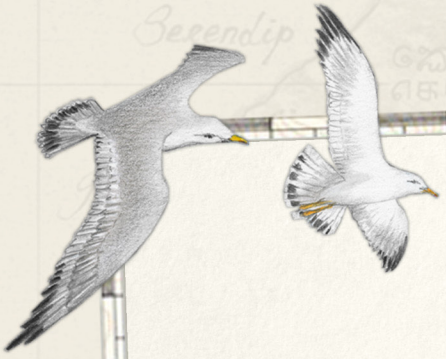
Djoser
WANDEL EN FIETS

Met oog voor de Wereld





FIETSREIS BALI & LOMBOK, 18 DAGEN





REISSCHEMA

Dag 1 Amsterdam - Denpasar
Dag 2 aankomst Denpasar - Ubud
Dag 3 Ubud, vrije dag
Dag 4 Ubud, Batur
Dag 5 Ubud - Jatiluwih - Munduk
Dag 6 Munduk - Lovina
Dag 7 Lovina - Amed
Dag 8 Amed - Candidasa
Dag 9 Candidasa - Padangbai - ferry naar Lombok - Gilli Air
Dag 10 Gili Air, vrije dag
Dag 11 Gili Air - Senggigi, Lingsar
Dag 12 Senggigi, dagtrip naar Pengsong
Dag 13 Senggigi, Tetebatu, Kopang
Dag 14 Senggigi - Lembar - Sekotong - Gili Asahan
Dag 15 Gili Asahan, vrije dag
Dag 16 Gili Asahan - boot Lombok - ferry Denpasar - Kuta
Dag 17 Kuta - Airport Bali - Amsterdam
Dag 18 aankomst Amsterdam

DAG TOT DAG BESCHRIJVING

Tijdens Djoser fietsreizen maak je fietstochten vanuit een verblijfplaats of een meerdaagse fietstocht. Er is geen sprake van een strak gepland reisschema. Op rustdagen kun je extra fietstochten maken of andere dingen gaan ondernemen. De reisbegeleider kan je hierover altijd tips en suggesties geven. Je bent natuurlijk niet verplicht hieraan deel te nemen. Wie er liever zelf op uitgaat, heeft daartoe alle vrijheid. Door het karakter van onze reizen en de plaatselijke omstandigheden kunnen zich onverwachte situaties voordoen. Hierdoor kan het voorkomen dat een bepaalde fietstocht of activiteit niet door kan gaan of aangepast dient te worden. We reizen in groepen van maximaal 20 personen voor deze fietsreis.

Onze fietsreizen worden ingedeeld in categorieën van één tot vijf fietsjes, waarbij één fietsje eenvoudig is en vijf pittig en voor de ervaren fietser. Twee fietsjes is voor iedereen met een normale conditie goed te doen en gaat veelal over vlak terrein met af en toe een helling. Deze reis krijgt **twee fietsjes**. Meer informatie over de fietsduur per dag vind je hieronder in de dag-tot-dagbeschrijving en een toelichting over de zwaarte lees je in de praktische informatie. De zwaarte van de reis wordt uitgebreid uitgelegd op de pagina wandel en fiets zwaarte.

Bali, Ubud

Dag 1 Amsterdam - Denpasar
Dag 2 aankomst Denpasar - Ubud
Dag 3 Ubud
Dag 4 Ubud, Batur



Na aankomst op het vliegveld van Bali rijden we direct door naar Ubud waar we de komende nachten verblijven. In en rond het bruisende Ubud is altijd wat te doen. Bezoek een van de markten of het apenbos en wandel door de omliggende rijstvelden. Op dag 4 maak je tijdens de eerste fietstocht van ongeveer 24 kilometer, maak je kennis met de binnenlanden van Bali en het dagelijks leven in de dorpen. Vanuit Ubud zetten de busjes ons af aan de voet van de Batur vulkaan in het midden van Bali en vanaf daar fietsen we door kleine dorpjes, waar je Balinese huizen en tempels bezoekt.

