



REISEINFORMATIONEN SIKKIM

Adresse Kontaktagentur

Adarsh Tours, Treks & Expedition

Tse-ka commercial complex (# 17) 31A

N.H.Road - Below IDBI Bank Gangtok, Sikkim (India).

Tel: +91-3592 -205053

Mb : + 91-98320-79305/96413-59106/ 97332-78527

Email: info@adarsh tours.com / sikkimtour@gmail.com

Web: www.trekkingsikkim.com / www.adarsh tours.com

Gesundheit

Impfungen sind nicht vorgeschrieben, werden also nicht per Impfzeugnis kontrolliert.

Empfohlen sind Impfungen gegen Hepatitis, Tetanus, Polio und evtl. Typhus. Spätestens 6 Wochen vor Reiseantritt sollte diesbezüglich der Arzt/die Ärztin aufgesucht werden.

Empfohlen wird ebenso ein allgemeiner Gesundheits-Check sowie eine Beratung bei speziellen körperlichen Problemen.

Malaria-Prophylaxe In den niederen Lagen (Darjeeling und Gangtok gehören nicht dazu) gibt es selten in den warmen Monaten Moskitos, die aber üblicherweise keine Malaria übertragen. Wer vorher/hinterher kürzere Zeiten in Malariagebieten verbringt, dem raten wir eher zu einem guten Antimückenmittel als zu den nicht 100%ig sicheren Malaria-Prophylaxe-Mitteln, die z.T. heftige Nebenwirkungen hervorrufen.

Magen- und Darmerkrankungen: In Indien gibt es einige sehr böse Krankheitserreger wie Lamlien und Amöben. In Sikkim hat man extrem selten damit zu tun. In den meisten Restaurants ist die Hygiene auch nicht zu beanstanden. Zur Vermeidung von lästigen Magen- und Darmerkrankungen empfiehlt es sich jedoch, auf rohe Salatzutaten zu verzichten, wenn nicht ganz sichergestellt ist, dass diese mit keimfreiem Wasser gewaschen wurden. Auch ist häufiges Händewaschen eher von Vorteil.

Viele (auch westliche) Medikamente können in ganz Indien preiswert gekauft werden. Die Versorgungslage mit MedizinerInnen, die nach westlichen Methoden praktizierenden, ist gut.

Ausrüstung

Je nach Jahreszeit und Unternehmung unterscheidet sich das Gepäck. Falls Sie etwas vergessen haben: keine Sorge, in Darjeeling und Gangtok gibt es fast alles nachzukaufen.

- ✓ Outdoorschuhe oder leichte Trekkingschuhe für längere Besichtigungstouren und Wanderungen zu Fuß
- ✓ Reisetasche
- ✓ Regenschirm/Regenkleidung
- ✓ körperbedeckende luftige Kleidung
- ✓ warme Kleidung (je weiter es zum Winter hinget und je höher man hinausgeht)
- ✓ (zum Trekking gibt es extra Empfehlungen)
- ✓ evtl. Hüttenschlafsack für manche Homestays



- ✓ Sonnenhut, Sonnenbrille, Sonnenschutz
- ✓ Taschen/Stirnlampe für Stromausfälle
- ✓ Bauchbeutel für Papiere und Schecks
- ✓ persönliche Medikamente
- ✓ Kopien von Reisepass und Passfotos (kann man auch vor Ort herstellen)

Geld

Die einheimische Währung sind Rupien, ca. 70 Rp = 1 Euro. Reiseschecks sind empfehlenswert, entweder American Express oder Thomas Cook (Euro). Bargeld ist auch gut zu tauschen, bei Diebstahl allerdings nicht versichert. Es ist nicht nötig, Rupien in der BRD zu kaufen. Kreditkarten sind in Indien/Sikkim gut nutzbar und es gibt diverse ATM-Maschinen (allerdings nicht in den kleineren Orten, also das Portemonnaie immer gut gefüllt haben!)

Visum

siehe Extra-Datei

Permit Sikkim

Für Sikkim braucht man ein spezielles Permit, welches unkompliziert zu bekommen ist. Entweder man beantragt es sofort bei der Visumsbeantragung mit oder man läßt es bei der Grenzüberquerung in Rangpo oder Melli ausstellen. Das zweite dauert ein bisschen länger und erfordert 1-2 Passbilder und Kopie von Reisepass und Visum (besser mitbringen, da vor Ort manchmal Stromausfall ist und man beides nicht bekommt). Das Permit gilt 2 Wochen und kann in Gangtok problemlos um 30 Tage verlängert werden.

