



Inhoudstafel

Deze reis is iets voor jou als je...

Programma

De zwaarte van de reis: wat betekenen de stappertjes?

Prijzen

Wat je moet weten over deze reis

Over deze reisformule

Vragen? We zijn er voor jou!

Wie denkt dat Nepal alleen maar de getrainde bergwandelaar kan bekoren, heeft het mis. Natuurlijk nemen de bergen een belangrijke plaats in, en uiteraard trekken we onze wandelschoenen aan om de buitengewone landschappen te bewonderen en de vriendelijkheid in de dorpen te ervaren. Maar Nepal, dat zijn ook koninklijke pleinen, religieuze tempels én de jungle van Chitwan Nationaal Park.

Deze reis is iets voor jou als je...

- De cultuurrijke Kathmanduvalei met de koningssteden wil verkennen
- De Rai en Sherpa bevolking wil leren kennen
- Van een prachtig uitzicht over de Kathmandu-vallei wil genieten
- Eens de Himalaya wil intrekken met kortere dagtochten
- De hoogste bergen ter wereld wil aanschouwen
- Actief de jungle van Chitwan National Park wil beleven
- Meer over het hindoeïsme en boeddhisme wil leren
- Een religieus festival wil meemaken

Programma

Vertrekvergadering

Je reis begint eigenlijk al op de vertrekvergadering enkele weken voor vertrek. Kom hier zeker naartoe want je ontmoet er niet alleen je reisgenoten en reisbegeleider! Er worden ook belangrijke praktische afspraken gemaakt en het is het ideale moment om antwoord te krijgen op je vragen. Vanaf 2 maanden voor vertrek vind je bij elke vertrekdatum de datum van je vertrekvergadering en na boeking word je

hiervan ook op de hoogte gehouden via mail.

Dag 1 - 3: Aankomst in Katmandu

We starten onze trip in de karaktervolle hoofdstad. We verblijven in de buurt waar ook de meerderheid van de Tibetaanse gemeenschap woont. Zo belanden we in een sfeer van gebedsmolens en monniken rond de stupa van Bodnath. Ook de belangrijkste religie van het land, het Hindoeïsme, zien we aan het werk aan de Shiva tempel Pashupatinath.

We keren terug in de tijd en maken kennis met de ambachten zoals houtsnijwerk en pottenbakken in de voormalige koningsstad van Bhaktapur.



Dag 4 - dag 8: Via Dhulikhel naar Phaplu

We verplaatsen ons noordoostelijk van Kathmandu richting het gebied van Mt. Everest. We verblijven hier 1000 m hoger dan Kathmandu in het voorgebergte van de Solu Khumbu, het Everest gebied.

De bewoners hier zijn voornamelijk boeddhistische groepen die in het verleden vanuit Tibet emigreerden naar Nepal: de Rai en Sherpa bevolking.

Het geloof en de gebruiken van de Sherpa zijn identiek als die van de Tibetanen. Zij volgen voornamelijk het Nyingma boeddhisme zoals het in de 7e eeuw werd geïntroduceerd in Tibet door Padmasambhava. Centraal in het gemeenschapsleven staan de kloosters en monniken die hier leven.

We laten deze reis samenvallen met een religieus festival in deze regio en maken op deze manier kennis met eeuwenoude unieke, kleurrijke boeddhistische gebruiken en rituelen.

Tevens gaan we via day hikes de fauna, flora en cultuur van de regio verkennen. Onder andere wandelen we naar het uitzichtspunt Rotnangay, vanwaar we bij klaar weer een mooi zicht hebben op Mt. Everest.

Ook bezoeken we enkele kloosters zoals Pongmoche en Thupten choling. Bovenal genieten van het eenvoudige leven en schoonheid in deze bergachtige regio.



dag 9 - dag 10: Janakpur

We verplaatsen ons meer dan 200 km zuidwaarts naar de Terai, het vlakke gedeelte in Nepal. Alles is hier anders dan we toe gezien hebben.

Omdat we ons dicht bij de grens bevinden, is reizen hier een voorsmaakje van het leven in India.

Janakpur is voor hindoes een belangrijke plek, aangezien hier de belangrijke godin Sita geboren zou zijn. Sita is de vrouwelijke consoort van Rama, één van de incarnaties van de grote grote god Vishnu.

We bezoeken één van de grootste tempels in Nepal, de Janaki mandir.

Dag 10 - dag 11: Chitwan N.P.

We rijden naar Chitwan N.P. waar we tegen de middag aan komen. Met een enorme oppervlakte die bijna 1000 km² meet is er een unieke en uitgebreide biodiversiteit te bewaren, waardoor het intussen bestempeld is als UNESCO werelderfgoed. De fauna en flora zijn hier subtropisch en vormen de habitat voor o.a. de Bengaalse tijger, Indische neushoorn, de gaur en de gaviaal krokodil.

