

# Praktiske oplysninger

Her finder du relevante oplysninger om rejser til Amazonas og Galapagos

## Pas og visum

Passet skal være gyldigt mindst 6 måneder efter hjemrejsedatoen.

Som dansker er man visumfri i 90 dage. I flyet udfyldes indrejsekort. Man skal imidlertid være i besiddelse af et pas, der har mindst seks måneders gyldighed ved afrejse fra Ecuador. Det er altid en god idé at have en kopi af passets informationsside med. Den bør opbevares et andet sted end selve passet.

Indrejse til Galapagos I lufthavnen på vej til Galapagos betaler I 20 USD for et INGALA transitkort. Kortet skal opbevares til og med afrejsen fra Galapagos, og skal betales kontant.

Din bagage skal tjekkes af SICGAL. Friske fødevarer og planter må ikke medbringes, da det kan skade økosystemet på Galapagos.

Ved ankomsten til Galapagos-øerne betaler I entré til nationalparken. Det koster 200 USD per person og kan kun betales kontant. Vær opmærksom på, at nationalparken ikke altid modtager 50 og 100 dollarsedler.

## Vaccinationer

Som i de fleste andre oversøiske lande, anbefales det at være vaccineret mod smitsom leverbetændelse (hepatitis A), stivkrampe og difteri. Endvidere anbefales vaccination mod gul feber.

Viktors Farmor rådgiver af principielle årsager ikke om smitterisiko for malaria og om valg af malaria profylakse. Du bør tale med egen læge eller en specialklinik for rejsemedicin. Medbring evt. dag-for-dag programmet, hvorpå rejseruten er indtegnet.

Du kan også orientere dig på [Seruminstituttets hjemmeside](#). Der er ofte forskellige holdninger til, hvad der tilrådes af vaccinationer og profylakse.

I forbindelse med din vaccination har Viktors Farmor to rabataftaler med [Rejsemedicinsk- og Medicinsk Speciallægeklinik \(Jens Baggesens Vej 90 B 8200 Aarhus N\)](#) og [Udlandsvaccinationen I/S \(Ørestads Boulevard 5, 2300 København S\)](#). Ved begge steder får du op til **10% i rabat ved vaccinationer**.

## Medicin

Receptpligtig medicin bør pakkes i håndbagagen. Vær opmærksom på at det kræver en speciel tilladelse at medbringe insulin i håndbagagen, men egen læge kan hjælpe med at få en sådan tilladelse. Medbring gerne en medicinliste med det aktive stof i den receptpligtige medicin samt dosis.

Er man tilbøjelig til at blive køresyg eller søsyg, er det en god idé at medbringe piller mod dette. Der kan være store bølger mellem øerne på Galapagos.

## Højdesyge

Højdesyge kan opstå, når man bevæger sig relativt hurtigt op i en højde over 2500 meter, f.eks. når man flyver til Quito. Det er vigtigt at drikke meget vand, spise lette måltider og undgå alkohol for at minimere problemer med højdesyge. Højdesyge viser sig bl.a. ved hovedpine, kvalme og utilpashed. På [www.netdoktor.dk](http://www.netdoktor.dk) står der mere om højdesyge.

Tager du medicin, eller lider du af sygdom, der kan blive forværret af en rejse i højderne, bør du i god tid inden afrejse kontakte egen læge. Har du ikke erfaring med, hvordan du reagerer på højder, kan du vælge at medbringe Diamox tabletter, som i et vist omfang kan forebygge højdesyge. Spørg hos din læge eller henvend dig til Rejsemedicinsk Klinik, [www.rejsemedicin.dk](http://www.rejsemedicin.dk). Det koster 50 kr. for recepten og 160 for konsultationen.

## Fysisk form på rejsen

For at kunne deltage på rejsen skal du være godt gående og i en almindelig fysisk form. Rejsen egner sig ikke for bevægelseshæmmede, og det forventes, at du kan gå mindst 5 km. om dagen, samt håndtere din egen bagage.

## Mad og drikke

Det er ikke tilrådeligt at drikke vandet i Ecuador. Mineralvand kan købes overalt. Undgå isterninger og lokalt hjemmebryg lavet på postevand. Vi får god og veltillavet mad overalt, og det er sjældent der forekommer mavetilfælde.

