



PRAKTISKA FAKTA COSTA RICA

Korta fakta

Area: 51,000 kvadrat kilometer

Folkmängd: ca 4 milj

Huvudstad: San Jose

Språk: Spanska

Religion: 76% Roman Catholic

Självständigt: 15 September 1821 (från Spanien)

Läskunnighet: 96%

Tids zon: GMT -6

Electricitet: 120V AC, 60Hz (adapter behövs, 2pin)

Pass: Krävs av alla och måste vara gällande minst ytterligare 6 månader

Valuta: Colon (CRC)

Hälsa: Inga speciella försiktighetsåtgärder

Internationell telefonkod: +506

Intressanta Fakta:

Costa Rica är säte för Fredsuniversitetet och även Interamerikanska Domstolen för Mänskliga Rättigheter

Costa Rica övergav armen 1949.

Costa Rica har två gånger blivit nominerade till Nobels Fredspris 1987 till den Republikanska Presidenten, Dr. Oscar Arias

I Costa Rica kan du hitta nära 6% av jordens flora and fauna på en yta av bara 0.01% av planeten. Costa Rica har dedikerat 25% av landets areal till National Parker och Natur Reservat.

Ovan fakta visar att fred och natur resurser är mycket viktiga och erkända kännetecken för folket i Costa Rica!

Klimat:

Costa Rica är ett litet tropiskt land som ligger mellan två oceaner. Detta kombinerat med dess komplexa bergstopografi ger möjlighet till en mångfaldig variation av habitat. Dessa varierar från tropisk torrskog och låglands regnskog till molnskog i bergslandskap och våtmarker med korresponderande villkorsskillnad. Generellt varierar temperaturen mellan 14-22C i centrala delarna "Central valley" och 22-28 i låglandet. Temperaturen håller sig relativt konstant under året, men små skillnader förekommer beroende på om det är "Sommar" (torra säsongen) eller "Vinter" (våta säsongen) och även på vilken altitud man befinner sig.

Adress	Telefon	Telefax	e-mail	Bankgiro	Postgiro
Box 8157 Fleminggatan 51 SE-104 20 STOCKHOLM, Sweden	08 - 654 19 00	08 - 654 36 98	info@odenresor.se	485-5508	94 75 75-7



“Sommar” (torra säsongen) är normalt från December till April då det normalt inte regnar och Vinter "gröna säsongen" från Maj to November då man får räkna med riktiga regnskurar på eftermiddagarna efter en ofta solig morgon. Dessa säsonger är klart markerade på Stilla Havs sedan av landet men är mindre markanta på den karibiska sedan där vädret är jämnare under året och September-November den torraste perioden (vilket är den blötaste i resten av landet!)

Klimat / Klädråd

Costa Rica kallas ofta för landet med den eviga våren eftersom klimatet i höglandet är mycket behagligt mer eller mindre året runt.

Oftast besöker man flera olika klimatområden under en resa:

Varmare lågland som Sarapiquí och Arenal med natt temp ca 18-23C, dagtid 25-28C

Svala Monteverde och Dota med natt temp ner till 15C och dag ca 20C

San Jose med natt ca 15-18C och dag 20-23C

Strandområdena brukar hålla ca 25-30C

Klädsel: Lediga oömma kläder liksom sköna skor (gärna vandringskor till regnskogen och sandaler till försränning och strandområden). Lätt klädsel för soliga och varma dagar, badkläder, solglasögon, solhatt, solkräm. Varmare tröja och tunnare jacka för svala eller kyliga kvällar i höglandet. Shorts är allmänt accepterat för både män och kvinnor. Regnjacka och/eller paraply rekommenderas. Finare kläder till middagar i San Jose och/eller vid andra krog/restaurangbesök.

Dricks

Dricks till bussförare (under turer), hotellstäderskor och lokalguide förväntas, lämplig dricks är 1 USD till vardera per person och dag.

Om du är nöjd med servicenivån på barer och restauranger rekommenderar vi att du lägger på 10% i dricks på notan (observera att "service charge ofta ingår på notan).

Vid bärhjälp av väskor på hotell lämnar man gärna någon dollar.

Dricksvatten

Vattnet kan drickas direkt från vattenledningskranen på de flesta ställen. (ej rekommenderat i Tortuguero på den karibiska sidan)Vatten på flaska kan köpas på hotell, affärer och kiosker.

Elström

Strömstyrka: 110 V. Adapter krävs. Samma som i USA, med flatstift, passar här.

Adress	Telefon	Telefax	e-mail	Bankgiro	Postgiro
Box 8157 Fleminggatan 51 SE-104 20 STOCKHOLM, Sweden	08 - 654 19 00	08 - 654 36 98	info@odenresor.se	485-5508	94 75 75-7



Fotografering

Motiven är inbjudande, så för den som inte har digitalkamera, är det bra att ha med extra många filmrullar! Kamera och film bör förvaras i handbagaget. Tag även med tillräckligt lagringsutrymme för digitalkamerorna eftersom **minneskortet är dyrare** här i Costa Rica än i Sverige. Ha respekt för att vissa personer inte vill bli fotograferade. Särskilt bör man undvika fotografering av människor i kyrkor. Många har emellertid ingenting alls emot att bli fotograferade. Ingen betalning för fotografering här! Vanligtvis inga problem att fotografera platser och människor.

