

ROLFS *FLYG & BUSS*



**Välkommen till
Costa del sol**



Innehållsförteckning

01

Välkomstinformation

Vi som jobbar här vill informera dig om några viktiga saker att tänka på under din vistelse.

02

Viktig information

Allmän information, transport & sjukvård

03

Att se och göra

Här är tips på vad du kan se och göra under din vistelse.

04

Våra utflykter

Läs mer om utflykterna, hur du bokar dem på plats, och vad du behöver tänka på.

05

Lär dig mer om Spanien och Andalusien

Här hittar du lite trevlig läsning för dig som vill lära dig mer.

Våra Reseledare

De reseledare som är inringade i er pärm är den eller de personer som är kontaktperson på ditt hotell. Om någon reseledare är ute på aktiviteter eller utflykt så kopplas du vidare till en annan kollega som kan hjälpa dig. Det går tyvärr inte att skicka sms till dessa nummer för då finns det risk att ni inte får snabb återkoppling av den/de som kan hjälpa dig just idag. Vi har många hotell både i Almunecar och Nerja. Reseledarna kommer så ofta det är möjligt till frukost eller middagar på våra huvudhotell (där vi har flest gäster) ungefär samtidigt som merparten av våra gäster. De finns då till hands för att svara på frågor som kan ha dykt upp. Har ni frågor eller funderingar vänta inte tills ni träffar reseledaren, ta kontakt via appen under deltagarlistan för att skriva eller ring.

Reseledaren är normalt tillgänglig på telefon mellan 10:00-18:00. För ärenden som inte är brådskande är vi tacksamma att ni hör av er under dessa tider. Har ni brådskande/akuta ärenden utanför dessa tider så kan ni kontakta vår koordinator Lina Stenback. För ärenden under sen kväll eller natt som avser er resa så kontaktar ni vår vip telefon på +46 31-55 00 04 För mindre brådskande ärenden går det bra att maila till vår koordinator på almunecar@rolfsbuss.se



Anton Hallander

Telefon: +4610-149 67 41



**Lina Stenback,
Koordinator**

Telefon: +4610-153 83 49



Vendela Ljungquist

Telefon: +4610-153 84 82



Roope Lindgren

Telefon: +4610-149 67 44



Hanna Smedberg

Telefon: +4610-149 67 71



Jonathan Bustamante

Telefon: +4610-149 67 43



Josefin Haag

Telefon: +4610-148 49 69



Mads Andersen

Telefon: +4631-797 75 29

Bra att veta i Costa del sol

Vår kundtelefon om du behöver hjälp

Om du behöver hjälp under din vistelse är det hit du ska mejla eller ringa, så hjälper vi dig.

Mail: almunecar@rolfsbuss.se
Telefon: +4610-153 83 49

Pengar

Här finns det många olika banker och ganska många olika bankomater, de ser ofta lika ut. Men de som inte är kopplade till en "riktig" bank tar ofta mycker högre avgifter. Så var på er vakt här!

De som heter något med "Banco ..", "Caja .." eller Sabadell har lägre avgifter och är tillförlitliga. Är du osäker? Fråga någon av våra reseledare eller receptionen så berättar de vart ni kan hitta en sådan bankomat.

Om möjligt ta ej ut sedlar större än 50 € – att få växel kan bli svårt på vissa ställen. Ha aldrig mer pengar med dig än du behöver för dagen, precis som på många andra ställen i världen finns det flinka ficktjuvar där det finns mycket folk i rörelse.

Barer och restauranger

I hela Andalusien och stora delar av Spanien, serveras lunch vanligtvis mellan 14.00 och 16.00 och middag mellan 21.00 och 23.00. De allra flesta barer och restauranger har dock mycket längre öppettider. Dessutom erbjuder många restauranger köksservice dygnet runt, vilket innebär att de serverar mat när som helst

Affärer

Vanliga öppettider för kommersiella butiker är morgon och eftermiddag, med stängning vid middagstid, mellan 14:00 och 17:00. Det finns undantag, såsom Lidl, Aldi och Mercadona stormarknader, som är öppna kontinuerligt från 9:00 till 21:00, samt vissa souvenirbutiker.

Det finns stor flexibilitet i öppettiderna, och varje företag har vanligtvis sina egna scheman, även om de i allmänhet följer standardscheman. Företagen är stängda på söndagar, även om det finns vissa speciella dagar då de av olika anledningar kan vara öppna.

