

ONTDEK HET NIEUWE REIZEN

25

duurzaam reizen tips



informatie
verre reizen

Landenuitgaven TE GAST IN

Kijken met andere ogen



Méér dan 30 verre bestemmingen

Verkrijgbaar als pocketuitgave (€ 8,95) en digitaal (€ 5,99)

www.tegastin.nl

Maak kennis met het échte leven!

ONTDEK HET NIEUWE REIZEN

25 duurzaam reizen tips

COLOFON

Uitgave:

Informatie Verre Reizen VOF
Postbus 1504, 6501 BM Nijmegen

T 024-3552534

E info@tegastin.nl

I www.tegastin.nl

Samenstelling en redactie: Kees van Teeffelen

Illustraties: Rob Derks, Studio Noodweer, Nijmegen

Vormgeving: Mike van de Mortel

2^{de} herziene druk, september 2017

ISBN 978 94 6016 077 6



© 2017 Informatie Verre Reizen VOF

Niets uit deze uitgave mag worden veeleenvoudigd en/of openbaar gemaakt door middel van druk, fotokopie, microfilm, internet of op welke manier dan ook zonder voorafgaande toestemming van uitgever en illustrator.

INHOUD

| | | |
|----|--------------------------------|----|
| 1 | JE REIS BEGINT MET DE VOORPRET | 6 |
| 2 | VOORKOMEN IS BETER ... | 8 |
| 3 | EEN HARTELIJK WELKOM | 10 |
| 4 | KEEP SMILING! | 12 |
| 5 | WIJS OP REIS | 14 |
| 6 | KLEREN MAKEN DE MAN | 16 |
| 7 | GOD IS OVERAL | 18 |
| 8 | WAT DE BOER NIET KENT ... | 20 |
| 9 | CAN I TAKE PICTURE? | 22 |
| 10 | HANDJE KLAP | 24 |
| 11 | ALS BLIJK VAN DANK | 26 |
| 12 | LOGEREN BIJ DE BOER | 28 |
| 13 | WERKEN ZONDER CAO | 30 |
| 14 | DE HANDEN UIT DE MOUWEN | 32 |
| 15 | HELPEN IN EEN WEESHUIS? | 34 |
| 16 | SEKSUEEL MISBRUIK | 36 |
| 17 | MAG IK VAN JOU | 38 |
| 18 | JE ECOLOGISCHE VOETAFDruk | 40 |
| 19 | EN ALS ER GEEN ELEKTRA IS ... | 42 |
| 20 | KAMPEREN IN DE BUSH | 44 |
| 21 | GEEN OLIFANTENRITJES | 46 |
| 22 | KNUFFELEN MET WELPJES | 48 |
| 23 | DE LAATSTE DRUPPEL | 50 |
| 24 | OVERAL PLASTIC | 52 |
| 25 | EEN MOOIE HERINNERING | 54 |



Voorwoord

Wat is er nou leuker dan vakantie vieren? Net als vele Nederlanders vind ik het heerlijk om gewoon de boel de boel te laten, uit het dagelijkse ritme te stappen en af te reizen naar verre en minder verre oorden.

Reizen zit ons Nederlanders in het bloed, vakantie vieren doen we vaak en uitbundig. Maar toch ook op een andere manier dan vroeger. We zijn actiever tijdens onze vakantie, zoeken nadrukkelijk naar meer contact met de lokale bevolking en de 'andere' cultuur, zoeken naar meer beleving en inspiratie, we willen onze blik verruimen, zodat wij als we weer thuis zijn een verhaal kunnen vertellen. Dat maakt de titel van dit boekje zo treffend. Steeds meer vakantiegangers ontdekken het 'nieuwe reizen'. Prachtig natuurlijk want daardoor haal je nog meer uit je vakantie.

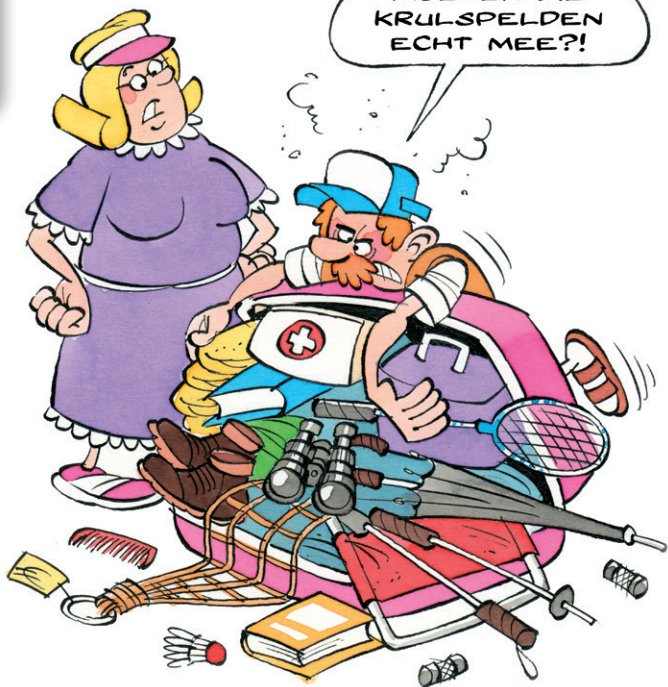
Tegelijkertijd veronderstelt die trend naar een actievere vakantie-beleving ook dat je je als bezoeker er van bewust bent dat je slechts 'te gast' bent. Dat houdt wat mij betreft in dat je respectvol omgaat met de lokale bevolking, met het milieu en met de omgeving op de bestemming. Op die manier wordt een vakantie niet alleen een verrijking voor de vakantieganger maar ook voor de mensen op de bestemming zelf. Ook dat is wat mij betreft 'het nieuwe reizen'!

Veel leesplezier met dit boekje!

Frank Oostdam
Directeur ANVR

IK HOOP DAT ALLES
IN DE KOFFER PAST...

MOETEN DIE
KRULSPELDEN
ECHT MEE?!



1 Je reis begint met de voorpret

We hebben het allemaal wel eens gezien op televisie: vakantiegangers die een volledig verkeerde plek op de aardbol aanwijzen op de vraag waar ze zich bevinden. Waarschijnlijk zou jou dit niet overkomen, maar wat weet jij behalve de locatie verder van je bestemming? Heb je een idee wat de inwoners van je vakantieland gemiddeld verdienen? En weet je welke religie de meerderheid van de bevolking aanhangt? Ben je op de hoogte van de omgangsvormen in het land? Weet je bijvoorbeeld hoe mensen elkaar begroeten?

