

# Praktiske oplysninger

Her finder du relevante oplysninger om rejser til Chile, Bolivia og Peru

## Pas og visum

Danske statsborgere er visumfri i op til 90 dage i Peru, Bolivia og Chile.

Passet skal være gyldigt mindst 6 måneder efter hjemrejse. Det er altid en god idé at have en ekstra kopi af passets informationsside med. Den opbevares et andet sted end selve passet

## Vaccinationer

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

De bolivianske myndigheder kræver ikke længere vaccination mod gul feber for alle rejsende, men kun til dele af landet. 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 Seruminstittets hjemmeside: [www.ssi.dk/rejser](http://www.ssi.dk/rejser). 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.**

## Internet og telefoni

De fleste hoteller har adgang til internettet. Wifi fungerer oftest kun i hotellernes lobby.

Telefon til:

- Chile: +0056 (+ områdenr. + abnnr.)
- Bolivia: +00591
- Peru +0051
- Telefon til DK: +0045

Der er i de større byer udmærket dækning. Det koster fra 20 kr. i minuttet at ringe og modtage opkald fra Danmark. Sms koster ca. 2,50 kr. at afsende og 0 kr. at modtage. MMS er ikke muligt. Der kan købes lokale taletidskort.

## **Elektricitet**

Der er 220 volt som i Danmark. I Chile bruges danske stik. I Bolivia og Peru bruges primært de sydamerikanske stik med to flade ben, men på de fleste hoteller er stikdåsen i væggen lavet, så de runde danske kan sættes i.

Medbring adapter for en sikkerheds skyld.

## **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.

## **Valuta**

Møntfoden i Chile hedder Peso (CLP). 100 Peso svarer til ca. 1 DKK.

Møntfoden i Bolivia hedder Boliviano (BOB). 100 Boliviano svarer til ca. 100 DKK.

Møntfoden i Peru hedder Nuevo Sol (PEN). 100 PEN svarer til ca. 200 DKK.

I kontant valuta anbefales det, at man medbringer USD, EURO eller de lokale valutaer om muligt. Vær dog opmærksom på at 100 USD sedler kan være svære at veksle. Kreditkort kan anvendes i de større byer og anbefales i stedet for at have for mange konanter på sig.

## Højde- og køresyge

På rejsen tilbringes tid i højder over 2500 meters højde, hvorved der er risiko for højdesygesymptomer. Højdesyge viser sig bl.a. ved hovedpine, kvalme og utilpashed. Dette kan dog ofte afhjælpes ved at sørge for ikke at blive afkølet samt sørge for at indtage rigelig med væske og undgå alkohol. På [www.netdoktor.dk/rejsemedicin/artikler/hojdesyge.htm](http://www.netdoktor.dk/rejsemedicin/artikler/hojdesyge.htm) 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 vist omfang kan forebygge højdesyge. Diamox kræver, at din læge har en særlig udleveringstilladelse, så tag kontakt i god tid.

Drik altid rigeligt med coca-te. Det serveres alle steder, er helt uskadeligt og virker også mod højdesyge. Det kan sammenlignes med kamille-te, og kan ikke sammenlignes med kokain.

Er man tilbøjelig til at blive køresyg, er det en god idé at medbringe piller mod køresyge, da der køres i bjerge med hårnålesving.

## Mad og drikke

Man bør ikke drikke postevandet i regionen. Mineralvand kan købes overalt. Undgå isterninger. Undgå ukogte grøntsager, upasteuriseret mælk og mælkeprodukter.

## Tidsforskel

Når der er dansk vintertid:

Chile: 4 timer efter Danmark

Bolivia: 5 timer efter Danmark

Peru: 6 timer efter Danmark

Når der er dansk sommertid:

Chile: 5 timer efter Danmark

Bolivia: 6 timer efter Danmark

Peru: 7 timer efter Danmark

## **Drikkepenge**

På restaurant er det normalt at lægge ca. 10% til regningen.

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

Drikkepenge til turledere og chauffører betales af Viktors Farmor på grupperejser.

## **Klima**

Det nordlige Chile er blandt de tørreste regioner i verden. De nordlige egne er ørkenområder, varmt om dagen og køligt om natten, mens det centrale Chile minder om middelhavsområdet: sommeren er tør og varm, mens vintermånederne (fra april til september) er milde og kun moderat fugtige.

Altiplano højsletten har en gns. højde på 4.000 meter og har tropisk højlandsklima. Den årlige nedbørsmængde er relativt lav og det meste falder mellem december og medio marts. Temperaturen falder med højden og kan variere meget – også afhængig af om solen er fremme. Nætterne kan være kolde. Solen skinner ofte fra en klar himmel, så temperaturen kan midt på dagen komme over 20 grader, men om natten falder temperaturen til omkring frysepunktet eller lavere, og det kan være køligt på hotellerne.

Temperaturerne svinger generelt meget, alt efter hvilket område man befinder sig i.

## **Bagage**

Bagagen bør aldrig være tungere, end at man selv til enhver tid kan bære den, da vi kan komme ud for uregelmæssigheder i programmet. Sørg altid for at have tandbørste samt lidt ekstra tøj/undertøj i håndbagagen, så man er forberedt på det tilfælde at bagagen kan være forsinket på bestemmelsesstedet. Vigtig medicin bør man altid have i håndbagagen.

I toget til Aguas Calientes (Machu Picchu) må man kun medbringe 5 kg bagage, så sørg for at medbringe en mindre taske/rygsæk til dette formål. Resten af bagagen opbevares i Cuzco.

## **Prisniveau**

En hovedret koster fra ca. 60 kroner og op. En vand/øl ca. fra 15 kr., mens vin er relativt dyrt og koster fra 70-100 kr. og op pr. flaske. En liter vand i en kiosk koster ca. 5 kr.

## Pakkeliste

### Husk at supplere pakkelisten med:

- Drikkedunk
- Mindre taske/rygsæk
- Ekstra kraftige plastposer til at beskytte udstyr mod vand
- Regntøj/poncho
- Varmt tøj - gerne lag på lag
- Hue og vanter
- Luftigt tøj til lavlandet
- Gode vandresko/-støvler
- Sandaler
- Solbriller
- Solcreme – min. faktor 30
- Læbepomade med sunblock
- Kasket/hat
- Evt. piller mod højdesyge (Diamox)
- Evt. medicin mod maveinfektion (tal med egen læge)
- Myggemiddel (kan også købes lokalt) Gerne med mindst 7,5% DEET. Kan købes lokalt.
- God kikkert
- Lommelygte / pandelampe
- Badetøj
- Langærmede lette skjorter og lange bukser af naturmateriale – fx bomuld

**Bemærk! Der må ikke indføres ferskvarer eller landbrugsprodukter til Chile.**

## Værd at vide

For alle, der skal ud at rejse med Viktors Farmor, tilbydes 10% rabat på varer, som ikke er nedsatte, på Spejdersports webshop [www.spejdersport.dk](http://www.spejdersport.dk). Fordelskoden udleveres ved bestilling af rejsen.