Sevärdheter

Museernas och monumentens öppettider liknar butikernas, även om alla har sina egna öppettider, och många stänger en dag, vanligtvis måndagar. Det är bäst att kontrollera öppettiderna på vår webbplats eller ringa direkt till anläggningen innan du planerar ett besök.

Siesta och helgdagar

I Spanien stänger många butiker, särskilt mindre, under siestan från kl. 14.00 till 17.00. Ha också koll på lokala och nationella helgdagar, eftersom många platser kan vara stängda då.

Transport



Torremolinos

Tåg (Cercanías Málaga):

Linje C-1: Denna tåglinje går längs kusten och förbinder Torremolinos med Málaga i norr (inklusive flygplatsen) och Fuengirola i söder.

Tågen går ungefär var 20:e minut, vilket gör det till ett snabbt och pålitligt sätt att resa.

Tågstationen i Torremolinos ligger centralt under marken vid Plaza de la Nogalera. Det är ofta snabbare att ta tåget mellan städer, till exempel tar resan till Málaga cirka 25 minuter.

Bussar:

Stadsbussar: Torremolinos har lokala busslinjer (T-1 och T-2) som går inom staden och förbinder centrum med områden som Playamar och Aloha.

Biljetter: Du kan köpa enkelbiljetter direkt av busschauffören, eller köpa ett resekort ("Consortio green card") som ger reducerat pris på resor.

Att tänka på:

Tåg vs. Buss: Tåget är oftast det snabbaste alternativet för att resa mellan de större kuststäderna som Torremolinos, Málaga och Fuengirola. Bussen kan vara ett bättre val om du vill besöka mindre orter eller specifika platser som inte ligger nära en tågstation.

Använd Google Maps: För att se var du befinner dig och när du ska gå av är det bra att följa resan i realtid via Google Maps på din telefon.

Tidtabeller: Se till att kontrollera tidtabellerna, särskilt för bussar, eftersom de kan variera beroende på tid på dygnet och säsong. På busshållplatser finns det ofta QR-koder du kan skanna för att se när nästa buss kommer.

Hyra bil & Cykel

Fråga i hotellets reception, de kan hjälpa er med vart ni kan vända er. För de som vill utforska Spanska solkusten och Andalusien på egen hand är det smidigt och prisvärt att hyra bil i Spanien. Med bil är det enkelt att upptäcka närliggande byar, gömda stränder och sevärdheter som de imponerande Sierra Nevada-bergen i fjärran.

Transport



Benalmádena

Tåg (Cercanías Málaga)

Linje C-1: Denna tåglinje är avgörande för resor längs kusten och förbinder Benalmádena med Málaga i norr (inklusive flygplatsen) och Fuengirola i söder.

Benalmádena har två tågstationer: Arroyo de la Miel (som ligger centralt) och Benalmádena-A (även kallad Benalmádena-Estación).

Tågen går ungefär var 20:e minut, vilket gör det till ett snabbt och effektivt sätt att resa.

Resan till Málagas centrum tar cirka 30 minuter, och till flygplatsen tar det ungefär 20 minuter.

Bussar

Lokala busslinjer: Benalmádena har ett omfattande nätverk av lokala bussar som är utmärkta för att resa mellan de olika delarna av staden: Benalmádena Costa (kusten), Arroyo de la Miel (stadskärnan) och Benalmádena Pueblo (gamla byn).

Regionala bussar: Det finns även busslinjer som förbinder Benalmádena med närliggande orter som Mijas Pueblo, Fuengirola och Málaga.

Biljetter: Du kan köpa enkelbiljetter direkt av busschauffören. För mer frekventa resor kan du köpa ett resekort ("Consortio green card") som ger ett lägre pris per resa.

Att tänka på

Tåg vs. Buss: Tåget är det snabbaste och mest pålitliga alternativet för att resa till och från flygplatsen samt mellan de större städerna som Málaga och Fuengirola. Bussarna är det bästa valet för att förflytta sig inom Benalmádena och besöka platser som inte ligger nära tågstationerna.

Använd Google Maps: Precis som i andra städer är Google Maps ett ovärderligt verktyg för att navigera. Använd appen för att se buss-hållplatser, tågtider och spåra din resa i realtid.

Tidtabeller: Kontrollera tidtabellerna, särskilt för bussarna, eftersom frekvensen kan variera beroende på tid på dygnet och säsong.

Hyra bil & Cykel

Fråga i hotellets reception, de kan ofta hjälpa dig med var du kan vända dig för att hyra bil. För de som vill utforska den spanska solkusten och Andalusien på egen hand är det smidigt och prisvärt att hyra bil. Med bil är det enkelt att upptäcka närliggande byar, gömda stränder och sevärdheter som de imponerande bergen i Sierra Nevada.