Wie zich vooraf verdiept in het te bezoeken land zal zich op vakantie eerder op zijn gemak voelen. De lokale bewoners waarderen het erg als je een paar woordjes van hun taal spreekt. Door het lezen van romans en het kijken naar documentaires en films over het land kom je meer te weten over gewoonte en gebruiken. Voor wie in korte tijd een goed beeld wil hebben van het dagelijks leven in een ver vakantieland, zijn de landenuitgaven TE GAST IN heel geschikt. Niet alleen verkrijgbaar in print maar ook digitaal als download. www.tegastin.nl

En dan is er dat moment van inpakken. Neem in ieder geval zo weinig mogelijk bagage mee. Want elke kilo die je extra de lucht in neemt, betekent meer CO₂-uitstoot. Kies daarom voor een lichtgewicht koffer en zo weinig mogelijk kleding. Liefst laagjes en makkelijk wasbaar, en in kleuren die je goed kunt combineren. Neem digitale boeken mee. Denk ook aan een hervulbare waterfles en een klein rugzakje of stoffen tas. Dat scheelt een berg plastic afval.

NIET ALLE KRAAMPJES
ZIJN GESCHIKT VOOR ONS
WESTERSE TOERISTEN.

NOU, DEZE
ANDERS WEL!



Voorkomen is beter ...

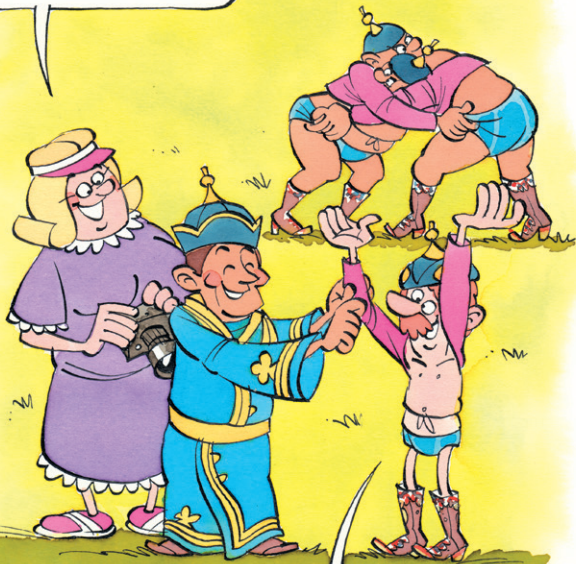
Voorkomen is beter dan genezen. Dit gaat helemaal op bij reizen naar de (sub)tropen en naar een aantal mediterrane bestemmingen. Maak daarom vier tot zes weken voor vertrek een afspraak met je huisarts, GGD of vaccinatiecentrum om de benodigde prikken en gezondheidsadviezen te halen. Zij volgen daarbij de richtlijnen van het Landelijk Coördinatiecentrum Reizigersadvisering www.lcr.nl. In België is dat het Instituut voor Tropische Geneeskunde www.itg.be/N/reisgeneeskunde.

Bij aankomst doe je er goed aan om te acclimatiseren. Omdat je lichaam moet wennen aan een ander klimaat en ander voedsel, heb je kans dat je reizigersdiarree oploopt. Meestal gaat het snel over. Zorg wel dat je voldoende vocht binnenkrijgt en blijft eten.

Wie in hoger gelegen gebieden reist, kan vanaf 2500 meter last krijgen van hoogteziekte. Hoofdpijn is het belangrijkste symptoom. Als je klachten krijgt mag je die nooit bagatelliseren. Het is dan belangrijk om naar een lager gelegen plaats af te dalen. Zie: www.hoogteziekte.info.

Handig om mee te nemen is het Europees Medisch Paspoort, een document waarmee je in urgente situaties veel problemen kan voorkomen. Het paspoort is opgesteld in elf talen, waardoor de hulpverlener (in het buitenland) eenvoudig de gegevens van de patiënt, zijn of haar ziekten, aandoeningen en medicijngebruik, alsmede de contactgegevens van de behandelend arts kan opzoeken.

WAT LEUK DAT JE
DIE TRADITIONELE
KLEDING AAN MAG.



GEEN IDEE WAT DE
BEDOELING IS, MAAR
HET KOMT ERG
GASTVRIJ OVER.

Een hartelijk welkom

In landen waar men nog niet gewend is aan toeristen beschouwen bewoners het vaak als een plicht om goed voor gasten te zorgen. Kijk niet raar op als je wordt uitgenodigd door mensen die je nauwelijks kent. Soms wordt alles uit de kast getrokken om het je naar de zin te maken. Dat betekent niet dat je alles moet accepteren. Krijg je bijvoorbeeld eten of drinken voorgeschoteld dat je hartgrondig tegenstaat, bedenk dan een goede reden om te kunnen weigeren.

Op bezoek bij de lokale bevolking is het prettig om te weten wat *done* en wat absoluut *not done* is. Door goed om je heen te kijken, kom je al een hoop te weten. Wees vooral niet bang om fouten te maken. Het gaat immers om de intentie. Als je elkaars taal niet spreekt kun je via je mobiel communiceren met google translate of google afbeeldingen. Lukt het niet om met woorden te communiceren, probeer het dan met gebaren.

Veelal is de gastvrijheid belangeloos en wordt er geen tegenprestatie verwacht. In die gevallen is het attent om een kleinigheid – bijvoorbeeld stroopwafels, drop of Haagse hopjes – aan de gastfamilie te geven. Maar het kan ook voorkomen dat je aan het eind van de avond het verzoek krijgt financieel bij te dragen aan het schoolgeld. Het is aan jou om te bepalen of je hier wel of niet op ingaat. Voor wie zich verder wil verdiepen in de omgangsvormen en etiquette voor specifieke landen zijn de gidsen uit de serie *CultureShock!* een aanrader.



Keep smiling!

Elektriciteit die urenlang uitvalt en openbaar vervoer dat niet rijdt. In sommige landen gaan dingen vaak niet zoals je ze plant en loopt het anders dan je gewend bent. Je schiet er meestal niks mee op om dan boos te worden. In veel landen vindt men dit onbeschoft en leidt het tot gezichtsverlies. Je bent het beste af met een flexibele en positieve instelling. En blijf vooral lachen.

Een *open mind* levert je waarschijnlijk ook leuke contacten op met lokale bewoners. Door met hen te praten kom je meer te weten over hun opvattingen en manier van leven. Als je een gelegenheid bezoekt waar de lokale bevolking zicht komt ontspannen, zoals een stadspark, festival of sportwedstrijd, heb je doorgaans snel contact.

In gesprek met bewoners is het belangrijk je bewust te zijn van je 'westerse bril'. Er zijn legio zaken waar men in niet-westerse landen heel anders tegenaan kijkt. Dat geldt bijvoorbeeld voor onderwerpen als rolpatronen, seksuele geaardheid, religie en politiek. Wees voorzichtig met het geven van kritiek. Mensen ervaren dat doorgaans als kwetsend. Wees terughoudend met het geven van je mening over de politieke situatie in het land. De mensen weten zelf vaak ook wel wat er niet deugt. Houd er ook rekening mee dat in veel landen mensen niet vrij voor hun mening uit kunnen komen. Zie: www.amnesty.nl.

