

# Världens Resor

## Colombias tid är nu

29 november – 15 december 2019

### Praktiska tips



#### **Klimat**

Anderna:

Bogotás dagstemperatur är ca 19 grader och på kvällen ca 13, i Guatapé och norra Kaffetriangeln är det ca 23 grader dagtid och på kvällen ca 16 grader. I Medellín är det ca 27 grader på dagen och 20 på kvällen.

På den karibiska kusten och Honda är det ca 30-33 grader dagtid och ca 26-28 grader på kvällen. Colombia är ett tropiskt land med mycket grönska och regn kommer att komma ibland, svårt att förutse hur mycket, men det är inte heldagsregn.

#### **Tidsskillnad**

Colombia – 5 timmar från GMT, alltså – 6 timmar från Sverige under svensk vintertid.

#### **Pass och visum**

Ditt pass skall vara giltigt minst sex månader efter avslutad resa.

# Världens Resor

## **Valuta, växling och priser**

Rekommenderat är att ta med sig framförallt betal-/kreditkort men även bra att ha lite kontanter i USD i reserv, i blandade valörer. Ni kan växla eller ta ut pengar via kort på flygplatsen El Dorado i Bogotá samt nära hotellet. Det är alltid smidigare och snabbare att ta ut pengar i bankomat än att söka upp växlingskontor och det brukar också vara mer fördelaktigt att ta ut pengar med kort. Att ha med kontanter i USD är bra om det är problem med uttagskortet eller bankomaten. Det kan vara bra att ha med sig två olika kort för att undvika problem om ett av kortet förstörs.

De bank-/kreditkort som fungerar bäst är VISA eller Mastercard. Dessa kort är även gångbara på större restauranger och affärer. American Express eller andra kort är inte lika användbara. Valutan heter colombiansk peso. 1 USD = ca 3400 pesos. 1 krona är ca 345 pesos i nuläget men denna kurs kan vara annorlunda just när ni reser. Tänk på att svenska banker tar en summa i kostnad varje gång man tar ut i bankomat (vanligtvis 35 kronor) samt ett valutapåslag på ca 1–2%. Det finns bankomater nära hotellet där ni ska bo i Bogotá. Bankernas vanligaste öppettider: Mån-fre 09.30-16.00. Lördagar 09.00-13.00 (gäller inte överallt).

Colombia är en hel del billigare än Sverige, hur mycket varierar dock på var och vad man väljer att handla. Dagens lunch kostar 30-40 kronor över lag. När det är frågan om restauranger som inte erbjuder dagens lunch kan priset bli ca 50–70 kronor. Middag kostar från ca 70 kronor för en varmrätt men kan gå på mer pengar om det är på en finare restaurang exempelvis i Cartagena som är Colombias dyraste stad.

Transport ingår under resan men om ni vill göra saker på egen hand kan sägas att bussresor inom städer kostar bara några få kronor. En taxiresa kostar vanligtvis mellan 15-40 kronor beroende på sträcka. I Cartagena är det fasta priser mellan olika destinationer, ofta från 7500 pesos (ca 25 kr), men priset kan ha ändrats sedan denna information författas. I övriga landet används vanligtvis taxameter.

## **Dricks**

Det ingår dricks till lokala guider och transportörer samt till maten som ingår på resan. Det ingår dock inte dricks för de måltider som ej ingår i resans pris och ej heller för städpersonal som arbetar på hotell. På hotell och restauranger läggs det ofta till 10 procent på notan. Om inte bör man själv ge 10-15 procent i dricks.

## **El**

110/120 volt, 60 Hz. Amerikanska platta tvåpluggsuttag. Adapter krävs och går att köpa hos tex Claes Ohlsson. Kontrollera noggrant om era produkter accepterar voltantalet men det brukar inte vara något problem; i Sverige är det 50 Hz. Hör er för med er elhandlare om ni är osäkra.

# Världens Resor



Amerikanska platta tvåpluggsuttag

## **Telefoni och internet**

WiFi finns på alla hotell, men av varierande kvalitet. Ibland har hotellen någon enstaka dator som resenärer kan använda. Tänk på att det ofta är väldigt dyrt både att ringa och ta emot samtal utomlands. Att skicka och ta emot SMS kostar inte alls lika mycket. Kontrollera priser med er operatör i Sverige i förhand.