- Afstand: ± 24 km (1,5 uur)

Munduk, Lovina

Dag 5 Ubud - Jatiluwih - Munduk
Dag 6 Munduk - Lovina
Dag 7 Lovina - Amed



We laten Ubud achter ons en trekken naar de bergen in het noordwesten van Bali. De fietsroute van vandaag start bij de tempel Pura Batukaru. Deze mysterieuze tempel ligt hoog op de hellingen van de vulkaan Batukaru, in een mossig en vochtig bos. We fietsen vandaag maximaal 20 kilometer over een heuvelachtig terrein en passeren cacao-, koffie- en kruidnagelplantages. Het hoogtepunt van vandaag vormen de rijstvelden van Jatiluwih, misschien wel de mooiste terrasrijstvelden van Bali. Na afloop van de fietstocht brengen de busjes ons via de tempel Pura Ulun Danu Bratan naar het bergdorp Munduk. We overnachten tussen de kruidnagelplantages met een prachtig uitzicht op de bergachtige omgeving.

Vanuit Munduk fietsen we de volgende dag bergafwaarts naar de noordkust. Een deel van de route gaat over onverharde wegen tussen de rijstvelden en door dorpjes. We fietsen langs de warmwaterbronnen van Banjar voor een geneeskrachtig bad en bezoeken een van de weinige boeddhistische kloosters van Bali. In de badplaats Lovina overnachten we één nacht in een comfortabel hotel aan zee. Hier behoren snorkelen, duiken

en dolfijnen kijken tot de mogelijkheden. Maar ook kun je zelf met de fiets op stap, bijvoorbeeld om de markt van de stad Singaraja te bezoeken.

De volgende dag rijden we naar Air Sanih, wat net na de drukke stad Singaraja ligt, hier stappen we op de fiets langs de kust. Het is vrij vlakke tocht, maar uiteraard zijn er hier en daar wat kleine klimmetjes. Gedurende de tocht hebben aan de ene kant uitzicht op zee en aan de andere kant uitzicht op de imposante vulkaan Gunung Agnung. In 1963 liep er voor het laatst nog lava de zee in via de helling van de vulkaan. Onderweg zien we ook nog dorpjes waar op traditionele wijze zout gewonnen wordt op het strand. Onze eindbestemming vandaag is Amed, waar we verblijven in een hotel aan de zee.

- Afstand dag 5: ± 20 km (1,5 uur)
- Afstand dag 6: ± 30 km (2 uur)
- Afstand dag 7: ± 65 km (4 uur)

Amed, Candidasa

Dag 8 Amed - Candidasa
Dag 9 Candidasa - Lempang - Padang Bai - Gili Air



Na het ontbijt rijden we de volgende ochtend eerst met de busjes naar het plaatsje Tirtagangga, waar we het waterpaleis van de vroegere vorst van Oost-Bali bezoeken. De fietsroute van vandaag begint in de bergen boven Tirtagangga en voert door het heuvelachtige landschap dat ligt ingeklemd tussen de vulkaan Gunung Agung in het noorden en de kustlijn in het zuiden. In het eerste deel van de route fietsen we langs rijstvelden en door dorpjes waar onder andere traditionele smeden actief zijn. Liefhebbers kunnen halverwege de route een fikse klim omhoog wagen. De heuvel die beklommen moet worden is begroeit met salakstruiken, een vrucht die alleen maar in Indonesie voorkomt. Samen met de rest van de groep, die met de busjes op de top van de heuvel wordt afgezet, volgt er een lange afdaling door een agrarisch gebied met prachtige vergezichten over rijstvelden en de kustlijn van zuidoost Bali. We eindigen de fietsroute vandaag nabij de tempel Goa Lawah en rijden vanaf daar naar de kustplaats Candidasa voor onze overnachting.

Deze dag steken per 'fast ferry' over naar Lombok en reizen door naar het kleine eilandje Gili Air. We slapen twee nachten op dit tropische eiland: even de benen laten rusten. Het witte strand ligt op loopafstand van het hotel. Je kunt er snorkelen of duiken en ook de andere Gili-eilanden bezoeken.

- Afstand dag 8: ± 45 km (3 uur)

Lombok, Gili Air

Dag 10 Gili Air
Dag 11 Gili Air - Senggigi, Lingsar
Dag 12 Gili Air - Senggigi, Pengsong



Na een vrije dag op het eiland varen we uitgerust terug naar Lombok waar de fietsen klaar staan voor een mooie tocht. Deze dag fietsen we door een heuvelachtiger gebied naar de tempel Lingsar, een bijzondere plek waar zowel hindoes als moslims bidden. Deze tempel wordt beschouwd als symbool van harmonie en eenheid tussen de Balinese Hindoes en de Islamitische Sasak. Onderweg passeren we Karang Bayan, één van de oudste traditionele dorpjes van Lombok.
Vanuit Senggigi maken we de volgende dag een mooie fietstocht over het platteland van midden Lombok, naar Pengsong. Om de groene rivier over te steken maken we gebruik van een lokaal vlot. Onderweg zien we de lokale bevolking bezig met hun dagelijkse activiteiten zoals vissen en rijst planten.

