



KARIBU!!

CUAMM CENTRE

Tosamaganga

Karibu! Welcome!

The Tosamaganga CUAMM centre was founded in 1982. The guest house is destination for both tourists and people representing various organizations.

It is situated at 5 minutes walking from the hospital, bus stop and the pretty Ipamba kijiji (village). At short distance, 2km circa, it is located the core of Tosamaganga. There you will find the church of the Holy Heart of Jesus built by the Benedictines, one of the Consolata Missionaries centre and many primary and secondary schools. Surrounding the village of Tosamaganga are many attractive natural sites destinations of tourists from all around the world. Nearby cities are Iringa, Mafinga and Njombe.

The guest house offers 10 two beds en suite rooms and 3 mini apartments. TV, DVD and VHS player, radio and washing machines are available in common areas. Meals are finely prepared combining both European and local dishes. In the living room you will find many books, DVDs, CDs and magazines. They are all there to help you enjoy the time here, but please make sure they are returned in good conditions. Some international TV channels are available, the full list is hanged on the wall next to the TV. Have some hot tea, always provided in the thermos, while reading a book or enjoy a refreshing cold drink while chatting with the other guests. Cold sodas and beers are kept in the small fridge in the dining room. They are sold at very low prices especially for guests. Please make sure you write down your name and the quantity on the book on top of the fridge so that when you leave you will be asked the right money.

Tosamaganga CUAMM Centre is the perfect place for those who wants to visit the wonderful places within the Iringa region, but don't want to stay in the chaotic cities for too long. What's best then a place that is both relaxing and lively at the same time?

Karibu! Benvenuti!

Il Centro CUAMM di Tosamaganga fu costruito nel 1982. La guest house è destinazione di entrambi turisti e persone rappresentanti varie organizzazioni umanitarie.

Il centro è situato a 5 minuti a piedi dall'ospedale, dalla fermata dei bus e dal piacevole kijiji (villaggio) di Ipamba. A breve distanza, 2 km, si trova il centro di Tosamaganga composto dalla Chiesa del Sacro Cuore di Gesù costruita dai Benedettini, dalla missione dei Missionari della Consolata e da molte scuole primarie e secondarie. Attorno al villaggio di Tosamaganga si trovano affascinanti siti naturali che attraggono turisti da tutto il mondo. Le città più vicine sono Iringa, Mafinga e Njombe.

La guest house offre 10 camere doppie con bagno privato e 3 mini appartamenti. Nelle aree comuni sono disponibili TV, DVD e VHS player, radio e lavatrice. I pasti vengono preparati con grande accuratezza alternando cucina Europea e cucina locale. Nel soggiorno sono disponibili per l'uso degli ospiti molti dvd, vhs, libri, cd e giornali. Sono a vostra disposizione per aiutarvi a passare una buona permanenza, ma per favore vi chiediamo di restituirli nelle condizioni in cui li avete trovati. La televisione prende alcuni canali internazionali, per una lista completa troverete il foglio appeso al muro accanto alla TV. Concedetevi del buon tè, sempre provvisto negli appositi thermos, mentre leggete un libro o godetevi una piacevole bevanda fresca mentre chiacchierate con gli altri ospiti! Troverete bibite e birre fredde nel frigo presente nella sala da pranzo. Sono vendute ad un prezzo basso specialmente per gli ospiti del centro. Chiediamo gentilmente di scrivere il vostro nome e la quantità nel quadernetto posto sopra il frigo ogni volta prendiate una bevanda, cosicché potrete pagare il giusto dovuto prima della vostra partenza.

Il Centro CUAMM di Tosamaganga è il posto giusto per coloro che vogliono visitare i molti luoghi spettacolari custoditi nella regione di Iringa, senza però doversi fermare troppo a lungo nei caotici centri urbani. Infatti cosa c'è di meglio di un posto che è allo stesso tempo vivace e rilassante?

INFORMATION ABOUT THE CENTRE:

INFORMAZIONI PRATICHE SUL CENTRO:

- Meals timetable:

Breakfast: 7:30am – 9:00am

Lunch: 1:00pm

Dinner: 7:30pm

Please let the cooks know in case you won't be there for either meals.

- Room cleaning service is provided twice a week on Monday and Thursday. Beds' linens are changed weekly.

If you wish us to change your towels, please bring them to the housekeepers and they will provide you with new ones.

