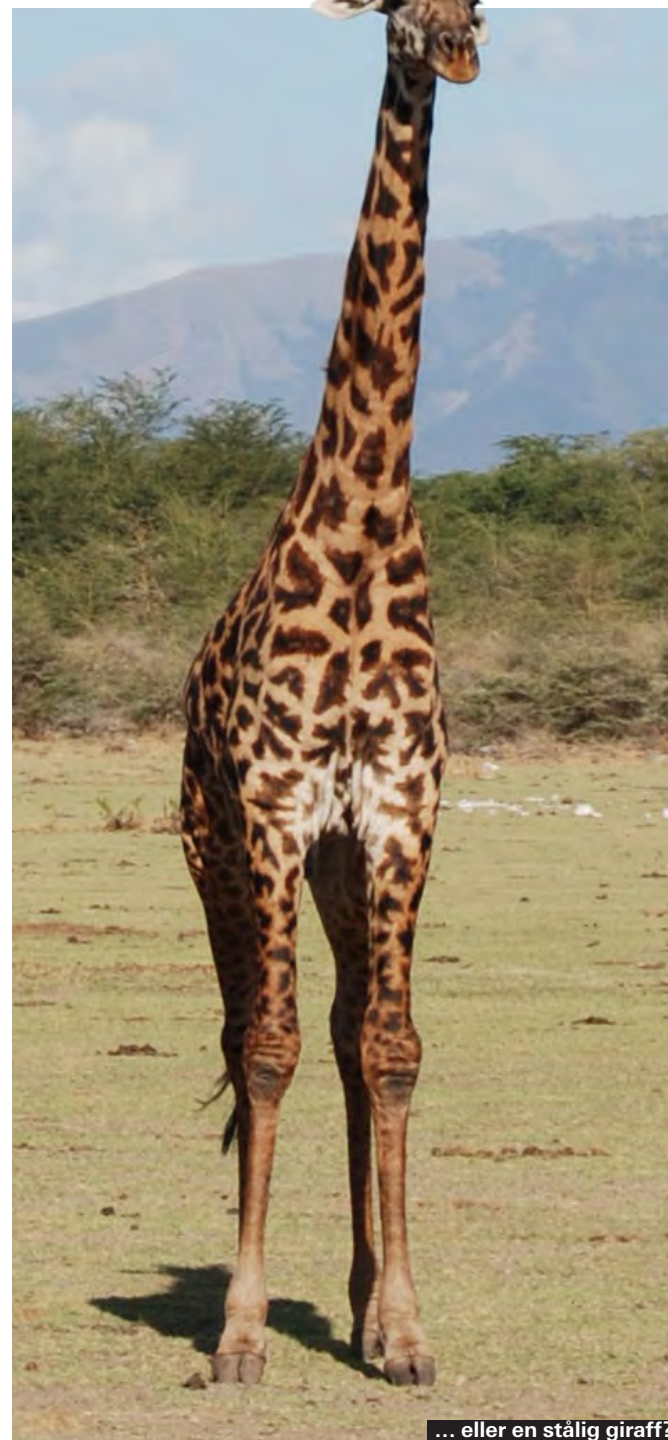
... en leopard kanske ...

noshörning, buffel, lejon och leopard. Från början användes uttrycket av jägare som såg dessa djur som farligast att jaga till fots.



Migration

Migration kallas det när gnuer och zebbor i en årlig cykel vandrar mellan olika områden för att få tag i mat. I Serengeti är bästa tiden i februari då gnuerna kalvar och de stannar upp för en tid. September-oktober är migrationen i första hand i Masai Mara i Kenya.



... eller en stålig giraff?

5 x barn

Delfin

Utanför Zanzibar finns det gott om delfiner. Boka en halvdag med båt via ditt hotell eller resebyrå och simma med delfiner.



Safari

Safari är fantastiskt för barn, både stora och små. Tanzania är ett land där barn trivs. Lokalguider och chaufförer brukar ta sig extra tid för barn och berätta om djur och natur. Men välj en safari som inte har för många parker och för långa körsträckor.

Bybesök

I varje by kommer du att bli erbjuden att gå runt och titta mot en liten ersättning. Du får ofta besöka träsnideri, konstaffär och se hur det går till att göra bananöl. Passa på och besök skola, barnhem och hälsa på hos en familj. Lämna en peng till privata familjer och en peng till den självutnämnda guiden.

