



# Indiens kreativa kvinnor

◆ Upplev kvinnornas Indien ◆ Möt kvinnliga entreprenörer och eldsjälar ◆ Frossa i kultur: mat, textil, kläder, konst, design och dans ◆ Laga mat och dela vardagsliv med en indisk familj ◆ Njut av rörelse varje dag: promenader och yoga ◆ Känn storstadspuls i Mumbai och låt dig hänföras av två historiska världsarv

## FÖLJ MED TILL KVINNORNAS INDIEN!

På vår inspirerande resa utforskar vi hur det moderna och kreativa går hand i hand med tradition och kultur. Vi har skapat det unika programmet tillsammans med vårt nätverk av kreativa kvinnor i Indien.

Vi inleder äventyret i utbildnings- och industristaden Pune, där vi möter kvinnor som är entreprenörer, brinner för utbildning och bjuder oss på fina kulturupplevelser. Vi besöker två företag och en flickskola, tar del av inspirerande föredrag om Indiens flickor och kvinnor, samt bor en natt hos en familj där du får ta del av vardagslivet och lära dig laga indisk mat. Resan går sedan vidare till Aurangabad, där vi låter oss hänföras av grottemplen Ajanta och Ellora, som finns med på FN:s världsarvslista. Vi tar nattåget till Mumbai, en upplevelse i sig, och utforskar sedan megastaden genom stadsvandringar, kulturupplevelser, god mat och kul shopping.

Den här resan bjuder generöst på kvinnlig tradition, kultur och energi. **Välkommen med på en resa som blir ett minne för livet!**



**DATUM:** 18–29 januari 2025, 12 dagar

**PRIS:** 39.900 kr för del i dubbelrum

**BOKA:** bokning@intoindia.se  
Mejla ditt namn, adress, e-post och telefonnummer, så får du vidare information och kan betala en anmälningsavgift på 3.800 kr. Din bokning gäller när anmälningsavgiften är betald.

**ARRANGÖR:** Resan arrangeras av Into India Sweden AB, och Britta Algulin är dess färdledare.

För resans genomförande krävs minst 15 deltagare.



**DAG 1:** Vi reser från Stockholm Arlanda mitt på dagen.

**DAG 2:** Tidigt på morgonen landar vi i Mumbai och därifrån reser vi direkt till Pune. Vi kommer fram vid 10-tiden.

**DAG 2-7:** Välfyllda dagar i Pune, med tema Kreativitet och Kvinnor.

**DAG 8-9:** Världsutvalda kulturarv i Aurangabad.

**DAG 10-11:** Myllrande mångkultur i megastaden Mumbai.

**DAG 12:** Hemresa från Mumbai tidigt på morgonen. Vi landar i Stockholm på eftermiddagen.

## Program dag för dag

**BRA ATT VETA:** Programmet kan ändras beroende på lokala förhållanden vi inte råder över, det är helt enkelt sånt som händer i Indien. I så fall gör vi vårt yttersta för att programändringarna inte ska bli besvärliga för dig.

### DAG 1: 18 JANUARI | Avresa

Avresa från Stockholm Arlanda kl 11:35 med Turkish Airlines.

### DAG 2: 19 JANUARI | Vi landar i Mumbai

Välkommen till Mumbai, Indiens största stad! Vi landar kl 5:20 på morgonen och åker sedan med egen buss till Pune. Vi äter frukost längs vägen och kommer fram till vårt fina hotell ca kl 10. Efter att vi checkat in kan du ta det lugnt vid poolen eller ta en promenad i de trevliga omgivningarna. Vi ses till lunch och senare på kvällen för "Meet and Greet" med våra lokala samarbetspartners. Kvällen avslutas med välkomstmiddag.