We komen er tegen de middag aan en starten onmiddellijk aan een wandeling door de jungle, waar we vogels spotten en met een gids een Tharu-dorp bezoeken! Een tweede dag in het park besteden we volledig aan safari's. Zigzaggend rijden we doorheen het park op zoek naar de Indiase gaur, de lippenbeer, de Indische neushoorn en wie weet wel de schuwe Bengaalse tijger; het water met oevers bestuderen we vanuit kleine bootjes.



12-13: Lumbini

Na ons avontuur in de ruige jungle van Nepal gaan we naar de geboorteplaats van Boeddha Gautama, Lumbini, gelegen op 3.5 uur rijden van Chitwan.

Pelgrims komen van heinde en ver om hulde te brengen aan één van de vier heilige plaatsen voor Boeddhisten. Hier in de Lumbini Development Zone vinden we naast de belangrijke Maya Devi tempel, ook een Peace Pagoda en heel wat kloosters van over heel Azië (China, Myanmar, Cambodja, Japan, ..), waarvan we al de architecturale stijlen op één plaats te kunnen observeren.



Dag 14-15: Terug naar Kathmandu en aankomst in Brussel

We vliegen terug naar Kathmandu en bezoek bij aankomst nog Patan en Swayumbunath, nog twee hoogtepunten in de Kathmandu vallei die we mee pikken vooraleer we terugkeren naar huis.

De zwaarte van de reis: wat betekenen de stappertjes?



Alle Joker-reizen zijn per definitie actieve reizen! Elke deelnemer van een Joker-reis heeft minimaal een 'normale' conditie. Dit betekent dat er zeker sportieve momenten worden ingelast, die voor iedere fitte persoon doenbaar moeten zijn. We gaan enkele uren wandelen of fietsen en klimmen en dalen horen daarbij. De paden en wegen zijn over het

algemeen in goede staat. Volledige dagen te voet op pad gaan in een stad of op het platteland is evident. Even belangrijk is een goede mentale ingesteldheid. We gaan immers op verkenning in een land met andere voedingsgewoonten en mogelijk een vreemde cultuur. Met de juiste instelling verteer je beter de temperatuurschommelingen, de lange transporttijden en de vermoeidheid na geleverde inspanningen. Ook een open groepsgeest en een grote aanpassingsbereidheid worden op dit soort reizen verwacht. Uiterst belangrijk is ook dat je uitgerust aan deze reis begint!



Tijdens dit gedeelte van de reis verwachten we dat je als deelnemer een 'goede' fysieke conditie hebt. Er kunnen stevige dagtochten en/of meerdaagse trektochten met een dagrugzak of deelbagage op het programma staan. Klimmen en dalen zijn haast zeker van de partij. Ook fietstochten en andere sportieve inspanningen zijn mogelijk. Wekelijks sport beoefenen thuis is wenselijk! Samen met de fysieke inspanning vragen de eventuele primitieve omstandigheden en onzekere weerscondities (hitte, vocht, regen, sneeuw, wind, koude...) een goede conditie.



Tijdens dit gedeelte van de reis verwachten we dat deelnemers een 'zeer goede' lichamelijke conditie hebben. Er kunnen meerdaagse, pittige (kampeer)trektochten op het programma staan met behoorlijk veel stapuren met deelrugzak of volledige bagage. Dit, samen met onzekere weersomstandigheden en moeilijk begaanbare paden maken dat een zeer goede conditie vereist is. Wekelijks (meermaals) sport beoefenen thuis is zéér wenselijk! Een degelijk uithoudingsvermogen, zowel mentaal als fysiek is noodzakelijk. Eerdere ervaring met meerdaagse trektochten in de bergen is wenselijk!



Een 'uitstekende' fysieke conditie is nodig voor slechts enkele gedeelten van sommige 'expeditie-reizen'. Lange, meerdaagse, zéér pittige trektochten met veel stapuren óf met bagage inclusief tenten en voeding (dus meer dan 15 kg), óf op grote hoogte óf in extreme (weers)omstandigheden, maken dat je een groot uithoudingsvermogen nodig hebt, zowel fysiek als mentaal. Paden kunnen zéér steil, ruig en rotsachtig zijn. Vanzelfsprekend doe je regelmatig aan sport. Eerdere ervaring met meerdaagse trektochten in de bergen is een vereiste!

Prijzen

Inbegrepen in de basisprijs

- Lijnvluchten Brussel - Kathmandu en terug
- Lijnvlucht Lumbini - Kathmandu
- Voorafbetaalde luchthaventaksen
- Alle overnachtingen + ontbijt
- Welkomdiner in ViaVia Joker Reiscafé Kathmandu
- Transport

- Organisatiekosten
- De diensten van een Nederlandstalige of Engelstalige reisbegeleider
- KBC-reisbijstandsverzekering

Inbegrepen in het budget

- Kostenraming voor visum, activiteiten, (ander) plaatselijk transport, luchthaventaksen ter plaatse, toegangsgelden en maaltijden.
- Dranken en persoonlijke uitgaven zijn niet inbegrepen.