Språkkurs

En rolig sak att göra tillsammans i familjen är att gå på kurs i swahili. Ni kan själva välja om ni vill gå en vecka eller längre. Tanzania Swahili Language School organiserar studier på alla nivåer. Ett plus är att de också har värdfamiljer som tar emot språkstudenter.

► www.tanzaniaswahili.or.tz

Orm

I Meserani ormpark, ca tre mil väster om Arusha, finns både giftiga och kramgoa ormar, krokodiler och apor. För ca 30 kr i inträde ingår guide och möjligheten att få ta på reptilerna. Mitt emot ligger massajmuseet där kamelturer erbjuds utanför.



Gnuer i Ngorongoroparken.

5 x parker

Serengeti

Serengeti är Tanzanias äldsta, största och mest populära park. Parken är känd för den årliga migrationen som sträcker sig över 100 mil. Hjordar, upp till 40 kilometer långa, med gnuer, zebbor och thomsongaseller rör sig bland faror som lejon, servaler och hyenor som väntar på att ta över rester från byten. Parken har tusentals impalor och gnuer

och här strövar elefanter och giraffer om varandra.
► www.serengeti.org

Ngorongoro

Ngorongoro ligger i norra Tanzania på 2300 meters höjd över havet. Det är ett vulkankraterområde som omfattar närmare 260 kvadratkilometer och gränsar till Serengeti. Här hittar du världens tätaste koncentration av bland

annat zebbor, svarta noshörningar, flodhästar, lejon, babianer och bufflar. Under höstmånaderna kan det vara kallt under morgnar och kvällar.

► www.ngorongoro-crater-africa.org

Tarangire

Tarangire är landets sjätte största park och har fått sitt namn efter floden som går igenom parken. Parken är känd för ett stort antal

elefanter, sina baobabträd och pytonormar. Inte långt härifrån ligger Manyaraparken med en enorm sötvattenssjö. Förutom däggdjur finns här över 300 fåglar som flamingo och strutsar.

Kitulo

Kitulo kallas också för Guds trädgård tack vare sina många växter och blommor. Här finns orkidéer, liljor och aloeeverabuskar. Sin

grönskande vegetation får parken från Ruahafloeden. Parken ligger i södra Tanzania och är perfekt för den som vill vandra.

Gombe

Gombe ligger i västra Tanzania, nära staden Kigoma, och vid den norra delen av Tanganyikasjön. Det är den minsta parken i landet. Hit tar du dig endast med båt och du möts av en stor varia-

tion av natur som bambuskog, regnskog och stäpp. Här är det tillåtet att vandra. Jane Goodall forskade kring schimpanserna i området och du kan också se babianer och rödsvansade apor. Är du intresserad av ormar finns här mer än tio olika sorter. Missa inte att simma i sjön där det finns över 100 arter av olika färggranna ciklider.



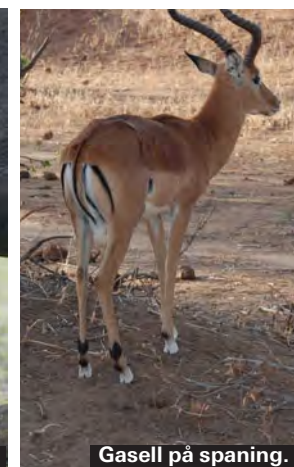
Stridsberedd elefanthane.



Gruff i lejonfamiljen.



Noshörningsunge i skugga av mamma.



Gasell på spaning.

5 x djur

Elefant

Elefant är vanliga att se i Tanzanias parker. De lever i grupper om cirka 20 djur och befinner sig alltid nära ett vattenhål. Elefanterna har starka familjeband och forskning har visat att de sörjer, visar glädje och försvarar varandra. De kan bli upp till 60 år

gamla och väga upp till sex ton.

Giraff

Giraffen är det högsta djuret i världen. Den är 2–3,5 meter långa med en hals på ca två meter. Tungan är nästan en halv meter lång. Den kan springa snabbt men inte längre sträckor.

Noshörning

Noshörning kännetecknas av sitt stora horn som kan växa ut om det kapas. De ser inte bra men har mycket bra luktsinne och hörsel. De är lättast att se i skymning och gryning eftersom de sover på dagarna. På ryggarna sitter ofta fåglarna oxhackare och kohäger

som plockar bort parasiter från noshörningarna.