- The water provided during meals is always filtered. Tap water in either the kitchen or rooms is NOT potable. Every room is given a glass bottle with the room number printed on it. We kindly ask you to bring the bottle in the kitchen when you come for breakfast, so that the cooks will fill it for you with filtered water.

- Hot water: each room is provided with a boiler. It is suggested to switch on the boiler 30 mins before having a shower so that the water is properly heated. The switch is usually situated near the bathroom door.

- Electricity: There is one electricity plug in each room. It needs to be turned on using the apposite switch. Please make sure that both the electricity and boiler switches are turned off every time you leave the room.

- Orario dei pasti:

Colazione: 7:30 – 9:00

Pranzo: 13:00

Cena: 19:30

Vi chiediamo cortesemente di informare le cuoche nel caso in cui non sarete presenti ai pasti.

- Il servizio di pulizia nelle camere è fornito 2 giorni alla settimana il Lunedì e Giovedì. Le lenzuola sono cambiate settimanalmente. Se desiderate che gli asciugamani vengano cambiati, vi chiediamo di portarli al personale di servizio che ve ne darà di nuovi.

- L'acqua provvista durante i pasti è sempre filtrata. L'acqua del rubinetto, in cucina come in camera, NON è potabile. Ogni camera dispone di una bottiglia di vetro con il numero della stanza. Vi chiediamo gentilmente di portare la bottiglia in cucina alla mattina. Le cuoche ve la riempiranno con acqua filtrata.

- Acqua calda: ogni stanza è provvista di un boiler. Vi suggeriamo di accendere il boiler 30 minuti prima di usare la doccia cosicché l'acqua venga propriamente scaldata. L'interruttore si trova solitamente vicino alla porta del bagno.

- Elettricità: C'è una presa elettrica in ogni camera. Vi chiediamo gentilmente di controllare di aver spento entrambi l'interruttore dell'elettricità e quello del boiler ogni qual volta lasciate la camera.

- In addition to **cold drinks**, in the dining room you will find a table with various **local artcrafts** as well as CUAMM T-shirts and bags. By buying these objects you are funding CUAMM projects in the Iringa region and you are probably making happy some of your relatives/friends or simply yourself!! ☺

- **Useful numbers:**

- Guest House manager:

Pierrino +255764961950

- Police: 999

- **Mass Timetable:**

- Mon-Sat at 6:00pm Hospital's Chapel
- Sunday at 8:00am Tosamaganga Church

- **Local network simcard:**

To make phone calls and send texts it is highly advisable to buy a Vodacom simcard. You can find it here at the shops in Ipamba village or buy it in town at the Vodacom shop. It only costs Tsh 1,000 and you will be able to purchase top-ups in the guest-house. Please ask the guest house manager.

- **Kiswahili lessons:**

Kiswahili teachers with many years of experience. Available to come to the guest-house for private lessons. Lessons are Tsh 6500 per hour.

Please contact Sayi: 0753073780

Joyce: 0718432327

- Oltre alle **devande trecne**, nella sala da pranzo troverete un tavolo con disposti vari **oggetti fatti a mano**, come anche **T-shirt e borse** firmate **CUAMM**. Comprando questi oggetti finanzierete i progetti CUAMM nella regione di Iringa e probabilmente farete felici alcuni dei vostri parenti/amici o semplicemente voi stessi!! ☺

- **Numeri utili:**

- Manager della guest house: Pierrino +255764961950
- Polizia: 999

- **Orario delle messe:**

- Lun-Sab alle ore 18:00 nella cappella dell'ospedale
- Domenica alle ore 8:00 nella chiesa di Tosamaganga

- **Simcard compagnia locale:**

Per chiamate e messaggi internazionali e locale vi consigliamo di acquistare una simcard della Vodacom. Potete trovarla qui nel villaggio di Ipamba o nel negozio della Vodacom a Iringa. Costa solo Tsh 1,000 e le ricariche potranno essere acquistate nella guest-house. Per informazioni chiedere al manager del Centro.

- **Lezioni Kiswahili:**

Maestri di Kiswahili con anni di esperienza alle spalle e disponibili a venire al centro per lezioni private. Le lezioni costano Tsh 6500 all'ora.

Per info contattare Sayi: 0753073780

Joyce: 0718432327

To conclude, we wish you a pleasant permanence and we invite you to contact the manager of the guest-house for any information and/or problems during your stay here. He will be very happy to help you when possible.

Ultimately, we just like to communicate few last points:

1) We are committed to **preserve the environment** the best we can and to save available resources. For these reasons we kindly ask you to reduce the use of water and electricity at the essential.

