

WE4Kenya bezoekersinformatie – Januari 2016

Beste (aanstaande)bezoeker van WE4Kenya. In het onderstaande document volgt handige (reizigers)informatie voor jouw bezoek aan WE4Kenya.

Gegevens WE4Kenya locatie:

Ligging: Zuid-Oost van Nairobi, net aan de andere kant van de evenaar. 1 uur bij de grens van Tanzania vandaan.

Dorpjes vlakbij: Namelok Endonyo, Osoit

Grootste dorpen in de omgeving: Loitokitok, Kimana

Gemeente:Loitokitok district

Provincie: Rift Valley

Inenting

Om in Kenia rond te mogen reizen heb je een aantal verplichte inenting nodig. Welke entingen dit zijn, ligt er aan wat hoe lang je blijft en waar je naar toe gaat. Het beste kan je dit bij je huisarts, GGD of travel dokter navragen, je krijgt dan gelijk een vaccinatieboekje die je ook mee moet nemen op reis.

Tip: De meeste zorgverzekeraars keren jaarlijks een bepaald bedrag uit voor inenting. Verdeel daarom de inenting (wanneer mogelijk!) over twee jaren.*

Vlucht naar Kenia

Wanneer je graag met KLM wilt vliegen adviseren wij je vliegtickets tijdens de KLM Wereld deal weken te boeken. De tickets naar Nairobi zijn in die tijd zo rond de 500 euro. Als je je ticket via Dusseldorf boekt kan dit soms een paar honderd euro verschil hebben. Wel heb je dan een langere reistijd en moet je op Schiphol overstappen. KLM werkt samen met Kenya Airways.

Andere luchtvaartmaatschappijen, zoals Qatar, vliegen ook naar Nairobi (Jomo Kenyatta) en zijn vaak goedkoper. Hierbij moet je echter wel rekening houden met het overstappen in andere landen. Kijk ook op www.skyscanner.nl .

Visum

Om als bezoeker Kenia in te mogen heb je een toeristenvisum nodig. Zie de links op de website voor meer informatie over het aanvragen.

Belangrijk: zet bij reisdoel neer dat je het land wilt bekijken, rond gaat reizen en/of vrienden/familie of een project gaat bezoeken.

Wanneer je voor stage of werkvakantie naar Kenia komt, vermeldt dan nergens dat je voor stage/werk naar Kenia gaat, anders kunnen de autoriteiten moeilijk doen over een werkvisum.

Geld en pinnen

In Kenia hebben geldt als munteenheid de Keniaanse Shilling. De koers verschilt per dag maar meestal is 1 euro ongeveer 100 shilling. Als je vanuit Nederland euro's mee neemt dan kan je op Jomo Kenyatta (Nairobi Airport) of in Nairobi town geld wisselen op een geldwissel kantoor. Pinnen op veel plekken in Kenia mogelijk. Hiervoor is het wel vereist dat je bankpas wereldwijd gebruikt kan worden.

(voorbeeld: bij de Rabobank kun je zelf via internet aanzetten dat je je bankpas in Afrika wilt gebruiken.)

Ons advies is om geen Creditkaart mee te nemen. Aan een pinpas heb je vaak voldoende. Alleen bij het boeken van binnenlandse vluchten is een creditcard nodig. Daarnaast wordt in Kenia voornamelijk met contant geld afgerekend. De volgende banken 'ondersteunen' je pinpas:

- Barclays
- KCB
- Equity bank
- Standbicbank

Meestal kun je maximaal 200 tot 400 euro per keer opnemen. Echter kun je wel meerdere keren op één dag, bij eenzelfde automaat pinnen. In het dorpje Kimana, ongeveer 15 minuten rijden bij WE4Kenya vandaan, is ook een pinautomaat van de Equity bank die het meestal wel doet. Mocht de pinautomaat in Kimana buiten werking zijn, is er in Loitokitok – op ongeveer 10 minuten van Kimana - een KCB bank waar je geld op kunt nemen.

Vervoer

De goedkoopste manier van reizen in Kenia is het openbaar vervoer. We kunnen ook een taxi regelen die je ophaalt op de luchthaven en naar de plek van bestemming brengt. Neem contact met ons op over de huidige tarieven hiervan.

Verder wordt er in Kenia veel gebruik gemaakt van brommers (Boda) en tuktuks die je tegen een zeer redelijke prijs kunnen vervoeren. Dit is erg handig voor korte afstanden of in de bush. Een rit van Isneti naar ons project – een rit van ongeveer 10-15 minuten - kost meestal 300 of 400 shilling (3 tot 4 euro).