## **Transport**

Colombia är ett väldigt stort land och för att korta ner antalet flyg kommer vi färdas mer tid i buss. På så sätt får vi även se mer utav detta fantastiska land. De flesta resor kommer vara kortare turer på 1.5-3 timmar, men vi har även två längre resor på 4-5 timmar. Både bussarna och vägstandarden har blivit bättre, men fortfarande är det sämre standard än i Sverige. Vi flyger inrikes i Colombia en gång.

## **Boende**

Vi bor på mindre lokalägda hotell med turiststandard 3\*

## **Säkerhet**

Vi rekommenderar att alltid förvara pengar och värdehandlingar innanför kläderna i ett penningbälte. Ta med dig kopia på passets viktiga sidor, försäkringsnummer etc. och förvara detta på annat ställe i packningen. På flygplatser, marknader, busstationer och vid turistattraktioner där det samlas mycket människor ökar risken för ficktjuvar så tänk på var du har dina värdesaker. Det är förmodligen inte större risk att bli av med värdesaker i Colombia än merparten i andra länder i Latinamerika men vår färdledare kan ge rekommendationer under vistelser i städer. Under senaste 20 åren har man från myndigheterna satsat mycket på fler poliser samt andra åtgärder. Dessutom har ekonomin förbättrats så den generella säkerheten är nu mycket bättre nu än för 20 år sedan.

På stranden i Cartagena erbjuder ibland kvinnor fotmassage och de säger att det inte kommer att kosta något, vilket det kommer visa sig vara felaktigt. Om de försöker börja att massera fötterna gå därifrån direkt. Det är ingen fara egentligen, men ni undviker en jobbig situation.

## **Försäkringar**

Missa inte att kontrollera att du har en komplett reseförsäkring som skyddar dig under resan. De flesta hemförsäkringar har ett visst skydd upp till 45 dagar. Vill du komplettera din hemförsäkring så rekommenderar vi reseförsäkring hos Gouda där bland annat detta ingår.

# Världens Resor

Vid sjukdom på resan får du dagsandelar tillbaka eller ny resa

Försäkringen täcker alla självrisker, även de du har genom hemförsäkring och kort

Komma i kapp resan vid försenad anslutning, utresa

Anslutningsskydd i Norden vid försenad hemresa

Flyg & bagageförsening

På din resesida på webben hittar du länkar till mer utförlig information om vad försäkringen täcker. Kontakta gärna oss om du har frågor så hjälper vi dig att hitta den försäkring som är bäst för dig, samt att beräkna vad en försäkring för din resa kostar. Grundpris är cirka 210 kr plus 50 kr/dag.

Ha alltid med dig ditt försäkringsbevis samt det jourtelefonnummer som gäller just din försäkring.

Journummer till SOS International är +45 70105050.

## **Vaccination och hälsa**

Nedanstående råd är utifrån det vi läst och hört under flera års tid och är generella, för att vara på den säkra sidan vänligen ta kontakt med er vaccinationscentral i god tid och ta med namnen på platserna ni ska bo:

Anderna: Bogotá, Manizales, Kaffetriangeln/byn Salamina (länet Caldas), Medellín, Guatepé.

Magdalena Medio: Honda.

Karibien: Santa Marta och Cartagena, med utflykt till Tayrona, Aracataca och Palenque.

Vi rekommenderar grundskydd mot polio, difteri och stelkramp samt profylax mot gulsot, havrix eller twinrix. Ducoral mot kolera kan tas i preventivt syfte mot s.k turistdiarré men det är omtvistat om dess effekt mot just turistdiarré.

Colombia kräver inte ett vaccin mot gula febern, men om ni nyligen har varit i ett land med risk för smittan så måste ni visa upp att ni tagit vaccinet. Om ni inte kan ta det måste ni ha ett tillstånd som är skrivet på engelska där det står att ni inte kan ta vaccinet pga ålder eller allergi. Under senare år i Sydamerika har det varit mycket få fall av gula febern men under 2019 har det förekommit en del fall av det i Brasilien och myndigheter i Colombia är rädda för att smittan ska komma till landet

Malariaprofylax brukar inte rekommenderas för de områden vi besöker trots att det har funnits mer av detta men kontakta vaccinationscentralen om detta. Hur som helst är det bra att undvika irriterande myggbett och mygg kan sprida andra mindre allvarliga sjukdomar så köp gärna starkt myggmedel i Colombia innan vistelsen på kusten. Det brukar dock inga vara enorma mängder mygg på denna resrutt. Skydda dig alltid mot mygg med myggspray och

# Världens Resor

grundregeln är att de ska ha beståndsdelarna DEET, helst till 20% i koncentration eller mer. Produkter som säljs i Sverige som är bra är MyggA och US622. US622 har högre koncentration av DEET. Kläder är också bra och man kan till och med spraya ovanpå dem.

