

INDIA - INFORMACION UTIL

Documentación

Para los ciudadanos españoles es necesario el pasaporte en vigor (con una validez mínima de un año) y un visado. Para obtener el visado hay que acudir a los consulados de la India, cumplimentar algunos impresos que ahí mismo facilitan y acompañarlos de tres fotografías tamaño carnet (este trámite lo hará Politours). La vigencia de estos visados puede ser de un mes, seis meses o un año; también pueden ser de turismo, negocios o de tránsito.

NOTA IMPORTANTE: Los menores de 18 años, cualquiera que sea su edad (incluso bebés), deben ir documentados con su pasaporte propio. Si viajan solos deben llevar, además, autorización.

Clima

La enorme extensión de la India y su gran diversidad geográfica hacen que el clima varíe dependiendo de la región. India cuenta con tres estaciones: el invierno que va de noviembre a marzo, el verano de abril a junio y el monzón que empieza en junio, va recorriendo el territorio y permanece hasta el mes de septiembre. La estación monzónica deja un elevado grado de humedad que, aunado a los vientos, genera en octubre un sofoco caluroso muy intenso, especialmente en la zona sur.

En el Himalaya las temperaturas son extremas con nieves perpetuas (-15° C); en algunas zonas es posible incluso practicar el esquí. En las costas el clima es templado y húmedo a lo largo de todo el año, con pocas variaciones en las temperaturas (en verano 29°, en invierno 26°). Por su parte, el clima en el interior es de tipo continental, seco y con temperaturas elevadas en verano (más de 40°) y templado en el invierno (entre 22 y 26°).

Idioma

El idioma oficial en India es el hindi que utiliza en la escritura el alfabeto Devanagari. La Constitución reconoce 15 lenguas oficiales que se hablan en los estados para administración interna, pero existen numerosos dialectos dentro de cada lengua ya que incluso cada casta puede llegar a tener una variante lingüística diferente. En general, las lenguas de la India se ubican en cuatro grupos lingüísticos: el indoeuropeo, fundamentalmente utilizado al noroeste; el dravídico, que se sitúa en el sur; el austroasiático al que pertenecen las lenguas del centroeste y el tibetobirmano, de las zonas de montaña.

Para el turista, afortunadamente, el inglés es un idioma muy extendido en la India y permite visitar el país sin grandes problemas; usted encontrará fácilmente guías turísticos que hablen inglés, así como muchos letrados e informaciones en museos, sitios de interés y transportes escritos en este idioma.

Religión

El 78% de la población es hinduista, el 11% musulmana, el 2% sij y el 1% animista. También se profesa el cristianismo, el judaísmo y algunas otras religiones.

Electricidad

La electricidad es un servicio muy generalizado en las grandes y pequeñas ciudades

de la India.

La corriente alterna es de 220 voltios a 50 Hz.; los enchufes son de tres entradas redondeadas por lo que quizás requiera comprar un adaptador. Es muy recomendable comprobar la tensión eléctrica antes de utilizar algún aparato.

Cuestiones Sanitarias y de Seguridad

La mejor manera de disfrutar su viaje consiste en una adecuada preparación física que le permita estar en buenas condiciones de salud. Antes de partir acuda a su médico y revise que las vacunas más comunes estén en vigencia y que su tensión arterial se encuentre bien. Si requiere regularmente de un medicamento específico es mejor que se provea de éste desde su país y que su médico le expida una receta legible en la que esté claro el nombre de la sustancia activa (esto hará fácil localizarlo en el extranjero). Como norma sanitaria, los viajeros procedentes de África y América del Sur de países afectados con fiebre amarilla tienen que presentar un certificado internacional de vacunación contra esta enfermedad al ingresar en la India.

Comunicaciones

Las líneas telefónicas indias son imprevisibles. Desde las ciudades no tiene por qué haber problemas, sin embargo, la saturación de líneas hace en ocasiones imposible la comunicación. Es preferible pedir las conferencias a través de las operadoras de los hoteles, a pesar de que las tarifas sean más caras. Las llamadas más baratas se pueden hacer desde los cibercafés utilizando el Net2phone o un servicio similar. Para llamar desde España a la India es necesario marcar el 00-91, el prefijo de la ciudad y el número de abonado. Delhi tiene el 11. Para llamar desde la India a España es necesario marcar el 00-34 más el prefijo provincial y el número de abonado. Le aconsejamos utilizar el servicio España Directo marcando el 000-34-17 (en cabinas, para conseguir tono, hay que insertar monedas con posterior devolución. Limitaciones locales de cobertura). Para llamar desde España a Nepal es necesario pulsar el 00-977 más el prefijo de la ciudad. Katmandú tiene el 1, más el número de abonado.