Sjukvård

Apotek

Apoteken heter Farmacia och det finns nästan alltid något som är öppet, de allra flesta stänger inte för siesta – Personalen här är oerhört hjälpsam och kunning.

Ambulans

Är olyckan framme och så pass illa att det behövs en ambulans, ring **112**.

Om det är allvarligt ska också **SOS-international** kontaktas. De hjälper till med sjukdom eller skada under resan och har koll på din försäkring.

Nödsituation

Allmänna larmnumret är **112**, SOS ring 112.

Vårdcentraler

Det finns många vårdcentraler här i Almuñécar där man kan få hjälp. Ta med pass och det lilla blåa sjukförsäkringskortet samt även gärna lite pengar.

Om du behöver hjälp med att kontakta en vårdcentral, ber du hotellets reception om assistans. De kan hjälpa dig med att hitta en lämplig vårdinrättning i närområdet. Det finns både privata och offentliga alternativ, och på vissa ställen finns det personal som talar svenska.

Om du besöker en privat vårdgivare kan det kosta pengar. Det är därför en bra idé att kontakta ditt försäkringsbolag för att se om du kan få ersättning för kostnaderna. Kontrollera alltid villkoren i din försäkring innan du söker vård.

Sjukhus – Akutmottagning

Om du behöver besöka en akutmottagning, kontakta hotellets reception. De hjälper dig och ser till att du kommer till rätt sjukhus.

Inför hemresa

För att din hemresa ska bli så smidig som möjligt, tänk på följande punkter:

Innan hemresan – se till att allt är fixat

Bussen avgår på utsatt tid. Var på plats minst 15 minuter innan avgång.

Betala eventuell restaurangnota.

Om du har lånat något, se till att göra följande: Lämna tillbaka badhandduken & återlämna nyckeln till den lånade safetyboxen.

Utcheckning

Kontrollera med receptionen vilka regler som gäller, särskilt om du har tidig avresa. Fråga om utcheckningen behöver göras kvällen innan eller om det går att göra den på morgonen. Vanlig tid för utcheckning är klockan 11.00. Tänk på att det kan bli kö till hissen.

Frukost vid tidig avresa

Vid tidig avresa öppnar matsalen ungefär en timme innan, eller så finns en frukostpåse att hämta i receptionen en timme före transferen. Kontrollera med receptionen kvällen innan för att få reda på vad som gäller för dig. Vi äter inte frukost på bussen.

Kom ihåg

Glöm inte att ta med dig passet. Gör en sista check på rummet för att säkerställa att du inte lämnar kvar något, som till exempel din laddare.

Packning

IPad eller dator måste packas i handbagaget. Detta kontrolleras vid incheckning på flygplatsen i Málaga. Vätskor packas i incheckat bagage. Du får inte ta med vätska genom säkerhetskontrollen.

Shopping på flygplatsen

Det går att köpa alkoholhaltiga drycker på flygplatsen. Boardingkort måste visas upp.

På flygplatsen

Håll koll på tavlan med avgångstider. Ibland kommer gaten upp först cirka 30 minuter före avgång.

Sittplatser på flyget

Sittplatser bestäms av flygbolaget och kan tyvärr inte påverkas av Rolfs Flyg & Buss, eftersom vi köper flygstolar av dem.

Vi på Rolfs Flyg & Buss önskar dig en trevlig hemresa!

Att se och besöka

01

Strandpromenaden, Paseo Marítimo

02

Jardín Botánico Molino de Inca

03

Upptäck Gamla stan

04

Parque de la Batería

05

Málaga



Strandpromenad

Den 7 kilometer långa strandpromenaden, Paseo Marítimo, är perfekt för lugna promenader. Den är platt och bred, vilket gör den lätt att gå på, och längs vägen finns gott om bänkar.

Promenaden tar dig från Torremolinos centrum till den charmiga, gamla fiskebyn La Carihuela. Detta område är känt för sina traditionella "chiringuitos" (strandrestauranger) som serverar den lokala specialiteten "pescaito frito" (friterad fisk). Atmosfären

här är lugnare och mer genuin än i stadens mer livliga delar.

Bra att veta:

Promenaden och La Carihuela är helt gratis att besöka. Det är en offentlig plats som är tillgänglig dygnet runt.