Lejon

Lejon lever alltid i flock. Hanen känns igen på sin man och kan väga upp till 270 kilo. Unga lejon har mörka fläckar på kroppen men de bleknar under första lev-

nadsåret. Det finns lejon som har vit päls, det beror på en gen och har inget att göra med albinodjur. Lejon lever oftast i flockar med en till tre hanner och flera honor som är släkt med varandra. Ensam hanner försöker oftast ta över en flock vilket kan resultera i hårda strider. Lejon finns i Se-

rengeti och Ngorongorokratern.

Gasell

Thomson- och grantsgaseller finns i stora antal i större delen av norra Tanzania, till exempel i Serengeti. Gasellerna liknar varandra men Thomsongasellen känns igen på sin svarta markerade linje på sidan.





En av Zanzibars vita stränder.



Stone Town.



Staty i Stone Town.



5 x Zanzibar

Kryddö

Zanzibar ligger 40 kilometer öster om fastlandet. De bästa stränderna finns på östkusten och i norr. Hit kommer du lättast med flyg som går både från Dar es Salaam och Arusha dagligen. Alternativet är färja från Dar es Salaam.

Stone Town

Stone Town är "huvudstad" på

ön. Här kan du besöka Palatsmuseet som är sultanens residens, senare regeringskontor och museum sedan 1990-talet. Det vackraste huset i staden är palatset underverkens hus. De enorma dörrarna sägs vara de största utmejslade trädörrarna i östra Afrika. Missa inte Fredsmuseet som berättar om öns historia och har memorabilia från Livingsstone. Inträde ca 25 kr.

Svenskt

Konstnären Clara Sörnäs har gjort det enda slavmonumentet i Östafrika. Det föreställer fem vuxna slavar och ett barn, ned-sänkta i en rektangel så att bara axlar och huvud syns. Ligger nära Anglican Church i Stone Town.

Hotell

Breezes Beach Club ligger på

norra delen av ön vid stranden och har i många år varit ett hotell som fått många utmärkelser för sin service och standard. Dubbelrum under högsäsong med halvpension kostar ca 900 kr per person. Budgethotell finns i hjärtat av Stone Town. Ett bra alternativ är mellanklasshotellet Baghani House (e-post: baghani@zanzinet.com) som kostar runt 350 kr per natt. Lyxalternativet är

Zanzibar Serena Inn som ligger vid havet. Byggt av två byggnader från 1800-talet. Dubbelrum ca 2 500 kr per person under högsäsong.

► www.breezes-zanzibar.com
► www.serenahotels.com

Mat

Mysfaktorn är hög på Emerson's & Green på Hurumzi street i Stone Town. Du sitter på takte-

lassen på kuddar och ser ut mot havet. En middag för två kostar ca 500 kr. De har också rum att hyra ut. Boka bord. Zanzibarisk mat kan du avnjuta på familjerestaurangen Sambusa Two Tables bredvid Kaunda street. Middag för två kostar ca 200 kr.

5 x städer

Arusha

Arusha kallas för Afrikas Genève – här finns den internationella tribunalen som ansvarar för grannlandet Rwandas krigsförbrytelserättegångar. I början av 1900-talet byggde tyskarna ut staden och organiserade jordbruk för att producera kaffe, majs och grönsaker. Det är en livlig stad med affärer, marknader och hotell. Turistbyrån organiserar utfärder till byar, konstnärskollektiv och naturplatser. Väl värt ett besök är Massajmarknaden varje onsdag. Arusha är utgångspunkt för safaritur i de klassiska parkerna i landets norra del. Afrikas högsta berg, Kilimanjaro, ligger ett par mil nordost om staden och staden är belägen vid Mount Meru, Tanzanias näst högsta berg.