Bijkomende info

- Voor deze reis nemen we een binnenvlucht met een maatschappij waarvoor een afstandsverklaring moet ondertekend worden. Meer info lees je bij het onderdeel transport, onderaan deze pagina.
- Wil je een single kamer op deze reis, dan kost dit \$ 290 extra.

Wat je moet weten over deze reis

Laatste wijziging op: 14 / 02 / 2019

Actie en beleving

Via Joker maak je écht kennis met je bestemming en haar bevolking, dat zit ingebakken in onze manier van reizen. Door de activiteiten die we doen, het transport en het logies die we kiezen en met het duwtje in de rug van de reisbegeleider, heb je de kans om werkelijk wat te beleven en dingen te doen die je misschien nooit eerder deed. En uiteraard is er ook tijd voor actie. Hoe we dat allemaal concreet maken op deze reis, dat lees je hieronder.

Deze reis werd samengesteld door een Vlaming die Nepal door en door kent. Ondertussen is hij er gelukkig getrouwd en leidt hij met plezier groepen rond in zijn Nepal. Reeds jaren daar woonachtig, toont hij je ongetwijfeld zijn favoriete plaatsen. Een meerwaarde!

Bij aankomst maken we al direct kennis met een belangrijke ethnische groepering in Nepal, nl. de Tibetanen. We verblijven vlakbij de heilige Bouddha stupa en worden onmiddellijk ondergedompeld in het boeddhisme. Lamas, gompas, pujas worden ons allemaal duidelijke begrippen.

Ook hindoeïsme komt aan bod bij bezoek aan de Pashupatinath tempel en Bhaktapur.

Dan is het tijd voor de ongelofelijke Himalaya en enkele leuke wandelingen off the beaten track. Hattiban en Namobudha zijn pareltjes die nog niet zo toeristisch zijn. We verblijven in prachtig gelegen hotels met uitmuntende vergezichten.

Kort maar krachtig gaan we trekken in het Annapurnagebergte en beleven we ons hoogtepunt op Poon hill, met zicht op de Annapurna's. We ontmoeten de Gurung-bevolking en zien ongetwijfeld de karavaan van muilezels onderweg.

Ook Bandipur is een relatief ongekeerde toeristische plek in alweer een prachtig decor.

Vervolgens nog een bezoek aan het Chitwan Nationaal Park en de Manakamana tempel ... en dan bevinden we ons alweer terug in Kathmandu.

Duurzaam op reis

Joker streeft ernaar om op een duurzame manier te reizen, met respect voor mens, cultuur en natuur. Dat blijft een zoektocht en is geen absolute waarheid met strikte regels en normen. De begeleider inspireert je in het vinden van antwoorden, zowel op de vertrekvergadering als tijdens de reis. We hechten veel belang aan het steunen van de lokale economie en dus de bevolking. Dit doen we door te kiezen voor kleinschalige restaurants en voor logementen in handen van plaatselijke mensen, en door samen te werken met plaatselijke organisaties en gidsen. Specifiek voor deze reis werden volgende 'duurzame' keuzes gemaakt.

Wandelen en rondreizen in de schitterende natuur van Nepal doen we met aandacht voor de natuur. We laten ze achter zoals we ze vonden en laten zeker geen afval rondslingeren.

Foto's nemen doen we steeds discreet en op aanvraag.

Afbieden hoort erbij, maar je mag de mensen hun winstmarge niet ontnemen.

Mensen ontmoeten

Reizen met Joker betekent mensen ontmoeten en een andere cultuur en manier van leven ontdekken. Hoe we tijdens de reis kansen creëren om mensen te leren kennen, dat lees je hier.

In Kathmandu mengen we ons tussen de locals door het gekozen verblijf midden van de Tibetaanse gemeenschap.

Tijdens de wandelingen en de trekking komen we constant de locals in hun habitat tegen. Ook zij zijn op weg en weten boeiende verhalen te vertellen. Je begeleider zal deze contacten stimuleren.

Documenten

- Paspoort, minstens zes maanden geldig vanaf afreisdatum.
- Toeristenvisa voor Belgen/Europeanen worden bij aankomst afgeleverd.

Deze formaliteiten zijn van toepassing voor Belgische reizigers. Heb je een andere nationaliteit, check de voorwaarden bij de ambassade van het land waar je naartoe reist of neem contact op met je Joker-reiskantoor.

Voor Nepal heb je een internationaal paspoort nodig dat nog minimaal 6 maanden geldig zijn bij vertrek vanuit Nepal.

Voor Nepal is een visum vereist. Je kan een toeristenvisum kopen (ongeveer 35-40 USD) bij aankomst op de internationale luchthaven in Kathmandu.

Waarom heeft Joker een scan van mijn paspoort nodig?