- Afstand dag 11: ± 20 km (3 uur)
- Afstand dag 12: ± 20 km (3 uur)

Senggigi, Tetebatu

Dag 13 Senggigi, Tetebatu - Kopang
Dag 14 Senggigi - Lembar - Sekotong - Gili Asahan
Dag 15 Gili Asahan
Dag 16 Gili Asahan - Lembar - Padang Bai (slow ferry) - Kuta
Dag 17 Kuta - Airport Denpasar - Amsterdam
Dag 18 aankomst Amsterdam



We worden op deze dag afgezet onder aan de berg Rinjani. We fietsen vanaf Tetebatu grotendeels heuvelafwaarts tot aan het dorpje Kopang en van daaruit gaan we per bus weer terug naar de kustplaats Senggigi. Je zult tijdens de fietstocht vaak willen stoppen voor het nemen van prachtige foto's.

Vandaag verlaten we Senggigi en rijden we naar Lembar. We fietsen vanaf de lokale markt in 3,5 uur naar de haven van Kores. We stoppen onderweg om te zien hoe er op traditionele manier bakstenen worden gemaakt. Onze fietstocht dwars door de rijstvelden brengt ons uiteindelijk in de haven, waar we een lokale boot nemen naar Gili Asahan. Dit kleine eilandje is een verstopt paradijs. We verblijven hier twee nachten op dit stille eiland, in een mooi resort met een koraalrif voor de deur. Op de vrije dag kun je gaan snorkelen, kanoën of peddelen, wandelen rond het eiland, de heuvel beklimmen voor zonsopkomst- of ondergang, of overvaren naar het buureiland Gili Gede om hier wat te fietsen. Ook zijn er voor liefhebbers duikmogelijkheden.

Volledig uitgerust gaan we met de boot terug naar het vasteland van Lombok. Hier nemen de de ferry naar Bali, Padang Bai. De bus brengt ons naar het hotel in Kuta voor onze laatste nacht. Deze middag en avond kunnen we ons nog even onderdompelen in de hustle and bustle van Kuta.

- Afstand dag 13: ± 25 km (3 uur)
- Afstand dag 14: ± 40 km (4 uur)

PRAKTISCHE INFORMATIE

ACCOMMODATIE

We overnachten tijdens deze reis in prachtig gelegen strandhotels en goede middenklasse hotels, waarbij de kamers een eigen douche/toilet hebben en meestal zijn voorzien van airconditioning, maar soms van een fan of ventilator. De meeste kamers zijn eenvoudig ingericht en niet voorzien van luxe extra's. De hotels bestaan soms uit losse huisjes, waarbij je een eigen veranda hebt. De hotels hebben een eigen, sfeervol karakter. Een aantal hotels beschikt over een zwembad.

Bekijk hotelreviews op Tripadvisor

Ubud	Pertiwi Resort
Munduk	Hotel Puri Lumbung
Lovina	Kutus Kutus Sunari Resort
Amed	Arya Amed Beach Resort
Candidasa	Wyndham Tamansari Jivva Resort
Senggigi	Jayakarta Beach Resort
Gili Air	Royal Regrantis Villa Karang
Gili Asahan	Pearl Beach Resort
Kuta	Ramada Sunset Road

Deze selectie geeft een goed beeld van de hotels waar we op deze reis verblijven. Deze hotels zijn onder voorbehoud van wijziging.

EENPERSOONSKAMER

Alleenreizenden worden, in goed overleg, ingedeeld met andere alleenreizenden van hetzelfde geslacht. Wil je niet ingedeeld worden met een ander groepslid, dan kun je een eenpersoonskamer boeken tegen de daarvoor geldende toeslag vanaf € 345,-.

VLIEGREIS

Het meest voorkomende vluchtschema staat hieronder. Je kan ook het schema per vertrekdatum bekijken. Vliegtijden en -maatschappijen zijn onder voorbehoud van wijzigingen.

