

# KOLUMBIA

Informacje praktyczne dla uczestników wyjazdu



Idealne miejsce na odpoczynek po długim dniu



Takimi autami wybierzemy się na jedną z wycieczek

## Charakter wyjazdu - warunki na trasie

### Noclegi

- Salento, Jardin, Guatape, Cienaga: hotel 3\*\*\*, pokoje 2-osobowe z łazienkami.
- Manizales: hotel 4\*\*\*\*, pokoje 2-osobowe z łazienkami.
- Sierra de Santa Marta - zakwaterowanie w lodge'u (pokoje 2-osobowe z łazienkami)
- Los Naranjos (Morze Karaibskie) - domki 2-osobowe z łazienkami (przy plaży)

### Transport

- Przejazdy mikrobusami między miejscowościami.
- Transfery podczas zwiedzania miast mikrobusami, taksówkami i komunikacją miejską.
- Motorówką w trakcie wycieczki po Lagunie Cienaga Grande.
- Autami terenowymi - przejazd do rezerwatu El Dorado.
- Gondolami w miastach Manizales i Medellin.

### Wyżywienie

- Śniadania, obiady i kolacje - zgodnie z programem.
- Śniadania przeważnie na ciepło - w hotelach w formie bufetu lub serwowane w okolicznych lokalach. Niektóre śniadania kontynentalne (lekkie) w hotelowych restauracjach.
- Obiady i/lub kolacje w sprawdzonych lokalach lub przydrożnych jadalniach.

## Pogoda

Podróżujemy w czasie pory suchej, podczas której panuje najbardziej słoneczna pogoda, idealna do podróży po wybrzeżu, Andach i Amazonii. W

**Jeśli chodzi o dolary, należy zabierać tylko najnowsze banknoty (z napisem Series 2009). Starsze nie są przyjmowane przez punkty wymiany walut. Banknoty, które chcemy wymienić na lokalną walutę i wpłacić pilotowi muszą być w idealnym stanie (zarówno dolary jak i euro).**

wysokich Andach (powyżej ok. 3000 m n.p.m.) temperatury w dzień wynoszą zwykle 10–20°C. Na wybrzeżu Karaibskim panuje klimat tropikalny z temperaturami 25–32°C przez całą dobę, wysoką wilgotnością i przelotnymi, intensywnymi opadami.

## Pieniądze

---

### Kursy i wymiana

Walutą obowiązującą w Kolumbii jest peso kolumbijskie (COP).

Aktualny (07.05.2026) kurs peso kolumbijskiego (COP):

1 PLN = ok. 1100 COP

Punkty wymiany walut i bankomaty będą dostępne bez problemu w większych miastach i w miejscach turystycznych.

Jeśli chodzi o gotówkę, to najlepiej zabrać z Polski dolary lub euro i na miejscu wymienić na lokalną walutę. Alternatywnie można wypłacić pieniądze z bankomatu (przed wyjazdem warto sprawdzić prowizje i limity w swoim banku).

Dolary lub euro w gotówce powinny być bezwzględnie nowe i czyste. Zużyte banknoty nie zostaną wymienione. Nominał 500€ w ogóle nie jest przyjmowany! Dotyczy to również kwot wpłacanych pilotowi podczas wyjazdu.

W wielu miejscach można płacić kartą. Warto wyposażyć się w kartę wielowalutową, aby obniżyć koszty przewalutowania.

### Ceny i wydatki

Ceny podstawowych artykułów i usług w Kolumbii są nieco niższe niż w Polsce. Dotyczy to również lokali, w których będziemy zatrzymywać się na posiłki.

Na własne potrzeby (posiłki niezawarte w cenie, kawę, piwo, pamiątki) należy mieć dodatkowo sumę ok. 500 USD. Albo więcej - w zależności od apetytu, pasji kolekcjonerskich czy szczodrości w obdarowywaniu krewnych i znajomych.