**Pune** är delstaten Maharashtra näst största stad med drygt 7 miljoner invånare och ligger 16 mil sydost om Mumbai. Denna dynamiska storstad rymmer flera stora universitet med såväl indiska som internationella studenter och kallas ibland "Oxford of the East". Utbildningstraditionen är en del av stadens själ. Här finns en rik historia med rötter i 800-talet, sida vid sida med ultramoderna vaccinfabriker, IT- och fordonsindustri. Musik- och kulturlivet blomstrar. Pune är världskänt för Osho International Meditation Resort, ett ashram som lockar till sig följare från Europa och USA.

### DAG 3: 20 JANUARI | Kulturboost på Zapurza

Efter frukost söker vi oss på indiskt vis till ett Ganeshatempel för att få en bra start på vårt äventyr. Templet Ganpati Mandir ligger i en vacker välbesökt trädgård med en lotusdamm och här får vi en introduktion till den hinduiska filosofin. Mittemot ligger ett gudinetempel som vi också besöker.

**Ganesha** är en av många gudar inom den hinduiska traditionen. Hinduismen är världens äldsta ännu levande religion och har sitt ursprung i Indien. Landets samhälle, historia och kultur är starkt färgad av den hinduiska världsuppfattningen och livsstilen och ungefär 80 % är hinduer. En självklar del av varje Indienresa är därför att utforska denna urgamla filosofi och lära sig något om dess betydelse idag. Ganesha är visdomens



gud och ses som en beskyddare och någon man tillber för att få en god start på nya projekt, samt vid entrén till ett hem eller ett tempel. De indiska gudinnorna Saraswati, Laxmi och Durga symboliserar olika aspekter av kvinnlig kraft. Laxmi, vars tempel vi besöker denna dag, är en av de mest omtyckta gudinnorna och uppfattas ge välstånd, lycka, skönhet och fruktbarhet.

Nu styr vi kosan till det fascinerande Zapurzamuseet som ligger i Kudje, cirka 45 minuter sydväst om Pune. Här djupdyker vi i såväl lokal som nationell kultur och konst, både ute och inne. Museet är känt för sina unika samlingar av textil och antika smycken i silver och guld – men här finns många fler utsökta utställningar. Vi äter lunch på Zapurza, går en guidad tur, möter några kvinnor från den närbelägna byn, provar saris och ser en föreställning med klassisk indisk dans. Du får också tid att utforska det du själv vill – kanske är det den moderna konsten, skulpturerna, museets butik eller den vackra parken? Besöket avslutas med en kort föreläsning om den indiska läkekonsten Ayurveda, under ett träd i parken. Till midnatten på hotellet möter vi sedan rektor Mrs Sujatha Mulla från en privat grundskola i staden Gulbarga. Hon introducerar morgondagens program genom att berätta om varför skola och utbildning är så avgörande för Indiens flickor, särskilt dem från enkla förhållanden.



#### DAG 4: 21 JANUARI | Flickors rätt till utbildning

Vi går upp tidigt för en promenad i gröna Koregaon Park och en stunds Pranayama (andningsövningar) för en skön start på dagen. Efter frukost på hotellet, tar vi oss till flickskolan Maharshi Karve Stree Shikshan Sanstha, MKSSS. Skolan är berömd för sitt engagemang för utsatta flickor och kvinnor och startades redan 1896 av filantropen Karve. Här får vi uppleva utbildningens avgörande betydelse för flickors självkänsla och livschanser, genom möten med både elever, lärare och skolledning. MKSSS erbjuder förskola, grundskola, gymnasium, yrkesutbildning och högre utbildning till ca flera tusen elever och här finns även företag där eleverna lär sig affärsverksamhet och service. Du kommer att få välja vilken klass eller elevgrupp du vill besöka, utifrån ditt intresse och egen bakgrund. Vi äter lunch på skolan och möter även Dr Sucheta Paranjape i en föreläsning med rubriken Kvinnor i Indien. Vi åker tillbaka till hotellet för ett yogapass och sedan äter vi middag tillsammans.

