



**Albatros**

Rejs med hjerte, hjerne & holdning



Værd at vide om  
**Costa Rica**

# Fakta om Costa Rica

 Indbyggere

5 mio.

 Hovedstad

San José

 Sprog

Spansk

 Religion

Katolicisme

 Valuta

Costaricansk  
colón

 Areal

51.100 km<sup>2</sup>

Herunder kan du læse en række praktiske oplysninger i forbindelse med rejser til Costa Rica. Læs bl.a. om prisniveau, elektricitet og takt og tone

## Tidsforskel

Costa Rica er 7 timer bagud i forhold til Danmark. Når klokken er 12.00 i Danmark, er den 05.00 i Costa Rica.

## Transport i Costa Rica

### Bus

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

## Prisniveau

Det er relativt billigt at spise på restaurant i Costa Rica. Et måltid (både frokost og middag) koster 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 Costa Rica er drikkepenge almindelig praksis i turistbranchen. Det er normalt, at man som rejsende betaler drikkepenge til buschauffører, lokalguider, hotelpiccoler, på restauranter etc. Nogle restauranter lægger et beløb for service oven i regningen, men man er naturligvis velkommen til at give drikkepenge. Hvis der ikke er lagt *service charge* til regningen, er det normalt at lægge et mindre beløb til tjeneren.

For den almindelige rejsende kan det være svært at vide, hvor meget de enkelte personer skal have. Men med en til to colón kommer man langt.

Det skal understreges, at selvom drikkepenge er normalt, er det naturligvis frivilligt at betale. Som nævnt er det almindelig praksis.

## Valuta og kreditkort

Valutaen i Costa Rica hedder colón (CRC).

På de fleste rejser i Costa Rica kan du klare dig med US-dollar. 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 den lokale valuta 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 Costa Rica benytter man 110 volt, 60 Hz. Stikkene er med flade ben af den amerikanske type, så det er en god ide at tage en adapter til denne type stik med.

## Telefon og internet

Den internationale landekode for Costa Rica er +506. Det er dyrt at ringe fra Costa Rica samt at modtage opkald og bruge telefonens datatrafik. Tjek evt. med dit eget mobilteleselskab om dækning og priser.

De fleste hoteller i Costa Rica har internetservice med en udmærket forbindelse.

## Drikkevand og hygiejne

I Costa Rica er hygiejnen på et lidt lavere niveau end i Vesteuropa. Dog har hoteller og større restauranter moderne/vestlige toiletforhold. Medbring evt. lidt papir i tasken til toiletbesøg i landområder.

Alle steder i Costa Rica, undtaget Tortuguero Nationalpark, kan man godt drikke vand fra hanen,

men det kan smage lidt af klor. Det er muligt at købe vand overalt i Costa Rica.

### Takt og tone

Turister er generelt meget velkomne i Costa Rica. 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.

Til de fleste lejligheder kan man godt gå i afslappet tøj. Bliver man inviteret privat, er det god tone at have en gave med til værterne. Man sætter Dona foran kvinders navne og Don foran mænds.

### Rygning

Under al flyvning og bustransport er der rygeforbud. Ligeledes vil der på de fleste restauranter og hoteller være rygeforbud. Costa Rica har for nylig vedtaget et vidtgående rygeforbud, som gør det forbudt at ryge på mange udendørs pladser og fx i nærheden af et hotel. Tjek derfor de seneste rygeregler med rejselederen.

### Mad og drikke

Maden i Costa Rica er simpel. Ris og bønner er de foretrukne ingredienser og basis i de fleste måltider. Gallo pinto er en nationalret bestående af stegte ris og sorte bønner. Ellers serveres der ofte kylling til risen (arroz con pollo). Nationaldrikken i Costa Rica er kaffe, prøv grano d'oro.

# Pas og visum Costa Rica

**Læs om regler for pas og visum i forbindelse med rejser til Costa Rica her.**

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

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 Costa Rica, 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 Costa Rica

Herunder finder du en oversigt over de vaccinationer, der anbefales ved rejser til Costa Rica

## Vaccinationer

Kort rejse under 3 uger til turistområder:	hepatitis A - difteri/stivkrampe
Rejse over 3 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 Costa Rica. 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 Costa Rica, hvis man er gravid eller planlægger graviditet.

## Gul feber

Der er ikke gul feber i Costa Rica, men der er krav om gul feber-certifikat, hvis du rejser ind i Costa Rica fra et land med gul feber. 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 Costa Rica i området ved den caribiske kyst, men risikoen for at blive smittet er meget lille. Det anbefales ikke, at man tager forebyggende malariamedicin. Beskyttelse med myggespray efter mørkets frembrud er tilstrækkeligt.

## Denguefeber

Der er denguefeber i hele Costa Rica. Der er ingen vaccine eller forebyggende medicin mod sygdommen, så det er vigtigt at beskytte sig mod myggene. Denguemyggen er mest aktiv lige omkring solopgang og solnedgang, så på disse tidspunkter bør man anvende myggebalsam på alle steder, hvor kroppen ikke er beskyttet af tøj.

## Leptospirose

White water rafting er meget populært i Costa Rica, men der er risiko for leptospiroseinfektion. Man kan evt. tage forebyggende Doxycylin 100 mg dagl. Infektionen giver høj feber, diarré, hovedpine, røde øjne, gulsot og i alvorlige tilfælde lever- og nyresvigt.

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 Costa Rica

Herunder kan du læse om klimaet og vejret i Costa Rica og se gennemsnitstemperaturer for hovedstaden San José.

	JAN	FEB	MAR	APR	MAJ	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DEC
<b>San José</b>												
Dagtemperatur	24	24	26	27	27	27	26	26	27	26	25	24
Nattemperatur	14	14	15	16	16	16	16	16	16	15	15	15
Nedbør (mm)	15	5	20	46	229	241	211	240	305	300	145	41
<b>Limón</b>												
Dagtemperatur	29	29	30	30	31	30	30	30	31	30	30	29
Nattemperatur	21	21	21	22	23	23	23	22	22	22	22	21
Nedbør (mm)	303	228	196	270	273	300	439	316	146	214	380	449

Kilde: DMI

Klimaet i Costa Rica er tropisk med temperaturer på omkring 23° i bjergdalene og lidt varmere ved kysterne. Temperaturerne varierer meget lidt i løbet af året, men lidt variation kan hentes ved at bevæge sig op eller ned i højderne. Regntiden ligger fra maj til november, hvor regnen typisk falder om eftermiddagen i korte, kraftige byger. Den caribiske kyst er mere regnfuld end Stillehavskysten og har nedbør stort set hele året – hvilket dog ikke er ensbetydende med nedbør hele døgnet.