Houdt er rekening mee dat als je een auto gaat huren, dat je het bij een betrouwbaar persoon doet. Maak op voorhand duidelijke afspraken over de prijzen én huur alleen een verzekerde auto.

Taal

De hoofdtalen in Kenia zijn Swahili en Engels. Iedereen die naar school is geweest spreekt Engels. Vaak spreekt men daarnaast een lokale taal van hun stam.

(voordelig) Bellen en internet

Wij hebben Keniaanse simkaarten te leen voor onze gasten.

Voor deze kaarten kan overal – in ieder dorp – prepaidtegoed aanschaffen; in Kenia ook wel Top-Up of Airtime genoemd. Dit zijn kleine kraskaartjes waarmee na het krassen een code zichtbaar wordt. Deze code moet 'doorgebeld' worden naar een automatisch keuzesysteem, waarna je via sms een bevestiging ontvangt. Met dit beltegoed kan je MB's kopen om mee te internetten.

Mocht je hier verder nog vragen over hebben, dan kunnen we je altijd helpen en adviseren over de instellingen.

Voor internet op je laptop heb je een dongel nodig. Een dongel (Safaricom) kun je bij ons huren voor 200 shilling (2 euro) per dagdeel. Om deze te gebruiken dien je zelf beltegoed aan te schaffen. Voor 100 mb internet ongeveer 0,85 eurocent.

Om zo voordelig mogelijk vanuit Nederland naar Kenia te bellen adviseren wij via 'de belpiraat' bellen. Dit kost 13 eurocent per minuut.

1) Bel 0900-0216

2) Toets het Keniaanse nummer dat je wilt bellen en sluit af met '#'

Extra info:

Netnummer Kenia: +254/00254.

Telefoonnummer Wilson: (00254)7-13046384

Telefoonnummer Evelien: 07-14184679

Het weer in Amboseli

Amboseli ligt ongeveer 1500 meter boven de zeespiegel en een paar honderd kilometer bij de evenaar vandaan. Het regenseizoen begint meestal in November en duurt tot ongeveer eind April. In deze periode valt er af en toe een flinke bui en het is voornamelijk zonnig en warm. Juli is de koudste maand.

In het algemeen variëren de temperaturen in Kenia tussen 25 en 35 graden Celsius, waarbij het in de nacht afkoelt tot ongeveer 15 graden. Verder is er is bijna altijd wind en is het in de schaduw vaak lekker koel.

Omdat Kenia zo dichtbij de evenaar ligt is het bijna altijd rond dezelfde tijd licht en donker. 's Ochtend wordt het rond half 6 licht en 's avonds wordt het rond half 7 donker. Het is aan te raden om zowel een zaklamp als een hoge-factor zonnebrand mee te nemen. Tussen 10:00 en 15:00 uur is de zon erg fel en - gezien de ligging rond de evenaar - verbrand je snel.

Kleding

Het is aan te raden voornamelijk luchtige en katoenen kleding mee te nemen. Verder zijn hemdje's erg fijn. Voor de vrouwen: korte broeken zijn geen probleem hier op het terrein. Maar wanneer je naar een dorp gaat of naar een plek waar vele mensen zijn, adviseren we je om een rok of een langere broek aan te doen.

Warme kleding: 1 of 2 lange broeken en een trui of vest is voldoende. Dit is handig voor op de motor - voor in warme gebieden - tegen muggen - en in sommige gebieden tegen de kou. In Amboseli kan het in de avonden en nachten best fris zijn.

Neem daarnaast stevige en dichte schoenen mee. Draag deze als het donker is om schorpioenenbeten te voorkomen.

Ook slippers zijn heerlijk om hier aan te hebben. Neem wel slippers met harde zolen mee of koop hier lokale Maasai sandalen, vanwege de vele doortjes die door zachte zolen heen kunnen steken. Loop niet met slippers door hoog gras, dit om eventuele slangenbeten te voorkomen. (slippers met een zachte zool zijn echter wel ideaal voor binnenshuis).

Wassen

Wanneer je graag kleding gewassen wilt hebben is dit mogelijk. Het wordt dan in de ochtend gewassen en vaak is het met een paar uur weer droog. Voor een volle emmer betaal je ongeveer 300/400 shilling.

Gezondheid

In Kenia komt malaria voor. Het advies van uit Nederland is om anti-malaria tabletten (e.g. Malarone, Lariam) te slikken. Sommigen die alleen in alleen in Nairobi en Amboseli gaan reizen kiezen er voor om geen tabletten te slikken omdat malaria daar weinig voor komt. Ook hebben de tabletten meestal bijwerkingen zoals diarree, dromen, ect.