2) We do care about the **safety of all our guests**. For this reason we advise you to let us know when you will be going to distant places, planning to be out for more than half a day, so that we can do our best in helping you in case of problems. Also, we advise you to be careful with valuable belongings. Do not bring with you valuable objects that could attract robbers. Having said this, we decline every responsibility for the loss or theft of valuable objects/money, either inside or outside the guest-house.

3) CUAMM has expatriate staffs both in Tosamaganga and Iringa. They are in the country to implement CUAMM's projects' activities (both in rural hospitals and in the District). **Although it is possible for them to share their experience with you, they are generally very busy and their time cannot be dedicated to visitors.** However, the manager of the guest-house will be very happy to assist you for the whole period of your permanence here.

Intine, vi auguriamo una piacevole permanenza e vi invitiamo a contattare il manager della guest-house per informazioni e/o problemi durante il vostro soggiorno qui. Sarà felice di aiutarvi quando possibile.

Per concludere, vorremmo farvi ancora tre importanti comunicazioni:

1) Come organizzazione per la Cooperazione allo Sviluppo, ci impegniamo a **preservare l'ambiente** il meglio possibile. Per questo vi chiediamo gentilmente di ridurre l'uso di acqua ed elettricità all'indispensabile.

2) Teniamo alla **sicurezza di tutti i nostri ospiti**. Per questo vi consigliamo di lasciar detto quando vi recate in posti lontani dal centro per più di mezza giornata cosicché sia possibile per noi rintracciarevi in caso di problemi. Inoltre, vi consigliamo di fare attenzione con oggetti di valore. Non portate con voi averi che potrebbero attirare ladri. Detto questo, decliniamo ogni responsabilità in caso di perdita o furto di oggetti di valore/soldi all'interno o all'esterno del centro.

3) CUAMM ha staff espatriata in Tosamaganga e Iringa. Sono nel paese per l'implementazione di progetti CUAMM (sia negli ospedali rurali che nel Distretto). **Nonostante sia possibile per loro condividere con voi la loro esperienza, sono generalmente molto occupati e il loro tempo non potrà quindi essere dedicato ai visitatori.** Il manager della guest-house sarà però a vostra disposizione per tutto il periodo della vostra permanenza.

INFORMAZIONI UTILI RIGUARDANTI

IRINGA:

- To and from Iringa:

- Basi (big bus) → Tsh 700 one way.
Usually takes 30-35 mins.

Timetable:

- 1) Ipamba (hospital) 7:30am – Iringa (post office)
- 2) Ipamba(hospital) 8:00am – Iringa (Post office)

Last bus: Iringa (Post office near newspaper stand) at 5:00pm circa

As there are only 2 buses, you need to count one hour and a half from when they leave Ipamba to know when they will be back throughout the day.

- Dala-Dala (small bus) → Tsh 1200 one way. Usually takes 2h.
- Taxi → Tsh 15,000 one way
Tsh 30,000 return

Booking: Grayson 0784311751
Willy 0787514151

- Info point:

INFO IRINGA (1) Uhuru Ave;

Tel no. +255262701988

Opening times: Mon-Fri 9am-5pm
Sat 9am-3pm

- To change money:

- CRDB, Uhuru Ave (2)
- Bureau de Change (3)
- Info Iringa (1)

- Banks to withdraw cash:

- Barkley's, Uhuru Ave(4) MasterCard
- MBC (5) Visa

- Internet access:

- Neema Crafts (15) Tsh 1000 per hour
- Sky net (28), Uhuru Ave next to Info Iringa. Tsh 500 per hour
- Iringa Net (26),next to Hasty Tasty

- Per e da Iringa:

- Basi (grande bus) → Tsh 700 andata.
Solitamente impiega 30-35 minuti.

Orari:

- 1) Ipamba (ospedale) 7:30 – Iringa (Uff. postale)
- 2) Ipamba (ospedale) 8:00 – Iringa (Uff. postale)

Ultima corsa: Iringa (Post Office, vicino al giornalaio) alle 17:00 circa

Ci sono solo 2 pullman che vanno avanti e indietro, perciò bisogna calcolare circa 1 ora e mezza da quando partono da Ipamba per sapere a che ora saranno li durante la giornata.