## **Fysisk ansträngning och höjder**

Rent generellt är det ingen särskild fysiskt ansträngd resa mer än vid Tayrona. I Tayrona är det en vandring på ca 4 timmar totalt som kan vara ganska tuff. Om man känner att man inte vill göra det så meddela färdledaren tidigt på resan så kan han säkert fixa annat alternativ denna dag. I övrigt är det stadsvandringar på ett par timmar att vänta sig. Trots att en del av resan är uppe i bergen kommer ni inte bo på så höga höjder. Bogotá ligger på 2650 meters höjd och detta är högsta platsen ni kommer att bo på. Denna höjd brukar ofta inte leda till stora besvär mer än andfåddhet och kanske svag huvudvärk. Huvudvärken kan lika gärna ha att göra med tidsomställning och dålig sömn så här i början på resan, vilket tenderar att ske vid långa resor till Latinamerika; något övergående.

## **Mat och dryck**

I Anderna äter man mycket majs, ris, potatis, plátano (mat-/kokbanan), bönor, kyckling och kött. Det finns goda soppor som alltid serveras till dagens lunch. På kusten äts utöver det en hel del fisk och skaldjur. Yuca (kassavarot) förekommer också en hel del. I hela landet finns ett stort utbud av frukt och fantastiska juicer.

Till frukost serveras ofta majsbrödet arepa istället för bröd. Ofta får man även ägggröra samt choklad eller kaffe. Om ni är inbitna tedrickare rekommenderas att ta med egna goda sorter och be om kokat vatten, på vissa hotell finns inte bra svarta tesorter, däremot kan det finnas örtte.

Det ingår frukost varje dag och sex andra måltider (lunch eller middag) på resan. Resterande måltider fixar ni på egen hand. Bästa sättet att undvika magsjuka är att strunta i folktomma turistrestauranger där maten kanske stått länge eller åkt ut och in ur köket några dagar.

Ni kan dricka kranvattnet i Medellín. I Bogotá och i andra delar dricker en del människor vattnet men det brukar inte smaka så gott pga högt klorinnehåll. Det finns buteljerat vatten att köpa om man vill vara på den säkra sidan

## **Språk**

Officiellt språk är spanska. Engelska är det förhållandevis få som talar. Det finns även 67 språk som ursprungsinvånare talar. Det bor totalt ca 1,4 miljoner ursprungsinvånare i landet (ca 3% av landets befolkning).

## **Vett och etikett**

Ni åker på en gruppresa där vår färdledare kontinuerligt kommer att prata om kultur och seder men det är bra att redan från början veta att människor uppskattar artigheter mycket. Att man säger por favor när man ber om något, att man försöker ha god ton även fastän man är arg för att något inte är såsom man tänkt sig. Många är mycket religiösa, särskilt i länet Antioquia.

# Världens Resor

Att dividera om småsummor längre tid vid besök på restauranger mellan resenärer, brukas ses som snålt. Sådant kan ofta lösas i efterhand eller jämna ut sig efter hand på en gruppresa. Det brukar som sagt handla om mindre summor. Vår färdledare kan berätta mer om hur det fungerar med moms och dricks och hjälpa till vid uträkningar.

## **Fotograferande**

Fotograferar du kan det vara bra att ha med ett extra minneskort samt extra batteri och/eller batteriladdare. Tänk på att alltid ha ett ödmjukt förhållningssätt när du reser, detta gäller i högsta grad när du är ute och fotograferar. Vill du fotografera människor på lite närmare håll är det absolut nödvändigt att fråga först.

## **För ett mer hållbart resande**

- Vi klimatkompenserar för CO2-utsläppet för alla resenärers flygresor från och till Sverige.
- Vi reser i mindre grupper och våra resor har få avgångar. Positivt då vi kommer närmare den lokala kulturen samtidigt som det värnar om resurser i de områden vi besöker.
- Vi väljer att resa med kollektiva färdmedel där det är praktiskt möjligt.
- Vi väljer i första hand lokalt ägda hotell.
- Vi ställer krav på våra leverantörer kring arbetsvillkor för anställda.