## Telefony i internet

---

W Kolumbii są dostępne lokalne sieci komórkowe, z którymi polscy operatorzy mają umowy roamingowe.

Przed wyjazdem warto zapoznać się z taryfami swojego operatora (opłaty za połączenie mogą przekraczać 10 zł/min.).

Zasięgu może brakować w czasie pobytu z dala od większych miejscowości.

Wiele kawiarni i restauracji udostępnia klientom bezpłatnie dostęp do internetu.

Będzie możliwość nabycia lokalnej karty SIM po przylocie do Kolumbii.



Kolumbia smakuje świeżo, kolorowo i naturalnie

## Bezpieczeństwo

---

### Ogólne

W czasie tego wyjazdu nie będziemy podróżować po terenach uznawanych za szczególnie niebezpieczne.

W trakcie pobytu na łonie kolumbijskiej natury należy jednak zachować daleko idącą rozwagę: trzymać się wyznaczonych ścieżek, ściśle przestrzegać wskazówek pilota odnośnie sposobu poruszania się po lesie oraz ubioru.

Szczególnie nad Morzem Karaibskim, należy zabezpieczać się przed wysokimi temperaturami i bardzo mocnym promieniowaniem słonecznym. Obowiązkowe jest zaopatrzenie się w zapas wody, stosowanie kremów z wysokim filtrem UV oraz noszenie przewiewnych i chroniących powierzchnię skóry ubrań i nakrycia głowy.

W razie przypadkowego odłączenia się od grupy należy:

- nie ruszać się z miejsca
- upewnić się, czy działa telefon komórkowy
- czekać na pilota, który na pewno przyjdzie lub zadzwoni (dlatego telefon trzeba mieć zawsze przy sobie!)

### Zdrowie

Zalecane są szczepienia przeciwko błonicy, tężcowi, żółtej gorączce, wirusowemu zapaleniu wątroby typu A i B.

W niektórych rejonach Kolumbii występuje malaria i denga (m.in. Amazonia). Zalecamy stosowanie środków odstrasżających komary z DEET min. 30%. Rekomendowana jest chemioprophylaktyka: atovaquone/proguanil, doksycyklina lub meflochina. Rodzaj profilaktyki należy skonsultować z lekarzem.

Ze względu na inną florę bakteryjną należy spożywać wyłącznie wodę butelkowaną lub przegotowaną.

## Ekwipunek i bagaż

---

### Co zabrać?

Na czas długich przelotów należy ubrać się możliwie wygodnie, żeby zapewnić sobie jak największy komfort podróży. Polecamy zabranie podkolanówek uciskowych poprawiających krążenie.

Do bagażu podręcznego warto zabrać przybory toaletowe (szczoteczkę i pastę do zębów), bieliznę na zmianę i butelkę filtrującą.



Mały plecak to najlepszy towarzysz codziennych wędrówek

**W podróży znakomicie sprawdzają się spodnie z odpinanymi nogawkami, a pasek do spodni z plastikową klamrą bardzo ułatwia życie na lotniskach (nie trzeba go zdejmować przy kontroli bezpieczeństwa).**



Na andyjskie słońce najlepsze: czapka i okulary

**Zabrania się przewożenia m.in. baterii, e-papierosów, zapalniczek benzynowych oraz zapalek kowbojskich w bagażu rejestrowanym. Listę przedmiotów, których nie wolno przewozić, należy sprawdzić przed każdym przelotem.**

Na czas długich przelotów należy ubrać się możliwie wygodnie, żeby zapewnić sobie jak największy komfort podróży. Polecamy zabranie podkolanówek uciskowych poprawiających krążenie.

Do bagażu podręcznego warto zabrać przybory toaletowe (szczoteczkę i pastę do zębów) i bieliznę na zmianę.

Przy wysokich temperaturach i słonecznej pogodzie najlepsze będą cienkie ubrania z długimi rękawami i nogawkami, które będą stanowiły ochronę przed promieniami słonecznymi i ukąszeniami komarów.

