



# Albatros

Rejs med hjerte, hjerne & holdning



Værd at vide om  
**Guatemala**

# Fakta Guatemala



Sprog

Spansk og div. indianske sprog



Hovedstad

Guatemala City



Indbyggere

15,1 mio.



Religion

Romersk katolsk og oprindelige maya-religioner



Valuta

Quetzal



Areal

108.889 km<sup>2</sup>

Herunder kan du blandt andet læse om tidsforskel, valuta, takt og tone og andre nyttige oplysninger i forbindelse med rejser til Guatemala

## Tidsforskel

Tidsforskellen mellem Danmark og Guatemala kan variere, alt efter om Danmark har sommer- eller vintertid:

Sommertid - 6 timer

Vintertid - 7 timer

## Transport i Guatemala

### Bus

Busser i Guatemala har ikke helt den samme standard, som man kender fra Europa, men vi benytter busser med en god standard og aircondition.

### Fly

På vores rundrejser i Guatemala flyver vi ofte de længere strækninger med indenrigsfly. Hvor dette er tilfældet, vil rejselederen orientere rejsedeltagerne om praktiske forhold ved check-in i lufthavn samt flyvetid på den pågældende strækning.

## Økonomi

Det er relativt billigt at spise på restaurant i Guatemala. Et måltid (både frokost og middag) kan du få for omkring 100 kr. Så inklusive drikkevarer kan du klare dig fint for omkring 300 kr. om dagen. Souvenirs og håndværk findes i alle prisklasser, men meget er relativt billigt.

## Drikkepenge

I Guatemala følger barer, caféer, natklubber og hotelrestauranter ofte et servicetillæg på 10-15 procent til regningen. Det fremgår af regningen, men derudover er det skik at give tjeneren yderligere 5-10 procent i drikkepenge.

## Valuta og kreditkort

I Guatemala anvender man quetzal. Du kan med fordel medbringe USD, som så kan veksles til quetzal, når du er fremme. Det lader sig næsten altid gøre at betale med amerikanske dollars i Guatemala. Byttepenge får man oftest tilbage i den lokale valuta, og på den måde får man lidt lokalvaluta uden at behøve at veksle. Man kan ikke veksle sig til quetzal hjemmefra.

Hvis du tager dollar med hjemmefra, så vær opmærksom på ikke at medbringe større sedler end 20-dollar-sedler. Det er oftest umuligt at betale med 50- og 100-dollar-sedler, da disse ofte er udsat for forfalskning.

Visa-kort kan bruges på de fleste restauranter, hoteller og i større butikker samt til at hæve kontanter i hæveautomater. MasterCard og American Express kan også bruges, men er ikke så udbredt som Visa.

## Elektricitet

I Guatemala benytter man følgende strømkilde: 110 volt AC, 60 Hz.

Stikkene ser anderledes ud end de danske, så vi anbefaler, at man medbringer en adapter.

## Telefon og internet

Den internationale landekode for Guatemala er +502. Det er dyrt at ringe hjem fra Guatemala og benytte telefonens datatrafik, tjek evt. med dit eget mobilteleselskab om dækning og priser.

Internetcaféer findes efterhånden i de fleste byer, men det er vores erfaring, at det kan være svært at finde tid

til at besøge sådanne steder, undtagen på fridage eller efter endt program. De fleste hoteller på vores rejser har internetservice, men forbindelsen er ikke altid lige så hurtig som herhjemme.

### **Drikkevand og hygiejne**

I Guatemala er hygiejnen på et noget lavere niveau end i Vesteuropa. Dog har hoteller og større restauranter moderne/vestlige toiletforhold. Standarden på offentlige toiletter eller i landområder kan standarden forekomme mere primitiv med manglende toiletpapir og lignende. Medbring selv toiletpapir eller en pakke intimservietter, og evt. hånddesinfektions-gel (fås bl.a. på danske apoteker). Så er behovet for vand ikke så påtrængende.

Alt vand til at drikke, børste tænder i, lave isterninger af og så videre bør være flaskevand eller kogt vand fra vandhanen.

### **Mad og drikke**

Guatemala byder på et varieret restaurantudbud. Flere forskellige landes kogekunst kan findes i landet. Der kan fås alt fra kinesisk til mexicansk, ligesom der også findes mange caféer med et kontinentalt udseende.

Man skal være opmærksom på, at der er stor forskel på priserne på mad og ikke så meget på kvaliteten.

### **Takt og tone**

Turister er generelt meget velkomne i Guatemala. Nogle områder er dog mere vant til turister end andre. Selv om lokalbefolkningen generelt er vant til mange turister, forventes det, at man respekterer de lokale skikke og brug. Vigtigst af alt er naturbeskyttelse. Ofte er de områder, vi besøger, fredede, og bevarelsen af disse områder har højeste prioritet hos myndighederne og lokalbefolkningen. Lyt derfor altid efter rejselederens og lokalguidernes anvisninger.

### **Fotografering**

Nogle lokale indbyggere kan være sky, og det er en god ide at spørge først. Omkring hellige steder bør man følge anvisningerne.