Folket i Costa Rica

Lokalbefolkningen i Costa Rica som kallar sig själva för "ticos" är mycket trevliga, hjälpsamma och gästvänliga. Man blir alltid väl bemött. Hotellpersonal och guider är alla mycket service inriktade och vill att man ska ha en bra vistelse i deras land och uppleva så mycket som möjligt. Standarden är högre än i grannländerna och här i Costa Rica är alla utbildade till skillnad från andra latinamerikanska länder. Alla lär sig engelska i skolan.

Flygskatt vid utresa från Costa Rica

På alla utresor från Costa Rica måste en separat flygskatt betalas. Skatten är på ca 26 USD och måste betalas separat före incheckning på flyget. Skatten kan betalas kontant eller med VISA kort, USD eller den lokala valutan Colones.

Kreditkort

De vanligaste kontokorten Visa och Mastercard accepteras i många affärer och på de flesta restauranger och hotell. Det finns även många uttagsautomater som accepterar VISA uttag.

Mat och Dryck

Bönor och ris är stommen i Costa Ricas mathållning. En typisk lokal rätt är gallo pinto (prickig tupp på spanska) som är en kryddad ris/bön blandning och äts med äggröra och den lokala matbananen till frukost eller som bas i andra måltider. Mycket vanligt är även Arroz con Pollo (ris med kyckling) som oftast äts med sallad och pommes. Det finns också massor av färsk frukt, vitaminrik juice och ett utmärkt kaffe. Costa Rica producerar sin egen rom, lokal sprit kallad Guaro som är tillverkat från sockerrör plus en kaffelikör som påminner om Tia Maria. Bananer av alla de storlekar och sorter kan köpas billigt överallt. Tyvärr har även de stora snabbmatskedjorna fått fäste här i Costa Rica (speciellt runt större orter) och man kan finna allt från Mc Donalds till KFC.

Matråd: Ni kan känna er trygga att prova på all mat och dryck ni önskar. Det är ovanligt att få maginfluensor och matförgiftningar här.

Medicin / Hygienartiklar

Tar Du medicin, bör Du ta med Dig så att Du har lite extra. **Kontrollera med Din läkare om den medicin Du använder kräver intyg.**

Adress	Telefon	Telefax	e-mail	Bankgiro	Postgiro
Box 8157 Fleminggatan 51 SE-104 20 STOCKHOLM, Sweden	08 - 654 19 00	08 - 654 36 98	info@odenresor.se	485-5508	94 75 75-7



När det gäller införel av medicin till andra länder måste Du själv kontakta respektive lands ambassad för att höra Dig för om vilka regler som gäller för det landet. Tala om för reseledaren om Du lider av någon sjukdom, diabetes, epilepsi el. dyl. Medicin förvarar Du i handbagaget. Behöver Du intymhygienartiklar, tag med så Du har för vistelsen. Bindor och Tampax finns att köpa, dock ej våra vanliga svenska tamponger typ "o.b"

Pass / Visum

Kom ihåg Ditt pass! Observera att ditt pass ska vara giltigt i minst 6 månader efter hemkomst. Passet ska var helt, inga fastklustrade/tejpade sidor. Förvara passet i handbagaget. Visum behövs ej för svenska medborgare till Costa Rica.

Personlig säkerhet

Normal försiktighet som vid alla resor bör iakttas. Normalt är alla hotell säkra med liten risk för stöld. Generellt gäller det att förvara plånboken på ett säkert ställe. Tag med så litet "guld" som möjligt. Pass, flygbiljetter, resecheckar och kontanter bör förvaras i värdebox. Gör gärna en kopia på passet som kan medtagas under dagarna.

Reseböcker

Man kan köpa många olika böcker och även jättefina inplastade vikbara guider att ha med sig (finns för olika växt/djurgrupper men även en generell med de vanligaste arterna) på hotellen.

Några förslag nedan:

Lonely Planet Costa Rica (som alltid mycket informativ bok om alla möjliga fakta)

Travellers' Wildlife Guides Costa Rica by Les Beletsky ISBN 1-56656-529-4 (mycket informativ bok om de olika djur man kan se i Costa Rica och var plus annan info)

National Parks Guide Costa Rica by Incafo Costa Rica ISBN 84-89127-33-6 (finns flera liknande av andra författare så det kanske går få tag på nån)

The Birds of Costa Rica (a field guide) by Richard Carrigues and Robert Dean ISBN 978-0-9705678-5-7 (mycket trevlig informativ bok med bra illustrationer för den fågelintresserade)

A Guide to Tropical Plants of Costa Rica by Willow Zuchowski ISBN 0-9705678-4-7

A Guide to Amphibians and Reptiles of Costa Rica by Twan Leenders ISBN 0-970-5678-0-4 (en mycket utförlig och illustrativ bok för de som intresserar sig för amfibier och reptiler)

Reseförsäkring

Vi ber dig ta med försäkringsbevis från ditt försäkringsbolag. Uppgift om det aktuella försäkringsbolagets namn samt försäkringsnumret erfordras.