Omwille van uiteenlopende organisatorische redenen hebben we voor heel wat reizen, lang vooraf een scan van je paspoort nodig of moeten we over je paspoortgegevens beschikken. Redenen kunnen zijn: het tijdig reserveren van treinen, het verkrijgen van permits voor trekkings, de eventuele aanvraag van een visum, de bevestiging aan lokale partners... Daarom vragen we je om na boeking onmiddellijk - of zeker héél snel - een scan van je paspoort door te sturen! Het Joker-reiskantoor zal je informeren over de uiterste limietdatum.

We merken echter dat veel mensen toch de aanvraag van hun paspoort bij de stad of gemeente uitstellen tot enkele weken voor vertrek. Daar kunnen redenen voor zijn die we begrijpen maar weet dat we zonder je gegevens strop zitten met de organisatie en dat dat gevolgen kan hebben voor het gewenste verloop van de reis.

Transport

Heen en terug

Vaak vliegen we naar de reisbestemming, maar minibus of trein kunnen ook. Kies je voor een reis met een vlucht dan is het goed om weten dat Joker samenwerkt met betrouwbare luchtvaartmaatschappijen. We raden je aan om de CO2-uitstoot van je vlucht te compenseren door middel van een bijdrage aan GreenSeat (www.joker.be/greenseat).

Het gebeurt dat luchtvaartmaatschappijen hun vluchten in de loop van het jaar wijzigen. De vluchten die je hieronder vindt, of die worden aangevuld van zodra ze beschikbaar zijn, zijn indicatief en geven bij wijziging geen recht op annulering. Het definitieve vluchtenschema vind je in het vertrekdocument dat je 2 weken voor vertrek via e-mail ontvangt. Ook eventuele info over minibus, huurwagens of trein vind je hieronder.

Vertrek 23/04/19

nog niet bekend

Vertrek 09/10/19

nog niet bekend

Ter plaatse

We reizen vaak met gecharterd vervoer of comfortabel openbaar vervoer. Voor kortere afstanden en als deel van een activiteit kiezen we voor een variatie aan transportmiddelen: van kano's, mountainbikes en tuktuks tot fietsen en achterop een brommer.

Gedurende heel de reis hebben we een bus ter beschikking. Enkel voor korte verplaatsingen binnen de stad maken we gebruik van plaatselijk vervoer.

Logies

We kiezen voor kleinschalige hotels van 3 à 4 sterren. Een homestay, een nacht onder een sterrenhemel of een andere unieke slaapplek voor 1 of 2 nachten sluiten we zeker niet uit, want bij Joker beleven we natuurlijk graag méér. Maar daarna slapen we weer lekker in een comfortabel bed.

Waar mogelijk zorgen we ervoor dat je een eenpersoonskamer kan kiezen als je dat belangrijk vindt. Hiervoor betaal je een meerkost. Per vertrekdatum zijn de eenpersoonskamers beperkt beschikbaar. Deze eenpersoonskamers zijn bovendien op aanvraag: na je boeking gaan we na of we deze kunnen bevestigen. Kunnen we deze optie niet bevestigen, dan heb je uitzonderlijk het recht om je boeking te annuleren. Tweepersoonskamers met sanitair op de kamer zijn inbegrepen in de prijs. Ben je alleen ingeschreven, dan deel je een twin kamer met iemand van hetzelfde geslacht.

Voorbeelden van hotels vind je bij het programma op de website en zijn louter indicatief. Het overzicht van hotels krijg je op de vertrekvergadering.

Tijdens deze reis verblijven we in aangename lodges en kleine hotels.

Maaltijden

Lokale restaurantjes die ons tegen een redelijke prijs 'streekspecialiteiten' serveren zijn dé plaatsen om een land niet alleen te bekijken maar letterlijk te ruiken en te proeven.

Culinaire specialiteiten voor deze reis zijn:

De nationale maaltijd is Dal Bhat, dit is eigenlijk rijst met linzen. Soms worden hier nog vegetarische en/of niet-vegetarische curry gerechten aan toegevoegd. We proeven ook zeker de momos, gestoomde deegwaren, gevuld met vlees of groenten.

Tijdens de trekking is het eten lekker, maar minder gevarieerd. Bevoorrading in de dorpen is immers niet altijd gemakkelijk. We maken gebruik van een vooraf uitgestippeld menu en er wordt extra proviand meegenomen van bij de start.

We eten in kleine restaurants of in lodges of als de nood hoog is naar iets Westers. In Kathmandu en Pokhara zijn deze opties ruim voorhanden.

Bagage

Onderstaande bagagelijst is richtinggevend. De volledige info over de bagage krijg je van je reisbegeleider tijdens de vertrekvergadering.

