



ZANZIBAR *for voksne* **SOMMERHØJSKOLE**

Adventure, kulturforståelse & Personlig udvikling



DAG 1 *Lørdag den 28. december*

Ankomst til Zanzibar - introduktion og afslapning

Vores første møde bliver på Zanzibar Højskolen, som ligger på Zanzibars østkyst i byen Paje. Her mødes vi i samlet flok kl 17.00 og hilser på hinanden, bliver indlogeret på højskolen, samt får introduktion til opholdets program. Vi napper også lige en dukkert i det Indiske Ocean, så vi får skyllet flyturen af os. Efter aftensmaden er der mulighed for at nyde en kold øl og en gang bordtennis. Husk I selv sørger for transport fra lufthavnen, men vi hjælper gerne med at arrangere pick-up med vores chauffører.

DAG 2 *Søndag den 29. december*

Lokalt kendskab – swahili, landsbytur og fest

Efter en god nats søvn og lidt akklimatisering til varmen, kan de morgenfriske starte dagen med en løbetur og yoga på stranden før morgenmaden. Efter morgenmaden øver vi de mest basale swahiliglosser, under kyndig vejledning af Rashid – højskolens dygtige swahiliunderviser. Herefter tager Rashid os med på en guidet tur rundt i landsbyen Paje, hvor højskolen ligger. I får her en introduktion til byen, steder der er værd at besøge, samt gode råd til mødet med de lokale. Om eftermiddagen laver vi lidt get-together lege på stranden. Efter aftensmaden nyder vi en drink på nabohotellet Ndamé med havudsigt.



DAG 3 *Mandag den 30. december*

Kulturforståelse og Ø-lympiske lege

Om formiddagen snakker vi lidt om kulturforståelse og om den tanzaniske virkelighed I er landet midt i. Eftermiddagen står i konkurrencens tegn, idet vi skal dyste mod hinanden i de Ø-lympiske lege, i klassiske discipliner som kokosnød-bowling og palmebladskast. Om aftenen laver vi bål på skolen og hygger os med gode historier omkring bålet.

Dag 4 *Tirsdag den 31. december*

Personlig udvikling samt nytår på afrikansk manér

Vi starter dagen med mulighed for løb og yoga på stranden til solopgang, hvorefter vi fortsætter formiddagen med lidt undervisning i personlig udvikling. Eftermiddagen bruger vi til at pynte op og til at finpudse de festlige nytårsindslag. Om aftenen er det tid til nytårsfejring, hvor vi først nyder drinks og en lækker barbeque sammen på Oasis, højskolens hyggelige nabohotel. Herefter er det for alvor tid til at opleve den tanzanianske fest- og dansekultur, når den lokale strandbar, byder op til et brag af en nytårsfest. Her bliver der danset til afrikanske rytmer på stranden under åben himmel til den lyse morgen.

DAG 5 *Onsdag den 1. januar*

Chill tid og udendørs biograf

Efter gårsdagens nytårsfejring starter vi det nye år i roligt tempo på ægte afrikansk vis og giver tid til lidt 'pole, pole' mentalitet (tag det roligt) over en lækker brunch. Herefter er der tid på egen hånd til eksempelvis at få kitet eller at nyde årets første dukkert i Det Indiske Ocean. For de der har lyst er der også mulighed for at pleje tømmermændene ved poolen på et nærliggende resort, hvor I også kan prøve kræfter med watersport af forskelligt art. Om aftenen omdanner vi noget af højskolen til en udendørs biograf og nyder filmhygge og popcorn.

DAG 6 *Torsdag den 2. januar*



Stone Town - oplev øens smukke storby og historie

Vi starter dagen med mulighed for yoga og løb på stranden. Denne dag går turen til Zanzibars eneste storby Stone Town, hvor I vil opleve livlig stemning, have mulighed for shopping og besøg i det historiske slavemuseum. I Stone Town ser man øens arabiske historie og arkitektur og får en fornemmelse af Zanzibars miks af afrikansk, arabisk, indisk og europæisk fortid og kultur. I vil her blive sendt ud på egen hånd med opgaver og møder med de lokale, så I får et bredt indblik i, hvad byen har at byde på. Om aftenen mødes vi til en cocktail med udsigt til solnedgang over det indiske ocean. Herefter spiser vi på det lokale madmarked og oplever Stone Towns forandring i aftenstemningen.