**Yoga** är en fysisk, mental och andlig träningsform som utövats i tusentals år och härstammar från Indien. Yoga beskrevs i text första gången ca 200 f.Kr. i Yoga Sutra (del av hinduismens Vedaskrifter). Det finns några olika grundpelare inom yoga: andningsövningar, grundläggande rörelser, meditation och avslappning. Ordet **Ayurveda** är sanskrit och betyder "läran om livet". Detta urgamla system för främjande av hälsa används fortfarande som en del av det indiska sjukvårdssystemet och fungerar som ett komplement till skolmedicinen och västerländsk vetenskap. Såväl yoga som ayurveda är självklara delar av allmänbildning och livsstil i Indien, men praktiseras i olika grad. **Skrattyoga** är en form av yoga som uppfanns av en indisk läkare på 90-talet. Den är ett sätt att kombinera andningsövningar med skratt och ger en effektiv må-bra-boost, särskilt då man gör den i grupp.



#### DAG 5: 22 JANUARI | Grottempel och kvinnliga företagare

Idag ger vi oss ut på en morgonpromenad i de historiska kvarteren runt Shaniwar Wada, det palats från 1700-talet som är Punes land-

märke. Här ser vi staden vakna, grönsaker och frukt läggs fram på marknaden och hantverkare öppna sina verkstäder. Vi återvänder till hotellet för frukost och sedan följer en dag på stan. Vi börjar med ett besök vid Pataleshwar grottempel som höggs ut i berget så tidigt som på 700-talet. Efter lunch träffar vi en grupp kvinnliga entreprenörer som berättar om sitt företagande och de möjligheter och svårigheter de ser. *Om du vill träffa någon från en särskild bransch – meddela oss gärna så att vi kan förbereda detta. Vi ser fram emot ett spännande utbyte där nya kontakterskapas!* Dagen avslutas med middag på hotellet, sedan säger vi god natt.

#### DAG 6: 23 JANUARI | Homestay

Vi äter frukost och checkar sedan ut från hotellet. Dags för en hemma-hos-upplevelse! Du blir skjutsad hem till din värdinna som bjuder in dig ett dygn till sin vardag. Du får hänga med till matvaruaffären och marknaden, laga mat, träffa familjen, äta och umgås. Kanske kör ni sedan en tvättmaskin, hjälper barnen med läxorna eller tar en kvällspromenad. Familjeliv är centralt i indisk kultur och ofta bor flera generationer under samma tak. Du som hälsar på får en inblick i detta som många ser som kvinnornas främsta ansvar. Du är antingen ensam gäst eller gör din homestay med en reskamrat. Du/ni sover över hos familjen i eget rum.

#### DAG 7: 24 JANUARI | Kvinnligt arbetsliv

Vi äter frukost i våra familjer och samlar sedan ihop gruppen för två spännande företagsbesök. Vi börjar hos det svenska företaget Sandvik. Här kommer vi att träffa företagsledning, kvinnliga chefer och medarbetare. Sandvik, som är världledande inom gruv- och anläggningsindustrin, etablerade sig i Pune med sin verktygsfabrik redan 1960. Här får vi ta del av många års erfarenhet av hur svenskt och indiskt funkar ihop då man formar företagskultur, ledarskap och ett jämställt arbetsliv. Sandvik bjuder oss på lunch och vi är också inbjudna till företagets förskola där anställda kan ha sina barn. På eftermiddagen besöker vi det anrika indiska företaget TATA som har en bilfabrik i Pune med bara kvinnor anställda. De berättar om sitt arbete med och för kvinnliga industriarbetare. Efter besöken reser vi med buss till Aurangabad, för att komma nära ett par riktigt spektakulära sevärdheter. Vi äter sen middag och checkar in på hotellet.

**Aurangabad** är med sina 1,7 miljoner invånare ytterligare en stad i delstaten Maharashtra. Staden hade sin storhetstid under slutet av 1600-talet då mogulkejsaren Aurangzeb gjorde den till sin huvudstad. Idag är Aurangabad bland annat känd för sin bomulls- och sidenindustri, liksom för att vara utgångspunkt för utflykter till världsarven Ajanta och Ellora.