Når man er i højden er det nødvendigt at drikke mere end man normalt ville gøre. Nogle anbefaler helt op til 3 liter dagligt.

For at reducere mængden af plastik, anbefales det at medbringe en feltflaske til opfyldning af vand. Der vil være vandtanke i bussen og på hotellerne på Galapagos.

## Hoteller

De hoteller, vi bruger, er ofte hyggelige renoverede kolonipalæer eller haciendaer. Det betyder dog, at værelserne ikke altid er ens, at der kan være forskel på størrelserne af værelserne. Derfor vil nogle til tider få et bedre værelse end andre, og omvendt. Der kan ikke garanteres bestemte værelser på forhånd.

På Galapagosøerne er hotelværelserne oftest små og beskedne.

## Valuta

Møntfoden i Ecuador er USDollars. Det anbefales, at man medbringer dollars i kontanter. Tag **ikke** 50 og 100 dollarsedler med, da de er svære at få vekslet (da der er mange falske 50 og 100 dollarsedler). Det er bedst at have 10 og 20 dollarsedler med. Kreditkort kan anvendes i de større byer, hvor der også er hæveautomater. Kreditkort kan ikke anvendes i Amazonas. Der er hæveautomater i Puerto Ayora, og de fleste restauranter på Galapagos tager imod kreditkort.

## Elektricitet

Der er 110 volt. Danske stik kan ikke bruges, så medbring en adapter. Der benyttes stik med små smalle, flade ben, enten to- eller tre-benede.

Medbring evt. en lommelygte eller pandelampe til hotellet i Amazonas. For en sikkerhedsskyld er det en god idé at oplade alle apparater inden turen til Amazonas.

## Prisniveau

På restauranter koster en hovedret ca. 10-25 USD. En øl koster 3-4 USD, en sodavand ca. 2 USD og en flaske vin ca. 25 USD. En liter vand i et supermarkedet/kiosk koster ca. 1 USD.

På Galapagos koster øl ca. 5 USD, sodavand 4 USD og vin 30 USD.

## Drikkepenge

På restauranter er det normalt at lægge ca. 10% til regningen, hvis drikkepenge ikke allerede er inkluderet (servicio 10%).

Hvis man har fået båret sin bagage til sit hotelværelse, giver man et lille beløb for det, f.eks. svarende til 1 \$ pr. værelse.

På grupperejser betales drikkepenge til chauffører og lokalguider af Viktors Farmor.

## **Bemærk**

- På grund af vandreturene i regnskoven og på Sierra Negra vulkanen er det nødvendigt med almindelig god fysisk form.
- For at reducere mængden af plastik, modtager I på dag 1 en feltflaske til opfyldning af vand. Der vil være vandtanke i bussen og på hotellerne på Galapagos.

## **Internet og telefoni**

Ecuador har selvalg fra Danmark. Tryk 00593 + omr.nr + abon.nr. Fra Ecuador til Danmark trykkes 0045 + dk-nummer. På sejlturene mellem Galapagos øerne kan der være dårlig mobildækning

Der er Wifi på de fleste hoteller.

## **Bagage**

Bagagen bør ikke være tungere, end at man selv til enhver tid kan bære den.

Vær opmærksom på, at flyselskaberne ikke tillader powerbanks og e-cigaretter i den indtjekkede bagage. Har I sådanne apparater, skal de i håndbagagen.

## **Tidsforskel**

Der er 7 timers forskel mellem Ecuadors fastland og Danmark. Der er 8 timers forskel mellem Galapagos og Danmark.

## **Kriminalitet**

De fleste rejser til Ecuador er problemfrie. Ud over almindelig sund fornuft anbefaler vi, at man ikke går med smykker, og at man bærer sit kamera, telefon og penge ude af syne for andre.

## **Foto**

Hvis man vil fotografere mennesker, bør man spørge om lov først. Alle tager mange flere billeder end forventet – så medtag rigelig hukommelse eller et eksternt medie til at gemme billederne på undervejs.