### **Rygning**

Under al flyvning og bustransport er der rygeforbud. Ligeledes vil der på de fleste restauranter og hoteller være rygeforbud. Tjek altid de seneste rygeregler med rejselederen.

# Pas og visum Guatemala

**Læs om regler for pas og visum ved rejser til Guatemala herunder.**

Dit pas skal være gyldigt i mindst seks måneder fra hjemrejsedatoen fra Guatemala. Der kræves ikke visum for danske statsborgere på ophold under 90 dage i Guatemala.

Er du ikke dansk statsborger, skal du undersøge, hvilke regler der gælder for dig. Det er dit ansvar at sørge for, at du har de korrekte rejsedokumenter, når du møder i lufthavnen.

Hvis du rejser via USA på vej til eller fra Guatemala, skal du have en indrejsetilladelse i USA. Også hvis det blot er en kort mellemlanding. Læs mere om indrejse i USA på [www.albatros-travel.dk/praktisk/indrejse-i-usa-esta](http://www.albatros-travel.dk/praktisk/indrejse-i-usa-esta)

# Vaccination Guatemala

Herunder finder du en oversigt over de vaccinationer, der anbefales ved rejser til Guatemala.

## Vaccinationer

Kort rejse under tre uger til turistområder:	hepatitis A - difteri/stivkrampe
Rejse over tre uger, desuden:	tyfus - evt. hepatitis B
Længere ophold, desuden:	hepatitis B - evt. rabies (hundegalskab) - tuberkulose

## Zika-virus

Der er en øget risiko for infektion med zika-virus i Guatemala. Virussen overføres via de samme myg, som kan smitte med denguefeber og gul feber. Der findes ikke nogen vaccine eller forebyggende medicin mod zika-virus. Man bør derfor beskytte områder med nøgen hud i dagtimerne med myggespray. Sygdommen minder meget om en let influenza og er kun alvorlig for gravide. Smittes man som gravid med zika-virus, er der en betydelig risiko for fosterskader med dårlig udvikling af fostrets hjerne. Derfor anbefales det, at man ikke rejser til Guatemala, hvis man er gravid eller planlægger graviditet.

## Gul feber

Gul feber-vaccinationscertificat kræves af rejsende, der kommer fra et gul feber-område. En vaccine mod gul feber skulle tidligere fornyes hvert 10. år. Det er nu ændret, så en vaccine gør dig immun over for gul feber hele livet.

Nogle ældre personer har tendens til at få svære bivirkninger af vaccinen mod gul feber. Derfor er mange læger forsigtige med at vaccinere ældre personer. Hvis du af den grund ikke ønsker at blive vaccineret mod gul feber, kan du få din læge eller klinikken, hvor du bliver vaccineret, til at skrive i dit vaccinationskort, at du af medicinske årsager ikke er vaccineret mod gul feber. Dette accepteres af immigrationsmyndighederne.

## Malaria

Der er malaria i hele landet, og det anbefales at man tager forebyggende malariamedicin.

## Denguefeber

I Guatemala er der registreret tilfælde af denguefeber. Der findes ingen vaccination eller forebyggende medicin mod sygdommen, så det er meget vigtigt at beskytte sig mod myg. Denguemyggen er mest aktiv lige omkring solopgang og solnedgang, så på disse tidspunkter bør man bruge myggebalsam på alle steder, hvor kroppen ikke er beskyttet af tøj.

Du kan få mere information om de sygdomme, der foranlediger de forskellige vaccinationer her: [Almindeligt forekommende sygdomme](#)

Oplysningerne her på siden er udarbejdet af Albatros Vaccinationsklinik ved læge Mogens Rishøj og sygeplejerske Karin Rishøj. Bestil tid til vaccination og læs mere om [Albatros Vaccinationsklinik](#)

# Klima og vejr Guatemala

Herunder kan du læse om Guatemalas klima og se vejret i hovedstaden Guatemala City.

	JAN	FEB	MAR	APR	MAJ	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEC
<b>Guatemala City</b>												
Dagtemperatur	23	25	27	28	29	27	26	26	26	24	23	22
Nattemperatur	11	12	14	14	16	16	16	16	16	15	14	13
Nedbør (mm)	8	3	13	30	152	274	203	198	231	173	23	8
<b>Antigua</b>												
Dagtemperatur	22	23	25	25	25	24	23	24	23	22	23	22
Nattemperatur	12	12	13	15	16	16	16	16	16	15	14	13
Nedbør (mm)	0	0	6	12	45	72	87	57	105	48	9	3

Kilde: DMI

Guatemala har tropisk klima med høje temperaturer året rundt. Der er tørtid fra november til april, og uden for denne periode kan mudder og oversvømmede veje gøre det meget besværligt at rejse i Guatemala. Stillehavskysten sveder året rundt med omkring 38°, og også regnskoven i El Petén veksler kun mellem varmt og rigtig varmt med regn og høj luftfugtighed som evig følgesvend. I bjergene er det køligere, om natten til tider direkte koldt. Mange af Guatemalas bjerge er vulkaner. De fleste er aktive, og landet rammes også hyppigt af jordskælv.