- Rugzak of stevige reistas

- Regenkledij (of kleine paraplu)
- Trekkershanddoek
- Lichte zomerkledij (vb. trekkingbroek met afritsbare pijpen)
- Zwemkledij
- Kleine dagrugzak voor daguitstappen (drinkbus, zonnecrème, hoofddekseel, zonnebril, fleece)
- T-shirt met lange mouwen, lange broek voor in de jungle, als bescherming tegen zon en muggen
- Zaklamp

- Sandalen en wandelschoenen met profiel
- Jas en/of warme fleece voor tijdens de trekking (DECEMBER reis : warme jas + warme fleece)
- Oordoppen / WC papier
- Hoofddekse/muts voor na het sporten en tijdens het wandelen
- Kussenvertrek
- Drinkbus
- Wandelsokken
- Warme slaapzak tot 0° (in december wel een slaapzak tot -10 °)
- December-reis: thermisch ondergoed, muts, handschoenen, sjaal

Wandelstokken kan je kopen in Nepal, vaak goedkoper dan wat je hier zou betalen.

Geldzaken

Budget ter plaatse

Voor deze reis voorzie je een budget van 560 USD.

In Nepal is de officiële munteenheid de Rupee (NPR).

Neem bij voorkeur wat cash Euro's (onbeschadigde biljetten) mee. Kredietkaarten zijn alleen bruikbaar in enkele winkels in Kathmandu. Er zijn intussen enkele automaten in Kathmandu waar je met je Visa-kaart geld kan afhalen. Stroompannes sturen het systeem wel eens in de war! Je reisbegeleider informeert je verder tijdens de reis.

Sinds 17/01/2011 blokkeren Belgische banken de Maestro-functie in de meeste landen buiten Europa. Daardoor is het niet meer mogelijk om -buiten Europa- met een bankkaart te betalen of geld op te nemen. Je kan je bank wel op voorhand vragen je Maestro-functie tijdens je reis opnieuw te activeren. Informeer je dus zeker bij je bank indien je op reis nog gebruik wil maken van je kaart!

Foien

In veel landen is toerisme een belangrijke inkomstenbron en meer specifiek, met de typische Joker-manier van reizen komt het bestede geld rechtstreeks bij de kleine, lokale ondernemers zoals lokale restaurants en gidsen. Tevens moedigen we onze partners aan om hun werknemers een fair loon te betalen en vinden we het belangrijk om, als appreciatie voor de verleende diensten, een redelijke fooi te betalen aan gidsen, dragers en andere werknemers.

De hoogte van die foien is gebaseerd op ervaringen van voorgaande reizen. Bij de raming van het budgetbedrag is met foien rekening gehouden. Ze zitten dus bij het budget inbegrepen.

Gezondheid

Deelnemers aan een Joker-reis moeten over een goede fysieke en mentale gezondheid beschikken.

Medische voorzieningen

Vaak trekken we met Joker naar afgelegen gebieden, soms op uren afstand van medische voorzieningen zoals dokter, apotheker en/of ziekenhuis. Voorzie steeds een basis EHBO-kit en je persoonlijke medicatie voor de gehele reisperiode. Informeer je begeleider over eventuele medische aandoeningen, medische bevoegdheid heeft hij echter niet. Bij ernstige medische problemen wordt beroep gedaan op lokale artsen.

Twijfel je over je fysieke conditie? Raadpleeg dan je (huis)arts voor je vertrek.

Vaccins en inentingen

Voor Nepal zijn er geen verplichte inentingen. Aanbevolen zijn vaccinaties tegen TETANUS (klem), DIFTERIE, POLIO, BUIKTYFUS en HEPATITIS A. In vele omstandigheden is vaccinatie tegen HEPATITIS B aangeraden. Indien je vanuit een ander land afreist, waar gele koorts kan voorkomen, moet je wel het bewijs van gele koorts kunnen voorleggen.

Er is een malariarisico in de gebieden van de Terai waar het Chitwan National Park ligt. Of je je preventief moet beschermen en/of voor de juiste dosering en het meest geschikte preparaat raadpleeg je best het Instituut voor Tropische Geneeskunde. Malaria is een ernstige ziekte die overgedragen wordt via de malariamuskiet. Deze is vooral actief tussen zonsondergang en zonsopgang. Neem een goed insectenwerend middel mee. Gewone muggenmelk beschermt dikwijls onvoldoende tegen tropische muggen. Er wordt dan ook aangeraden om een anti-muggenproduct op basis van minimum 50% diethyltoluamide (DEET) te gebruiken.

Dengue fever of knokkelkoorts komt veelvuldig voor. Deze ziekte doe je op door muggen die overdag steken. Je altijd insmeren is dus noodzakelijk voor een goede bescherming!

Raadpleeg zeker je huisarts en het Instituut voor Tropische Geneeskunde voor de meest recente informatie:

- telefonisch reisadvies: 0902/88088 (24 uur op 24 uur)
- website: www.itg.be

Conditie

Deze reis is geschikt voor iedereen met een normale lichamelijke conditie. Het is essentieel dat je graag wandelt in de bergen, met bijhorende stijgende en dalende hellingen, we bevinden ons uiteindelijk in de Himalaya. Doordat we geleidelijk stijgen en acclimatiseren is de kans op hoogteziekte heel klein.