Jardín Botánico Molino de Inca

För en avkopplande naturupplevelse är den botaniska trädgården Molino de Inca ett måste. Denna lummiga oas ligger en bit från stadens centrum och erbjuder lugna stigar, dammar och ett stort antal olika växtarter, inklusive en vacker japansk trädgård. Trädgården är relativt platt och välskött, vilket gör det enkelt att ta sig runt. Det är en perfekt plats för en lugn eftermiddag bort från folkmassorna.

Bra att veta:

Inträdet till den botaniska trädgården kostar runt 3-4 euro (cirka 35-45 SEK). Parken är vanligtvis öppen från morgonen till eftermiddagen, men det är alltid bäst att dubbelkolla, då de kan variera beroende på säsong.

Adress:

Camino de los Pinares, 29620 Torremolinos, Málaga, España



Upptäck Gamla stan

Ner i Torremolinos gamla stadskärna hittar du den berömda gågatan Calle San Miguel. Denna livliga gata är kantad av butiker, kaféer och restauranger och är en utmärkt plats att strosa runt på. I närheten av gatan ligger kyrkan Iglesia de San Miguel och den vackra, historiska byggnaden Casa de los Navajas, som är värd ett besök. Även om det kan vara lite uppförsbacke här och där, är det en mycket hanterbar promenad som ger en bra känsla av stadens karaktär.

Bra att veta:

Butikernas och restaurangernas öppettider varierar. Många butiker har stängt under siestan (cirka 14:00-17:00), medan restauranger och barer har sina egna, mer flexibla öppettider.



Parque de la Batería

Denna stora park, som också är känd som "Battery Park", är en av de finaste i Torremolinos. Parken är byggd på en gammal militärbas, och namnet syftar på de kanoner som finns kvar. Här kan du ta en paus från stadens puls och njuta av den friska luften. Det finns en stor damm där du kan hyra roddbåtar, en utsiktsplats med fantastisk havsutsikt, och gott om bänkar att vila på. Parken är väldigt välskött och har breda, platta gångvägar.

Bra att veta:

Denna park är gratis att besöka. Den är öppen från morgonen till kvällen. Att hyra en roddbåt kostar däremot en liten summa, vanligtvis cirka 10 euro för 45 minuter.



Málaga

Málaga är mer än bara en solig kuststad – det är en levande metropol med en rik historia, pulserande konstscen och fantastiska matupplevelser. Här möts det gamla och det nya, där antika fästningar blickar ut över moderna hamnar. Strosa genom de smala, charmiga gränderna i den historiska stadskärnan. Upptäck Picassos födelsestad och njut av tapas på de livliga torgen. Här kan du kombinera avkoppling på stranden med kultur, shopping och ett sprudlande nattliv. Málaga väntar på dig med öppna armar.

Innan du reser till Málaga, är det bra att kontrollera om det är några lokala helgdagar. Under helgdagar kan vissa butiker, restauranger och sevärdheter ha ändrade öppettider eller vara stängda.

Ett bra tips är att boka bord på populära restauranger och köpa biljetter till museer i förväg. Då slipper du köa och riskerar inte att det är fullbokat.

Sevärdheter du inte får missa

Catedral de Málaga: Imponerande från alla vinklar, denna katedral är ett arkitektoniskt mästerverk. Dess ofullbordade södra torn har gett den smeknamnet "La Manquita" (Den Enarmade Damen).

Playa de la Malagueta: Precis intill stadskärnan hittar du Malagas mest kända stadsstrand. Perfekt för en avkopplande stund i solen, ett dopp i Medelhavet eller en promenad längs strandpromenaden.

Konstmuseer i världsklass:

Museo Carmen Thyssen: Ett fantastiskt museum som fokuserar på spansk konst från 1800- och 1900-talet, med en särskild tonvikt på andalusiska målare.

Museo Picasso Málaga: Ingen resa till Málaga är komplett utan ett besök på museet dedikerat till

stadens mest kända son, Pablo Picasso. Här kan du följa hans konstnärliga utveckling genom en imponerande samling verk.

Smakupplevelser och uteliv

Restaurante José Carlos García: Om du är ute efter en gastronomisk upplevelse i världsklass, besök denna Michelinrestaurang belägen i Malagas hamn. (Boka bord i förväg!)

El Tapeo de Cervantes: En populär tapasbar känd för sin kreativa och goda tapas i en livlig atmosfär.

Shopping

Malaga erbjuder utmärkta shoppingmöjligheter, från traditionella marknader till moderna butiker.

Mercado Central de Atarazanas: En livlig och vacker saluhall där du kan uppleva Malagas puls. Här hittar du allt från färsk frukt och grönsaker till skaldjur, ostar och lokala delikatesser. Perfekt för att köpa med sig smaker från resan!