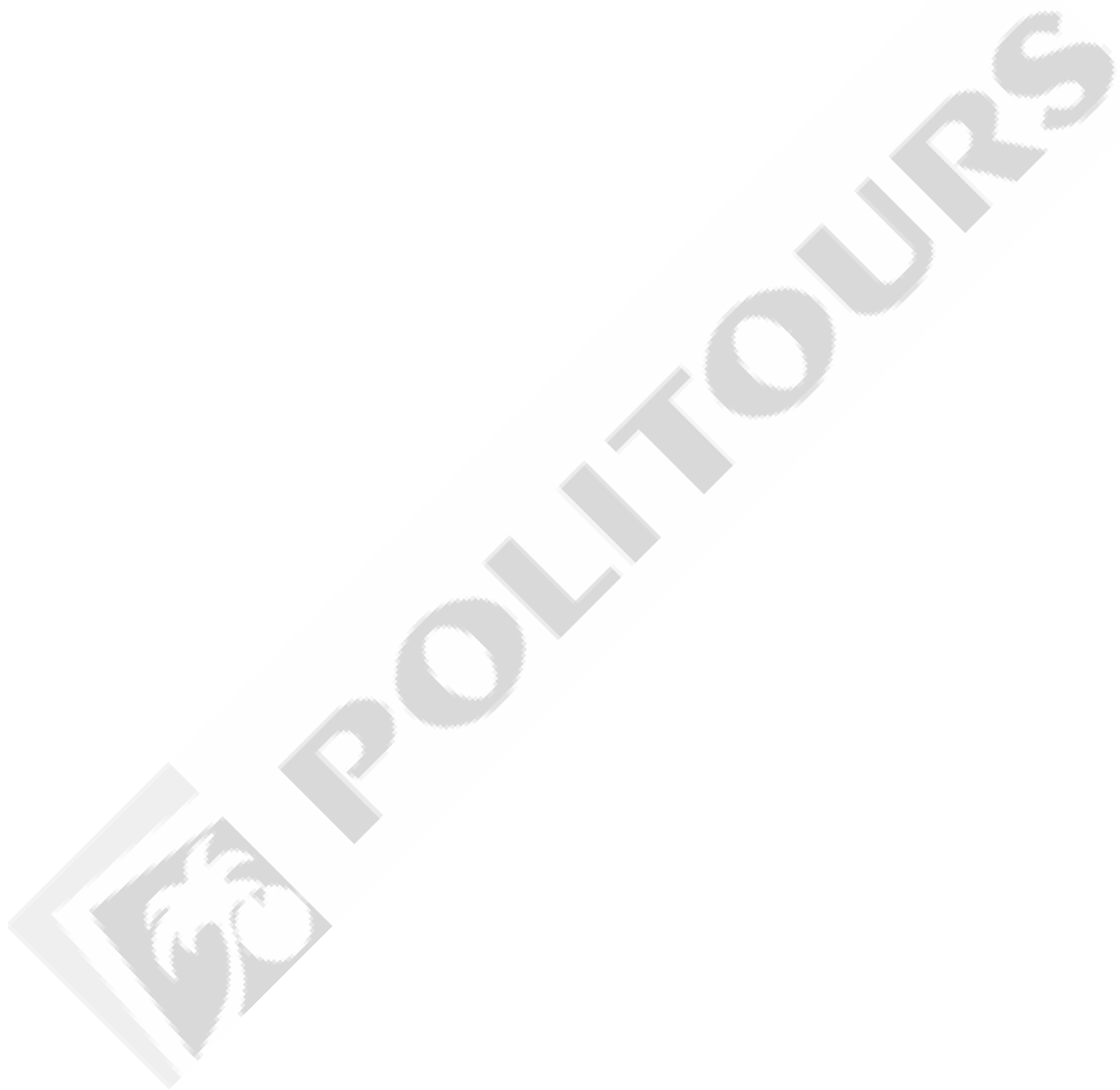
Telefonía Móvil en India y Nepal: Estar conectado a la red de telefonía móvil es bastante sencillo y económico. Las llamadas, incluso las internacionales, son baratas para los estándares internacionales. Lo único que hay que hacer es comprar una tarjeta de prepago que incluye la SIM y el número de teléfono en las tiendas que hay en casi todas las localidades. Eso sí, si se va a desplazar por distintos puntos del país, infórmese de la cobertura de las compañías ya que no todas tienen por todo el territorio. Consulte en todo caso con su operador para conocer las tarifas de "roaming".