Jeden zestaw cieplejszych ubrań i kurtka przeciwdeszczowa sprawdzą się w chłodniejsze wieczory i przy załamaniu pogody.

### Każdy powinien mieć ze sobą:

- letnią odzież (w tym cienkie długie spodnie i koszule/bluzki z długim rękawem)
- sprawdzone buty trekkingowe za kostkę
- sandały lub inne lekkie obuwie na co dzień
- strój kąpielowy
- nakrycie głowy skutecznie chroniące przed słońcem
- okulary przeciwsłoneczne
- krem z filrem UV 50
- cienką kurtkę przeciwdeszczową lub pelerynę
- cieplejszy polar, ewentualnie bluzę lub sweter
- środek przeciwko komarom (np. Mugga z DEET 50%)
- środek do dezynfekcji rąk
- dobrze wyposażoną osobistą apteczkę

### W ekwipunku powinny znaleźć się także:

- przybory toaletowe
- latarka-czołówka (zakładana na głowę)
- klapki
- ręcznik - najlepiej lekki turystyczny
- bidon lub termos

### Rzeczy, które mogą się przydać:

- powerbank (trzeba go przewozić w bagażu podręcznym, w trakcie lotu musi być odłączony; dopuszczalne są maksymalnie 2 sztuki na osobę, każda o mocy maks. 100 Wh, czyli ok. 27 000 mAh)

- wilgotne chusteczki
- kieszonkowa moskitiera (nakładana na głowę)

## Apteczka

Na wyjazd należy zabrać ze sobą podstawowe leki w małej ilości oraz wszelkie leki zapisane przez Państwa lekarza.

Warto dobrze wyposażyć osobistą apteczkę, tym bardziej, że z wielu miejsc do najbliższej apteki lub ambulatorium jest daleko. Powinna ona zawierać:

- plastry
- kilka opatrunków z gazy
- bandaż zwykły i elastyczny
- chustę trójkątną
- środek dezynfekujący
- sól fizjologiczną
- rękawiczki lateksowe
- środki przeciwbólowe (w tym na stłuczenia) i przeciwgorączkowe
- leki przeciwbiegunkowe
- koc ratowniczy (folia NRC)

Zalecamy zabrać także repelenty przeciw owadom z wysoką zawartością DEET.

Osoby noszące okulary korekcyjne powinny zabrać drugą parę okularów.

## Jak się spakować?

W trakcie wyjazdu korzystamy z usług kilku linii lotniczych. Waga bagażu rejestrowanego to ok. 20 kg, podręcznego ok. 8kg. Limity bagażowe (waga i wymiary) na poszczególnych przelotach zależą od ich wewnętrznych regulacji. Szczegółowe informacje otrzymają Państwo po zakupie biletów. Maksymalną wagę i wymiary bagażu należy dostosować do najniższych limitów.

Na bagaż podręczny najlepiej zabrać mały plecak, w którym zmieszczą się termos, aparat fotograficzny, butelka wody itp.

Najlepszym rozwiązaniem będzie torba na kółkach, którą na dobrej nawierzchni można ciągnąć i którą w razie potrzeby można nieść na ramieniu.

## Dodatkowe informacje

---

**Polecamy kilka książek, które pozwolą przed wyjazdem zagłębić się w tematykę odwiedzanych terenów i trochę lepiej zrozumieć rzeczywistość, w której będziemy się poruszać.**

## Polecamy

---

### Lektura nieobowiązkowa

- Maciej Wesołowski, "Cafe Macondo" To reportaż, który pokazuje Kolumbię współczesną, ale bez skupiania się wyłącznie na narkotykach czy przemocy. Książka jest bardziej o ludziach, codzienności, absurdach i kontrastach tego kraju - momentami lekka, momentami refleksyjna.
- Gabriel Marquez, "Sto Lat Samotności". Klasyka literatury światowej i realizmu magicznego - fikcyjna historia, ale mocno zakorzeniona w kolumbijskiej rzeczywistości i mentalności

### Filmy

---