Mwanza

Mwanza ligger vid Victoriasjöns södra strand. Härifrån kan du utforska Victoriasjön och öarna Ukara, Rubondo och Ukerewe. Det går också buss till Uganda och Rwanda härifrån. Ukerewe, största ön

i Victoriasjön, är perfekt för sportfiske och fågelskådning. Gallu Beach Hotel i Nansio på Ukerewe organiserar cykelturer på Ukara och kan hjälpa till med utfärder, lunchlåda och studiebesök på bland annat skolor. På Ukara kan du bo i bungalows på stranden för runt 50 kr natten. Rubondo är nationalpark med många fåglar, schimpanser, elefanter och giraffer. Floran bjuder på mer än 40 olika orkidéer. ► www.mwanza-guide.com

Dodoma

Dodoma är Tanzanias huvudstad sedan 1973 och ligger i den centrala delen av landet, ungefär 48 mil från Dar es

Salaam. Det bor runt 450 000 invånare i staden. Det mest kända i turistväg i Dodoma är klippmålningarna i Kondoa, de äldsta anses vara målade för över 2 000 år sedan.

Dar es Salaam

Även om inte Dar es Salaam är huvudstad officiellt så finns det mesta av ekonomi och administration här. Från början var Dar es Salaam en liten fiskeby men på 1800-talet började den naturliga hamnen användas av sultanen av Zanzibar. Dar es Salaam var Tanzanias huvudstad fram till 1973.

Moshi

Moshi ligger vid Kilimanjaro, öster om Arusha och är något av utbildningsstad. Här finns den högsta läs- och skrivkunskapen i landet, internationella skolor och många organisationer samt missionärsverksamhet. För dig som ska upp på Kilimanjaro är ofta Moshi en startpunkt. Här samlas många klättrare och hyr in lokalguidar, bärare och kockar.

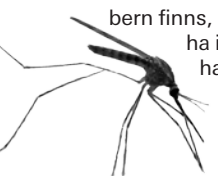


Arusha.

5 x varning

Malaria

Malariaprofylax är nödvändigt, både på landet och i storstäder finns malariamyggor. Använd långärmat på kvällen och ta med myggmedel. På de flesta lodger och hotell finns myggnät, spray och även gratis myggmedel till exempel safarituren. Kommer du från ett land där gula febern finns, måste du även ha intyg på att du har vaccinerat dig mot denna. Gula febern förekommer i Tanzania.



Diarré

Som i alla länder med lite annorlunda bakterieflora kan problem med magen uppstå. Oftast går det över på ett par dagar. Ta med dig Immodium eller Travello i reseapoteket. Ta med alkoholgel att ha under resan.

Kranvatten

Du ska aldrig dricka kranvatten. Däremot kan du koka vattnet och tillsätta droppar, Aquacare, som du köper på apoteket.

Utfärder

Köp aldrig utfärder på gatan eller

via privatpersoner. Risken är att din transport aldrig dyker upp. Använd dig av seriösa byråer alternativt receptionen på ditt hotell.

Stöld

Stölder förekommer. Ha pass och pengar i kassaskåp men ta med dig en kopia på ditt pass när du går ut. Åker du taxi, ska dörarna vara låsta.

Var noga med dina pengar. Inga plånböcker i bakfickan på herrar och damer ska ha sin handväska över kroppen och väskan framtill.



Mäktiga Kilimanjaro i bakgrunden.

5 x utflykter

Kilimanjaro

För att klättra uppför Kilimanjaro måste du gå i organiserad klättring och kostnaden beror på hur många dagar klättringen tar och hur många ni är i gruppen. Räkna med minst 10 000 kr för en budgetvariant. Du måste ha guide, bärare och kockar med. Det finns sex rutter. De lätta rutterna är Marangu och Rongai.

Saadani

Det närmaste reservatet från Dar es Salaam är Saadani. Detta är enda nationalparken som har en kust. Ta en båtsafari på Wamifloden och se hur flamingor och pelikaner äter ur floden. Krokodiler, flodhästar och apor finns överallt. Parken är också bästa stället för att äta hummer och skaldjur från Indiska oceanen.

Hadza

Den äldsta stammen i landet är hadza som tros ha bott här i mer än 10 000 år. De finns nära Lake

Eyasi i norr, där också en av de bästa utsiktsplatserna finns.

Nyasa

Lake Nyasa i sydväst kallas ibland kalendersjön eftersom den är 365 miles (587 mil) lång, och 52 miles (83 mil) bred, som antalet dagar och veckor på ett år. Här finns strandstränder och stor variation av fiskar. Perfekt för snorkling och en båttur. Det går färjeturer till staden Mbamba Bay.