VLUCHT MET	TRAJECT	VERTREK	AANKOMST
Emirates	Amsterdam - Dubai	15:20	23:59
Emirates	Dubai - Denpasar	03:25	16:35
Emirates	Denpasar - Dubai	00:05	05:00
Emirates	Dubai - Amsterdam	08:05	13:15

Tijdsverschil: in de zomer is het op Bali en Lombok 6 uur later. Gedurende onze wintertijd komt er een uur bij.

VERVOER

Fietsen
De reis is inclusief het gebruik van een goede kwaliteit mountainbike met versnellingen. We fietsen voornamelijk over landwegen en proberen de grote drukke wegen te vermijden. Het terrein is over het algemeen vlak en zal afgewisseld worden met klimmen en dalen. Het dragen van een helm is verplicht. De helmhuur zit bij de reis inbegrepen.

Bus
We leggen gedeeltes van de reis af met onze eigen, comfortabele minibussen (maximaal 8 personen per busje). De busjes reizen tijdens de fietstochten als bezemwagen met ons mee en brengen de bagage naar de eindbestemming van de dag. De busjes gaan de gehele reis met ons mee en zetten ons een enkele keer af op een bepaald punt, waar wij op onze fietsen stappen. Aan het einde van de fietstocht (als we niet doorfietsen naar onze accommodatie) pikt de bus ons weer op. Tijdens trajecten die we niet op de fiets afleggen, gaan de fietsen mee in de pick-up voor de fietsen. Voor de transfers van en naar de luchthaven maken we gebruik van deze minibussen of een grote bus voor de gehele groep.
Voor de overtocht van Bali naar Lombok maken we gebruik van de openbare fast ferry, deze is bij de reissom inbegrepen. Ook de bootretour van en naar Gili Air en Gili Asahan is bij de reissom inbegrepen.

BIJ DE REIS INBEGREPEN

- Vliegreis
- Ruimbagage
- Alle vluchttoeslagen
- Vervoer van en naar de luchthaven
- Vervoer van en naar begin- en/of eindpunt fietstochten
- Ferry Bali Lombok
- Lokale boot Gili Air & Gili Asahan
- Fietshuur en helm
- Hotelovernachtingen
- Ontbijt inbegrepen
- Fietstochten en excursies volgens programma
- Fietstocht langs de indrukwekkende vulkaan Gunung Agung
- Bezoek waterpaleis vroegere vorst
- Bezoek warmwaterbronnen en het boeddhistische klooster in Banjar
- Tempelbezoek Pura Batukaru
- Tempel Lingsar
- Jatiluwih rijstterassen
- Nederlandse reisbegeleiding
- Lokale gids tijdens fietstochten.

EXCURSIES

Bij Djoser bepaal je zelf welke bezienswaardigheden je de moeite waard vindt om te bezoeken, naast de fietstochten die tijdens de reis gemaakt worden. De een maakt graag nog een wandeling door de rijstvelden terwijl de ander liever een marktje bezoekt.

Vanuit onze accommodaties kun je zelf eenvoudig te voet of met lokaal vervoer de mogelijkheden aan je voorkeur aanpassen.

Sommige bezienswaardigheden mag je echt niet missen of liggen op de route. Dergelijke excursies zijn bij Djoser in het programma opgenomen. Hiervoor geldt dat eventuele entreegelden exclusief zijn.

Tijdens de fietsreis in Bali en Lombok zijn de volgende excursies in het reisprogramma opgenomen, exclusief entreegelden (naast de fietstochten die gemaakt worden):

- Jatiluwih rijstterassen
- Tempelbezoek Pura Batukaru
- Bezoek aan warmwaterbronnen en het boeddhistische klooster in Banjar
- Bezoek aan het waterpaleis Tirtagangga
- Bezoek aan de tempels Pengsong en Lingsar op Lombok

Ter plaatse zijn er nog veel andere mogelijkheden, zoals:

- Vanuit Ubud kun je bijvoorbeeld mooie wandeltochten maken door de rijstvelden.
- Het lokale museum bezoeken van Ubud.
- Aan de kust kun je gaan snorkelen/duiken.
- Een bootexcursie op zoek naar dolfijnen.

REISDOCUMENTEN

- E-ticket. Meer informatie over de vlucht ontvang je ongeveer 2 weken voor vertrek.
- Paspoort, dat bij aankomst in Indonesië nog minimaal 6 maanden geldig is.
- Voor Nederlandse en Belgische reizigers is het nodig om voor IDR 500.000 (+- € 35,-) bij aankomst een visum te kopen. Indien je langer dan 30 dagen verblijft, dien je het visum voor vertrek bij de ambassade in Nederland aan te vragen.