Shoppinggatan Calle Larios: Malagas paradgata är känd för sina eleganta butiker, internationella märken och vackra arkitektur. Här kan du strosa, fönstershoppa eller hitta den perfekta souvenir.



Våra Utflykter

Trevligt att du vill åka på våra utflykter! Läs texten nedan för information om hur du bokar på plats. Alla våra utflykter är skapade med omsorg för dig som gillar att upptäcka mer. Vi lovar en upplevelserik dag där du får följa med på en guidad tur av antingen vår personal eller en lokal guide.

Inför er utflykt:

Du som har bokat en utflykt får ett sms med exakt tid och plats för upphämtning, det skickas senast dagen innan utflykten. Tiden kan variera beroende på utflykt och hur många hotell som ska passeras, men de flesta utflykter avgår mellan klockan 07:00 och 09:00.

Du hittar datum för din bokning på din bokningssida. Du kan också fråga din reseledare så hjälper vi dig.

Boka utflykt på plats under resan.

Kontakta din reseledare om du är nyfiken på en utflykt eller om du har bestämt dig för att boka en här på plats. Reseledaren kontaktar vår koordinator eller agent för utflykten för att se om det finns möjlighet att erbjuda er plats. Ni får ett sms från vår koordinator som bekräftar om vi kan erbjuda er plats. Om det finns plats och er bokning blir bekräftad så får ni ett mail med information att ni har ett utestående belopp att betala på er bokning, klicka på länken i mailet för att komma till er bokningssidan för att kunna betala för utflykten där ni även se era utflyktsdatum.



Praktiskt att tänka på:

Reseledaren eller chauffören prickar av dig innan du går på bussen.

Platserna längst fram är först och främst till de som har svår åksjuka. Vi försöker även erbjuda platser längre fram för personer som har svårare rörelsehinder. Snälla respektera detta så det blir bra som möjligt för alla ombord.

Tyvärr finns det ingen möjlighet att gå på toaletterna på våra bussar därav har vi pauser inlagda på längre utflykter t.ex. Gibraltar och Ronda.

Ta gärna med dig vatten och snacks på utflykten.

Glöm inte solskydd och solhatt, vi är ofta utomhus i det härliga vädret större delen av dagarna.

Frukost vid tidig avresa, för större grupper kan matsalen öppna ungefär en timme tidigare än normalt. Om de inte gör det så finns en frukostpåse att hämta i receptionen en timme före er avresetid. Kontrollera med receptionen kvällen innan för att få reda på vad som gäller för dig. Vi äter inte frukost på bussen.

Våra olika utflykter

01

Gibraltar

Heldagstur med minibuss runt halvön – möt makakaporna, se Europa Point och njut av brittisk atmosfär.

02

Vandring El Caminito del Rey, Kungsstigen

är väntar en vandring längs Los Gaitanes gigantiska ravin, som är cirka 300 meter.

03

Costa Tropical med Frigiliana, Almuñecar och Motril

Under dagen får vi uppleva en blandning av charmiga byar, smakupplevelser och hisnande vyer.

04

Mijas & citrusfarm

Pittoresk bergsby, besök på apelsinodling med paellalunch och rundtur i historisk olivoljefabrik.



ca 12 timmar

fr. **375:-**

Gibraltar

OBS: Kom ihåg att ta med dig ditt pass!

Vår utflykt till Gibraltar

Vi reser tidigt på morgonen och samlas för en spännande resa sydväst längs Costa del Sol mot brittiska Gibraltar. Vi gör ett stopp på vägen på dit och på hemresan för fika och toalettbesök, och vi är sällan tillbaka innan 19.00.

Frukost

Tidig avresa öppnar matsalen ungefär en timme innan, eller så finns en frukostpåse att hämta i receptionen en timme före transfern. Kontrollera med receptionen kvällen innan för att få reda på vad som gäller för dig. Vi äter inte frukost på bussen.

Rundtur i Gibraltar

Väl framme i Gibraltar möts vi av minibussar för en cirka två timmar lång rundtur runt halvön. Under turen gör vi flera stopp: Efter rundturen får du cirka 2,5 timmar på egen hand för lunch och shopping i centrala Gibraltar. Du kan betala med Gibraltarpund, betalkort eller euro.