Bagamoyo

Ca sju mil norr om Dar es Salaam ligger staden Bagamoyo, en gång slutstation för karavanrutterna. Här hade tillfångagagna slavar sina sista dagar i frihet innan de skickades till Zanzibars slavmarknad. I Bagamoyo kan du se hur dhowbåtar tillverkas och besöka landets första katolska kyrka – i dag ett museum över slavarnas historia. Några kilometer bort finns ruiner efter två moskéer från 1200-talet.



Solnedgång i Saadani.

5 x Dar es Salaam

Fakta

Dar es Salaam är Tanzanias största stad och ekonomiska centrum. Staden ligger vid Indiska oceanen och har mer än tre miljoner invånare. Stadens namn härrör från arabiskan och betyder fredens hus.

Tyskt

I slutet av 1800-talet etablerade tyskarna en handelsstation och staden blev centrum i Tyska Östafrika. Tyskarna var kvar till dess att Dar es Salaam erövrades av britterna under första världskriget. Järnvägsstationen är från den tyska tiden liksom en del boningshus. Tyskarna döpte om gatorna, men allt eftersom har de först ändrats till brittiska namn, sedan till tanzaniska.

Promenad

Dar es Salaam ska upptäckas till fots och själva centrum är litet. Ta dig till Samora Avenue där du hittar klocktornet som byggdes 1961 i samband med Tanzanias självständighet. Bredvid finns Askari-monumentet, dedikerat till de tanzanier som föll i första världskriget. På Samora



Hamnen i Dar es Salaam.

Avenue finns affärer med kläder, skor, tyger, och tidningskiosker. Efter Askaristatyn kommer du till botaniska trädgården som sedan 1893 är en liten grön oas.

Kivukoni

Några hundra meter söder om Samora ligger hamnen där du kan ta en dhow, traditionell båt, ut på Indiska oceanen. Vid Kivukoni finns vackra kolonialbyggnader som i dag rymmer olika departement. I slutet av Kivukoni ligger järnvägsstationen med sina tagavgångar inom landet. Strax öster om Kivukoni ligger



fiskmarknaden och snäckmarknaden. Snäckor i alla storlekar och färger säljs av fiskare. Tänk på att inte köpa korall, det är förbjudet.

Msasani

Ett par kilometer norr om staden ligger halvön Msasani. Här bor de som har pengar, liksom diplomater, och här ligger de bästa hotellen i staden. Längs vattnet finns ett promenadstråk med kafféer, restauranger och barer. Här finns också konsgallerier och boklådor. Från hamnen går båtar ut till Bongoyoön och fiskare hyr ut sina båtar för fisketurer.

5 x roliga saker

Cykel

Cykeluthyrning finns i alla storstäder. Satsa på Kilimanjaro, Serengeti och Zanzibar men också Kondoadistrikten och områdena runt Victoriasjön.



Cykelvänligt.

Häst

Ridsafari i norra Tanzania anord-

nas av Ngaro Sero Lodge i Arusha. De har en mängd aktiviteter som yoga, forellfiske, studiebesök på lantbruk och kamelridning. ► www.ngaro-sero-lodge.com

Kaffefarm

Besök på en kaffefarm ger en god inblick i hur kaffe framställs och det ingår också kaffe med kaka. Här odlas både arabica- och robustabönor. Gibbs Farm, mellan Lake Manyara och Ngorongorokratern, tar emot studiebesök och där går även att äta och bo. ► www.eco-resorts.com/GibbsFarm.php

Frågestund

På irländska puben O'Willies i Dar es Salaam är det frågesport varje måndag. Stor uppslutning av turister och utlänningar som bor i staden. Du hittar puben på Peninsula Sea View Hotel i Msasani.

Ballong

Ballongflygning över Serengeti med framdukad champagnefrukost vid landning och fotografering av djur från höjden är inte billigt, men en fantastisk upplevelse. Kostar 500 USD per person och säljs på varje lodge och hotell i Serengeti.

5 x kändisar

Livingstone

Doktor Livingstone och journalisten Henry Stanley möttes i Ujiji, en liten by vid Tanganyikasjön 1871. Stanley yttrade då den klassiska meningen "Dr. Livingstone, I presume?" Livingstone letade efter Nilens källa och Stanley var utskickad för att få tag på Livingstone som inte hade hört av sig på flera år till sina uppdragsgivare.