Smeer je – om muggenbeten te voorkomen – in met antimuggen spray of gel met een hoge 'deetfactor' (vanaf 40%). Slaap daarnaast altijd onder een klamboe of muskietennet. Deze zijn altijd aanwezig in de WE4Kenya gastenverblijven en veelal ook in hotels en andere slaapgelegenheden.

Wanneer je in een korte tijd koorts krijgt, zere gewrichten, diaree, geen eetlust, lusteloos, etc., wacht dan niet te lang en laat je testen op malaria. Zelfs als je tabletten slikt kan je als nog steeds malaria krijgen. Als je er tijdig bij bent, ben je met goede medicatie zo weer beter.

Malaria kan zelfs na vertrek uit Kenia nog lang in je bloed zitten zonder dat je er gelijk ziek van wordt. Als je in de toekomst ziekteverschijnselen heb en ze kunnen er niet achter komen wat het is, geef altijd door dat je in Kenia geweest bent.

Tip: Slik je Lariam, neem dan 2 keer per week een halve tablet (i.p.v. 1 x per week een hele) en neem de tablet in de ochtend in i.p.v. in de avond, i.v.m. geïrriteerde slokdarm.

Verdere algemene tips

- Was je handen steeds goed met antibacteriële zeep. Doe dit vooral voor het eten, na het reizen met openbaar vervoer, handen schudden en na ieder toiletbezoek.
- Amoebiasis - een parasiet die diarree veroorzaakt - komt best veel voor. Dit kan in het water uit de lokale bron zitten en op groenten en fruit. Zorg dus dat je fruit en groenten steeds goed wast. Het water uit de bron (op het WE4Kenya terrein) is goed te drinken.
- Drink minimaal 2 liter water per dag. Als je ziek bent, drink dan veel water om uitdrogen te voorkomen. Neem ook o.r.s. mee, wat je door het water heen doen als je diarree heb. Als je niet graag water drinkt verkopen ze hier ook limonade siroop wat je met water kan mengen;
- Als mensen veel hoesten kan het zijn dat ze TBC hebben. Dit is erg besmettelijk dus blijf uit de buurt. Als je met deze mensen in het openbaar vervoer zit, zet een raam open;
- Controleer elkaar regelmatig op teken;
- Best een aantal mensen zijn besmet met HIV/Aids. HIV is niet overdraagbaar via speeksel maar wel via bloed en seksueel contact;
- Er komen hier giftige slangen voor. Als je een slang ziet, blijf uit de buurt.
- Als je per brommer reist, stap altijd aan de linkerkant af. Aan de rechterkant zit de uitlaat, dit kan vervelende brandwonden veroorzaken.

Eten & drinken

In de lokale dorpjes en op de markten is veel vers fruit en verse groenten te koop. Het is altijd handig om op voorhand te weten wat de lokale prijzen ongeveer zijn, aangezien veel mensen vragen meer geld als ze een blanke zien.

Wat is er allemaal verkrijgbaar?

Verschillende soorten aardappelen, wortels, paprika, uien, pompoen, ananas, mango, sinaasappels, passievruchten, bananen, groene groenten, kool, avocado, tomaten, knoflook, pepertjes, sperziebonen, bruine bonen, mais, etc.

In de lokale winkeltjes verkopen het basis voedsel zoals rijst, bloem, suiker, zout, wit brood, melk, eieren, toiletpapier etc. In een grotere supermarkt in Kimana verkopen ze ook bruin brood, yoghurt, cake, etc. De prijzen in winkeltjes zijn meestal vaste prijzen maar op markten kun je afdingen. Zorg altijd dat je op de hoogte bent van de prijzen, voordat je de markt opgaat.

Neem een linnentas of iets dergelijks mee tijdens het boodschappen doen. Bij ieder winkeltje kan je een plastic tas kopen maar deze zijn niet altijd zo stevig. Koop niet zomaar je eten op straat en eet alleen bij restaurantjes die er schoon uitzien.