We dragen onze bagage niet zelf tijdens de trekking zodat je volop kan genieten van het wandelen en de omgeving. De hoogte, de warmte, soms wandelingen van 3 tot 5 uur vereisen een degelijke

lichamelijke conditie.

Reisperiode en klimaat

De beste periode om Nepal te bezoeken is van begin oktober t.e.m. begin December en van februari t.e.m. mei. De moessonperiode loopt van juni tot oktober, met veel neerslag en dichte bewolking die het zicht over de Himalayas belemmeren.

Verschillende geografische zones hebben tevens verschillende klimaattypes.

Hoogte heeft veel invloed hierop.

Kathmandu, gelegen op 1.360 m hoogte, is koeler veel koeler dan Chitwan, (100 m) gelegen in het vlakke zuiden.

April: de reis valt in de aanloopperiode van de hevige warmte en kondigt het einde aan van de 6 maanden durende droge periode. Binnenkort verschijnt de moesson, die van start gaat rond juni/juli en duurt tot eind september. Eén of meerdere buien zijn dus zeer goed mogelijk. In de bergen kan het afhankelijk van het weer heel warm zijn tijdens het wandelen en afkoelen mocht het regenen. In Kathmandu ligt de temperatuur rond de 30 graden tijdens de dag, terwijl dat het in de bergen rond de 10 graden zal liggen. Wees dus bewust van de verschillen in temperatuur.

Oktober: de moessonperiode is ondertus achter de rug, maar een enkele bui is niet uitgesloten. De temperatuur is zeer aangenaam tijdens de dag en kan stijgen tot zelfs meer dan 20°. 's Avonds kan het echter serieus afkoelen en daalt het kwik in Kathmandu tot rond de 5° en in de bergen tot nabij het vriespunt. Tijdens de dag warmt de zon weer alles op en kan men gerust met een t-shirt lopen, maar éénmaal als de zon ondergaat of wanneer men in de schaduw staat dan wordt een fleecce en/of jas onontbeerlijk.

De reisbegeleider

De reisbegeleider coördineert de reis in overleg met alle deelnemers en regelt de praktische zaken ter plaatse. Een gids is hij niet: voor achtergrondinformatie over de bestemming en rondleidingen laten we liever lokale gidsen aan het woord. Wél vormt de reisbegeleider een brug tussen jou, de groep en het land met zijn bevolking. De reisbegeleider bereidt de reis op voorhand intensief voor. Natuurlijk laat hij genoeg ruimte voor initiatief van de groep: zo stel je mee de picknick samen, kan je mee een restaurant uitzoeken of bijkomende voorstellen doen qua activiteiten.

De reisbegeleiders zijn Nederlandstalig (met uitzondering van de reis naar Indonesië, met reiscode IDCI die begeleid wordt door een lokale, Engelstalige ViaVia-medewerker) en werden geselecteerd en opgeleid door vzw Karavaan. De Karavaan-opleiding is gecertificeerd door Toerisme Vlaanderen. De opleiding legt vooral de nadruk op contactgericht reizen met respect voor cultuur en natuur, praktische vaardigheden en theoretische achtergronden. De reisbegeleiders worden niet alleen klaargestoomd om alles op rolletjes te laten lopen, zij zorgen er ook voor dat jij en je groep een grensverleggend en duurzaam avontuur beleven.

Respect voor mens en natuur

In het kader van het 'Europees Verdrag voor de Rechten van de Mens' en het 'Internationaal Verdrag inzake de Rechten van het Kind' zal Joker op geen enkel moment een beroep doen op diensten van derden die blijken geven van financiële of seksuele uitbuiting van kinderen of volwassenen (logement, transport, maaltijden, activiteiten ...).

Lees hierover meer in ons [Charter Mensenrechten](#).

Wij vragen je om vermoedens van kindersekstoerisme te melden op www.ikzegstop.be.

De souvenirhandel is in heel wat landen een belangrijke bron van inkomsten voor de lokale bevolking. Maar er worden helaas nog steeds souvenirs gemaakt van bedreigde plant- en diersoorten. Op je hoede zijn voor verboden souvenirs wil niet zeggen dat je ateliers, souvenirwinkels en markten niet meer mag bezoeken. Je reisbegeleider informeert je hierover. We verwijzen je alvast naar [de folder 'Een zeldzaam dier is geen souvenir'](#) uitgegeven door Federale Overheidsdienst Volksgezondheid, Veiligheid van de Voedselketen en Leefmilieu.

Joker ontving in 2014 als eerste Belgische touroperator het Travelife duurzaamheidscertificaat, een internationale erkenning voor onze inspanningen om duurzaam te reizen en ondernemen. [Lees meer...](#)

Geografie

Nepal

Nepal wordt gekenmerkt door berggebieden zoals het Siwalikgebergte, het centrale deel van de Himalaya, de Mahabharat Lekh en een moerassige laagvlakte aan de zuidelijke grens met India, de Terai genaamd. Het land grenst in het noorden aan het machtige China, in het zuiden aan India en vormt zo een buffer tussen deze grootmachten.