COCATHEE SCHIJNT
GOED TE ZIJN TEGEN
HOOGTEZIEKTE. ZULLEN WE
WAT COCABLAADJES KOPEN
BIJ DE LOKALE VERKOPER?

LOKALE
DRUGSDEALER
ZUL JE BEDOELEN!

Wijs op reis

Als je op reis bent, kun je beter niet te koop lopen met je sieraden, mobieltje of camera. Criminelen vind je immers overal. Zakkenrollers opereren het liefst op drukke plaatsen als bus- en metrostations en op markten. Laat indien mogelijk reisdocumenten en kostbaarheden achter in de kluis van het hotel. Stop niet meer geld en pasjes in je portemonnee dan je op een dag nodig hebt. Mocht je gerold worden, dan is de schade te overzien. Download voor vertrek de app [SOS op reis](#) zodat je al je persoonlijke gegevens bij elkaar hebt.

In veel verre bestemmingen is het niet verstandig om na zonsondergang aan de wandel te gaan. Voor elk land geldt bovendien dat er veilige en minder veilige gebieden zijn. Vaak kunnen hotelpersoneel of taxichauffeurs je vertellen waar het veilig is. Daarnaast verstrekt het ministerie van Buitenlandse Zaken per bestemming een reisadvies. Je vindt dit op www.nederlandwereldwijd.nl/reizen (ga naar reisadviezen en kijk bij het betreffende land). Bovendien is het ministerie dag en nacht bereikbaar via de [24/7 BZ Reis](#) app.

Laat je nooit in met drugs! In het buitenland is de wet veel strenger dan in Nederland en België en geldt al voor het gebruik en bezit van een paar gram softdrugs een zware gevangenisstraf. Ook de uitvoer van stimulerende middelen als qat- en cocabladeren is verboden.

MET GEPASTE KLEDING
VERDIEN JE AL SNEL HET
RESPECT VAN DE LOKALE
BEVOLKING.

WEL JAMMER
DAT NIEMAND ZO
ZIET DAT WE
TOERISTEN ZIJN.



Kleren maken de man

Een luchtige korte broek, een lekker los shirtje en slippers: voor westerse toeristen is het de ideale vakantieoutfit. Hoe hoger de temperatuur, des te minder kleren we dragen. De gemiddelde bewoner in de (sub)tropen snapt daar niets van. Waarom lopen zulke 'rijke' mensen er zo armoedig en onverzorgd bij?

Onze vakantiekleiding kan lokale mensen niet alleen verbazen, maar ook beledigen. In een groot aantal landen is het gebruikelijk dat vrouwen hun knieën en schouders bedekken. Minirokjes of korte broeken, diepe decolletés en mouwloze tops worden daar niet gewaardeerd. En een korte broek is voor jongens, niet voor mannen. Wanneer je een bezoek brengt aan een moskee, tempel of kerk is het belangrijk dat je je armen, benen en soms ook je haar bedekt. Neem daarom altijd een multifunctionele sjaal of sarong mee als je een uitstapje maakt. Het dragen van een zwembroek of badpak kan alleen aan het strand of zwembad. Topless zonnen is *not done*, zelfs op het strand van Rio.

Op plaatsen waar veel toeristen komen, kijkt de lokale bevolking niet meer raar op van schaars geklede bezoekers. Toch getuigt het van respect als je aanpast aan de lokale normen door 'fatsoenlijk' gekleed te gaan. Bijkomend voordeel is dat niets zo goed beschermt tegen de zon én tegen muggenbeten als bedekkende kleding.



God is overal

Jesus saves shop, Glorious Glory fastfood, Allah's First spectacle repairer. Geloof is in veel landen alom aanwezig. Het getuigt van respect als je hier rekening mee houdt.

Als toerist, of je nu gelovig bent of niet, heb je in veel gevallen toegang tot kerken, tempels en moskeeën. Alleen als er een dienst bezig is, heb je kans dat de deuren gesloten zijn. Tijdens een bezoek aan gebedshuizen gelden er voorschriften zoals ten aanzien van kleding. Zo is het in tempels en moskeeën gebruikelijk om schoenen uit te doen. En sommige hindoetempels mogen mannen alleen met ontbloot bovenlijf betreden. Meestal mag je als toerist gewoon deelnemen aan de ceremonies en rituelen. Zo kun je in boeddhistische tempels wierookstokjes aansteken en lotusbloemen offeren. Gelden er bepaalde verboden dan staat dat doorgaans goed aangegeven. Zo is het *not done* om je te laten fotograferen voor een Boeddhabeeld. Ook op plaatsen waar hindoes hun doden verbranden is fotograferen verboden. Als vrouw kun je beter geen monnik aanraken. Doe je dat wel dan moet een monnik zich onderwerpen aan een uitgebreid reinigingsritueel. Veel gebedshuizen zijn voor onderhoud en activiteiten financieel afhankelijk van donaties. Daarvoor zijn donatieboxen beschikbaar. Ook giften van toeristen worden op prijs gesteld.

Op www.beleven.org/feesten vind je de data van feestdagen per land en per religie.

NIET OM HET
EEN OF ANDER...

...MAAR ZE ZIJN NIET
ALLEEN BORDEN EN BESTEK
VERGETEN, MAAR ZELFS
DE HELE TAFEL!



Wat de boer niet kent...

Schapenogen, vissenkoppen, stierenballen. We begrijpen dat je niet elke lokale lekkernij wilt uitproberen. Maar elk land heeft ongetwijfeld specialiteiten die wel goed in de smaak vallen. Voor vegetariërs is India een paradijs, terwijl vleeseters in Latijns-Amerika en zuidelijk Afrika aan hun trekken komen. Welk soort vlees geserveerd wordt, verschilt per land of regio. Zo staat in Peru cavia op het menu en in bepaalde delen van China en Vietnam hondenvlees. In moslimlanden vind je geen varkensvlees en in hindoelanden is rundvlees taboe.

Als je wilt ontdekken wat de specialiteiten van het land zijn, zoek dan lokale eetgelegenheden op. Daar waar veel lokale bewoners komen, is het eten doorgaans vers en lekker. Is er geen menukaart, wijs dan op gerechten van andere bezoekers. Ook kun je in steeds meer landen deelnemen aan maaltijden of kookcursussen bij mensen thuis. Ook kun je met een *local* een *food tour* maken. Zie www.withlocals.com

Het drinken van alcohol is niet overal vanzelfsprekend. Zo verbiedt de islam het nuttigen van alcoholische dranken en zijn er culturen waar alleen mannen alcohol mogen drinken. In Thailand verkopen winkels op boeddhistische feestdagen geen alcoholische drank. Vanuit gezondheidsoverwegingen wordt het drinken van lokaal gestookte brouwsels dringend afgeraden.