Moneda

La moneda oficial de India es la Rupia de India (INR). Una rupia se divide en 100 paisas. Existen monedas de 5, 10, 20, 25 y 50 paisas y de 1, 2 y 5 rupias. Billetes de 10, 20, 50 y 100 rupias. Existe un billete de 1000 pero es muy difícil de ver. Es aconsejable cambiar una buena cantidad, suficiente para varios días. En India existen complejas regulaciones sobre divisas y cambio obligatorio, que en general apenas se aplican a los turistas (p.e. es conocido que se puede exigir a la salida del país un

certificado de cambios realizados en centros oficiales, pero en la práctica nunca se requiere la presentación de dichos certificados). El cambio en el mercado negro está castigado por la ley. Los euros son aceptados por las Agencias de Cambio.

Las tarjetas de crédito más usuales se aceptan en los principales hoteles, restaurantes y centros comerciales; en las grandes ciudades es posible que pueda disponer de efectivo (en rupias) en los bancos directamente con su tarjeta de crédito.



NEPAL - INFORMACION UTIL

Documentación

Para Nepal es necesario el pasaporte en vigor con una validez mínima de 6 meses y un visado que puede tramitarse en el aeropuerto de llegada cumplimentando un formulario y el pago de 30 USD. Si se va a hacer trekking por zonas fuera de las principales rutas comunicadas por carretera, se requiere de un permiso especial.

NOTA IMPORTANTE: Los menores de 18 años, cualquiera que sea su edad (incluso bebés), deben ir documentados con su pasaporte propio. Si viajan solos deben llevar, además, autorización.

Clima

El clima nepalés varía dependiendo de la zona. La mejor estación para visitar el país es la estación fría que va de octubre a marzo. Durante la noche las temperaturas pueden descender por debajo de los 0 grados centígrados, mientras que por la mañana pueden alcanzar de los 10 a los 25 grados centígrados. Durante la época cálida el calor es sofocante y suelen darse tormentas a primeras horas de la tarde. La época de las lluvias no es aconsejable, finaliza a mediados de septiembre.

El clima también varía mucho dependiendo de la altitud: en la selva de Terai es tropical, templado en la zona de valles y muy frío en la montaña. Incluso en verano es necesario tener a la mano un jersey por las noches.

Idioma

El idioma oficial es el nepalés. Se hablan, además, bihari y otras lenguas propias de los grupos tibetanos. El nepalés es muy difícil de aprender, pero a los habitantes de los pequeños poblados les agrada mucho que los visitantes intenten decir algunas palabras.

Religión

El 91% de la población es hindú, el 5% budista, el 2% musulmana y el 0,7 % pertenece a otras religiones. Después de la invasión china del Tíbet se dio un flujo de refugiados tibetanos notable; éstos practican el lamaismo, una derivación del budismo. Como dato curioso cabe señalar que el país no ha tenido nunca una guerra por motivos religiosos.

Electricidad

La corriente eléctrica es de 220 voltios a 50 Hz.

Cuestiones Sanitarias y de Seguridad

Para ingresar a India y Nepal es obligatoria la vacuna contra la fiebre amarilla si se procede de zonas infectadas. Son recomendables las vacunas contra la Hepatitis A y B, Tétano, fiebres tifoideas. Para Nepal según las épocas, podría ser recomendable vacunación contra la Encefalitis Japonesa. Además de los que pueda estar tomando, lleve provisión de algún analgésico (aspirina, Gelocatil, etc.), preventivo de problemas gástricos (sal de frutas, antiácidos, etc.), o intestinales (Tanagel, Protector, Salvacolina, etc.), algún antialérgico, crema o loción repelente de mosquitos y otros insectos, así como protectores solares. En cualquier caso no se

precipite a tomar pastillas ante los primeros síntomas o molestias, ya que como sabe, los viajes y los cambios de alimentación y de bebidas pueden a veces producir trastornos digestivos que generalmente se corrigen por si solos. No beba nunca agua del grifo. En los hoteles encontrará agua mineral embotellada que además puede comprar en cualquier sitio.

