

## 305 BOLÍVIE S KARNEVALEM

### CHARAKTERISTIKA AKCE

Jedná se o poznávací zájezd určený pro cestovatele, kteří upřednostňují zážitky a poznání. Akce nepatří k fyzicky náročným, absolvujeme pouze několik středně dlouhých pěších výletů (dají se vynechat). Vzhledem k rozsáhlosti území, které procestujeme, mohou však být náročnější dlouhé přesuny. Ubytování budeme ve dvoulůžkových pokojích turistických hotýlků převážně s vlastním sociálním zařízením na pokoji, dvě noci na bolivijském Altiplanu strávíme v jednoduchých vícelůžkových pokojích. Cestovat budeme kombinovanou dopravou – místními dálkovými autobusy, pronajatými mikrobusey, džípy. Do programu je zařazen jeden noční přejezd autobusem na trase La Paz – Uyuni a trasu Sucre – Samaipata pojedeme na noc.

### CESTOVNÍ DOKLADY

Budete potřebovat platný cestovní pas s biometrickými údaji (platnost minimálně 6 měsíců po návratu z cesty) s minimálně 3 volnými stránkami. Je vhodné s sebou vzít 2 pasové fotografie a fotokopii dvoustrany pasu s osobními údaji (pro případ ztráty nebo krádeže pasu), případně si můžete nascanovaný pas poslat na svůj email a mít jej kdykoliv k dispozici.

U nezletilých osob cestujících v doprovodu pouze jednoho nebo žádného z rodičů musíte mít u sebe i všechny dokumenty potřebné k jeho cestování do všech navštívených zemí, např. kopie rodného listu, souhlas druhého rodiče s cestou, před odjezdem konzultujte v CK.

### VÍZOVÁ POVINNOST

Pro občany ČR:

- **Bolívie:** bezvízový styk

Při vstupu do Bolívie se předkládá pas a při opuštění země se vyplňuje elektronické celní prohlášení, s jehož vyplněním vám bude nápomocen průvodce.

Pokud cestujete s pasem jiného státu, je nutné si před cestou samostatně ověřit vízovou povinnost do navštívených zemí.

### CO VZÍT S SEBOU

Jelikož se jedná o poznávací zájezd, při kterém se téměř každý den nocuje na jiném místě, je praktické vzít si s sebou jen to nejn nutnější. Při výběru dávejte přednost pohodlnému oblečení. Vzhledem k charakteru zájezdu (kombinovaná doprava) doporučujeme jako hlavní zavazadlo sportovní tašku na kolečkách (případně i kufr na kolečkách) či batoh. Vhodný je také malý batůžek do letadla, na chození po městech a na procházky v přírodě. Většina ubytování je patrová a bez výtahu. Proto je vhodné mít sebou zavazadlo, které se dobře přenáší.

Letní oblečení – krátké kalhoty, trička, plavky. Teplejší oblečení – trika s dlouhým rukávem, svetr, mikina či fleecová mikina, dlouhé kalhoty (zimomřivějším se může hodit i teplejší vrstva pod kalhoty), teplé pyžamo, teplejší bunda (ideálně nepromokavá), čepice a rukavice, dobře může posloužit i nový svetr z lamí vlny (pro pobyt v nadmořských výškách 3500-4500 m n. m., kde mohou teploty v noci klesnout i pod bod mrazu. Obuv – sandály, pevnější tenisky se strukturovanou podrážkou nebo nízké trekové boty.

Topení na pokoji nepatří k běžnému standardu vybavení hotýlků, pro noclehy ve vyšších nadmořských výškách proto zimomřivějším doporučujeme teplé pyžamo či slušivé „jégrovky“. Bude se hodit i spací pytel – nejen pro zimomřivé – zejména pro noclehy v oblasti bolivijského Altiplanu, kde může být v ranních i ve večerních hodinách opravdu zima!

Z dalšího vybavení na cestu doporučujeme sluneční brýle, opalovací krém s vyšším UV filtrem, repelent, pláštěnku, do měst deštník, čelovku. Protože slunce je opravdu ostré, je vhodné vzít s sebou pokrývku hlavy nebo na místě

#### ADRESA

Livingstone s.r.o.  
Marešova 14  
602 00 Brno

#### TELEFON

+420 542 214 542  
+420 603 877 182

#### EMAIL A WEB

info@livingstone.cz  
www.livingstone.cz

dokoupit slušivý klobouček. Pokud se vám dělá v autobuse špatně, nezapomeňte si přibalit Kinedril. Zvažte přibalit i bezpečnostní taštičku na krk nebo ledvinku pod tričko, do které lze uschovat pas a peníze.