MONEY
FOR PICTURE?

DAT IS AARDIG
VAN U, MAAR DAAR
VRAGEN WIJ U GEEN
GELD VOOR HOOR!



Can I take picture?

Foto's zijn voor veel mensen een waardevolle herinnering aan hun reis. Je doet je best om de mooiste foto's te maken zeker als je een ver land bezoekt met schattige kindjes en etnische groepen in traditionele kledij. Maar door te veel op het fotograferen te focussen ontgaat je ook veel. Probeer de camera eens weg te leggen en ervaar gebeurtenissen met je eigen ogen.

Niet iedereen vindt het leuk om een wandelend foto-object te zijn. Sommige inheemse bevolkingsgroepen zijn er huiverig voor dat buitenstaanders er met hun afbeelding vandoor gaan. Of zijn bang dat een stukje van de ziel wordt weggenomen. Vraag daarom altijd toestemming als je mensen wilt fotograferen. Selecteer op je mobieltje foto's van je thuissituatie zodat je de mensen die je fotografeert ook iets van jezelf kunt laten zien. Bijvoorbeeld foto's van je familie, huisdieren en hobby's. Soms zal men in ruil voor een foto om geld vragen. Ga je akkoord, spreek dan een prijs af. Wil je niet betalen, ga dan niet stiekem van een afstand fotograferen. Als je iemand fotografeert, is het leuk het resultaat te laten zien op het scherm van je smartphone of digitale camera. En nog leuker is het om een foto door te sturen.

In sommige situaties geldt een fotoverbod, bijvoorbeeld bij strategische objecten zoals vliegvelden, havengebieden, bruggen, tunnels, grensovergangen en kazernes. Bij overtreding kan je camera worden afgepakt en riskeer je een boete of zelfs celstraf.

VOLGENDE KEER
ZAL IK ZELF WEL WEER
ONDERHANDELEN...



Handje klap

Lekker winkelen en struinen over markten en bazaars hoort voor veel mensen bij de vakantie. Mooi handwerk, leuke T-shirts en alles vaak voor weinig geld. Tenminste, als je goed onderhandelt.

In veel niet-westerse landen is afdingen gebruikelijk. Het is een spel tussen koper en verkoper. De verkoper zal in eerste instantie een hoge prijs noemen. Niet om je een poot uit te draaien, maar omdat hij verwacht dat je zult afdingen. Begin alleen aan een onderhandeling als je ook echt geïnteresseerd bent in iets. Neem vooraf een bedrag in je hoofd dat je acceptabel vindt. Maar zet in eerste instantie een stuk lager in zodat je voldoende onderhandelingsruimte hebt. Accepteert de handelaar je eindbod, dan ben je verplicht om het overeengekomen bedrag te betalen. Kom je niet tot overeenstemming, dan gaat de koop niet door. Voel je daar vooral niet schuldig over.

Niet alleen op de markt, ook voor bepaalde diensten is het gebruikelijk om vooraf een prijsafpraak maken. Bijvoorbeeld voor een rit met een riksja of tuktuk, het inhuren van een gids of het laten poetsen van je schoenen. Accepteer dat je als 'rijke westerse toerist' vaak wat meer betaalt dan lokale bewoners. Bedenk daarbij dat je inkomen vele malen hoger is dan dat van hen. Maak je dus niet druk om die paar centen die je meer betaalt.

WAT DOE JE?

MENEER DRAAGT ONGEVRAAGD
MIJN KOFFER DUS IK WIJS HEM
ONGEVRAAGD DE WEG.

STAAN WE
WEER QUITTE.



11 Als blijk van dank

Lonen in niet-westerse landen zijn doorgaans laag, óók in het toerisme. Waar in Nederland of België een fooi gezien wordt als 'extraatje' voor de goede service, is het in ontwikkelingslanden een onmisbare aanvulling op het lage salaris van bijvoorbeeld koffersjouwens, kamermeisjes en serveersters. Bovendien is het werk in de toerismesector vaak seizoensgebonden. Buiten het toeristenseizoen is er wellicht geen ander inkomen en geen sociaal zorgstelsel om op terug te vallen.

Probeer er achter te komen in welke gevallen fooien gebruikelijk zijn. Informeer bij je reisleader of bij lokale bewoners. Om wat voor bedragen het gaat verschilt per bestemming. In landen als Egypte en India zullen mensen je vaak ongevraagd een dienst willen bewijzen en vervolgens om *baksjiesj* vragen. Heb je geen zin om te betalen, geef dan direct aan dat je niet van hulp gediend bent.

Het is handig om altijd voldoende munten of kleingeld voor een fooi bij je te hebben. Geef het bij voorkeur direct aan de betreffende persoon. Op rondreizen is het gebruikelijk om na afloop de reisleader en chauffeur met een fooi te belonen. Tegenover een goede fooi moet natuurlijk wel een tegenprestatie staan. Als de dienstverlening in gebreke blijft, kun je overwegen om minder fooi te geven. Maak in dat geval op een vriendelijke manier duidelijk dat je niet tevreden bent over de geboden service.



Logeren bij de boer

Toerisme is *booming business*. Er gaat een hoop geld in om. Helaas profiteren de meeste bewoners van ontwikkelingslanden er weinig van.

Volgens de UNEP, de milieuorganisatie van de Verenigde Naties, vloeit gemiddeld 80 procent van het bedrag dat je betaalt voor een *all-inclusive* pakketreis terug naar westerse landen. Dat komt omdat veel hotels in niet-westerse landen in handen zijn van westerse investeerders. Zij importeren westers eten en drinken omdat hotels hun klanten bij voorkeur bekende producten aanbieden. De lokale bevolking profiteert natuurlijk wel van werkgelegenheid. In de meeste gevallen gaat het hierbij echter om ongeschoold werk waarbij de lonen laag zijn.

Als toerist kun je er voor zorgen dat de lokale bevolking een graantje meepikt van het toerisme. Je kunt bijvoorbeeld voor een kleinschalige accommodatievorm kiezen zoals overnachten in een familiehotel of kamperen bij een biologische boer. Vaak krijg je daar lokale gerechten voorgeschoteld. Je ondersteunt de makers van souvenirs door handnijverheid rechtstreeks bij hen te kopen. Je kunt deelnemen aan excursies waarbij lokale bewoners je kennis laten maken met hun leefwereld. Dit wordt ook wel *community-based* toerisme genoemd. Het is een vorm van toerisme door en voor de lokale bevolking. Een aantal van deze initiatieven is te vinden op <https://ethical.travel> en www.fairtourism.nl/community-tourism.

SYMPHATIEK DAT
JE DE WERKDRUK
VAN ONZE DRAGERS
WAT VERLICHT!



J..JA... IK BEN
WEER EENS
GOED BEZIG...