Goodall

Jane Goodall studerade schimpansers sociala liv och familjemönster under 40 år i Gombes nationalpark. Hon var en föregångare när det gällde studier kring schimpanserna och har adlats, skapat ett eget institut och flera filmer har spelats in med och om henne och hennes arbete.

► www.janegoodall.org

Queen

Queens legendariske sångare Freddie Mercury föddes som Farrokh Bulsara på Zanzibar den 5 september 1946. Freddie Mercury avled 45 år gammal i sviterna av aids.



Jane Goodall med chimpanse.

Konst

Tingatinga-målningar startades av Edward Saidi Tingatinga. Idag har hans namn blivit synonymt med konst där motiven är färgglada och bakgrunden enfärgad. Tingatinga-målningar säljs i de flesta souvenirbutiker. ► www.tingatinga.se

Kanumba

Motsvarigheten till Se & Hör heter Drum och handlar om kändisar, skvaller och mode i Östafrika. Tanzanias mest kände skådespelare Steve Kanumba är en följetong i tidningen precis som hans tidigare flickvän Wema som var Miss Tanzania 2006.

5 x dricka

Konyagi

Konyagi är en ginliknande dryck som bara säljs i Tanzania.

Sött

Läsk finns överallt. Testa också squash, saft som görs på de många olika frukter som finns. Finns i olika former, både som enkel vattensaft och som tjockare sirapssaft.

Alkohol

Lokala ölsorter är Kilimanjaro, Serengeti och Safari. Stella Ar-



tois, Castle och Tusker importeras. Tycker du om sötaktiga likörer finns kokos- och chok-

ladlikören Afrikoko. Lokalt vin är Dodmavin. Importerade viner finns i alla prisklasser.

Kaffe

Kaffeböner och pulverkaffe finns överallt. Men de flesta tanzanier dricker te och det är svårt att hitta bra kaffebarer.

Vatten

Vatten är bäst att köpa på flaska. I små affärer, tukas, säljs vatten per låda till bättre priser.

5 x restauranger

Indiskt i Arusha

Den indiska restaurangen Big Bite ligger på hörnet av Somali Road och Swahili Street i Arusha. Bra mat men något trist dekor. Middag för två ca 120 kr.

Solnedgång i Arusha

På Onsea house äter du både internationell och lokal mat. Räknas som en av de bästa restaurangerna i Arusha och har en vacker utsikt från terrassen. En måltid för två kostar ca 450 kr.

Baraa Road, Moshono Village, Moivaro.

Telefon +255 787 112 498

► www.onseahouse.com

The Lounge i Arusha

The Lounge på L'Oasis lodge har mindre rätter som nachos, wraps, hamburgare och pizza. Hyfsade priser i trevlig miljö och avslappnad atmosfär. Middag för två ca 200 kr. De har också boende inspirerade av massajhyddor. Ligger i nordöstra utkanten av Arusha, ca tio minuters bilväg från centrum.

Telefon +255 757 557 802.

► www.loasislodge.com

Stekhus i Dar es Salaam

En av Tanzanias bästa stekhus

5 x äta

Soppa

Sopporna är tjocka och fungerar ofta som huvudrätt. Kokos- och bönsoppa är vanligt. Ugali, majsgröt, är vanligaste maträtten.

Anka

Anka serveras vid vissa högtider och ibland till gäster. Vanligt är sauterade eller kokta ankungar, serversw med kokt matbanan, ris, potatis, kassava eller ugali.



På L'Oasis lodge i Arusha serveras mat med utsikt över djurlivet.

ligger i Dar es Salaam och heter Baraza Bar & Grill på Southern Sun Hotel. Här serveras stek i alla möjliga former, skaldjur och tanzanisk mat.

Hotel Southern Sun Garden Avenue.

Telefon +255 22 213 75 75

► www.southernsun.com

Lokalt i Arusha

Är du efter lättare rätter som panini, kakor eller bara vill ha en



Utsikt från Onsea house.

riktigt bra kaffe? Då är Jambo's Coffee house i Arusha bästa stället. De har speciella menyer för "backpackers" och här kan du få hjälp med tips och råd om boende och

utfärder. Lite av en samlingsplats för turister som åker på egen hand.