Viktigt att veta

Observera att det inte finns utrymme för rollator eller rullstol i minibussen.



ca 5 timmar

fr. **595:-**

El Caminito del Rey

Idag snör vi på oss bekväma skor och åker till den berömda Kungsstigen. Här väntar en vandring längs Los Gaitanes gigantiska ravin, som är cirka 300 meter hög och bara tio meter bred på vissa ställen. Vår vandring går på den hisnande leden El Caminito del Rey. Leden återöppnades 2015 efter flera år av renovering och består av gångbroar fästa på 105 meters höjd utmed ravinens lodräta väggar. Längd cirka 8 km, vandringstid 3 timmar, höjdskillnad cirka 230 m, svårighetsgrad medel.

OBS! Det är viktigt att man har god grundkondition och är fullt frisk för att kunna njuta av vandringen. För att underlätta kan vi rekommendera viss utrustning. Alla resenärer bör använda grova skor med rejäl sula. Vandringsstavar kan även underlätta i många situationer (inte nödvändigt men kan ge extra stöd).



ca 7 timmar

fr. **575:-**

Costa Tropicals pärlor

Idag åker vi till härliga Costa Tropical, en kuststräcka känd för sitt milda klimat året runt och sin spännande historia som sträcker sig från feniciernas tid via morernas storhetstid till dagens livliga andalusiska kultur. Under dagen får vi uppleva en blandning av charmiga byar, smakupplevelser och hisnande vyer. I Frigiliana, som ofta lyfts fram som Andalusiens vackraste by, promenerar vi längs kullerstengator kantade av vitkalkade hus med blomsterprydda balkonger.

I kuststaden Almuñecar väntar en vinprovning med utsökta tapas, där vi får prova regionens unika viner och lära oss mer om dess traditioner.

Vi fortsätter sedan till den välkända Ron Montero-fabriken för en rundtur och provsmakning av den lokala rommen, där doften av lagrade fat fyller luften.

Dagen bjuder på både kultur, historia, gastronomi och storslagna landskap.



ca 10 timmar

fr. **595:-**

Mijas – Citrusfarm

Vi lämnar kusten för en heldag på den andalusiska landsbygden, en utflykt som bjuder på historia, natur och lokala smaker. Vi börjar dagen i den vita byn Mijas Pueblo, känd för sina vitkalkade hus och moriska arkitektur, där du får tid att strosa runt. Därefter fortsätter vi till citrusgården Juanto Orange i den bördiga Guadalhorce-dalen. Här berättar ägaren passionerat om livet på gården, och efter en rundtur bjuds vi på en hemlagad paellalunch under citronträden. Dagen avslutas

med ett besök på den gamla olivoljefabriken Molino de la Paca, där vi får en inblick i produktionen och provsmakar olika sorters olivolja. Denna dag ger en rik inblick i det andalusiska lantlivet och är en höjdpunkt för många.



7 spanska vanor som får svensken att tappa hakan

En kärleksfull guide till Spaniens mest underliga (och underbara) vanor

En kärleksfull guide till Spaniens mest underliga Spanien är inte bara sol, sangria och siesta. Det är också ett land fullt av små egenheter som får oss svenskar att höja på ögonbrynen, le igenkännande och ibland undra: "Vad hände precis?" Här guidar vi dig genom några av spanjorernas mest udda vanor – från högljudda hälsningar till glammiga matinköp.

1. Prata högt, prata mycket – och gärna samtidigt

Tystlåtenhet är inget som står högt i kurs här. I Spanien är det helt normalt att prata i mun på varandra, även om ingen lyssnar. Och hälsningarna? Glöm ett artigt "god dag" – här kan du mötas av ett glatt adios (hej då) när ni ses, eller bara ett kort och gott buenos. Ibland får du också ett direkt ¿Qué quieres? (Vad vill du?) i butiken. Men ta det inte som otrevligt, spanjorerna kryddar det gärna med värmande ord som guapa (snygging).

2. När födelsedagsbarnet betalar

I Sverige är vi vana vid att fira någon genom att bjuda personen på middag som present. I Spanien kan det vara tvärtom – här är det ofta den som fyller år eller har Día del Santo (typ namnsdag) som bjuder hela sällskapet på notan. Och det görs med ett leende (får vi hoppas).

3. Barn – allas gemensamma glädje

Spanjorer älskar barn. Punkt. Främlingar gullar gärna med småttingar, nyper dem i kinderna eller rufsar till håret. Och med tanke på att barnen ofta är upplåddas som små miniatyrversioner av mamma eller pappa, är det kanske inte så konstigt.

4. Alltid redo för catwalk

Här finns alltid en anledning att klä upp sig. Det är inte ovanligt att se någon i högklackat och finkläder när de ska handla mjölk eller ta en snabb kaffe.