Vänligen kontrollera med Ert försäkringsbolag att försäkringen gäller för resa till Costa Rica. Tänker ni dyka eller utföra andra sport aktiviteter är det en rekommendation att kolla upp försäkringsskyddet för dessa aktiviteter.

Adress	Telefon	Telefax	e-mail	Bankgiro	Postgiro
Box 8157 Fleminggatan 51 SE-104 20 STOCKHOLM, Sweden	08 - 654 19 00	08 - 654 36 98	info@odenresor.se	485-5508	94 75 75-7



Shopping

Du kan köpa handgjorda produkter som tavlor, vävda alster (finns speciella saker gjorda från indianer som väskor, vägg alster, förkläden etc) kuddöverdrag, keramik och en hel del träprodukter från små skålar till större traditionella gungstolar. Givetvis finns många olika kaffesorter och andra naturprodukter, liksom den lokala kaffelikören, sockerrörssprit (guaro) och egen rom.

Tänk på att INTE köpa produkter från utrotningshotade djur och växtarter!

Språk

Spanska är det helt dominerande språket, men all personal som jobbar inom turism pratar bra engelska. Engelska är obligatoriskt i skolan numera så de flesta yngre pratar och förstår engelska.

Sveriges Ambassad

Finns inte i Costa Rica, däremot ett i Guatemala ansvarigt för Costa Rica.

www.swedenabroad.com/guatemala

Kontakt

Telefon: +502 2 384 7300

Fax: +502 2 384 7350

E-post: ambassaden.guatemala@foreign.ministry.se

Tidsskillnad

Under vår svenska vintertid/normaltid gäller svensk tid – 7 timmar. Dvs. när klockan är 15.00 i Sverige är den 08.00 i Costa Rica. Under vår sommartid är det - 8 timmar.

Telefoni

Kontakt med Sverige hålls enklast via Internet från hotell eller Internetkaféer. Telefonsamtal kan ringas från hotellen och ibland från telefonstationer men det är dyrt. När det gäller mobiltelefoner så fungerar våra svenska mobiler i Costa Rica.

Toaletter

I hela Costa Rica på **ALLA** toaletter så spolrar man inte ner toapapperet. Det finns alltid en korg i badrummet som är till för papper och andra hygienartiklar. Spolar man ner papper kan man orsaka stopp i systemet. Offentliga toaletter är oftast rena, utrustade med toapapper och fungerar bra.

Tullfria varor

Finns att handla i taxfree på Flygplatsen i San Jose.

Adress	Telefon	Telefax	e-mail	Bankgiro	Postgiro
Box 8157 Fleminggatan 51 SE-104 20 STOCKHOLM, Sweden	08 - 654 19 00	08 - 654 36 98	info@odenresor.se	485-5508	94 75 75-7



Vaccinationer

Det finns **inga obligatoriska vaccinationer** för resa till Costa Rica.

Att ge råd om vaccinationer och annan reseprofylax är komplicerat eftersom råden måste vara individuellt utformade för varje enskilt fall. Därför hänvisar vi Dig till Din husläkare, vårdcentral eller vaccinationsmottagning för upplysning om vilka vaccinationer som kan vara aktuella för just Dig. Information om profylax under resor finns även på internet: www.vaccination.nu Tänk på att kontakta Din vaccinationscentral för beställning av ev. reseprofylax i mycket god tid!

Valuta

Colones

Det finns ingen anledning att försöka växla till Colones i Sverige. Däremot är det praktiskt att medföra dollarsedlar (inkl några endollarsedlar för dricks). Stora sedlar som 50 USD och 100 USD accepteras inte överallt. Normalt dock på banker och hotell.

För aktuella växlingskurser och råd hänvisar vi till valutaföretagen Forex och X-change.

Forex: www.forex.se eller tel. 0200-22 22 20

X-change: www.x-change.se eller tel. 020-39 40 00

Övrigt

Vi är gäster i ett annorlunda land och en annorlunda kultur. Ha förståelse för att inte allt fungerar på vårt sätt och med vår precision tex. när det gäller snabbhet och punktlighet. Snabbt växlande väder kan även ställa till med transportproblem vissa tider på året.

Glöm inte kikaren och/eller kameran!

Vi reserverar oss för programförändringar beroende på omständigheter utanför vår kontroll



Trevlig Resa och PURA VIDA!

Adress

Box 8157

Fleminggatan 51

SE-104 20 STOCKHOLM, Sweden

Telefon

08 - 654 19 00

Telefax

08 - 654 36 98

e-mail

info@odenresor.se

Bankgiro

485-5508

Postgiro

94 75 75-7