- Dala-Dala (furgoncino) → Tsh 1200 andata. Solitamente impiega 2 ore.
 - Taxi → Tsh 15,000 per andata
Tsh 30,000 andata e ritorno
- Prenotazioni: Grayson 0784311751
Willy 0787514151

- Informazioni turistiche:

INFO IRINGA (1) Uhuru Ave;

Num. Tel. +255262701988

Orario di apertura: Lun-Ven 9:00-17:00
Sabato 9:00-15:00

- Cambio:

- CRDB, Uhuru Ave (2)
- Bureau de Change (3) piano.
- Info Iringa (1)

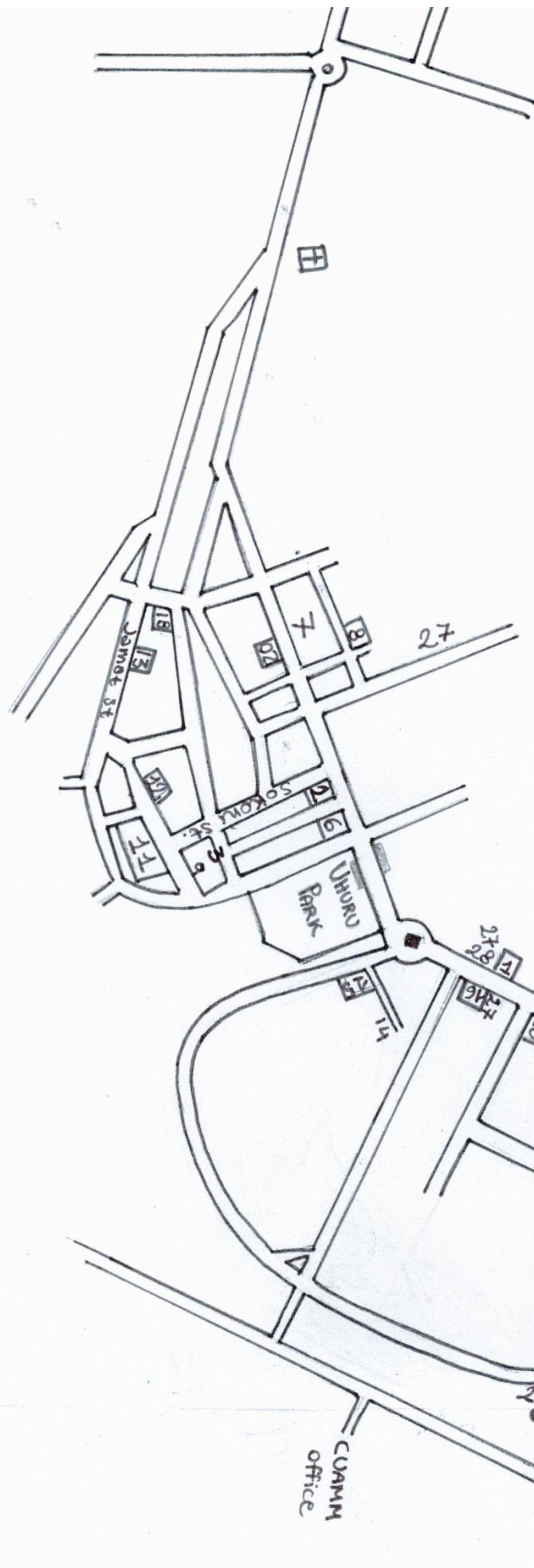
- Banche per prelevare:

- Barkley's, Uhuru Ave (4)MasterCard
- MBC (5) Visa

- Accesso a Internet:

- Neema Crafts (15) Tsh 1000 per ora
- Sky net (28), Uhuru Ave vicino a Info Iringa. Tsh 500 per ora
- Iringa Net (26),vicino a Hasty Tasty

