



Reis med FORUT til Sri Lanka

29.februar - 11.mars 2024



Bli med FORUT på studietur til vakre Sri Lanka i mars 2024. Dette er en rundreise der vi blir kjent med FORUTs arbeid, det gjestfrie folket, kultur, natur, historie og politiske forhold. Vi besøker flere av FORUTs prosjekter i nord, der gjenoppbygging etter den lange borgerkrigen fortsatt har stor oppmerksomhet. Vi bestiger Sigirya-fjellet og besøker en botanisk hage. Vi besøker flere templer og har tid til sightseeing, bydag og flere opplevelser.

Formålet med turen er å spre kunnskap og engasjement rundt utviklingsspørsmål og FORUTs arbeid, og rekruttering av nye faddere og bedriftsfaddere.

Reisen koster kr 29.000,-. Det dekker fly tur/retur Gardermoen, klimavote, overnatting i dobbeltrom, all transport i Sri Lanka, lokalt vertskap, mange måltider, alle inngangsbilletter og reiseledelse. Enkeltromstillegg, kr 3000,-.

(Vår reiseoperatør Bennett forbeholder seg retten til å endre pris og tid for flyreisen, som følge av forhold som ligger utenfor deres kontroll.)

All reisevirksomhet i FORUT tar forbehold om endringer som følge av hendelser utenfor vår kontroll.

Velkommen til inntrykk og erfaringer for livet med FORUT og våre partnere i Sri Lanka!

...

NB: ved påmelding gjelder prinsippet om "førstemann til mølla".

Ca 20 plasser, hvorav halvparten forbeholdes personer som ikke har vært på reise med FORUT tidligere.

Påmelding til seniorrådgiver
Ingvar Midthun

ingvar@forut.no
mobil: 990 42 564
tel: 61 18 74 00


Fadder

Dagsprogram

Med forbehold om lokale tilpasninger underveis
Reiseledere er Ingvar Midthun og Morten Lønstad

- Alle frokoster + lunsjpakker + middager på hotellet er inkludert.
- Fem lunsjer og fire middager på restauranter betales av hver enkelt.



29.02: Avreise fra Gardermoen 29.02.2024 kl14:10 med Emirates Airways via Dubai. Reisen starter/slutter på Gardermoen. *Flytider kan bli justert/endret av flyselskapet.*

01.03: Ankomst Colombo, Sri Lanka. Hvile og lunsj på hotellet. Landinformasjon og møte med partnerorganisasjoner. Marino Beach Hotel. Middag på hotellet.

02.03: Colombo. Besøk hos partnerorganisasjon. Sightseeing. Lunsj på restaurant. Shopping og fritid. Middag på restaurant.

03.03: Tidlig avreise nordover. Lunsj på restaurant. Den historiske byen Anuradhapura, før ankomst Vavunia. Hotel Middag på hotellet.

04.03: Til Jaffna og nordområdene. Prosjektbesøk med partnerorganisasjon RAHAMA, lunsjpakke inkludert. Hotel ... Middag på restaurant.

05.03: Prosjektbesøk med partnerorganisasjon FRIENDS, lunsjpakke inkludert. Sightseeing + besøk til øyene. Middag og kulturprogram på restaurant.

06.03: Til Mullaitivu. Prosjektbesøk til bl.a "Antonis House" planteskole, lunsjpakke inkludert. Videre til Dambulla. Hotel Sigriya Village. Middag på hotellet.

07.03: Tidlig avreise for å klatre Sigiriya-fjellet. Rock Temple. Teplantasje. Lunsj underveis på restaurant. Ankomst Kandy. Hotel Topaz. Middag på hotellet.

08.03: Bydag i Kandy. Besøk til Temple of The Tooth og botanisk hage. Lunsj på restaurant. Fri ettermiddag. Middag på hotellet.

09.03: Tilbake til Colombo og Marino Beach Hotel. Lunsj på Barefoot inkludert. Avslutningsmiddag med partnerorganisasjoner på restaurant.

10.03: Bydag, sightseeing, shopping i Colombo. Lunsj på restaurant. Faddersamling/høstens verveaksjon. Middag på hotellet.

11.03: Avreise fra Colombo 11.03.2024 kl 02:55 med Emirates Airways via Dubai. Ankomst Gardermoen 11.03. Kl 12:00.

Vi reiser med to minibusser med erfarne sjåførere på vår rundreise på øya.

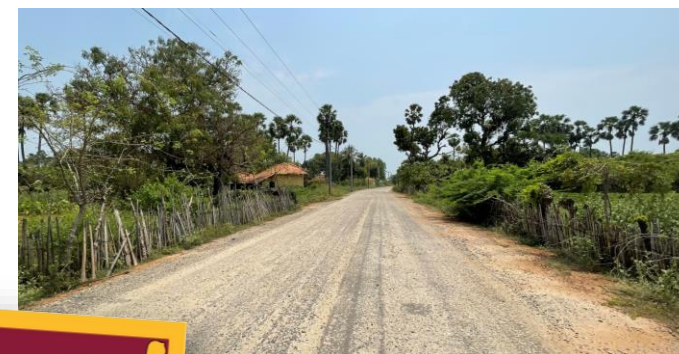
Praktisk informasjon

Høsten 2023 oppretter FORUT en facebookgruppe for reisen, for informasjonsdeling og spørsmål.