Uhrzeit

In Indien ist die Uhr in der Winterzeit 4,5 und in der Sommerzeit 3,5 Stunden weiter als bei uns. Wenn es hier 12 Uhr ist, ist es dort 16:30 bzw. 15:30 Uhr. Da Indien nur eine Zeitzone hat, wird es in Sikkim sehr früh hell und auch früh wieder dunkel.

Trinkgeld

Natürlich möchte jeder gerne wissen, was ein übliches Trinkgeld ist. Leider ist diese Frage nicht leicht zu beantworten, da sich jeder immer gerne mit einem „As you like“ aus der Affäre ziehen. Die tatsächlich gegebenen Trinkgelder haben auch eine sehr große Spannweite. Als Arbeitsanerkennung hat das Trinkgeld jedoch eine wichtige Funktion.

Unser Tipp: 50,- bis 60,- Euro pro Reiseperson bei einer 3wöchigen Reise ist ein guter Anhaltspunkt und kann nach Gefühl und Arbeitsleistung auf Gepäckträger, Taxifahrer, Führer, Hotelangestellte etc. verteilt werden. Im Restaurant kann man Rechnungsbeträge aufrunden.

Oder man rechnet 100-200 Rs. pro Tag für Leute wie Taxifahrer, Guides etc.



Strom

In Sikkim gibt es außer in abgelegeneren Gegenden fast überall und immer Strom. Allerdings fällt dieser öfters – auch in Gangtok aus. Dafür unbedingt eine Taschenlampe mitnehmen! Besser ist es, einen Akku für die Kamera mehr mitzunehmen, wenn man auf Trekking geht. Deutsche Stecker passen ohne Adapter in die Steckdosen.

Kommunikation

In Sikkim gibt es Internetcafes und Handynetze. Man kann für sein Handy eine Prepaid-SIM-Karte bereits am Flughafen kaufen (Airtel). Handytelefonate sind in Indien recht kostengünstig.

Programmänderungen

Es kann sein, dass Sie durch Unwohlsein, neue Programmideen, wetterbedingte Änderungen oder sonstigen Gründen wünschen, Ihr gebuchtes Programm zu ändern. Das ist in den meisten Fällen völlig unproblematisch machbar, muss nur mit unseren Kollegen vor Ort schriftlich vereinbart werden.

An Wanderungen, Bergbesteigungen, sportlichen Betätigungen aller Art und ähnlichen, mit besonderen Risiken verbundenen Unternehmungen beteiligt sich der/die Reisende auf eigene Gefahr. Die Reiseveranstalterin haftet insoweit nur für Vorsatz und grobe Fahrlässigkeit. Manche Reisen führen teilweise in touristisch abgelegene Gebiete und sind daher mit besonderen Risiken verbunden (z.B. Wetterbedingungen, Straßenverhältnisse, gesundheitliche Vorsorge, lokale Fahrzeuge, einfache Unterkünfte). Da diese Gegebenheiten der Reise einen gewissen Expeditionscharakter geben, übernimmt Ladakh Travel im Hinblick auf diese Risiken keine Haftung.

Abweichungen und Änderungen einzelner Reiseleistungen von dem vertraglich vereinbarten Inhalt des Reisevertrages, die nach Abschluss notwendig werden und von uns nicht wider Treu und Glauben herbeigeführt wurden, sind gestattet, soweit die Abweichungen und Änderungen nur geringfügig sind oder die Durchführung der Reise in geänderter Form zumutbar ist. Änderungen der angegebenen Fahrtrouten oder Zwischenübernachtungen gelten nicht als Änderung der Leistung, wenn dennoch alle erreichbaren Zielorte für die vereinbarte Dauer aufgesucht werden oder die Änderung auf einer Entscheidung der Reisetilnehmer in Absprache mit dem örtlichen Reiseveranstalter beruht. Ebenso ist die ausnahmsweise Unterbringung in einer anderen, aber gleichwertigen Unterkunft möglich.