Casual är helt enkelt ett främmande ord här för vissa.

5. Trafikregler – och hur man ignorerar dem

Spanien har rykte om sig att ha bland Europas mest omfattande trafikregler. Kanske är det därför de också är ett av de folk som bryter mot dem mest. Att spontant göra en livsfarlig omkörning strax före en kurva eller korsa tre körfält i en rondell utan blinkers? Inga konstigheter.

6. Siesta – mer än bara en tupplur

I södra Spanien är siestan fortfarande "helig". Frågar du varför får du svaret att det är värmen. Och visst, det är logiskt – även om de flesta idag jobbar hela dagen i lika hög värme i andra länder...

7. Strandliv och kroppsideal

Vid kusten är det vanligt att särskilt män lägger lite extra tid på sitt utseende – här ska strandlooken sitta, året runt. Och längre in i landet? Kanske lite mer avslappnat (om du frågar herrarna vid stranden).

Kort sagt – Spanien är fullt av färgstarka vanor som vi svenskar kan både skratta åt och beundra. Och kanske är det just dessa egenheter som gör att vi ständigt återvänder, redo att omfamna det högljudda, hjärtliga och härligt oberäknliga.



Torremolinos

Torremolinos, som idag är en modern och välbesökt semesterort, har en fascinerande historia som sträcker sig långt tillbaka i tiden. Namnet Torremolinos betyder "kvarnarnas torn" och vittnar om den tid då staden hade många vattenkvarnar som användes för att mala säd. Ett av dessa historiska landmärken är Molino de Inca, en kvarn som du kan besöka än idag.

Staden förvandlades från en lugn fiskeby under 1950- och 60-talet. Då upptäcktes Torremolinos av den internationella jetseten och konstnärer som lockades av det soliga klimatet och den avslappnade atmosfären. Staden blev snabbt en symbol för den spanska turistboomen.

Två av stadens mest kända stränder, El Bajondillo och La Carihueta, representerar två sidor av Torremolinos. El Bajondillo, som är den mest centrala stranden, blev tidigt centrum för turismen med sitt livliga utbud av barer och kaféer. La Carihueta har däremot lyckats bevara mer av sin ursprungliga charm. Denna stadsdel var en gång i tiden den primära fiskehamnen och än idag kan man uppleva den autentiska fiskekulturen på de pittoreska gatorna och njuta av färsk fisk på de många lokala restaurangerna.

Strandpromenaden, Paseo Marítimo, binder samman dessa två världar och sträcker sig längs hela kusten. Här kan du fortfarande se spåren av stadens historia bland de moderna restaurangerna. Det lokala köket är djupt rotat i fisketraditionen, och den lokala specialiteten espetos – sardiner grillade på spett – är en direkt länk till fiskarnas gamla seder.

Den historiska stadskärnan med sina vitkalkade hus och kullerstensgator ger dig en inblick i hur staden såg ut innan den stora turismvågen. Här kan du promenera i lugn och ro och ta del av den genuina andalusiska atmosfären.

Hälsningar och presentation

Hälsningsfraser

¡Hola! – Hej!

Buenos días – God morgon

Buenas tardes – God eftermiddag

Buenas noches – God kväll / God natt

¿Qué tal? – Hur är läget?

Muy bien, gracias – Mycket bra, tack

Así así – Sådär

Mal – Dåligt



Presentera sig

Me llamo Anna – Jag heter Anna

¿Cómo te llamas? – Vad heter du?

Encantado/Encantada – Trevligt att träffas (beroende på kön)

Soy sueco / sueca – Jag är svensk (man/kvinna)

Vivo en Estocolmo – Jag bor i Stockholm

Trabajo como profesor – Jag jobbar som lärare

Artighetsfraser

Por favor – Snälla / Var så god

Muchas gracias – Tack så mycket

De nada – Varsågod / Ingen orsak

Perdón – Ursäkta

Disculpe – Förlåt mig

Hasta luego – Vi ses senare

Hasta mañana – Vi ses i morgon

Mat och restaurang

Beställa mat och dryck

¿Qué me recomienda? – Vad rekommenderar du mig?

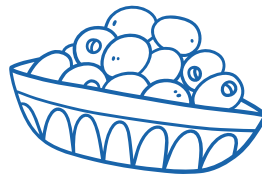
Un café con leche – En kaffe med mjölk

Un té sin azúcar – Ett te utan socker

Una copa de vino tinto – Ett glas rödvin

Un refresco – En läsk

Vegetariano/Vegetariana – Vegetariskt



På restaurangen

¿Tiene mesa para dos? – Har ni bord för två?