- **Post office:** Uhuru Ave (6)
Mon-Fri 8am-4.30pm Sat 8am-12.30pm
- **Bus Station** -main one- (7)
- **Mobile phones and accessories shop:**
 - Vodacom (8), just at the back of the main bus station
- **Food and non-food shopping:**
 - Pharmacy (9)
 - Dalas (little supermarket) (10), Uhuru Ave, close to Barkley
 - Market (local food) (11), Sokoni St
 - JMBanobi Supermaket (12), Just in front old market place.
 - Supermarket (13), Jamat St
 - Bakery (14) next to Neema Craft
- **Where to eat or enjoy a drink:**
 - Neema Crafts (15) offers local and European food at very affordable prices. Enjoy a drink on the beautiful terrace!
 - Info Iringa (1) At the back you will find an African style dehor where you can relax having a good cup of hibiscus tea.
 - Hasty Tasty Too (16), Uhuru Ave, just in front of Info Iringa.
 - Lulu's (17), Indian and local cusine
 - Shooters (18) Indian, Chinese and Western dishes served alongside Tanzanian food.
 - Saivilla (19) Nice and relaxing restaurant
 - Annex Staff inn (20) Uhuru Ave
 - Miami Beach (21) Classic Tanzanian Bar and dance hall.
 - Twister (22) great place to have a drink with friend. Sometimes they have live music and at weekends it turns into disco.
 - Saju's Home Cooking (23)
 - New Ruaha (24) Restaurant characterized by its elegant atmosphere
 - Mama siyovela (25)
- **If you want to get your hair platted:**
Contact Sayi at 0753073780
- **Ufficio postale:** Uhuru Ave (6)
Lun-Ven 8 - 16:30 Sab 8 – 12:30
- **Stazione degli autobus** –principale- (7)
- **Cellulari e accessori telefonia mobile:**
 - Vodacom (8), dietro la fermata degli autobus
- **Negozi di alimentari e non:**
 - Farmacia (9)
 - Dalas (piccolo supermercato) (10), Uhuru Ave, vicino alla Barkley
 - Mercato (cibo locale) (11), Sokoni St
 - JMBanobi Supermercato (12), Davanti al vecchio mercato.
 - Supermercato (13),Jamat St
 - Panettiere(14), vicino Neema Craft
- **Dove mangiare o prendersi un drink:**
 - Neema Crafts (15) propone piatti di cucina locale ed Europea a prezzi accessibili a tutti. Goditi una bibita fresca nella graziosa terrazza!
 - Info Iringa (1) Nel retro dispone di uno spazioso dehor stile Africano, perfetto per chi vuole rilassarsi gustandosi una buona tazza di tè.
 - Hasty Tasty Too (16), Uhuru Ave, davanti a Info Iringa.
 - Lulu's (17), cucina Indiana e locale
 - Shooters (18) Piatti indiani, cinesi e occidentali serviti insieme a cibo Tanzaniano.
 - Saivilla (19) Ristorante carino e rilassante.
 - Annex Staff Inn (20) Uhuru Ave
 - Miami Beach (21) Tipico Bar e sala da ballo Tanzaniani.
 - Twister (22) Un locale carino dove prendere un drink con amici. Di tanto in tanto c'è musica live e nei weekend si trasforma in disco.
 - Saju's Home Cooking (23)
 - New Ruaha (24) Ristorante caratterizzato dalla sua atmosfera elegante
 - Mama siyovela (25)
- **Se vuoi le treccine:**
Contatta Sayi al 0753073780



- | | |
|---------------------------|----------------------|
| Info Iringa (1) | Neema Craft (15) |
| CRDB (2) | Hasty Tasty Too (16) |
| Bureau de Change (3) | Lulu's (17) |
| Barckley's (4) | Shooters (18) |
| MNB (5) | Saivilla (19) |
| Post Office (6) | Annex Staff Inn (20) |
| Bus Station (7) | Miami Beach (21) |
| Vodacom (8) | Twister (22) |
| Pharmacy (9) | Saju's home (23) |
| Dalas (10) | New Ruaha (24) |
| Market (11) | Mama siyoelwa (25) |
| JMBanobi Supermarket (12) | Iringa net (26) |
| Supermarket (13) | Masai 27) |
| Bakery (14) | Skynet (28) |

POSTI DA VISITARE...

- TOSAMAGANGA

WATERFALLS

Enjoy a nice walk and the beauty of this natural site at a short distance from the Guest House.

- IRINGA

Located at 1600m and overlooking the Little Ruaha River valley, it offers fine views. Founded by the Germans at the beginning of the last century as bastion against the local hehe tribe, it is today an important agricultural centre and access point to the Ruaha National Park.

Places that are a must in the city are:

- Local Market (11). Remember to ask before taking pictures.
- Masai area (27). Beautiful masai handmade crafts at very low prices.
- Neema Craft shop (15). High-quality art crafts all hand-made by disable people. Spend some time watching the interesting hand-making processes.

- ISIMILA STONE-

AGE SITE

Situated at only 20 km from Iringa, it represents one of the most important Stone-Age archaeological discoveries.

Directions:

From Tosamaganga 3 km walking.

By Taxi: from Tosamaganga it costs

Tsh 30,000 for a return.

Included in the price is two hours

Visit. Any extra hour is Tsh 3,000.

Tel: Grayson 0784311751

Willy 0787514151

- CASCATELLA DI

TOSAMAGANGA

Una piacevole camminata che vi porterà alla bellezza di questo sito naturale a breve distanza dal centro.