GELDZAKEN

In Indonesië wordt er betaald met de Indonesische Rupiah (IDR). Kijk voor de actuele koersen op oanda.com.

Pinnen: in de grote plaatsen op Bali en Lombok zijn geldautomaten.
Contant: we adviseren een bedrag van € 50,- / € 100,- mee te nemen voor noodgevallen.

Als richtbedrag voor uitgaven die niet bij de reissom zijn inbegrepen, zoals maaltijden, entreegelden, facultatieve excursies en persoonlijke uitgaven geldt minimaal € 200,- per persoon per week.

Het is gebruikelijk om fooien te geven voor verleende diensten. Om te voorkomen dat je steeds fooien uit moet delen, wordt aan het begin van de reis een fooienpot ingesteld waaruit de (gezamenlijke) tips aan de chauffeurs, gidsen, hotelpersoneel e.d. worden betaald. Daarnaast staat het je vrij om als blijk van waardering een fooi aan de reisbegeleider te geven.

MAALTIJDEN



De Indonesische keuken is een van de bekendste van Azië en is buitengewoon gevarieerd. Voor de liefhebbers kan de reis een ware culinaire ontdekkingstocht worden. Indonesië bestaat uit duizenden eilanden, waarvan velen hun eigen recepten en specifieke kruiden hebben. Zo zijn de gerechten op Sumatra in het algemeen veel pittiger dan op Java. De gerechten van Oost-Java zijn doorgaans wat zoeter van smaak. Daar wordt onder andere ook meer gebruikgemaakt van palmsuiker. De Indonesische keuken heeft onder invloed gestaan van de Chinese, Indiase, Arabische en ook de Nederlandse keuken. Elk heeft zijn bijdrage geleverd aan de grote verscheidenheid aan gerechten.

In Indonesië gebruikt men veel kruiden, zoals laos, djintan (komijn), djahé (gemberwortel), koenjit (kurkuma, geelwortel) en ketoembar (korianderzaad). In vrijwel ieder gerecht wordt gebruikgemaakt van uien, knoflook en sambal en vaak wordt er kokosmelk toegevoegd voor de speciale, zachte smaak. Ook het gebruik van ketjap (sojasaus) is algemeen. Als bijgerecht is er vaak kroepoek, atjar en sambal.

Het ontbijt is bij de reissom inbegrepen. Er wordt een continentaal ontbijt geserveerd, maar wie dit prefereert kan veelal ook een Indonesisch ontbijt krijgen. Lunch en diner zijn niet bij de reissom inbegrepen, waardoor je alle vrijheid hebt te bepalen waar, wat en met wie je gaat eten. De reisbegeleiding kan je adviseren over het Indonesische eten en geschikte eetgelegenheden. Er is een scala aan mogelijkheden, variërend van restaurants tot kleine warungs langs de weg. Overigens bieden verschillende restaurants ook een keuze aan westerse gerechten.

GEZONDHEID

Voor deze reis worden vaccinaties aangeraden tegen:

- vaccinaties tegen DTP, Hepatitis A
- malariatabletten

Het is verstandig enigszins te letten op wat je eet. Tevens raden we je aan een kleine medische kit mee te nemen met o.a. aspirine en middelen tegen darmstoornissen. De reisbegeleiding is overigens ook in het bezit van een medische set, met daarin steriel medisch hulpmateriaal. Houd er rekening mee dat reizen en fietsen vermoeiend kan zijn. Het is verstandig in een goede conditie en uitgerust op reis te gaan. Zorg er tijdens de reis voor dat je goed eet, veel drinkt en steeds voldoende rust neemt.

HOTELVERLENGING

Verlenging mét accommodatie is mogelijk aan het einde van de reis op Bali in het hotel in Kuta. De verlengingsprijs in Kuta is vanaf € 33,- per persoon per nacht voor een tweepersoons kamer. Een eenpersoonskamer is vanaf € 66,- per nacht.

Het is niet mogelijk om voorafgaand aan de reis te verlengen. Garuda staat alleen een verlenging van de terugvlucht toe.

De genoemde prijzen zijn exclusief wijzigingskosten van de vlucht en de transfer van/naar de luchthaven.