Werken zonder cao

Het toerisme zorgt in ontwikkelingslanden voor de broodnodige werkgelegenheid. De best betaalde banen zijn doorgaans voor buitenlanders of voor hoger opgeleiden van buitenaf. Voor de taken die minder status genieten zoals het werk in de keuken, bediening, schoonmaak of onderhoud wordt meestal de lokale bevolking ingeschakeld.

Met de arbeidsomstandigheden van dit doorgaans ongeschoolde werk neemt men het vaak niet zo nauw. Behalve dat het om tijdelijke contracten gaat, zijn de werkdagen lang, is de werkomgeving ongezond en het salaris laag. In veel gevallen krijgen kruiers, liftboys, serveersters en bewakers niet eens een salaris. Ze moeten genoeg nemen met kost en inwoning en zijn voor inkomsten afhankelijk van een fooi.

Bedroevend zijn de omstandigheden waaronder veel dragers in berggebieden als de Himalaya of de Andes moeten werken. Ze sjouwen vaak veel meer dan ze volgens de richtlijnen mogen dragen, verdienen een karig loon en gaan slecht toegerust de berg op. Volgens de Engelse organisatie Tourism Concern maken dragers vier keer zoveel kans op een ongeluk dan toeristen. Daarbij gaat het om verschijnselen van hoogteziekte als gevolg van overmatige inspanning, bevroren ledematen vanwege slechte kleding e.d. Informeer dan ook bij je touroperator op welke wijze het welzijn van dragers gewaarborgd is. En mocht je tijdens een trektocht misstanden signaleren, meld het bij je reisorganisatie. Zie ook: www.tourismconcern.org.uk/campaign/porters/.



De handen uit de mouwen

Wil je tijdens je vakantie niet alleen reizen maar ook ‘iets doen’ voor de lokale bevolking? Dat kan! Er is inmiddels een groot aantal organisaties dat reizen organiseert naar projecten waar je voor korte of langer tijd als vrijwilliger aan de slag kunt. Deze mengvorm van toerisme en vrijwilligerswerk wordt *voluntourism* genoemd.

Bij de keuze voor een organisatie of project doe je er goed aan zorgvuldig te werk te gaan. Want je wilt natuurlijk op een plek terecht komen waar ze jouw hulp echt kunnen gebruiken. Kies voor een (reis)organisatie die samenwerkt met lokale partners, een lokaal aanspreekpunt voor je heeft, weet waar ze het over heeft en waar jij je thuis voelt. Bezoek een informatiedag of bel om goed in te kunnen schatten of het voor jou een geschikte organisatie is. Probeer zoveel mogelijk informatie in te winnen over het project, met name omtrent de taken die verricht moeten worden. Kies voor werk waar je goed in bent of waar je aanleg voor hebt. Vraag ook altijd waarom het werk dat jij gaat doen niet door de bewoners zelf gedaan kan worden. Volg een voorbereidingstraining zodat je je bewust wordt van je rol als vrijwilliger en hoe je een duurzame bijdrage aan het project kunt leveren. Zie: <https://muses.nl>

Probeer in contact te komen met vrijwilligers die eerder bij het project hebben gewerkt zodat je hun ervaringen kunt horen. Informeer hoe de reissom wordt besteed. Welk deel gaat naar het project en welk deel naar de reisorganisatie? Raadpleeg vooraf de transparantie-index op <http://volunteercorrect.org/nl>.



Helpen in een weeshuis?

Veel vrijwilligers willen graag in een weeshuis werken. Het geeft een goed gevoel om aandacht te kunnen geven aan kinderen die hun ouders verloren hebben. Maar volgens Better Care Network Netherlands, een netwerk van organisaties in Nederland die hulp bieden aan kinderen zonder adequate ouderlijke zorg, heeft het *voluntourism* in weeshuizen vaak een negatief effect op kinderen. Overigens heeft naar schatting 80 procent van de kinderen in een weeshuis nog minstens één ouder. Vandaar dat in de meeste gevallen beter gesproken kan worden over een kinderdhuis.

Onderzoek toont aan dat langdurig verblijf in een kinderdhuis schadelijk is voor de sociaal-emotionele ontwikkeling van kinderen. Ook in ontwikkelingslanden beseft men dat gezinsopvang beter voor het kind is. Dat er nog zo veel kinderk huizen zijn komt mede doordat (goedwillende) donoren en vrijwilligers ze in stand houden. Daarnaast worden kinderen geronseld door commerciële 'weeshuismanagers' voor wie het 'weeshuistoerisme' een verdienmodel is.

Goed georganiseerde kinderdhuisprojecten zijn niet afhankelijk van vrijwilligers. Zij hebben stabiele inkomsten en voldoende permanent en professioneel personeel om de juiste ondersteuning te bieden. Als vrijwilliger kun je wel nuttig werk doen bij projecten die kinderen helpen in hun eigen gezin en familie te blijven en die de gemeenschappen versterken. Meer informatie over vrijwilligerswerk met kinderen vind je in de online uitgave 'Kinderen zonder thuis' te downloaden op www.bettercarenetwork.nl.



Seksueel misbruik

Prostitutie is zo oud als de wereld en komt in alle landen voor. Ook op reis maken mensen veelvuldig gebruik van prostitutie. Niet alleen volwassenen werken in deze sector, ook kinderen worden uitgebuit in de seksindustrie.

In ontwikkelingslanden is het verschil tussen de rijke toeristen en de arme lokale bevolking groot. Kinderen worden hierdoor verleid om seksuele handelingen te verrichten voor geld. Kinderen worden vaak onder valse voorwendselen geronseld voor prostitutiedoeleinden, met de belofte op een beter leven. Kinderen en jongeren die seksueel worden misbruikt, krijgen vaak ook te maken met geweld, fysieke en emotionele mishandeling, drugsgebruik en geslachtsziektes.

Wanneer je prostitutie van minderjarigen signaleert of activiteiten die duiden op seksueel misbruik, meld dit dan bij de juiste autoriteiten in het land van herkomst van de verdachte (www.reportchildsextourism.org). Mensen die in het buitenland een kind misbruiken, overtreden de wet en kunnen hiervoor zowel in het land waar het misbruik plaatsvond als in het land van herkomst worden berecht. Als het misbruik in het hotel plaatsvindt, meld dit dan aan je reisorganisatie, zodat zij het hotel kunnen aanspreken maatregelen te nemen. Indien een kind in direct gevaar is, ga dan ook naar de lokale politie. ECPAT, een wereldwijde organisatie die seksuele uitbuiting bestrijdt, kan je hierbij helpen (www.ecpat.org).

JE MOET GEEN PENNEN
UITDELEN! DAT STIMULEERT
BEDELGEDRAG BIJ KINDEREN.

WEET IK, DAAROM
HEB IK OOK EXPRES
EEN LEGE PEN
GEGEVEN...



Mag ik van jou...