#### DAG 8: 25 JANUARI | Världsarvet Ajanta

Vi stiger upp tidigt och får med oss frukosten på bussen. Ajanta-grottorna är några av Indiens mest berömda historiska byggnadsverk och utnämndes till världsarv av UNESCO redan 1983. Grottorna som höggs ut ur den hårda klippan mellan 200 f.Kr. och 600 e.Kr. var ursprungligen buddhistiska tempel och klosterceller och är kända för sin detaljrikedom. Väggarna täcks av inskrifter och vackra freskobilder som skildrar scener ur Buddhas liv och ger oss kunskap om Indiens kulturella och andliga arv. Vi går en guddad tur i det stora området och får också tid till att utforska grottorna på egen hand. Efter lunch tar vi oss tillbaka till hotellet igen. Vi ses före middag för ett pass skrattyoga, det är vår färdleda-



re Britta som håller i det och hon lovar att det blir kul! Middag och god natt.

#### DAG 9: 26 JANUARI | Vidare till Ellora

Vi checkar ut från hotellet efter frukost och reser vidare till ännu en världsunik plats och ett världsarv: Ellora. Här finns också buddhistiska tempel och kloster, men även hinduiska och jainistiska, som höggs och mejslades ut ur klippan – uppifrån och ned! – mellan 600- och 1000-talet. Efter den hänförande rundvandringen äter vi lunch och på vägen tillbaka till Aurangabad besöker vi ett väveri. Där tittar vi på vackra sjalar och saris i de speciella vävteknikerna Himroo och Paithani. Innan middag i Aurangabad har vi lite tid på egen hand och senare på kvällen tar vi nattåget till Mumbai.

**Resa med tåg.** Vi har gjort ett val att minimera antalet inrikes flyg på våra Indienresor. Främst för klimatets skull, men också för att tågresorna gör att vi förstår landet, med dess stora avstånd och många sorters landskap. Att resa med tåg är också att möta människor av många slag och få sig en trevlig pratstund man inte visste att man behövde. Tillgången till mat och service är mycket god och tågresorna blir även fina tillfällen att läsa, tänka och vila. Vi väljer att resa med andra klass AC, vilket betyder att du har din nummerade plats och slipper trängas, har det lagom kallt och kan fälla sätet till liggplats. Kudde, rena lakan och en ny filt ingår i din biljett.

#### DAG 10: 27 JANUARI | Mångkultur i Mumbai

När vi kliver av tåget på anrika Victoria Station, är vi mitt i megastaden. Vi börjar med att äta frukost och sedan bär det av med buss på en rundtur i myllrande mångkulturella Mumbai.

**Mumbai** är Indiens största stad, med 24,5 miljoner invånare. Staden är huvudstad i delstaten Maharashtra och Indiens viktigaste hamnstad åt väster, samt dess finansiella och kommersiella centrum. Staden har en lång historia från att ca 200 f.Kr. ha varit sju öar bebodda av fiskare och tagit sitt namn från gudinnan Mumba. Då portugiserna gjorde staden till sin på 1500-talet, döpte de om den till Bom Bahia och hundra år senare bytte briter namnet till Bombay. Sedan 1995 heter staden officiellt Mumbai, för att återta den ursprungliga betydelsen. Mumbai är staden som aldrig sover, med filmindustrin Bollywood, omfattande nöjesliv, massor av miljonärer – och Asiens största slum.

Vi kör längs Marine Drive förbi Chowpatty Beach, upp till Malabar Hill och Hanging Garden där vi stiftar bekanskap med en av Mumbais färgstarka folkgrupper: parserna. Vi äter lunch på en parsisk restaurant och checkar sedan in på vårt mysiga boutiquehotell i Colaba. Under eftermiddagen är du välkommen med till Mani Bhavan, den villa där Mahatma Gandhi, Indiens fader och global ikon, var gäst under sina besök i Mumbai. Här finns idag ett fint museum som brukar uppskattas stort av våra resenärer. Vid vårt besök intresserar vi oss särskilt för Kasturba Gandhi och de andra kvinnorna som spelade en viktig roll i Indiens kamp för självständighet.