All nødvendig informasjon deles også på e-post til hver enkelt.

- **Reisen betales med et forskudd på kr 4.000,- i desember 2023. Gjenstående beløp noen uker før avreise. Tillatt bagasjevekt er 25 kilo som kan fordeles på flere kolti. Inntil 7 kilo håndbagasje.**
- Informasjon og tips til praktiske forberedelser sendes alle deltakere, inkludert råd om kleskoder og «skikk og bruk» i Sri Lanka. Som en hovedregel bør alle klær dekke skuldre og knær. Singlet anbefales ikke. **NB! Sjekk at du har gyldig pass, gyldig til minst seks måneder etter vår hjemkomstdato.**
- **Sri Lanka har tropisk klima. Vi kan forvente mellom 25 og 30 varmegrader på dagtid.**
- FORUT har en alkoholfri linje i møter med alle samarbeidspartnere i Sri Lanka. Utover oppsatt program forventer vi selvsagt en respektfull kontakt med folk og kultur i Sri Lanka under hele oppholdet.
- **Hver enkelt reisende sørger selv for personlig reiseforsikring og tilstrekkelige vaksiner. Ta kontakt med fastlege eller lokalt vaksinekontor. Myggmiddel brukes under hele oppholdet i Sri Lanka for å unngå stikk og sykdom. Det anbefales også å dekke seg til ved solnedgang, insekter er spesielt aktive på kvelden.**
- Hver enkelt reisende søker og betaler for visum til Sri Lanka, praktisk informasjon om dette kommer senere.
- **Det er muligheter for uttak av kontanter i lokal valuta ved ankomst Colombo, og flere ganger underveis. Sjekk om ditt bankkort har en regionsperre for Asia, som i tilfelle må fjernes via bank/nettbank før avreise.**
- Har du spesielle allergier eller annen sykdom, bør dette av sikkerhetsgrunner oppgis til reiseleder så raskt som mulig etter bestilling av plass på reisen.
- **Normalt god fysisk helse er tilstrekkelig for å delta reisen. Klatringen på Sigirya-fjellet krever god helse og utholdenhet.**

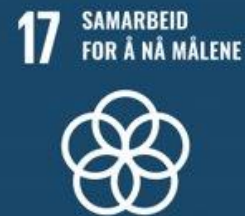
- Sri Lanka er en republikk sør-øst for India med omlag 22 millioner innbyggere.
- Borgerkrig fra 1983 til 2009, mellom majoritetsbefolkningen singaleserne og tamilene.
- De fire store religionene er representert. 70% buddhister, 15% hinduer, 8% muslimer, 7% kristne/katolikker.
- Landet har tre offisielle språk; singalesisk, tamil og engelsk.
- Sri Lanka var inntil nylig et mellominntektsland. Pandemi, stor utenlandsgjeld, politisk vanstyre og korrupsjon har i 2022/2023 ført landet inn i en svært alvorlig økonomisk krise med økende fattigdom.



FORUT
Fadder

FORUT i Sri Lanka

Rahama og Friends er FORUTs lokale vertskap under besøket til Sri Lanka. Vi vil få innsikt i alle FORUTs samarbeidspartners arbeid under besøket.



FORUT har drevet utviklingssamarbeid på Sri Lanka siden 1982. Allerede fra 1967 var FORUTs eier-organisasjoner engasjert i et fiskeriprojekt på Jaffna i nord. Fram til 2012 var FORUT tilstede i Sri Lanka som internasjonal organisasjon med egne ansatte og ledelse. Siden 2012 er vår innsats styrt gjennom lokale partnerorganisasjoner på Sri Lanka: RAHAMA, FRIENDS, FISD og HLAD.

RAHAMA jobber i de tidligere krigsområdene nord på Sri Lanka med gjenoppbygging. Det bygges hus, brønner og skoler. Bønder og husholdninger får støtte til matproduksjon og hagebruk. Rahama har særskilt fokus på kvinner og barn.

FRIENDS arbeider med entreprenørskap og økonomisk utvikling for kvinner. Der får opplæring i hvordan skape egen bedrift, utvikling av forretningsideer og markedsføring, samt støtte til praktisk yrkesopplæring, innkjøp, produksjon og salg.

FISD integrerer barn og kvinners rettigheter med rusforebygging. De mobiliserer familier og lokalsamfunn for å skape positiv endring i adferd, tryggere oppvekst for barn og lokalsamfunn frie for diskriminering, vold og trusler.

HLAD arbeider med rusforebygging og strategier for endring av adferd. Mange lokalsamfunn preges av at Sri Lanka er et land med patriarkalske holdninger, som ofte resulterer i en negativ adferd hos menn som skaper utrygghet i lokalsamfunn. Bevisstgjøring av menn for å få til adferdsendring står sentralt i Healthy Lankas arbeid.

Mer detaljert informasjon om reisen sendes alle deltakere i god tid før avreise. Kontakt FORUT om du har spørsmål.

Trygg på reisen: Vær trygg på egen helsestatus, vi reiser til et tropisk klima. Ta med tilstrekkelig med medisiner til eget forbruk under hele oppholdet. Alle reisende må være vaksinert mot korona, av hensyn til folk vi kan møte som kan mangle vaksiner. Ta med myggmiddel for daglig bruk, og midler mot mage- og fordøyelsesproblemer.



FORUT
Fadder