- IRINGA

Situata a 1600m di altezza, questa piccola città guarda verso la vallata del Little Ruaha River e offre fantastici panorami. La città di Iringa fu fondata dai Tedeschi all'inizio del secolo scorso come bastione contro la tribù locale degli Hehe. Iringa è oggi un importante centro per l'agricoltura e punto d'accesso per il parco nazionale del Ruaha.

Posti che meritano una visita:

- Mercato locale (11) Ricorda sempre di chiedere prima di fare foto.
- Masai area (27) Gioielli e altri oggetti dall'affascinante stile masai, tutti strettamente fatti a mano.
- Neema Craft (15). Oggetti di tutti i tipi, da portafoto a vestiti, a collane e copriletto ecc. Tutto ciò che è venduto qui viene fatto a mano da persone diabili. Consigliamo di passare un po' di tempo ad osservare il processo di creazione, è davvero affascinante!

- ISIMILA LUOGO

DELL'ETA'

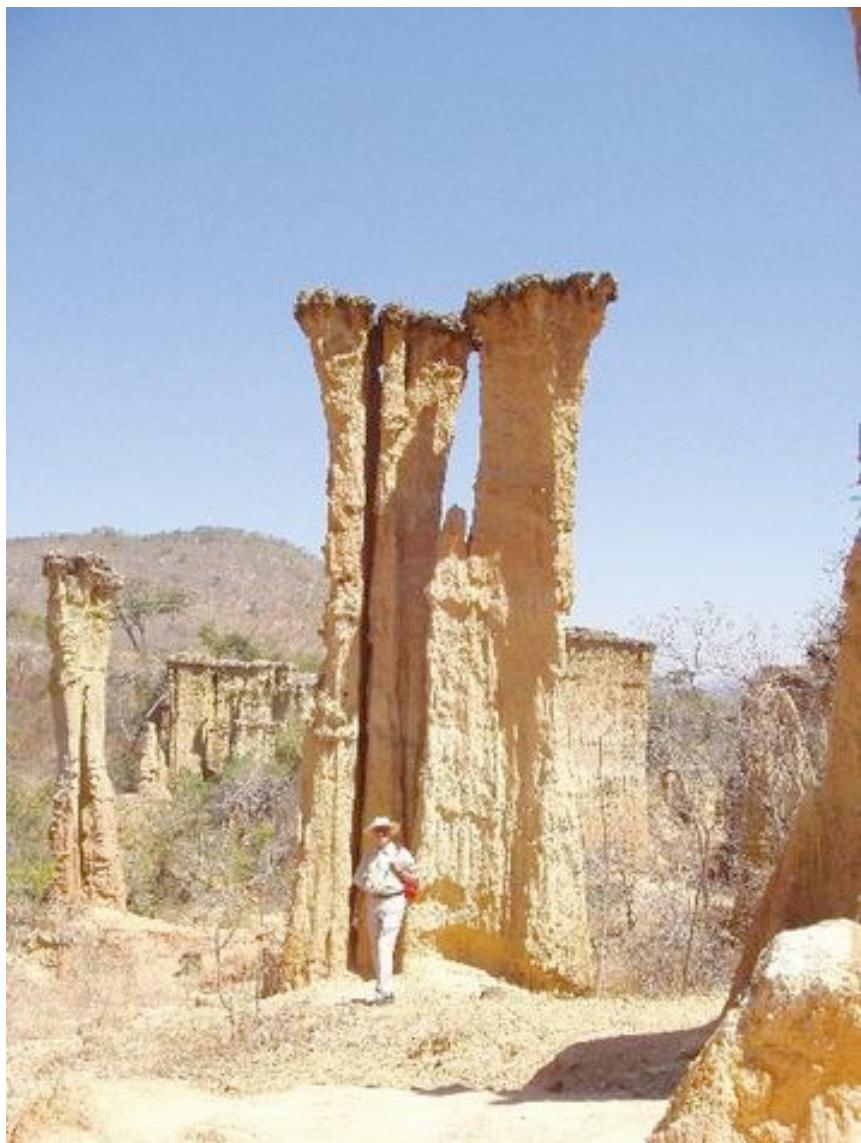
DELLA PIETRA

Situato a soli 20 km da Iringa, Isimila è uno dei più importanti siti risalenti all'età della pietra.

Direzioni: Da Tosamaganga sono 3km.