#### DAG 11: 28 JANUARI | Mera Mumbai

Vi går på guidad morgonpromenad före frukost, i gamla kvarter i närheten av vårt hotell. Det finns ett självklart måste i Mumbai och efter frukost är det dags: vi tar oss till pendeltågsstationen Churchgate och ser Mumbais berömda dabba walas lasta om sina matlådor.



Ellora



Mumbai



Mani Bhavan

**Dabba wala.** En dabba är en matlåda och en wala är en person som har ett serviceyrke. Mumbais 5000 dabba walas är helt enkelt matlådetransportörer, som hämtar lagad mat i hem och på restauranger och ser till att de kommer fram till rätt person vid rätt kontor, vid lunchdags. De 200.000 matlådorna (per dag!) transporteras på huvudet, på tåg och på cykel i ett sinnrikt logistiksystem som omfattar hela mångmiljonstaden. De flesta dabba walas kan inte läsa och skriva, men leveranssäkerheten funkar till 99,9 % har Forbes Magazine räknat ut. Hemlagad mat i matlåda är en självklarhet för miljoner matglada indier, såväl på jobbet som i skolan.

Efter matlådemagin tar vi oss tillbaka till de trevliga kvarteren Kala Ghoda, som ligger nära vårt hotell. Där äter vi lunch på egen hand och tar oss en ledig eftermiddag. Du kommer att få tips på riktigt fina museer i närheten, liksom på bra shopping i området. Ett annat alternativ är självklart vila på hotellet. Vi ses sedan till avskedsmiddag på en trevlig restaurang, också den i Kala Ghoda.

#### DAG 12: 29 JANUARI | Hemresa

Vi reser hem tidigt på morgonen och når Stockholm Arlanda klockan 17:00 (lokal tid).



### Ingår i resans pris

- Reguljärflyg Stockholm – Mumbai tur och retur med Turkish Airlines, via Istanbul.
- Svensk färdledning och tolkning.
- Program enligt ovan, inklusive alla gemensamma aktiviteter och resor.
- Inkvartering i dubbelrum på 4- och 5-stjärninga hotell: Blue Diamond i Pune, The Fern Residency i Aurangabad och Abode Boutique Hotel i Mumbai.
- Måltider: frukost, lunch och middag (helpension) dag 2–9. Frukost och lunch eller middag (halvpension) dag 10–12.
- Dricks till servicepersonal som hanterar vårt bagage.
- Dricks till serveringspersonal vid gemensamma måltider.
- Into India Sweden AB har lagstadgad garanti hos Kammarkollegiet i enlighet med resegarantilagen.

### Ingår inte i resans pris

- Reseledning på flyget Stockholm – Mumbai.
- Lunch eller middag dag 10–12, räkna med totalt ca 1.000 kr.
- Dryck till maten, samtliga måltider.
- Visum till Indien, kostnad 25 USD = ca 250 kr. Länk till visumansökan online, samt vägledning, hittar du här: <https://intoindia.se/tips-och-rad>. Ansök i början av januari.

### Boka som tillägg

- Enkelrum, tillägg: 5.900 kr.

## Välkommen med din anmälan!

Om du har frågor eller särskilda önskemål, tveka inte att höra av dig till oss!

e-post: [info@intoindia.se](mailto:info@intoindia.se) | tel: 0730-40 61 60

### VEM ÄR JAG?

Jag, Britta Algulin, är erfaren reseledare i Indien och guidar med kunskap och glädje genom den brokiga indiska verkligheten, förklarar kultur, religion och samhälle – och vet vart du ska gå för att hitta de fina små butikerna och den underbara maten. Mina resenärer har givit mig högsta betyg som färdledare i över tio år. I Into India skapar jag resor med hög kvalitet, stort engagemang och i nära samarbete med vänner och partners i Indien – sådana resor jag själv skulle vilja åka på! *Indiens kreativa kvinnor* har kommit till på just det viset. Välkommen med!