Boma Street, Arusha
Telefon +255 754 305 430

Dessert

Efterrätterna är enkla och har ofta brittiskt ursprung. Fukt som kokos och ananas. Tunna pannkakor med honung, socker och kanel kallas chapatti majis och är ofta tilltugg till kaffe och te. Brownies finns på de flesta lodger, hotell och restauranger.

Tanzanisk barbeque

Här serveras nyoma choma, rostat kött på sten, och mishkaki, grillspett. Fisk- och skaldjur är bäst vid kusten och på Zanzibar.

Chapati

Chapatibröd har funnits sedan indierna tog hit det på 1800-talet. Serveras ofta till måltider. Finns att köpa med fyllning.



Det finns gott om vattenhål – för alla ...

5 x barer/nattklubbar

Allmänt

Det mesta i uteliv och dans finns i storstäderna. Tanzania är inte nummer ett om du vill ha intensivt diskoteksliv á la Europa. Adresserna ändras och det bästa är att fråga i receptionen om vilket ställe som gäller just nu. Måndagar är traditionellt väldigt lugnt på nöjesfronten, torsdag till lördag är de bästa kvällarna.

I Moshi 1

I Moshi är Pub Alberto's i stort sett enda stället för musik och dans. De serverar också mat. Öppet till 03.30 och trångt på dansgolvet. Adressen är Kibo Road mitt emot KNCU-byggnaden.

I Moshi 2

Ett annat populärt ställe i Moshi



Club Bilicanas.

är La Liga som är den största nattklubben i staden. De spelar företrädesvis internationella hitlåtar blandade med afrikanska rytmer. Bästa dagarna är fredag och lördag. Inträde ca 15 kr. La Liga är lätt att hitta till. De är de enda med laserstråle i staden och den syns från alla håll. Ta taxi, La Liga ligger i utkanten av staden.

I Dar es Salaam

Club Bilicanas i Dar es Salaam är den största klubben i staden med fyra barer. Mycket av musiken som spelas är R&B, hiphop och tanzanisk musik. Rökare har en egen inglasad avdelning med musik och litet dansgolv. Inträde ca 150 kr. Ligger på Mkwepe Street.

I Arusha

Via via, som ligger bakom naturhistoriska museet, är nummer ett i Arusha när det gäller drinkar, musik och dansuppträdande. Det är också mötesplats för många "backpackers" som söker sällskap på safaritur och för internationella hjälparbetare, "ex-pats". Torsdagskvällar har extra hög stämningsfaktor. Inträde ca 15 kr.

5 x att köpa

Musik

Tanzanisk musik har utvecklats de senare åren och något av det mest populära nu är bongoflavan som närmast kan beskrivas som swahilisk hiphop. Traditionell musik är en blandning av Östafrika och emellanåt med arabiska influenser. Det finns både kassetter och cd att köpa på marknader och i affärer.

Tyg

Härligt mönstrade tyger säljs i första hand på marknader. Såväl handgjorda batikmönstrade som fabriksgjorda. Passa på och sy upp billiga kläder hos en skräddare, dem hittar du lite överallt längs marknader och i städer.

Kaffe

Kaffe säljs i vackra tygförpackningar i affärer och taxfreebutiker. Ett kilo rostat kaffe, bönor eller malet, kostar runt åtta USDollar. Perfekt som minne eller

som gåva till dem här hemma.

Trä

Sniderier, masker och gigantiska statyer säljs överallt. Både i påkostade souvenirbutiker där turistbussar stannar, som i små kiosker längs vägarna. Priserna är dyrare än i grannlandet Kenya. Bästa priserna är i de lokala fabrikerna som finns i byar. De berättar också om tillverkning och förväntar sig en liten slant, men i gengäld sparar du mycket om du tänker handla. Merparten av träarbeten görs av Makondestammen som ursprungligen kommer från norra Moçambique.

Hudar

Försäljning av skinn är inte så vanligt. Det som brukar finnas är zebra och priserna är relativt höga jämfört med andra länder i Öst- och södra Afrika. Var noga med att se om skinnets behandling.



Masker av trä finns överallt.

5 x årtal

Ursprung

Olduvai Gorge i Serengeti räknas som den plats där de första människorna levde i världen. Redan för två miljoner år sedan fanns här homo habilis, första arten i släktet Homo, och fossiler av denna "händiga människa" hittades av Mary och Louis Leakey 1962–1964.