Taxi: da Tosamaganga costa Tsh 30,000 ed include andata e ritorno.

Incluso nel prezzo ci sono 2 ore di visita. Ogni ora in più Tsh 3,000



NATIONAL PARK

Located at 3 hours drive from Iringa.

Entry fees: Adult Tsh 20,000

Children < 15 years old Tsh 5,000

A Safari car can be rented in Iringa.

Prices are as follow:

Vehicle	Max people	Day trip	Extra days, x day
Land-rover	13	\$350	\$200
Land-rover	9	\$300	\$150
Land-rover	6	\$250	\$100
Land-rover	4	\$250	\$100
Land-rover	4	\$250	\$100

The prices include vehicle, driver/guide and fuel. To book:

- Info Iringa +255262701988
infoiringa@gmail.com
- Tantanca tour: Uhuru Ave
Organizes Safari at good prices
Tel no. +255777376711 / +255787338335

- MUFINDI

Not far from Iringa is the right place where to go to admire the tea plantations. In addition you will find a beautiful lake and a golf club.

- Taxi from Tosamaganga to Mufindi Chai Bora for a whole day including return: Tsh 170,000

- KALENGA

Situated at 15 km from Iringa on the road to the Ruaha National Park, it was famous for being the headquarter of the Hehe tribe. In fact, located there was the Chiefdom of Chief Mkwawa until when Kalenga was taken by the Germans in the last decade of XIX cen.

To visit:

- Kalenga Historical Museum.

Tsh 2,000 per person.

Among many interesting findings the skull of Chief

NATIONAL PARK

Situato a circa 3 ore di auto da Iringa.

Prezzi entrata: Adulti Tsh 20,000

Bambini < 15 anni Tsh 5,000

L'auto per il safari può essere affittata ad Iringa.

I prezzi sono i seguenti:

Tipologia Auto	Max persone	Viaggio in giornata	Extra giorni, x giorno
Land-rover	13	\$350	\$200
Land-rover	9	\$300	\$150
Land-rover	6	\$250	\$100
Land-rover	4	\$250	\$100
Land-rover	4	\$250	\$100

I prezzi includono l'auto, l'autista/guida e benzina. Per prenotazioni rivolgersi a:

- Info Iringa +255262701988 infoiringa@gmail.com
- Tantanca Tour: Uhuru Ave
Organizza safari a prezzi convenienti
Num. Tel. +255777376711 / +255787338335

- MUFINDI

Non lontano da Iringa, è il posto giusto per ammirare le grandi piantagioni di tè. Non lontano dalle piantagioni si trovano un lago e un golf club.

- Taxi da Tosamaganga a Mufindi Chai Bora per tutto il giorno includendo il ritorno: Tsh 170,000

- KALENGA

Kalenga si trova a 15 Km da Iringa sulla strada per il parco nazionale del Ruaha. Nel passato era famosa in quanto ospitava il quartier generale della tribù degli Hehe. Situato lì c'era la residenza del capo Mkwawa fino a quando i Tedeschi presero Kalenga nell'ultima decade del XIX sec.

Da visitare:

- Museo storico di Kalenga.

Tsh 2,000 per persona.

Tra gli interessanti oggetti dell'epoca che sono

- [Mwanga la Mwingu \(vado a vivere\)](#)

Situated in Mangalali village at 5 km from Kalenga, it's the river where the Chief Mkwawa's mother committed suicide. Local people believe the river owns some magic, thus they do not drink the water. It could be helpful to look for a guide in Kalenga that could bring you there.

- To get in Kalenga:

There are many busses that go to Kalenga from Iringa throughout the day. They leave from the main bus station and prices are around Tsh 2,000-2,500 max per person.

By Taxi: Tosamaganga-Kalenga and return including one hour visit Tsh 17,000. Every extra hour Tsh 3,000

- *The Old Farm House,*

Kisolanza Farm

Situated at 51 Km South West of Iringa, Kisolanza is a working farm with cattle, sheep, vegetables, tobacco and flowers. Moreover it hosts a lovely restaurant and accommodations from bush camping to ultimate luxury. The restaurant which incorporates the ruins of an old building, is famous for its authentic atmosphere and for the menu of fresh farm products and garden herbs.

For more information or booking:

- Telephone: +255754306144
- E-mail: info@kisolanza.com
- Website: www.kisolanza.com

- [Mwanga la Mwingu \(il pozzo di Dio\)](#)

Situato a 5km da Kalenga nel villaggio di Mangalali, è il fiume in cui la madre del capo Mkwawa si suicidò. La popolazione locale crede quindi che il fiume abbia dei poteri magici e si astiene da berne l'acqua. Una buona idea è di chiedere a Kalenga una guida che vi porti lì e vi spieghi la storia.