Centraal-Nepal is een heuvellandschap met veel groene valleien, waar je de meeste grote steden zoals Kathmandu vindt. In het noorden van Nepal heb je de Himalaya met wel 400 km besneeuwde bergtoppen. Op weg naar dit gebied kom je in een heuvelachtig, met bossen bedekt landschap, waar ook de meeste trekkings worden georganiseerd.

Nepal meet 147.000 vierkante km in oppervlakte. Nepal is maximaal 800 km lang en tussen de 90 km en de 230 km breed. Het verschil in hoogte is gigantisch van 100 m boven de zeespiegel in de Terai tot 8.848 m op de Mount Everest (de hoogste berg ter wereld) in het Himalayagebergte. In totaal telt Nepal tien toppen boven de 8.000 m. En 80% van het Nepalese grondgebied ligt boven de 1.200 m. Dit vind je nergens anders ter wereld. De belangrijkste rivieren zijn de Kali, Gandaki, Kosi en Karnali.

Omdat Nepal zo'n uiteenlopende landschaps- en klimaatstypes heeft, is het land uniek in de wereld.

Fauna en flora

Nepal

Nepal huisvest 180 verschillende dieren waarvan 30 soorten in het wild leven zoals neushoorns, olifanten, tijgers en rode panda's. Op grotere hoogtes huizen geiten, schapen, het zeldzame sneeuwjachtluipaard en de zwarte Himalayabeer. In de laagvlakte hebben krokodillen en slangen hun natuurlijke habitat.

Met 800 verschillende vogelsoorten is Nepal ook een paradijs voor vogelliefhebbers.

De zeldzame rivierdolfijn is helaas door vervuiling en groeiende bevolking met uitsterven bedreigd.

In het Nationaal Park van Chitwan kan nog je vele diersoorten spotten.

In maart of april bloeit de nationale bloem: de Rododendron.

Staatsvorm

Nepal

Nepal is zoals België officieel een federale democratische republiek. Tot juni 2008 was het een constitutionele monarchie. Het land is opgedeeld in 14 zones.

Bevolking

Nepal

Ongeveer 40% van de bevolking woont in de vlakke en vruchtbare Terai, de resterende 60% woont in de heuvels en de bergen. De hooggelegen delen van de bergen zijn zeer dunbevolkt. Nepal telt ongeveer 35 verschillende etnische groepen die elk hun eigen taal en gewoontes hebben. Je vindt hier de 3 grootste:

De Indo-ariërs: bewoners van de aan India grenzende Terai. Het zijn in het algemeen hindoes die niet boven een hoogte van 1.800 m wonen. Tot deze groep behoren de Pahari, Kumhal (pottenbakkers, Dhangars, Danwars (vissers) en Tharus. De Tharus stammen oorspronkelijk af van een bevolkingsgroep uit de Tharwoestijn in Rajasthan (Noordwest-India) en dragen als enigen in Nepal voorwerpen op hun hoofd in plaats van op de rug. Er wonen in de Terai ook veel immigranten uit Noord-India.

De Tibeto-Birmanen: de oorspronkelijke bewoners van Nepal. Zij hebben ietwat mongoloïde gelaatstrekken. Tot deze groep behoren de Newars, Gurungs, Rais, Limbus, Magars, Sunwars, Thakalis en Tamangs.

Newars: wonen in de Kathmanduvlei. Het woord Newar is een fonetische variatie van het woord Nepal. Als de inwoners van deze bergstaat dan ook over Nepal spreken, bedoelen zij in het algemeen de Kathmanduvlei. De Newars zijn een volk van handelaren en handwerkslieden; beroemd zijn de houtsnijders, pottenbakkers, bronsgieters en koper slaggers.

De oorspronkelijk uit Tibet komende bevolkingsgroepen, waaronder de Dolpo-la, de Manangi, de Baragaonli, de Lopa en de Sherpa's, die hoog in de Himalaya wonen (boven de 2.700 m) en herkenbaar zijn aan hun mongoloïde-Tibetaanse gelaatstrekken. Gezamenlijk noemt men ze soms de

Bhotiya's.

Sherpa's: beschikken over sublieme gids- en draagkunsten in de Himalaya. Vooral hun uithoudingsvermogen op grote hoogte is gekend geworden door hun assistentie bij expedities die de hoogste toppen ter wereld hebben bedwongen bijvoorbeeld die van Nieuw-Zeelander Edmund Hillary en sherpa Tenzing Norgay in 1953.