“Wat een mooi shirt. Mag ik dat hebben?” De kleren worden je in veel arme landen letterlijk van het lijf gevraagd. Maar niet alleen je kleren zijn gewild, ook je geld. Jij bent immers de rijke westerling en je zult genoeg mensen tegenkomen die van je willen plukken, van straatverkopers tot politieagenten.

De situaties waarin je gevraagd zal worden geld of spullen af te staan, zijn te divers om richtlijnen te kunnen geven. Zo zul je in veel ontwikkelingslanden bedelaars tegenkomen. Daar is niet aan te ontkomen. Dat heeft te maken met het ontbreken van een sociaal vangnet. Wanneer lokale mensen geld geven, kun je ervan uitgaan dat de bedelaar echt hulpbehoevend is. Dan zijn er de opdringerige toeristenbedelaars. Die kun je beter negeren. Door aan deze, vaak jonge, mensen geld te geven, help je mee aan de situatie dat bedelen lucratiever is dan naar school gaan of werk zoeken.

Om diezelfde reden kun je ook beter geen cadeaus weggeven. Tenminste niet zomaar aan mensen die je niet kent. Door als toerist snoep, pennen of ballonnen aan kinderen uit te delen, stimuleer je bedelgedrag. Als mensen om medicijnen vragen moet je daar heel terughoudend in zijn. Je weet niet welke ziektes deze mensen hebben en door de taalbarrière kunnen medicijnen gemakkelijk verkeerd gebruikt worden.

EEN SPEEDBOOT
ZOU NU NIET GEK ZIJN...



Je ecologische voetafdruk

Hoe kun jij tijdens je vakantie het milieu zo min mogelijk belasten? Door goed af te wegen welke vorm van vervoer je kiest, want transport legt doorgaans het meeste gewicht in de schaal. Bij een stedentrip binnen Europa is de ecologische voetafdruk voor trein of auto een stuk lager dan het vliegtuig. Op www.ecopassenger.org kun je de CO₂ uitstoot van deze vormen van vervoer vergelijken. Naar je verre vakantiebestemming kun je meestal alleen met het vliegtuig. Je kunt de CO₂ uitstoot enigszins compenseren via GreenSeat (<https://greenseat.nl>) en Trees for All (www.treesforall.nl) die met de inkomsten duurzame energieprojecten financieren.

Behalve het vervoer zorgen accommodaties voor CO₂ uitstoot. Voor accommodaties zijn er diverse duurzaamheidskeurmerken zoals Travelife, Ecolabel, Green Key en Green Globe. Travelife (www.travelife.org) richt zich behalve op de standaard milieueisen (reductie van energie-, water- en afvalverbruik) ook op arbeidsomstandigheden en samenwerking met de lokale gemeenschap. Naar gelang de hoeveelheid criteria worden gehaald kan een vakantieaccommodatie een bronzen, zilveren of gouden keurmerk verdienen. Op de boekingsite www.bookdifferent.com staat aangegeven hoe groen je accommodatie is.

Om het milieueffect van de hele reis te meten is de *carbon calculator* ontwikkeld. Deze berekent de CO₂ voetafdruk van alle losse reisonderdelen én de totale voetafdruk. Dus ook de activiteiten op de bestemming zelf. Zo maakt het wel wat uit of je gaat kanoën of jetskiën.



WIJ ZIJN GOED
VOORBEREID:
ZAKLAMP, KNIJKAT,
OLIELAMPEN EN
KAARSEN!

EN NOU MAAR
HOPEN DAT DE
STROOM OOK ECHT
UITVALT...

En als er geen elektra is

Realiseer je eens hoe vanzelfsprekend het voor ons is om de tv of computer aan te zetten, het licht aan te doen en je mobiel op te laden. In veel landen is dit heel wat minder vanzelfsprekend, omdat er geen betrouwbaar elektriciteitsnetwerk is. Hoe verder je van de begaande wegen verwijderd raakt, hoe groter de kans dat je op plaatsen komt waar de stroom geregeld uitvalt of helemaal geen stroom is.

Zeker in landen waar stroom schaars is, is het van belang dat je er zuinig mee omgaat. Doe het licht uit als je de hotelkamer verlaat en zet de airco alleen aan als dat echt nodig is. Bedenk dat sauna en zwembad energieslurpers zijn.

In dorpen die geen elektriciteit hebben, wordt vaak brandhout gebruikt. In veel gebieden is dat een schaars goed. Laat het hout dat er is over aan de bevolking zelf, en maak geen kampvuur. Let er op dat bij bergtochten op kerosine wordt gekookt. Voor de momenten dat je het zonder stroom moet doen, zijn een zaklamp of knijpkat en kaarsen en lucifers onmisbaar. Heel praktisch en duurzaam is de WakaWaka Power+, een krachtige compacte oplader voor je mobiel en (zak)lamp op zonne-energie (<https://nl.waka-waka.com>). Is er wel stroom, zorg dan dat je een wereldstekker of een Travel Adapter Kit bij je hebt zodat je batterijen kunt opladen.



WE STAAN HIER
AL TWEE UUR EN HIJ
HEEFT NOG HELEMAAL
NIET BEWOGEN.

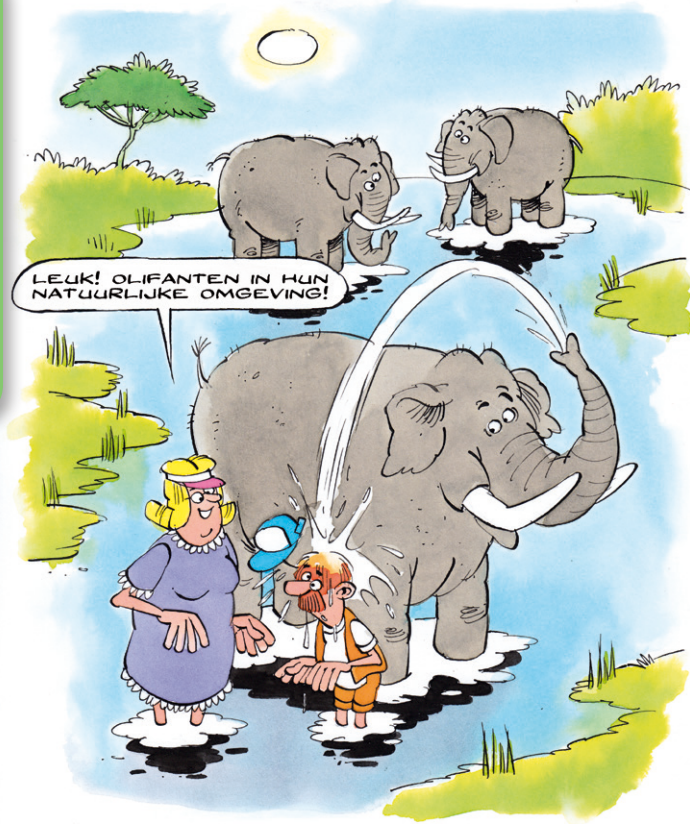
WEL ONHANDIG
DAT WE NIET VAN HET
PAD AF MOGEN!

