

## **NEPAL Lokala förhållande**

### **Valuta**

Nepalesiska Rupees (NRS) Du kan alltid se aktuell kurs på Forex webbplats  
Forex är officiell leverantör av valutakurser till travelmarket.com.

### **Internetkaféer**

I turistområdet Thamel i Kathmandu finns det rikligt med internetkaféer. Det är billigt att vara uppkopplad, förbindelsen är snabb och cafeerna är välskötta. Oftast finns det också internetförbindelser i alla större turistområden.

### **Telefoni**

Ring utan pengar från utlandet

Slå bara ett Telia Sverige Direkt-nummer så kan du ringa hem från ca 60 länder.

Mottagaren betalar samtalet. Telia Sverige Direkt är officiell leverantör av telefoni till travelmarket.com.

### **Vid nödsituationer**

Nödnummer i Katmandu

Polis: 226998 el. 226999

Ambulans: 211959

Röda Kors: 228094

I resten av Nepal ringer du 100 för akutvård

### **Dricks**

Även om dricks har blivit ofta förekommande i Nepal förväntas det inte att du ger dricks förutom på dyrare restauranger. Taxichaufförer eller rickshawchaufförer förväntar inte dricks, utan avtala priset på förhand. Observera att bäraren på ett treck förväntar dricks - ungefär 100 NR per dag.

När du handlar är det meningen att du ska pruta om priserna på de flesta varor.

### **Tidszon**

När klockan är 12.00 i Sverige är hon 16.45 i Nepal.

### **Vikt och mått**

Nepal använder meterskalan som i Sverige

### **Fotografering**

Allt i Nepal är fotomaterial. Vacker natur, imponerande byggnader, flora och fauna. Men något blandst det mest fotogena och intressanta är invånarna. Söta barn, kvinnor i färgglada sarier, äldre folk vars ansikten visar att vind och väder satt sin prägel. Men kom ihåg: Du befinner dig inte i en djurpark. Många turister visar inte respekt för de lokala invånarna och tänker "de är ju fattiga ändå". Så fråga om du får ta bilder, och ber de om kopior - skicka korten när de har blivit framkallade.

Respektera människor som utför en religiös handling. För dem är handlingen och ögonblicket viktigt.

### **Dricksvatten**

Vattnet i Nepal kan inte drickas. Istället ska du köpa vatten på flaska. Om du vill vara helt säker på att undvika magproblem ska du undvika isbitar och borsta tänderna i kranvattnet.

### **Elektricitet**

Nepal använder 220 volt, 50 Hz

### **Öppettider**

Affärernas öppettider är väldigt olika, men de öppnar normalt kl. 9.00 och stänger kl. 18.00.

Bankerna har öppet från 10.00 till 17.00.

Växelkontoren i Thamel har öppet sent på kvällarna också.

Offentliga kontor stänger tidigt på fredagar.

Lördag är veckans helgdag.

### **Mat och dryck**

Dal Bath är den mest populära rätten i Nepal. Den består av linssoppa, ris och grönsaker i kurry. I Kathmandu kan du få all slags mat, från italiensk till japansk och indisk.

Generellt kan du säga att den nepalesiska maten är ganska enkel, fast välsmakande och närande. Te (chai) med mjölk och massor av socker är national dryck i Nepal.

### **Handikappade resenärer**

Nepal är inte det bästa landet ur handikappsynpunkt. Trappor, dåliga vägar, och trottoarkanter gör livet svårt i Nepal.

### **Helgdagar**

Det är lite kaotisk eftersom Nepal har sin egen kalender som inte följer den västliga. Den börjar i mitten på april och löper 12 månader framåt. Lördagen är veckans lediga dag, fast många affärer har öppet ändå.

Prithivi Narayan Shahs födelsedag: 10 eller 11 januari

Basanta Panchami: slutet på januari/ början på februari

Shiva Raatri: slutet på februari/ början på mars

Demokratiets dag: 18 eller 19 februari

Nawa Barsa (nepalesisk nyår): 13 eller 14 april

Guru Purnima: slutet på juni/ början på juli

Janai Purnima: slutet på juli/ början på augusti

Dasain: Oktober

Tihaar: Tre dagar på slutet av oktober/ början på november

Drottningens födelsedag: 7 eller 8 november

Nationaldagen: 15 eller 16 december

Kungens födelsedag: 28 eller 29 december

### **Lokal transport**

Transporten kan ibland vara lite besvärlig i Nepal. Under monsunen kan det hända att vägarna sköljas bort. Runt stadarna är vägarna bra och vägnätet är ganska utbyggt, fast i de områden som ligger långt ifrån stadarna finns det oftast markvägar.

Inrikesflygningar är en överkomlig och snabb möjlighet för att komma runt i Nepal ifall tiden är begränsad. Lokal bussar förbinder städarna.

### **Flyg**

På grund av landets tuffa och på vissa ställen oframkomliga natur är inrikesflygningar en given möjlighet - ifall vind och väder tillåter det.

### **Buss**

Bussen är det vanligaste transportmedlet i Nepal. Det finns regelbundna avgångar mellan större städer. Bussarna är ganska krävande att åka med, fast det ger samtidigt en fantastisk upplevelse. Prova att sitta på taket!

### **Taxi**

Vanliga taxi, rickshaws och moped-taxi kan haffas på gatan. Avtala om pris på förhand och pruta! Det förväntas att du prutar om priserna. Vissa taxi använder taxameter och taxi du delar på fungerar som minibussar mellan städarna.

### **Biluthyrning**

Bilar kan hyras på flera ställen i landet. Det säkraste är att använda ett internationellt företag. Det är också möjligt, och dessutom en bra idé, att hyra en bil med chaufför.

### **Särskilda förhållanden**

Fastän Nepal är ett mycket säkert land förekommer stölder som på alla andra platser i världen. Akta dig och se till att värdefulla saker inte ligger framme så tjuvarna frestas onödigt!