K elektronickému vybavení (foťáky, kamery, tablety...) doporučujeme přibalit i kvalitní a odolný obal (proti prachu, vodě, oděru), předejete tak jejich případnému poškození. Před vlastním letem je vhodné mít všechny nejdůležitější věci (kameru, fotoaparáty, finance, cennosti, apod.) v příručním zavazadle, které si berete s sebou do letadla. Dražší fotoaparáty nebo kamery zvažte pojistit proti poškození či krádeži. Upozorňujeme, že během dopravy může dojít k ušpinění či poškození zavazadla, není tedy vhodné si brát nové zavazadlo.

V únoru může být deštivo, nezapomeňte tomu přizpůsobit šatník.

### ZDRAVÍ

S cestami do exotických zemí často souvisí i zvláštní zdravotní opatření. Do některých zemí jsou vyžadována povinná očkování, jiná jsou pouze doporučena. V tabulce níže jsou uvedena pouze nejčastější očkování pro cesty do exotických zemí. Upozorňujeme, že se tento stav může měnit. Očkování doporučená mohou být vyžadována jako povinná a naopak.

Vakcinaci a užívání léků je potřeba konzultovat s odborným lékařem.

- |                  |            |
|------------------|------------|
| • Žlutá zimnice  | Povinné*   |
| • Hepatitida A+B | Doporučené |
| • Břišní tyfus   | Doporučené |

\*Vezměte si s sebou platný mezinárodní očkovací průkaz, v němž bude očkování proti žluté zimnici zapsáno. Zápis by měl provést lékař, který vám očkování provedl. Očkovací průkaz může být kontrolován. Nově od roku 2016 je platnost naočkované žluté zimnice doživotní.

Se žádostí o odbornou konzultaci se obraťte na specializovaná centra cestovní medicíny. Jejich síť najdete po celé České republice - Praha, Brno, Ostrava, Olomouc, Plzeň, Zlín, Hradec Králové, Pardubice a další. Adresy a kontakty jsou uvedeny na [www.ockovacentrum.cz](http://www.ockovacentrum.cz).

Doporučujeme, abyste s sebou měli kromě dostatečné zásoby léků, které pravidelně užíváte, také příruční lékárníčku s léky a potřebami na případné zdravotní obtíže: proti bolesti (Paralen, Ibalgin), proti kašli; proti teplotě (Paralen, Acylpyrin, apod.); proti průjmům a střevním potížím (Endiaron, Reasec, živočišné uhlí, apod.); ochrana proti UV záření - ochranný krém na rty (s UV 15-20) a na opalování (s ochranným faktorem 20-50); dezinfekční prostředky - Betadin, Septonex, příp. peroxid nebo jodová tinktura; na puchýře a drobná zranění - běžné náplasti různých velikostí (s polštářkem i bez), elastické obinadlo, mast či zásyp proti zánětlivým rankám a drobným infekcím (mast nebo zásyp framykoin či sulfonamid); příp. širokospektrální antibiotika podle doporučení ošetřujícího lékaře (Ambicilin, apod.), nově jsou dostupná antibiotika ve 3 denních dávkách. Nezapomeňte před odjezdem navštívit kromě svého lékaře i zubaře.

### POJIŠTĚNÍ

Cestovat do vzdálených končin bez cestovního pojištění je velké riziko. Pro kvalitu servisu, spolehlivost a rozsah plnění i nadále zůstáváme u ERV Evropské pojišťovny a.s. V rámci vaší cesty jste informace o možnostech pojištění obdrželi od pracovníků CK již dříve a v případě zájmu bylo pojištění léčebných výloh i případné pojištění storna uzavřeno.

Během tohoto zájezdu se budeme pohybovat ve výškách nad než 3 000 m, NEZAPOMEŇTE si sjednat patřičné připojištění na tuto výšku, případně na adrenalinové aktivity, které plánujete absolvovat (případný sjezd do Coroica po Dead Road)!

Více informací o pojištění a u pracovníků CK nebo na webových stránkách [www.livingstone.cz/prakticke-informace/cestovni-pojisteni](http://www.livingstone.cz/prakticke-informace/cestovni-pojisteni) Pokud se rozhodnete si cestovní pojištění sjednat samostatně, prosíme o sdělení názvu pojišťovacího ústavu a čísla pojistné smlouvy garantovi zájezdu před vaším odletem.