Invandring

På 1000-talet f Kr kom kushitiska klaner från Etiopien och bosatte sig i Tanzania. På 200- och 300-talet började indiska och persiska handelsfartyg med handel längs kusten. Bantutalande människorna från Västafrika invandrade. På 700-talet kom islam med handelsmän från Arabien som bosatte sig här. På 1000-talet vandrade nilotiska folk söderut från Egypten och Sudan till Tanzania.

Européer

I slutet av 1400-talet kom den portugisiska sjöfararen Vasco da Gama till Zanzibar. Efter ett par år tog portugiserna över ön Pemba och sedan Zanzibar. På 1600-talet tog Oman över Zanzibar och Mombasa. De tog icke-muslimska slavar till sina plantager och för att sälja utomlands. Slavhandeln förbjöds 1873. I början av 1800-talet kom massajerna och tog över höglandet i norr.

1900-tal

I slutet av 1800-talet tog Tyskland över Östafrika men tvingades undan av britterna under första världskriget. Över 100 000 tanzanier kämpade för de allie-

rade under andra världskriget. 1961 blir Tanganyika (fastlandet) självständigt och 1963 Zanzibar.

Nutid

Julius Nyerere valdes till landets förste president 1962 när Tanganyika utropas till republik.

Nyerere ville skapa en afrikansk socialism och förordade kollektivisering av byar. Detta ledde till en enorm fattigdom som finns kvar än i dag. På 1990-talet fick Tanzania hjälp av

bland annat Världsbanken att skapa en västerländsk, kapitalistisk ekonomi. Under 2000-talet har Tanzania gjort stora framsteg inom utbildning och affärsutveckling.

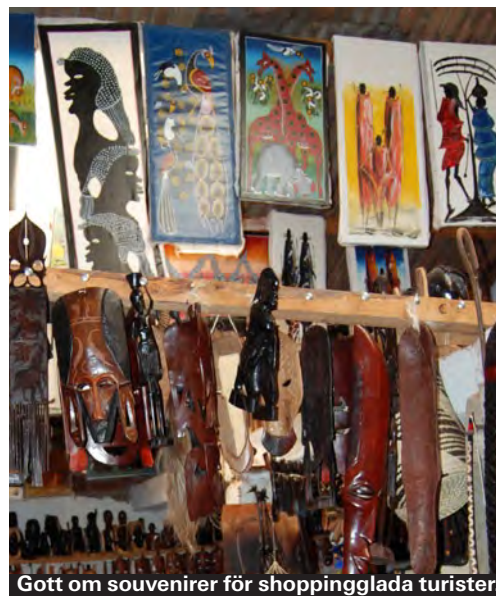


Nyerere.

5 x shoppingställen



Tinga tingas färgglada bilder.



Gott om souvenirer för shoppingglada turister.

Tips

En fem meter hög giraff i trä eller en massajman på 100 kilo i trä? I Tanzania är det inga problem att köpa stort, det mesta kan skickas direkt hem till dig mot en kostnad. Men tänk på att tullen kan vilja lägga på en införselskatt.

Smycken

Tanzanite är en blålila sten som utvinns från gruvor nära Arusha. Den används till smycken och finns i flera färger. Bästa priset fås i Arushaområdet. Handla alltid i affärer som är licensierade att sälja stenar. En bra affär är Massai Gems i Arusha centrum.

Västerländskt

Bredvid Sea Cliff Hotel i Msasani i Dar es Salaam hittar du två varuhus som mest frekventeras av utlänningar och turister. Här är det fasta priser i kläd- och juvelaffärer. Här finns också resebyrå och ett par restauranger. Det största varuhuset i området är Slipway som också har mataffär, bokläda och apotek.

Mlimani

Mlimani är Dar es Salaams största varuhus och ligger på Sam Nujoma Road. Här finns tre sydafrikanska varuhuskedjor: Shoprite, Game och Mr. Price. Kan bero på att det bor närmare 30 000 sydafrikaner i staden. Elektronik, kläder, möbler, snabbmatskedjor och fem olika banker huserar här. Behöver du solskyddsfaktor finns också tre apotek.

Galleri

På Zanzibar ligger Zanzibar Gallery på Kenyatta Avenue i Stone Town. Här finns det mesta från kryddor och örter till kartor, mattor och konsthantverk. Ägaren säljer också sina egna fotoböcker.



Jättemassajdam till salu.