Kamperen in de bush

'*Take only pictures, leave only footprints*' is het motto dat bijdraagt om de natuur te sparen. Als de natuur je lief is neem je niets mee uit natuurgebieden, houd je je aan de bezoeken en laat je niets achter wat er niet hoort. Zeker in gebieden met een kwetsbare vegetatie is het belangrijk dat je op de wandelpaden blijft. Ook de schuwe dieren krijgen op die manier rust en ruimte.

Laat geen voedsel achter voor wilde dieren. Ook geen brood of appelschillen. Ongewone kost kan spijsverteringsstoornissen of ziektes veroorzaken. Als dieren aan nieuw voedsel wennen, worden ze er afhankelijk van en verliezen ze hun aanpassingsvermogen. Wanneer bezoekers wegblijven kunnen de dieren doodgaan omdat ze niet meer gewend zijn om voor zichzelf te zorgen.

In veel landen kun je nog vrij in de natuur kamperen. Ter bescherming van de flora en fauna is het belangrijk dat je enkele algemene regels in acht neemt. Zorg dat je een plek kiest waar je zo min mogelijk vegetatie vertrapt. Berg meegebrachte etenswaren en afval overdag en 's nachts goed op. Wees voorzichtig met het maken van een kampvuur. Maak zoveel mogelijk gebruik van zwerfhout of dode takken en doof het vuur voor het slapen en bij vertrek. Als je een wc-kuil graaft, gooi die bij vertrek weer netjes dicht. Meer over natuurbescherming vind je op www.iucn.nl.



Geen olifantenritjes

Een ritje op de rug van een olifant. Voor veel toeristen was het een van de hoogtepunten van hun verre reis. De meesten zullen zich niet bewust zijn geweest van het leed dat achter dit vermaak schuilging.

Olifanten, ook als ze in gevangenschap zijn opgegroeid, zijn wilde dieren. Om ze geschikt te maken als rijdier worden ze al vroeg van hun moeder gescheiden en wordt de wil van de jonge olifant meedogenloos gebroken. Ook de training die hierop volgt gaat gepaard met ernstig dierenleed. Als ze eenmaal tam zijn, worden de dieren met kettingen aan hun poten vastgelegd. Daardoor kunnen deze kuddedieren elkaar niet opzoeken. Tijdens een olifantenrit wordt de rug, het meest gevoelige lichaamsdeel van een olifant, zwaar belast. Om de olifant te kunnen corrigeren gebruikt de mahout een haak waarmee de olifant vaak onnodig pijn wordt gedaan. Ook olifanten die in toeristenparken kunstjes vertonen hebben een harde leerschool achter de rug waardoor ze vaak de rest van hun leven getraumatiseerd zijn.

Om de olifanten te bevrijden uit hun lijden heeft World Animal Protection in 2010 de reisbranche opgeroepen om een einde te maken aan de olifantenritjes. Veel reisorganisaties hebben sindsdien gehoor gegeven aan deze oproep. Bij het nieuwe olifanten toerisme verblijven de jumbo's in een natuurlijke omgeving waar je ze op gepaste afstand kunt zien grazen, baden en rusten. Zie: www.worldanimalprotection.nl.

HET ZOU VOOR DE LEEUWEN
BETER ZIJN ALS ZE ZICHZELF
IN DE NATUUR KUNNEN REDDEN

KNUFFELFARM

NIET ALLEEN
VOOR DE LEEUWEN...



Knuffelen met welpjes

In veel landen, zoals in Zuid-Afrika, kun je als toerist direct in contact komen met jonge wilde dieren zoals leeuwen en cheeta's. Je kunt ze knuffelen of met ze op de foto. Als vrijwilliger kun je ingezet worden om de leeuwenwelpen de fles te geven of met ze te wandelen. Vandaar de naam 'knuffelfarm'. De jonge dieren in zo'n farm zijn speciaal gefokt voor dit toeristisch vermaak. Als het diertje groter wordt, en dus niet langer knuffelbaar is, kan het niet uitgezet worden in het wild. De gefokte leeuw heeft niet geleerd om in het wild te overleven. In de praktijk worden deze dieren vooral ingezet voor *canned hunting* (letterlijk: 'ingeblikt jagen'), een bedenkelijke vorm van jagen waarbij de prooi geen kans krijgt om te ontsnappen. Omdat ze niet bang zijn voor mensen, zijn de leeuwen gemakkelijk benaderbaar en dus ook gemakkelijk te doden. Zie www.knuffelfarms.nl

Ook bij krokodillen-, schildpadden- en slangenfarms is doorgaans geen sprake van natuurbescherming maar staat de commercie voorop. Als dierenwelzijn je aan het hart gaat, bezoek je geen attracties waar er contact is met wilde dieren of dierenshows waar beren, olifanten en tijgers kunstjes moeten vertonen. Als je weet hoe slecht berberaapjes behandeld worden, ga je toch niet met ze op de foto. Het meest diervriendelijk is om de beesten in het wild te spotten zoals tijdens een safari. Of eventueel in een opvangcentrum waar de dieren zoveel mogelijk hun natuurlijke gedrag kunnen vertonen en niet in contact komen met bezoekers. Zie: www.stichtingspots.nl.

MIJN VROUW HEEFT
HAAR HAAR NOG NIET
UITGESPOELD...



De laatste druppel

Acht liter water verbruiken we bij het doorspoelen van de wc, tachtig liter om een was te draaien en honderd liter om het bad te vullen. Ons waterverbruik loopt hard op en bedraagt dagelijks al snel 150 liter. Op vakantie is dat nog veel meer. Zo verbruiken bijvoorbeeld toeristen op Jamaica vier tot tien keer zoveel als de lokale bewoners.

Mede als gevolg van de klimaatverandering wordt water in veel landen een schaars goed. Veel gebieden hebben te maken met extreme droogte. Zelfs in de regentijd, heerst vaak een tekort aan schoon water. Dit komt doordat kanalen en leidingen verstopt raken en zuiveringsmogelijkheden ontbreken. Ga in gebieden waar gebrek is aan water bewust om met water. Neem een douche in plaats van een bad, gebruik je handdoeken een dag langer en spoel niet onnodig de wc door. Voorkom of beperk vervuiling van open water. Dit water kan immers drinkwater zijn voor mensen en dieren.

Onder toeristische attracties vallen ook waterverslinders als zwembaden en golfbanen. Om de *green* ook 'green' te houden, heeft een golfbaan van gemiddelde grootte net zoveel water nodig als een stad met 12.000 inwoners. Terwijl populaire golfbanen op Bali dagelijks drie miljoen liter water gebruiken, heeft bijna de helft van de Balinezen geen directe toegang tot schoon water. Sommige dorpsbewoners moeten een paar kilometer lopen om bij een waterbron te komen.