Pojištění proti ztrátě likvidity, čili proti úpadku CK, je nutnou samozřejmostí. My jsme pojištěni u ERV Evropské pojišťovny a. s. Tato pojistka je zahrnuta v cenách našich zájezdů. Doklad o pojištění proti ztrátě likvidity od nás obdržíte na vyžádání. Další informace naleznete na [www.livingstone.cz/o-nas/pojisteni-ck](http://www.livingstone.cz/o-nas/pojisteni-ck)

### VALUTOVÉ VYBAVENÍ

**Místní měna:**

- Bolívie                      Bolivián (BOB)                      1 USD = 6,70 BOB

Kurzy místní měny lze orientačně zjistit na <https://www.oanda.com/currency/converter/>

Nejvýhodnější měnou jsou americké dolary. Lepší kurz je za bankovky vyšších hodnot (50, 100), každopádně je dobré mít s sebou i pár bankovek nižší hodnoty. Dolarové bankovky nesmí být jakkoliv poškozené a musí být vydané v roce 2009 a novější. Velkým problémem je mít s sebou dolary falešné (což už se také stalo). Doporučujeme měnit valuty v bance s patřičným potvrzením. Je možné si vzít i eura, ty však mohou mít v menších městech poněkud nevýhodný kurz. Hotovost je nejlépe vyměnit na místní měnu ve směnárnách na letišti po přiletu nebo v turistických centrech. Ceny v Bolívii jsou o trochu nižší než v ČR.

Vezená suma záleží i na tom, zda vás pohltí množství nabízených suvenýrů (svetry a další pletené zboží z vlny alpaka, čepice, klobouky, kůže s různými motivy, keramika, šperky a různé kuriozity; svetry a kůže jsou jednoznačně nejlevnější v Bolívii), případně zda se rozhodnete absolvovat některou z fakultativních aktivit.

**Na nezbytné výdaje doporučujeme částku od 550 USD výše** (vstupy, spropitné, strava, nápoje).

### PLATEBNÍ KARTY

Platební karty jsou akceptovány, ale ne tak běžné, někde si účtují za použití karty poplatek 2-5% (MasterCard, Visa). Bankomaty jsou běžné ve velkých městech a turistických centrech. Poplatky za výběr záleží na vaší bance, doporučujeme předem si jejich výši zjistit. Stejně jako v jiných zemích třetího světa i zde je potřeba dbát zvýšené opatrnosti při použití karet, kvůli jejich možnému zneužití. Kartu je dobré si vzít jako pojistku, uvedené kapesné se doporučuje vzít si alespoň částečně v hotovosti.

### SPROPITNÉ

Spropitné není v restauracích téměř nikdy zahrnuto v ceně jídla, běžně se očekává 10% z útraty. Pokud jste byli během cesty spokojeni se službami vašeho místního průvodce nebo řidiče, bývá zvykem jej ocenit spropitným. Záleží však především na vaší spokojenosti a ochotě.

### UBYTOVÁNÍ

Ubytování budeme v hotýlcích střední turistické kategorie ve dvoulůžkových pokojích s vlastním sociálním zařízením, většinou se snídaní. Dva noclehy v oblasti bolivijského Altiplana budou zajištěny v jednoduchých vícelůžkových pokojích. Pro pobyt v oblasti bolivijského Altiplana doporučujeme mít vlastní spacák, který využijete i během přejezdů v autobuse, kde může být chladněji.

Dovolte nám prosím podat jedno důležité vysvětlení týkající se označení hotelů v Jižní Americe. Označení „hostal“ v poměrech navštívených zemí neoznačuje nám známé studentské a jednoduché ubytování (tzv. hostel), ale je to běžné označení pro „hotel“ dle evropských standardů nebo pro zařízení hotelového typu.

### DOPRAVA

Vzhledem k velikosti poznávaného území budeme využívat kombinovanou dopravu: místní dálkové autobusy i pronajatá vozidla (mikrobusy, džípy). Do itineráře zájezdu je zakomponován jeden noční přejezd (La Paz – Uyuni a pozdě večerní přejezd Sucre - Samaipata). Privátní loď využijeme na jezeře Titicaca při cestě na Sluneční ostrov Isla del Sol. Pro zájemce je připravena možnost sjezdu na kolech do Coroico – půjčovné není zahrnuto v ceně zájezdu.

## STRAVA A NÁPOJE

Ve většině hotýlků je součástí ubytování i snídaně. Na třídním výletu do oblasti bolivijského Altiplana je zajištěna strava formou plné penze (první den začínáme obědem a poslední den končíme snídaní). Ostatní strava není zahrnuta v ceně zájezdu.