## **Kamera og andre værdigenstande**

Hvis du medbringer kamera, mobiltelefon eller andre værdigenstande på kanoturene i Amazonas og på de små både, vi sejler med på Galapagos, så sørg for at have dem i en vandtæt pose.

Viktors Farmor kan ikke gøres erstatningspligtig, hvis genstandene bliver våde eller mistes.

## **Beklædning**

I højlandet er den bedste måde at klæde sig på efter lag på lag princippet, da dagene ofte byder på både sol og regn. Det kan være køligt morgen og aften samt på vandreture i nationalparker, hvorfor en sweater og vindjakke anbefales. Der er køligt om natten i Ingapirca, så medbring evt. nattøj.

I Amazonas er der brug for let og løst tøj, langærmede bluser og lange bukser til vandringer i regnskoven samt regntøj. På lodgen kan shorts og sandaler anvendes.

På Galapagos er der brug for let og løst tøj, gerne shorts. En sweater og vindjakke kan medbringes til sejlturene mellem øerne. Det er god idé at medbringe solbeskyttelse med høj faktor, læbepomade med solbeskyttelse, solhat og solbriller. Medbring badetøj til badning i Amazonas og på Galapagos samt i varme kilder.

## **Snorkling på Galapagos**

Snorkeludstyr til Las Tintoreras øerne er inkluderet i rejsens pris. Fødder er ikke inkluderet, men dem kan man leje billigt mange steder. Hvis man vil ud at snorkle på sin fridag, kan man også leje maske og snorkel billigt mange steder. Ellers anbefales det at medbringe eget snorkeludstyr. Nogle steder kan man ligeledes leje en våddragt (Det kan være nødvendigt fra maj til december, hvor vandet er koldere).

Det er en god idé at medbringe et undervandskamera.

## **Klima**

Ecuador har tropisk klima, men vejret varierer meget fra region til region og i forhold til højden.

I Quito og højlandet er gennemsnitstemperaturen 7-23°C hele året rundt. I regntiden (okt. – maj) starter dagene generelt med sol, det bliver varmt over middag, og senere på dagen kan der ske at regne. Det kan blive koldt om natten.

I Amazonas ligger gennemsnitstemperaturen mellem 25 og 30 grader, og det er fugtigt og regnfuldt hele året.

I Guayaquil ligger temperaturen gennemsnitligt mellem 21 og 31 grader, og der er meget høj luftfugtighed.

Galapagos: fra december til april er vandet varmt, cirka 26°, og vejret er undertiden meget varmt +30°. Det solrige vejr afbrydes en gang imellem af kraftige, men korte regnbyger. Fra maj til december er vejret tørt, og temperaturen er ca. 25°. Vandet er ca. 20°. Nedbør veksler dog fra år til år og fra ø til ø.

## Pakkeliste

### Husk at supplere pakkelisten med:

- Vaccinationskort
- Regntøj eller regnponcho
- Evt paraply, også praktisk i stærk sol
- Shorts, soltoppe og sandaler
- Varmt tøj (lag på lag), da vejret kan være omskifteligt i højlandet
- Lette langærmede bluser/skjorter og lange bukser til vandring i regnskoven (ekstra sæt bukser kan være nyttige, da det er svært at tørre tøj i Amazonas pga. fugtighed)
- Passende fodtøj til vandring (gerne vandtæt)
- Evt. teleskop-vandrestav
- Solbriller og solcreme
- Kasket/hat
- Evt. medicin mod maveinfektion og køre- og søsyge (tal med egen læge)
- Badetøj, badesandaler
- Evt. siddeunderlag
- Myggespray (vigtigt i Amazonas)
- Vådservietter
- Feltflaske / flaske til vand
- God kikkert
- Lommelygte/pandelampe
- Ørepropper
- Evt. vandtæt pose til kamera
- Evt. undervandskamera
- Lille rygsæk til dagsture
- T-shirt til brug under snorkling- den beskytter mod den stærke sol

## Værd at vide

*For alle, der skal ud at rejse med Viktors Farmor, tilbydes 10% på varer, som ikke er nedsatte på [Spejdersports webshop](#). Fordelskoden oplyses ved bestilling af rejse.*