

Praktiske oplysninger

Her finder du relevante oplysninger om rejser til Costa Rica og Panama

Pas og visum

Visum kræves ikke for danske statsborgere. Passet skal være gyldigt mindst seks måneder udover opholdet. Ved ankomst til paskontrollen Costa Rica bliver hver deltager afkrævet et mindre beløb i USD til et "tourist card". Beløbene er i skrivende stund ca. 29 USD i alt. I Panama er det et krav, at man altid enten har sit pas eller en fotokopi af passet på sig (opslaget med foto).

Det er altid en god idé at have en ekstra kopi af passets informationsside med. Den opbevares et andet sted end selve passet.

Vaccination

Som i de fleste andre oversøiske lande, anbefales det at være vaccineret mod smitsom leverbetændelse (hepatitis A), stivkrampe og difteri. Gul feber forekommer i Panama, tal med egen læge herom. 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 kan være forskel på, hvilke vaccinationer der tilrådes.

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**.

Valuta

Costa Rica. Møntfoden hedder colones (CRC). 1 \$ = ca. 560 colones. colones kan heller ikke fås i Danmark, men 100 colones svarer til en krone. Det anbefales at man medbringer \$, også i mindre sedler. Flere steder i Costa Rica kan man betale med USDollars. Kreditkort (kun visa og mastercard) og rejsechecks kan godt anvendes i Costa Rica.

Panama. Møntfoden hedder balboa. Den har nøjagtig samme værdi som USDollar, og de kan derfor bruges i flæng. Det anbefales at man medbringer US Dollars, også i mindre sedler. Kreditkort (kun visa og mastercard) og rejsechecks kan anvendes i de større byer.

Telefoni og internet

Telefoni. Det er temmelig dyrt at ringe til udlandet.

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.

Elektricitet

Der bruges stik med flade ben. Medbring en adapter.

Mad og drikkevand

Det er ikke tilrådeligt at drikke vandet. Mineralvand kan købes overalt. Mad: Undgå ukogte grøntsager og upasteuriseret mælk/mælkeprodukter. Sørg for at få frisktillavet mad.

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. På grupperejser betales drikkepenge til lokale guider og chauffører af Viktors Farmor.

Foto

Lufthavne og militære områder må ikke fotograferes. Hvis man vil fotografere mennesker bør man spørge om lov først.

Prisniveau

En hovedret koster fra ca. 60 kroner og op. En vand/øl ca. fra 20 kr., et glas vin fra 40 kr. op. En liter vand i en kiosk koster ca. 10 kr.

Bagage

Medbring højst 20 kg bagage på flyene, da man på flyturen fra Bocas del Toro til Panama City må have maks 20 kg bagage ved check-in og 2 kg håndbagage. Overskydende bagage på denne flyvning kommer med flyet, men der opkræves en beskeden pris for overvægt. I skrivende stund på 1,5 USD pr kilo. Bagagen bør ikke være tungere end at man til enhver tid kan bære den selv.

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

Håndbagage

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 altid være i håndbagagen. Medbringer du receptpligtig medicin, i din håndbagage, skal navnet på recepten og flybilletten stemme overens.

Klima og påklædning

Vejret vil være lunt det meste af tiden, som på de bedste danske sommerdage. Det anbefales at man medbringer let bomuldstøj. Medbring lun trøje og vindjakke til kølige aftner og til sejladsen i Bocas del Toro i Panama.

Uformel påklædning er ok på hele turen. Der er ikke brug for elegant tøj. I storbyerne bør kvinder ikke gå i shorts. Regntøj, f.eks. en poncho og en paraply bør også medbringes, da vi af og til kan komme ud for et regnskyl (som regel kortvarigt).

Tidsforskel

Der er syv timers tidsforskel mellem Costa Rica og Danmark. Når klokken er 12 middag i Costa Rica er den 19 i Danmark. Der er seks timers forskel mellem Panama og Danmark.

Pakkeliste

Husk at supplere pakkelisten med:

- Vaccinationskort
- Vækkeur
- Lommelygte + ekstra batterier
- God kikkert
- Insektspray
- Sollotion med høj faktor
- Kasket eller solhat
- Gode lukkede vandresko eller -støvler
- Evt. et par gamle og udtrådte sko (eller sko du ikke er øm over for) til gåturen på vulkanen Cerro Negro, hvor skoene bliver sorte.
- Regnslag
- Langærmet skjorte/bluse og lange bomuldsbukser
- Badetøj
- Evt. medicin mod maveinfektion (tal med egen læge)
- Fotokopi af pas (opslaget med foto)
- Evt. Fotokopi af flybillet
- Evt. En god bog til en regnvejrsdag

Tyveri

Lad være med at medbringe smykker eller kostbare ure. Hav kontante penge på kroppen i en "pengekant" og kun et lille beløb i taske eller lommer.

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.