Economie

Nepal

Nepal is 1 van de meest arme landen ter wereld. Een kwart van de bevolking leeft onder de armoedegrens. Het gemiddelde inkomen ligt in Nepal rond de 860 euro per jaar. 75% van de bevolking werkt in de landbouw en de meeste mensen kunnen daarom redelijk in hun voedselbehoeften voorzien. De bevolking van Nepal groeit nog steeds, met als gevolg dat de voedselproductie de laatste jaren de toename niet meer kan volgen en Nepal dus gedwongen wordt om voedsel te gaan importeren.

Ook levert de uitvoer van jute, rijst en kleding steeds minder op. Nepal is daarom nu meer dan ooit afhankelijk van hulp uit het buitenland. De tapijtindustrie is ook een belangrijke werkgever in Nepal. Ongeveer 70.000 mensen (mannen, vrouwen en kinderen) werken in de tapijtindustrie. Net als het toerisme, dat jaarlijks 350 miljoen dollar opbrengt.

Een andere bron van inkomsten is gastarbeid: verschillende Nepalezen trekken naar het buitenland, vooral naar India. Anderen komen aan de kost als soldaat (Gurkha's) in het Engelse leger. Een deel van hun inkomsten sturen zij naar hun familie in Nepal.

Religie

Nepal

Nepal is overwegend hindoeïstisch (88%), 9% is boeddhistisch en 3% is moslim. Het hindoeïsme en het boeddhisme zijn in Nepal zo met elkaar verbonden, dat het zeer moeilijk is om aanhangers van een bepaalde godsdienst onder te verdelen. Vele mensen houden dan ook beide godsdiensten aan. Men bezoekt dezelfde tempels, vereert dezelfde goden en viert dezelfde feesten.

De godsdienst speelt een zeer belangrijke rol in het dagelijkse leven en overal in Nepal ziet men kleine heiligdommen of mensen die bezig zijn met religie. Tempels, godenbeelden, heilige afbeeldingen en mystieke symbolen zijn onderdeel van het straatbeeld. De majestueuze bergen met hun vreedzame omgeving hebben door de eeuwen heen dienst gedaan als gastheren voor talloze yogi's, asceten en filosofen.

De beschermheilige van Nepal is **Pashupati**, de god van de heersers en dieren. Pashupati is een incarnatie van Shiva (hindoeïstische God). Zijn gouden tempel aan de oever van de heilige rivier Bagmati trekt jaarlijks vele duizenden pelgrims die zelfs uit India komen. Rondom de heilige tempel kan

je *sadhoes* en *sanyasins* (monniken) zien mediteren, vaak in kleermakerszit en met een ketting van pitten (een malla) om de nek.

Lokale gebruiken en gewoonten

Nepal

- Wanneer je een foto neemt, wees er dan zeker van dat de mensen het niet vervelend vinden.
- Respecteer de gewoontes bij een bezoek aan religieuze huizen (doe je schoenen uit, en draag geen lederen voorwerpen).
- Schrik niet van bedelaars. Wanneer de lokale bevolking hen geld geeft, is dat een goede reden om ook wat te geven.
- Wees bewust dat Nepalezen een ander idee van tijd hebben.

Tijdsverschil

Nepal

Tijdens onze zomertijd is het in Nepal 3 uur en 45 minuten later. In onze wintertijd is het in Nepal 4 uur en 45 minuten later.

Elektriciteit

Nepal

Naar Nepal neemt je best een universele reisklemp mee. Voltage is 230 Volt.

Opvallend is dat in Nepal de elektriciteit vaak uitvalt of dat slechts op bepaalde tijdstippen elektriciteit aanwezig is. In de hotels en guesthouses hangt dit vaak uit, aan je gastfamilie moet je het even vragen. Voorzie dus misschien best altijd wel een extra batterij.

Veiligheid

Nepal

Het reisadvies voor Nepal kan je raadplegen op <http://diplomatie.belgium.be/nl/>.

We onthouden dat in Nepal doorgaans veilig kan gereisd worden. Stakingen en protestacties kunnen soms voorkomen en dien je best te vermijden. Let op voor zakenrollers in drukke steden. In het Teraigebied dient men extra waakzaam te zijn omwille van etnische spanningen, doch werden nog recent geen problemen gemeld in Chitwan Nationaal park dat in deze regio gelegen is.

Laten we vooral ook niet vergeten dat Nepal nog steeds niet helemaal hersteld is van de twee zware aardbevingen in het voorjaar van 2015.

Het is verboden om foto's te nemen van militaire installaties of van de politie.

Over deze reisformule

Comfort Editions

Met Joker Comfort Editions brengen we een kleine groep ontdekkingsreizigers samen die net zo avontuurlijk zijn als jij en tegelijkertijd de comfortabele omstandigheden van een goed bed, prettig reistempo - zoveel mogelijk 2 nachten op dezelfde plek - en aangenaam transport weten te appreciëren. Op typische Joker-wijze zoeken we naar die topmomenten die lang blijven en jouw reisverhaal extra stof geven. En dat mag samengaan met een comfortabel bed!

Vragen? We zijn er voor jou!

www.joker.be/reiskantoren