Overall plastic

Plastic tasjes, plastic waterflessen, plastic verpakkingsmateriaal. Ontwikkelingslanden worden bedolven onder het plastic. De productie ervan is geen probleem, het plastic afval verwerken is dat wel. Omdat een afvalverwerkingsysteem vaak ontbreekt, wordt vuilnis maar op straat gooid.

In veel ontwikkelingslanden zijn mensen zich minder bewust van de gevolgen van milieuvervuiling. Jouw gedrag kan als voorbeeld dienen. Gooi geen afval op straat. Let er bij het kopen van producten op dat je zoveel mogelijk recyclebare of biologisch afbreekbare spullen koopt. Als je een stoffen boodschappentas meeneemt hoef je niet steeds gebruik te maken van de plastic tasjes in winkels. Gebruik liever accu's in plaats van batterijen. Zit je toch met lege batterijen, of ander chemisch afval? Neem het mee terug naar huis zodat je er zeker van bent dat dit afval op een goede manier wordt verwerkt.

Het scheelt een hoop afval als je je plastic waterfles regelmatig kunt hervullen. Bijvoorbeeld met water uit een jerrycan of op een watertapplaats. Speciaal voor het hervullen van drinkwater zijn verschillende soorten drinkflessen verkrijgbaar. Ook bestaat er een fles waarmee je zelf water kunt filteren. Deze Aquapure Traveler heeft een ingebouwd filter in de dop waarmee je 350 liter water kunt zuiveren. Overigens kun je in tal van verre vakantielanden op veel plaatsen water uit de kraan drinken. Check het op <http://isthewatersafetodrink.com/>.

U WEEET DAT DAT
SOUVENIRS ZIJN VAN
BESCHERMDE DIEREN?

DE VERKOPER ZEI DAT
HET GEEN PROBLEEM ZOU
ZIJN, OMDAT ZE TOCH AL
DOOD WAREN...



Een mooie herinnering

Het strand van het tropische eiland ligt bezaaid met schelpen. Dan kun je die ene mooie, grote schelp toch gerust mee naar huis nemen? Of een klein stukje koraal misschien? Het antwoord is nee. Te veel gebieden zijn aangetast door toeristen die allemaal één schelp meenamen of een bosje inheemse bloemen plukten. De meeste natuursouvenirs zijn dan ook strikt verboden. Je riskeert een flinke boete door ze mee naar huis te nemen.

Veel erger dan die boete is de schade die als gevolg van de verkoop van bepaalde souvenirs wordt toegebracht aan de natuur. Het duurt bijvoorbeeld jaren voordat een afgebroken stuk koraal zich herstelt. Om nog maar te zwijgen van het groot aantal dieren dat wordt gestroopt om leuke souvenirs van te maken. Loop dus voorbij aan de winkels met ivoren beeldjes en krokodillenleren portefeuilles en koop liever lokaal gemaakte handnijverheid waar geen dierenleed of schaarse natuurproducten aan te pas zijn gekomen. Meer informatie over foute souvenirs vind je op <https://www.wnf.nl/wat-wnf-doet/themas/foute-souvenirs.htm> van het Wereld Natuur Fonds. Daarnaast geldt voor de meeste landen dat de uitvoer van antieke voorwerpen verboden is.

Op de app *douane reizen* vind je wat je wel en niet mee mag nemen van je vakantiebestemming. Zo is ook de invoer van namaakartikelen verboden.

TOT SLOT

Met dit boekje willen we een bijdrage leveren aan een concrete invulling van 'het nieuwe reizen'. Dit begrip staat voor ons voor het bewust bezig zijn met je vakantie op een manier dat het voor jezelf meer oplevert en waarbij je tegelijkertijd ook rekening houdt met de natuur, het milieu en de mensen op je bestemming. Omdat wij als uitgeverij gericht zijn op verre bestemmingen, bevat dit boekje vooral onderwerpen die verband houden met reizen naar landen met een andere cultuur, religie en/of andere levensstandaard. We zijn benieuwd naar reacties op het boekje en horen graag wat voor jou 'het nieuwe reizen' is. Laat het ons weten op: www.facebook.com/groups/hetnieuwereizen.

30 jaar TE GAST IN

Dit boekje geven we uit ter gelegenheid van het 30 jaar bestaan van de serie TE GAST IN. Deze landenuitgaven zijn bedoeld om je als reiziger naar verre bestemmingen een goede reisvoorbereiding te bieden. In elke uitgave komen verschillende auteurs aan het woord die het land van binnenuit kennen en met passie en betrokkenheid over 'hun' land schrijven. Met hun bijdragen bieden ze unieke inblikjes in het alledaagse leven van bewoners in verre landen.

Momenteel bestaat de serie uit meer dan 30 landen, zowel verkrijgbaar in print (pocketuitgave) als digitaal (download). De uitgaven zijn speciaal bedoeld voor reisorganisaties om hun klanten een inspirerende kennismaking met hun verre vakantiebestemming te bieden.

Verkrijgbaarheid TE GAST IN

- direct via www.tegastin.nl (zowel print als digitaal)
- verkoop via boekhandel en bol.com (alleen print)

Verkoopprijs TE GAST IN

- pocketuitgave (64/80/96 pag. fullcolour) € 8,95
 - digitaal (64/80/96 pag. fullcolour) € 5,99
- Vanaf 10 ex. kwantumkorting.

Landenuitgaven TE GAST IN

Latijns-Amerika

- Costa Rica/Panama
- Cuba
- Colombia
- Suriname
- Peru/Bolivia
- Argentinië/Chili

Afrika

- Ethiopië
- Tanzania
- Namibië
- Zuid-Afrika

Europa

- Rusland&Oekraïne

Midden-Oosten

- Egypte
- Marokko
- Oman
- Turkije
- Iran
- Jordanië
- Israël/Palestina

Azië

- India
- Nepal
- Bhutan
- Sri Lanka
- China
- Japan
- Myanmar
- Thailand
- Cambodja
- Vietnam
- Indonesië

Oceanië

- Australië
- Nieuw-Zeeland

Na 'het nieuwe werken' en 'het nieuwe bankieren' is het tijd voor 'het nieuwe reizen'. Dit lukt het best met een *open mind* en een flexibele instelling. Niet haastig van de ene *hot spot* naar de andere, maar in een rustig tempo met aandacht voor je omgeving, de natuur en de bevolking. Wie op deze manier reist heeft meer kans op leuke contacten en bijzondere ervaringen. Het nieuwe reizen levert niet alleen jou meer op, ook de lokale bewoners en het milieu hebben er baat bij. Dit boekje zet je aan tot nadenken over je manier van reizen en biedt inspiratie om het net even anders te doen.



Prijs € 4,95