KLIMAAT EN GEOGRAFIE

Indonesië heeft een tropisch klimaat. De temperatuur is het gehele jaar vrij constant en ligt rond 30°C. Op Bali en Lombok is de temperatuur het hele jaar door zeer gelijkmatig tussen 28° en 30°C. De droge periode begint rond april en eindigt rond november.

De regentijd valt in de tussenliggende maanden. Per jaar kan de aanvang en lengte van de droge en natte periode enigszins verschillen. Bovendien trekt de moesson van Sumatra naar beneden de archipel over en op elk eiland begint de regentijd dus op een ander tijdstip. Ook de hoeveelheid regen varieert per streek. Het reizen in de regentijd hoeft niet nadelig te zijn. Een regenbui valt meestal 's middags, is vaak kort en hevig en kan de natuur een lekkere opfrisser geven. Na een bui klaart het vaak snel weer op.

ZWAARTE VAN DE REIS

De fietsreizen zijn geschikt voor iedereen die een goede conditie en gezondheid heeft en regelmatig op de fiets stapt. We hebben de reizen gerangschikt naar zwaarte. Hierbij is rekening gehouden met de hoogten waarop we fietsen en de hoogteverschillen die we overbruggen en de duur van de fietstochten. Dit blijft natuurlijk een inschatting. Bovendien zal je persoonlijke beleving mede afhankelijk zijn van factoren als weersomstandigheden en je fysieke gesteldheid.

De reizen met één fietsje gaan over vlak terrein. Bij reizen met vijf fietsjes fietsen we in bergachtig gebied op mountainbikes met forse stijgingen en steilere afdalingen. Regelmatig wordt de groep met de bus op de top van een pas afgezet om vervolgens met de fiets af te dalen. Liefhebbers kunnen er uiteraard ook voor kiezen om de uitdaging omhoog aan te gaan. Bij iedere fietsreis rijdt een bus mee, zodat je een fietstocht kunt onderbreken. Bij veel reizen kunnen we ter plaatse, afhankelijk van de wensen van de groep, de fietstochten inkorten of verlengen.

De meeste fietsroutes in Indonesië zijn tussen de 25 en 40 kilometer lang. In de binnenlanden van Bali en Lombok bevinden zich indrukwekkende vulkanen. Het is daarom onvermijdelijk dat sommige fietsroutes door heuvelachtig terrein gaan. Om te voorkomen dat de routes te zwaar uitvallen, maken we gebruik van busjes die je naar begin- of eindpunt van de verschillende fietsroutes brengen. De zware klimmen kunnen we hiermee vermijden. Voor actieve fietsers is het vaak mogelijk om de routes naar wens uit te breiden.

De hoge temperaturen maken het fietsen soms zwaarder. We proberen tijdens deze dagen zoveel

mogelijk vroeg te vertrekken om de grootste hitte te vermijden.

Laagste punt fietstocht: 30 meter
Hoogste punt fietstocht: 888 meter
Totaal aantal km fietsen: 225 km
Gemiddeld aantal km fietsen: 25 km

Meer informatie over de fietsduur per dag vind je hieronder in de dag-tot-dagbeschrijving. De zwaarte van de reis wordt uitgebreid uitgelegd op de pagina wandel en fiets zwaarte.

Ga goed voorbereid op reis!
Zorg ervoor dat je goed voorbereid op reis gaat. Houd of breng de maanden voorafgaand aan je reis je conditie op peil en probeer uitgerust aan je fietsreis te beginnen. Zo heb je meer plezier van je vakantie.

REISBEGELEIDING EN GIDSEN

Een enthousiaste Nederlandse reisbegeleider begeleidt de reis. Onze reisbegeleiders zijn zeer ervaren en bevlogen reizigers en vertellen onderweg leuke weetjes over de bestemming. Zij begeleiden de fietstochten, zorgen dat de reis soepel verloopt en zijn het aanspreekpunt voor vragen en wensen. De eigen passie voor fietsen, in combinatie met een uitgebreide training en inwerkprocedure, vormt de basis voor hun deskundigheid en professionaliteit.

Extra op deze reis is de aanwezigheid van een lokale Indonesische fietsgids die de fietsroutes goed kent en tevens mede zorgt voor onderhoud aan de fietsen. De gidsen komen van Bali en Lombok en kennen de eilanden als hun broekzak. Met veel enthousiasme zullen zij hun eiland, de bijzondere cultuur en hun dagelijkse leven aan je laten zien.