## **Det här kan vi alla tänka på under resans gång**

Som resenärer kan vi göra små saker som inte kostar något, men som bidrar till en bättre miljö. Några tips att tänka på:

- Köpa lokal- och närproducerad mat, dryck och andra inhemska produkter.
- På hotellen kan vi återanvända handdukar och sänglinne samt stänga av luftkonditionering när vi lämnar rummet.
- Välj bort plastförpackningar och plastpåsar. Ta med en ryggsäck eller tygpåse för saker du köper under dagen.
- I Medellin är kranvattnet drickbart så fyll på vatten i en egen flaska istället för att köpa nya plastflaskor med vatten varje dag.

## **Bagage**

På flyget Europa-Sydamerika-Europa är det en incheckad väska om max 23 kg och ett handbagage som får väga upp till 12 kilo. Utöver handbagage får man även ta med en av följande artiklar: ”handväska (för män eller kvinnor), laptop, kamera etcetera”.

På inrikesflyget är bagagevikten maximerad till 23 kg per person. Handbagage vikt får inte överstiga 10 kg per person. Handbagagets mått får inte överskrida 115 cm i omkrets. Packa i resväska, ryggsäck eller bag samt ha gärna en mindre ryggsäck för ditt handbagage.



# Världens Resor

## **Packning och utrustningslista**

Nedanstående lista gör inte anspråk på att vara komplett. Vad man väljer att ta med sig är högst individuellt och beroende på vad man är van vid. Listan kan ses som en checklista. Här inkluderas inte underkläder, skjortor och dylikt. Det går bra att tvätta kläder på flera ställen där vi bor (eller tvätta upp själv med handtvättmedel).

### **Kläder:**

Långbyxor och skjortor som torkar lätt.

Kjol eller shorts

Hatt/keps som skydd mot solen.

Vandringsskor, inga kängor behövs.

Sandaler/gymnastikskor

Varm tröja

Vindjacka/byxor

### **Utrustning och resapotek:**

Mindre ryggsäck att ha för vatten, kamera, kikare ombyte vid dagsutflykter med mera.

Solglasögon

Ficklampa

Kikare

Penningbälte

Öronproppar (kan vara bra att ha vid flygresor eller på bussresor; bra att ha vid sängbordet...)-

Litet paraply eller lättviktsregnponcho (ingen regnperiod, men i Anderna och i Karibien är vädret alltid ovisst så kan vara bra att ha med ändå)

Huvudvärkstabletter

Halstabletter

Eventuella egna mediciner

Solskyddskräm med hög faktor

Plåster/gasbinda/desinfektionsmedel

Compeed eller tejp mot skavsår.

Medicin mot tillfällig diarré (exempelvis Imodium).

# Världens Resor

## Litteraturlista



Vill du läsa något skönlitterärt före avresa så är givetvis Gabriel Garcia Márquez landets stora författare. Han tilldelades nobelpriset i litteratur år 1982 med motiveringen "för hans romaner och noveller där det fantastiska och det realistiska förenas i en rikt sammansatt diktvärld, som speglar en kontinents liv och konflikter". García Márquez stil är starkt förknippad med den litterära genren magisk realism där det lite förenklat både finns realistiska och fantastiska/magiska/fantasifulla inslag. Ju mer man lär känna Colombias landsbygd märker man att just tro på det övernaturliga fortfarande är påtagligt såsom tro på häxerier och annat. Och det är inte konstigt. Redan när spanjorerna kom till Latinamerika mötte de en värld med stort överflöd i naturen och myter och tro på fantastiska ting spred sig snabbt och ibland blandades med ursprungsinvänares och afrocolombianska människors troföreställningar. Den självklara boken att läsa av Gabriel García Márquez är Hundra år av ensamhet. Den går framförallt att få tag på om man söker på bokantikvariat (via webben eller i städer). Andra böcker som finns tillgängliga på svenska och som rekommenderas: Patriarkens höst, Kärlek i kolerans tid. Generalen i sin labyrint beskriver frihetshjälten Simón Bolívars sista dagar men García Márquez skriver om Bolívar på ett lite mer nyanserat sätt (än just framhäva hjältestatusen). Simón Bolívar dog i Colombia.