DAG 7 *Fredag den 3. januar*



Delfintur, chill tid og swahili cooking

Tidligt om morgenen kører vi til Zanzibars sydligste spids Kizimkazi, og sejler ud i "Menai Bay Marine Nature Reserve". I dette fantastiske øhav lever mange delfinfamilier, af arterne Bottlenose dolphin og Humpback dolphin. Vi møder her delfinerne på deres præmisser i det åbne hav og tager derfor ud tidligt til solopgangen, hvor delfinerne er mest aktive. Delfinerne er både nysgerrige og legesyge, og det er muligt at komme helt tæt på dem, mens man svømmer rundt og iagttager dette fantastiske dyr på nært hold. Det er en god ide at medbringe snorkeludstyr (det låner I af os på skolen) og har man undervandskamera med, er der mulighed for fantastiske billeder. Efter denne smukke start på dagen, tager vi retur til skolen og spiser morgenmad. Herefter er der chill tid og fri leg. Sidst på eftermiddagen mødes vi med de lokale kvinder om deres specialitet: krydderier og lokale retter. Her skal vi sammen lave mad på traditionel swahili facon superviseret af de lokale kvinder. Om aftenen er der dans på den lokale strandbar for de, der har lyst.

DAG 8 *lørdag den 4. januar*



Seaweed tour og Stand Up Paddling (SUP) i mangrove skoven

Om formiddagen er der mulighed for at besøge et af skolens projekter, Seaweed centret, som i dag er en selvstændig virksomhed. På Zanzibar lever mange kvinder af at dyrke tang, på det lave vand ved kysten i Paje. De der har lyst kan komme med på en guidet tur med tang-damerne og lære lidt om faget. Vi tager desuden et kig på den sæbefabrik, hvor kvinderne bearbejder tangen og bl.a. fremstiller sæbe og andre produkter, som et fremragende supplement, til at sælge det tørrede tang direkte til mellemhandlere. Om eftermiddagen paddler vi os gennem mangroveskoven og nyder den smukke natur i vandhøjde, siddende eller stående på store surfbrædder. Alle kan være med, uanset balance og erfaring. Vi slutter turen af med frisk frugt og solnedgang over mangroveskoven.

DAG 9 *Søndag den 5. januar*



Blue Safari med snorkling og tur til sandbankerne

For de der har lyst starter dagen med løb og yoga på stranden. Efter morgenmaden er det på med badetøjet og masser af solcreme, for der venter en fantastisk heldagsbådtur med snorkling og eksklusive besøg på sandbankerne. Undervejs på turen nyder vi en lækker frokost med grillet fisk.

DAG 10 *Mandag den 6. januar*

Chilltid, valgfri ture og drinks på The Rocks

Om formiddagen er der tid til at chille eller få købt de sidste souvenirs i landsbyen. Herefter trasker de der har lyst langs stranden til nabobyen Jambiani, hvor vi skal besøge det lokale projekt Move Zanzibar – en lokal gymnastikgruppe der laver opvisninger og underviser lokale børn i gymnastisk og akrobatik. Der er også mulighed for at tilkøbe en tur til den lokale regnskov Jozani Forrest eller en guidet tur i landsbyen Makunduchi med besøg hos den lokale medicinmand.

Som festlig afslutning på vores ophold på Zanzibar tager vi sidst på eftermiddagen ud til The Rock, som er kåret til at være iblandt verdens smukkeste beliggende restauranter, med sin spektakulære placering på en klippe midt i det Indiske Ocean. Her skal vi nyde en lækker drink med udsigt over det azurblå hav (drikkelsen er ikke inkluderet i prisen).

DAG 11 *Tirsdag den 7. januar*

Hjemrejse... eller mere chill-tid på Zanzibar

Nytårseventyret er slut... vi krammer på gensyn og nogle tager hjemad, mens andre måske har forlænget eventyret et par dage på Zanzibar.