Quisiera reservar una mesa – Jag skulle vilja boka ett bord

¿Dónde están los baños? – Var ligger toaletterna?

Estaba delicioso – Det var utsökt

¡La comida está muy rica! – Maten är jättegod



Mat & Dryck

Pasta – Pasta

Pizza – Pizza

Carne – Kött

Queso – Ost

Ensalada – Sallad

Patatas – Potatis

Sopa – Soppa

Helado – Glass

Postre – Efterrätt

Chokolad – Chocolate

Vanilj – Vainilla

Jordgubb – Fresa

Tomat – Tomate

Oliver – Aceitunas

Vindruvor – Uvas

Kniv – Cuchillo

Gaffel – Tenedor

Citron – Limón

Vin rött/ vitt – Vino tinto/ blanco

Öl – Cerveza

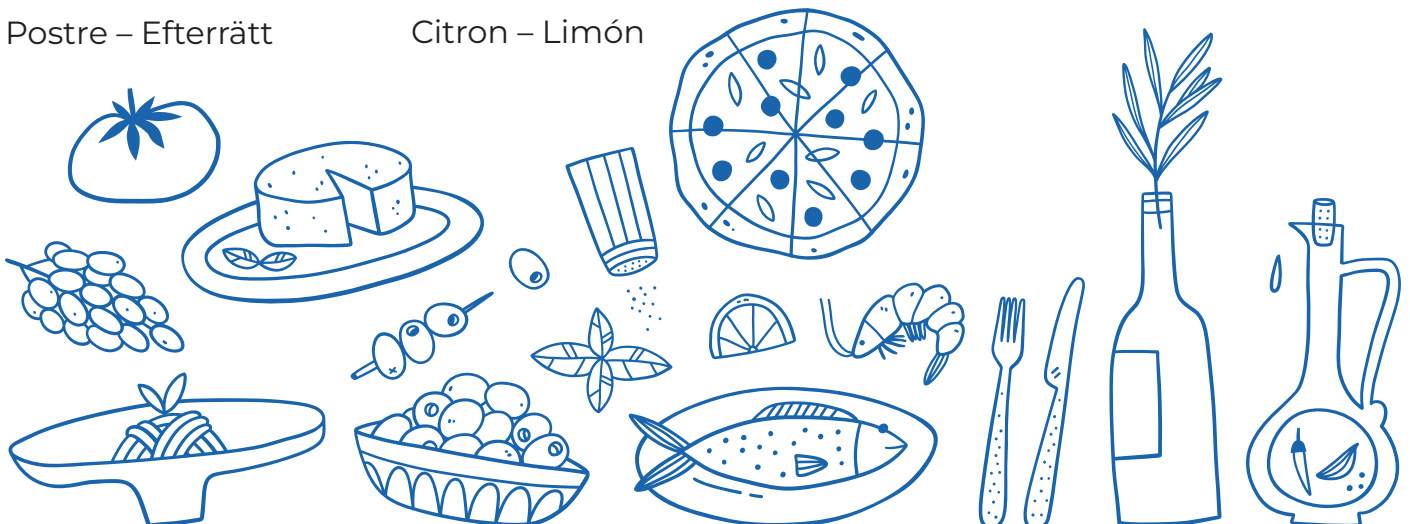
Bubbel – Cava / Vino espumoso

Läsk – Refresco

Mocktail – Cóctel sin alcohol

Stilla vatten – Agua sin gas

Bubbelvatten – Agua con gas.



Resa och vardag

Transport och vägvisning

¿Dónde está la parada de autobús? – Var är busshållplatsen?

A la derecha – Till höger

A la izquierda – Till vänster

Todo recto – Rakt fram

Cerca – Nära

Lejos – Långt bort

Användbara ord

Sí – Ja

No – Nej

Lo siento – Förlåt

Perdón – Ursäkta

Bien – Bra

Mal – Dåligt

Más – Mer

Un poco – Lite

¿Hablan inglés? – Pratar ni engelska?

¿Cómo se dice...? – Hur säger man...?

Hablo un poco de español – Jag pratar lite spanska

¿Otra vez, por favor? – En gång till, tack?

Shopping och vardag

¿Cuánto cuesta esto? – Vad kostar det här?

Es demasiado caro – Det är för dyrt

¿Acepta tarjeta? – Tar ni kort?

Quiero comprar... – Jag vill köpa...

Un mapa de la ciudad – En stadskarta