Veiligheidstips

- Zorg dat je een klein portemonneetje meeneemt of los geld in je zakken doet zodat je niet iedere keer je portemonnee met veel geld erin te voorschijn hoeft te halen. Je wordt zo een makkelijke prooi voor dieven en lokale verkopers zullen je meer geld vragen als ze veel geld zien. Hetzelfde geldt voor (dure) smartphones, iPods, etc.;
- Bewaar je geld, pasjes, paspoort en andere belangrijke papieren op een goede en veilige plek;
- Laat nergens waardevolle spullen achter, niet in je huisje, niet als je in een restaurant even naar de toilet gaat, etc;
- Laat ook geen waardevolle spullen achter in het hotel. Het personeel in het hotel heeft altijd toegang tot de hotel kamers;
- Zorg dat je voor het donker op de plek van bestemming bent;
- Neem altijd een paspoort mee onderweg. Politieagenten kunnen naar je paspoort en visum vragen, als je die niet bij hebt kunnen ze problemen maken;
- Politieagenten in Kenia kunnen corrupt zijn. Als je problemen hebt, laat het altijd aan ons weten. Meestal weten de Kenianen hoe je het op kan lossen;
- Als iemand je hulp aanbiedt kan het voorkomen dat ze hier geld voor willen hebben. Geef nooit meer dan 20 of 50 shilling;
- Bij de kust en in grotere steden kunnen verkopers soms erg aandringen. Zorg dat je kort en duidelijk bent tegen ze, dan heb je er het minste last van;
- Ga niet zomaar met iemand mee die jou de weg wil wijzen. Vraag het liever aan iemand in een lokaal winkeltje, dat zijn vaak lokale betrouwbare mensen. Voordat je met een brommer of een taxi mee gaat, zorg dat je zeker weet dat de chauffeur je plek van bestemming kent en niet zomaar ergens heen rijdt.

Overig tips/informatie

- Neem een hangslotje mee om zelf dingen op slot, bijvoorbeeld hotel kamer, koffer, etc.

- Neem een goede zaklamp mee. Batterijen zijn overal te koop en oplaadbare batterijen kunnen opgeladen worden.
- In Kenia hebben ze stopcontacten met 3 pinnetjes. Je kunt hiervoor een reisstekker. Echter kun je dit ook zelf praktisch oplossen door met een pen het pinnetje in het bovenste gaatje naar beneden drukken en je stekker in de onderste 2 gaatjes doen. Dit is ongevaarlijk, aangezien geen stroom staat op het bovenste gaatje;
- Qua broodbeleg is er in Kenia weinig keuze, aangezien (lokaal) alleen jam en pindakaas verkrijgbaar zijn. Wij adviseren dan ook om overig broodbeleg zelf mee te nemen. (e.g. kaas kan je vacuüm verpakt meenemen, en dat kan lang bewaart worden);
- Zeep, shampoo, waspoeder, etc is lokaal te verkrijgen;
- Pakken met vochtige doekjes uit Nederland zijn erg handig om tussen door je handen en gezicht schoon te maken;
- Als je in Kenia wilt autorijden neem dan een internationaal rijbewijs mee. Dit kan je bij de ANWB aanvragen. Kosten in 2013: € 17,-;
- Om rond te reizen in Kenia is het erg handig om een Lonely Planet of andere reisgids mee te nemen. Hier staat veel informatie in over het land, bezienswaardigheden, hotels, kosten, vervoer, etc.
- Wees niet bang om vragen te stellen, je kunt veel leren van deze verschillende culturen.
- Geef geen geld aan mensen die je om geld vragen. Als je wilt helpen kan je ze beter wat te eten geven.
- Wil je graag wat meenemen voor de lokale bevolking, denk dan aan nuttige spulletjes zoals kleding, pennen, schoolspullen, puzzels, etc.
- We hebben een solar, zodat je hier gemakkelijk je telefoon, laptop, camera kunt opladen.
- Rondreizen in Kenia is makkelijker met een backpackersrugzak dan met een koffer.
- Als je souvenirs wil kopen, betaal dan niet teveel geld. Sommige verkopers zeggen bijna gelijk de goede prijs voor iets maar anderen kunnen gerust met 3 dubbele vragen!
- Wij hebben een lijst met activiteiten hier in de omgeving + de kosten daarvan. Heb je die nog niet ontvangen, laat het dat even weten.

Heb je na het lezen van deze informatie nog vragen, dan horen we het graag!
Je kunt dan mailen naar info@WE4Kenya.com

Bijlagen

Taalinformatie

Verschillende lokale groeten hier in de omgeving:

Swahili:

Habari → groet terug: *Mzuri*

Mambo → groet terug: *Poa*

Dank je wel: *Asante*

Kom: *Kuja*

Stop: *Simama*

Gaan/rijden: *Naenda*

Goede nacht: *Lala Salama*

Doei: *Kwaheri*

Graag gedaan/welkom: *Karubi*

Ja: *Ndiyo*

Nee: *Hapana*

1: *Moja*

2: *Mbili*

3: *Tatu*

4: *Nne*

5: *Tano*

6: *Sita*

7: *Saba*

8: *Nane*

9: *Tisa*

10: *Kumi*

11: *Kumi na moja*

12: *Kumi na Mbili*

100: *Mia*

Maasai:

Voor mannen: *Supa* → groet terug: *Iepa*

Voor vrouwen: *Takwenja* → groet terug: *Iekwoo*

Dank je wel: *Ashé*

Doei: *Serre*

Ja: *eehj*

Nee: *a a*