Většinou se budeme stravovat v místních jídelnách a restauracích, průvodce je nápomocen s výběrem restauračního zařízení i pokrmů (orientační cena jídla a pití na jeden den je cca 10-20 USD). Kdo bude mít zájem ochutnat opravdu lidová jídla, může nakoupit přímo na ulici či na tržnicích, a to v ceně jen několika málo korun.

Brambory, rajčata, dýně, pálivé papričky (ají), kakao, některé druhy fazolí, avokádo, burské oříšky. Tyto přísady, které jsou součástí řady národních kuchyní na celém světě, by neobohatily kulinářské speciality v Evropě, Americe či Asii, pokud by Španělé v 16. století neobjevili Peru a Bolívii. Pravděpodobně žádný jiný kraj na světě nedal lidstvu tolik rostlin jako oblast středních And. Nejčastěji jsou součástí pokrmů masa hovězí, lamí, kuřecí a rybí (zejména na pobřeží a v okolí jezera Titicaca). Přílohou jsou nejčastěji hranolky a rýže. Typickým místním pokrmem je lomo saltado, což je na jemné nudličky nakrájené hovězí maso orestované s cibulí, zeleninou a hranolkami. Výborná je též sytá polévka s místní obilninou quinoa. Typickým jídlem je lomo a lo pobre, což je hovězí steak posázený volskými oky a zasypaný hranolkami.

Oblíbené jsou bylinkové čaje a samozřejmě čaj z koky, který pomáhá zejména turistům přicházejícím z nižších nadmořských výšek v aklimatizaci, a zahání únavu. Z nealkoholických nápojů jsou zde běžně k dostání nápoje typu Cola-Cola, Sprite, apod.

Voda z místních zdrojů se nedoporučuje ke konzumaci. V obchodech i restauracích dostanete balenou vodu v PET lahvích a máte-li citlivý žaludek, doporučujeme, abyste balenou vodu používali i na čištění zubů.

## KLIMATICKÉ PODMÍNKY

Bolívie leží na jižní polokouli. V těchto zeměpisných šířkách není výrazný rozdíl mezi létem a zimou. Charakteristické jsou však výrazné rozdíly a změny teplot mezi dnem a nocí se stoupající nadmořskou výškou. Tam, kde se přes poledne chodí v tričku, se po západu slunce může hodit svetr a softshellová bunda, čepice a třeba i tenké rukavice. V noci může teplota ve vyšších nadmořských výškách klesnout i pod bod mrazu! Nadmořská výška a nechráněné prostory přispívají k chladnému počasí Bolívie. Například v La Paz bývají celoročně denní teploty kolem 15-20°C, přes noc však mohou teploty výrazně klesnout. V únoru může být deštivo.

LA PAZ												
Měsíc	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Nejvyšší průměrná teplota (°C)	16	17	17	18	18	18	17	18	18	19	19	17
Průměrné srážky (mm)	120	90	52	15	5	2	3	7	15	29	52	107

## JAZYK A NÁBOŽENSTVÍ

V Bolívii jsou úředním jazykem španělština, kečuánština, aymarština, guaraníština a používá se dalších 31 indiánských jazyků. Více než polovinu obyvatelstva tvoří indiáni, zejména Kečuové (30 %) a Aymarové (25 %). Ostatní obyvatelé jsou převážně smíšeného (35 %) či španělského (7 %) původu. Dominujícím náboženstvím je křesťanství (římskokatolické vyznání).

## ČAS

Zapomeňte na naše civilizované evropské pojetí a vnímání času. Na akci se můžeme dostat do situací, kdy bude čas skutečně gumový, a my budeme muset čekat. Nejen na gesto či drobný souhlas, ale třeba také na dopravní prostředek. Ve španělštině často užívané slovo „mañana“ (zítra, možná někdy....) můžeme slyšet až nemile často. Obrnit se trpělivostí patří k základním předpokladům výpravy.

### Časový posun:

- Bolívie: -6 hodin v době letního času, -5 hodin v době zimního času

### VAŠE PŘÍPADNÉ DOTAZY RÁDI ZODPOVÍME:

**V Brně:**

písemně: LIVINGSTONE, s.r.o., Marešova 14, 602 00 BRNO

telefonicky: 542 214 645

e-mailem: [info@livingstone.cz](mailto:info@livingstone.cz)

osobně: po – pá 9.00 – 16.00 hodin

Naši nabídku zájezdů najdete na [www.livingstone.cz](http://www.livingstone.cz)