Juan Gabriel Vásquez är en prisbelönt författare som skrivit om Colombia av idag. Hans bok Ljudet av sådant som faller från 2011, svensk översättning 2014 är ett annat bra tips för att lära sig mer om landet.

Laura Restrepo, är en colombiansk författare och journalist som har skrivit boken Leoparden i solen (Leopardo al sol), som handlar om en blodsfejd mellan två colombianska släkter.

Julia Svanberg. Svensk författare som bodde i Colombia sedan hon var 19 år och skrev bloggen Mammans machete. Hon har skrivit flera böcker om Colombia däribland Candelarias hus från Bonniers förlag från år 2017.

Miles McMullan. Field Guide to the Birds of Colombia, 2018



# Världens Resor

Robin L. Restall, Birds of Colombia, 2018. Förlag: Helm.

Ett liv utan början är Lena Hanssons bok om adoption i Colombia. Lena är en journalist som har bott i Colombia i omgångar och som skrivit artiklar om adoption. Denna roman är fiktiv som handlar om några adopterade unga vuxna som söker efter sina anhöriga i landet. Ordberoende förlag från 2017.

Ann-Catrin Malmlöf, 2011. En kvinnlig konsult på uppdrag i Colombia. Om en kvinnlig konsult på uppdrag för Telia i Bogotá. Roman som är delvis självbiografisk. AML Förlag.

I serien Insight guides, APA publications finns en bok om Colombia. Boken är på engelska och innehåller många fina bilder och övergripande information om länderna. I serien In Focus, Interlink Books hittar du också en bok om vartdera landet. Här behandlas historia, kultur och politik mer ingående samt att författarna ger direkta tips.

En ytterligare bokserie är Culture Smart, Kuperard, vilka fokuserar på kultur, seder och bruk och vett och etikett i respektive land.

## **Facklitteratur om Latinamerika**

Chasteen John Charles, Latinamerikas historia. 2009, Historiska Medier.

På ett underhållande sätt ger författaren en kronologisk beskrivning av Latinamerikas historia från den spanska erövringen i slutet av 1400-talet till dagens moderna politiska och ekonomiska turbulens.

Dag Retsö, Femhundra år av latinamerikansk historia: inget sammanbrott, inget genombrott. 2010, Studentlitteratur.

Detta är den första svenskskrivna boken om Latinamerikas allmänna historia på mer än 40 år. Författaren ger här en initierad och intresseväckande överblick med insikt i en hel kontinents framväxt och nutid.

Inger Enkvist, Latinamerikanska ikoner: nio populistiska 1900-talsmyter. 2010 Bokförlaget Atlantis.

Författaren, som är professor i spanska, försöker förstå Latinamerika genom att reflektera över några av dess mytomspunna gestalter. Latinamerikanska ikoner rymmer porträtt av ett antal latinamerikaner som har vunnit sin berömmelse på skilda områden och skildrar historiska och geografiska miljöer genom de utvalda personernas levnadsöden.

## **Köpa eller låna böcker**

Litteratur kan givetvis köpas via bokhandlare eller via [adlibris.se](http://adlibris.se) eller [bokus.se](http://bokus.se)

# Världens Resor

För att hitta kartor och även reselitteratur är Kartbutiken på Mäster Samuelsgatan 54 i Stockholm bra. Du kan även handla via deras hemsida [www.kartbutiken.se](http://www.kartbutiken.se). Latinamerikanska institutet på Stockholms universitet har ett välsorterat bibliotek med både böcker, uppsatser och tidskrifter. Du kan gå in på deras hemsida, [www.lai.su.se](http://www.lai.su.se). Det internationella biblioteket i Stockholm har en del litteratur, filmer och musik från Colombia. Barnängens världsbibliotek ligger i Solidaritetshuset på Tegelviksgatan 40 i Stockholm.

## Hemsidor och övrig information

[www.bbc.com/news/world/latin\\_america](http://www.bbc.com/news/world/latin_america)

[www.ui.se](http://www.ui.se) (korta fakta om olika länder)

[www.landguiden.se](http://www.landguiden.se)

[www.macondo.nu](http://www.macondo.nu) (latinamerikanska författare)

För att söka litteratur på bibliotek gå in på [www.libris.kb.se](http://www.libris.kb.se).