- Per arrivare a Kalenga:

Ci sono molti bus che vanno a Kalenga tutto il giorno partendo dalla stazione degli autobus a Iringa. Il prezzo di un biglietto di andata si aggira attorno ai Tsh 2,000-2,500.

By Taxi: Tosamaganga-Kalenga e ritorno includendo 1 ora di visita Tsh 17,000. Ogni ora in più Tsh 3,000

- *The Old Farm House,*

Kisolanza Farm

Situata a 51 Km Sud-Ovest di Iringa, Kisolanza è una fattoria con pastorizia, pecore, verdure, tabacco e fiori. Inoltre dispone di un fine ristorante e di possibilità di soggiorno da sistemazioni da campeggio a lussuose stanze da letto. Il ristorante caratterizzato dalle affascinanti rovine di una vecchia costruzione, è famoso per la sua autentica atmosfera e il suo menù composto da prodotti freschi e gustose erbe.

For more information or booking:

- Telephone: +255754306144
- E-mail: info@kisolanza.com
- Website: www.kisolanza.com

- **By bus:**

- **SUMRY** Tsh 18,000
Safe and air conditioned
Sicuro e con aria condizionata
Necessary to book in advance
Necessario prenotare in tempo
- **UPENDO** Tsh 13,000
Safe and air conditioned
Sicuro e con aria condizionata
Necessary to book in advance
Necessario prenotare in tempo

Bus stop	time
Iringa (main bus station)	8:00am
Dar es Salaam (Nasimoja – town centre)	4:00pm

Bus stop	time
Iringa (main bus station)	6:00am
Dar es Salaam (Ubungo bus station)	2:00pm

- **By plane**

INDIGO AVIATION
Only Mon & Thurs
Solo Lun & Giov
Flight fee: \$150
Costo: \$ 150

Airport tax: \$5 Tassa areoportuale: \$5

Safety fee: \$1 Assicurazione: \$1

To book please contact Info Iringa +255262701988 infoiringa@gmail.com

Per prenotazioni contattare Info Iringa +255262701988 infoiringa@gmail.com

Airport	time
Iringa	3:30pm
Dar es Salaam	5:15pm

USEFUL KISWAHILI:

KISWAHILI UTILE:

-HABARI GANI?- Which news? / Quali notizie? -NZURI!- good! / buone!

-HUJAMBO?- no problem? / nessun problema?

-SIJAMBO! – no problem! /nessun problema!

-JINA LAKO NANI?- What's your name? / Qual è il tuo nome?

-MIMI NI.... - I'm... / Io sono...

-NATOKA ITALIA - I come from Italy / Vengo dall'Italia

-NJIA KWENDA TOSAMAGANGA WAPI?- Where is the road to Tosamaganga? / dove è la strada che va a Tosamaganga?

-BASI KWENDA IPAMBA IKO WAPI?- Where's the bus to go to Ipamba? / Dove si trova il bus per andare a Ipamba?

-TAFADHALI, NATAKA KUSHUKA SOKONI- Please, I want to get off at the market / Per favour, voglio scendere al mercato

-KITUO CHA BASI KIKO WAPI?- Where's the bus station? / dove è la stazione dei bus?

-SAA NGAPI IPO BASI KWENDA IRINGA?- At what time is the bus to Iringa? / A che ora arriva il bus per Iringa?

-SOKO IKO WAPI?- Where's the market? / dov'è il mercato?

-DUKA LA DAWA LIKO WAPI?- Where's the pharmacy? / dov'è la farmacia?

-DUKA LA VODACOM LIKO WAPI?- Where's the fruits shop? / dov'è il negozio di frutta?

-NAOMBA VODACOM VAUCHER ELFU MOJA /ELFU MBILI- I'd like a Tsh 1,000/2,000 vodacom top-up / Vorrei una ricarica vodacom da Tsh 1,000/2,000

- For what concern bus timetable remember that here 7:00am is 1:00 and so on until 6:00pm that is 12:00. Then again from 7:00pm equals 1:00 and so on.
- Per quanto riguarda gli orari del Pullman ricorda che qui le 7:00 sono l'1:00 e avanti così fino alle 18:00 che sono le 12:00. Poi di nuovo le 19:00 sono l'1:00 e avanti così.