Comunicaciones

Para llamar desde España a Nepal es necesario pulsar el 00-977 más el prefijo de la ciudad. Katmandú tiene el 1, más el número de abonado.

Telefonía Móvil en Nepal: Estar conectado a la red de telefonía móvil es bastante sencillo y económico. Las llamadas, incluso las internacionales, son baratas para los estándares internacionales. Lo único que hay que hacer es comprar una tarjeta de prepago que incluye la SIM y el número de teléfono en las tiendas que hay en casi todas las localidades. Eso sí, si se va a desplazar por distintos puntos del país, infórmese de la cobertura de las compañías ya que no todas tienen por todo el territorio. Consulte en todo caso con su operador para conere las tarifas de "roaming".

Moneda

La moneda oficial es la rupia nepalesa, igual a 100 paisa. Media rupia es un mohar y 25 paisas se conocen como sukaa. Existen billetes de 1.000, 500, 100, 50, 20, 10, 5, 2, y 1 rupia nepalesa y monedas de 50, 20, 10 y 5 paisa. Se puede cambiar la moneda en los bancos y la oficina de cambio del aeropuerto que permanece abierta todos los días de la semana.

A la entrada del país se tiene que rellenar la tarjeta de cambio que debe completarse cada vez que se realice un cambio. Es necesario entregar la tarjeta a la salida del país por lo que el cambio debe hacerse en lugares oficiales. Se pueden cambiar el dinero sobrante a la moneda de origen, antes de salir de Nepal, siempre que la cantidad no supere el 10 % de la cantidad total cambiada. No se pueden exportar rupias nepalesas. Aunque el mercado negro ofrece mejores tipos de cambio, tenga en cuenta que en algunos casos están compinchados con la policía y seguramente le crearán problemas.

Las tiendas de las ciudades suelen aceptar el pago directamente en dólares y con un tipo de cambio mejor que el de los bancos; por ello es aconsejable que lleve algunos billetes de pequeña denominación en esta moneda, pero no se exceda ni confíe de pagar de esta manera y tenga la precaución de preguntar siempre al respecto.

Las tarjetas de crédito son bien aceptadas en las tiendas de las ciudades; también es posible retirar con ellas dinero en algunos bancos pagando una comisión que puede resultar algo elevada.

SRI LANKA - INFORMACIÓN ÚTIL

Documentación

Para los ciudadanos españoles sólo es necesario presentar el pasaporte en vigor válido por lo menos durante un periodo de 6 meses. Es imprescindible rellenar la tarjeta de embarque y desembarque, con los datos personales y especificando la cantidad de moneda en efectivo y en cheques de viaje que se van a introducir en el país; en ella se declaran también las joyas, metales, armas de fuego y objetos poco comunes que el viajero lleva consigo.

Clima

El clima es tropical con temperaturas que alcanzan más de 30 grados centígrados en los meses de marzo a junio y entre 15 y 25 grados en el área de montaña. El grado de humedad es alto, sobre todo durante la época de los monzones que llegan al país dos veces al año. Debido a la cordillera central que divide a la isla, los monzones solamente afectan un lado de la misma: la costa noreste de noviembre a enero y la costa suroeste de mayo a julio. A diferencia de la India, durante la época monzónica las lluvias no son tan intensas, existiendo algunos días sin lluvias.

Equipo de Viaje

Es aconsejable llevar ropas de algodón, fáciles de lavar y de secado rápido ya que la humedad es elevada. Si piensa visitar las zonas de montaña alguna prenda ligera de abrigo le será muy útil; un jersey o una cazadora ligera son perfectas. El calzado debe ser cómodo, cerrado para evitar el polvo en las ciudades y sandalias para las playas. El bañador es indispensable en una isla con tan hermosas playas; sin embargo, no olvide que los bikinis no son muy bien vistos y que el nudismo y el topless están estrictamente prohibidos, penados con severas multas. No olvide llevar un sombrero, gafas de sol, antidiarreicos, protector solar de alto factor y repelente contra los insectos.

Es de suma importancia para los habitantes del lugar que se guarde respeto al visitar los lugares de culto vistiendo ropa adecuada, evitando los pantalones y faldas cortas y las blusas de tirantes.

Diferencia Horaria

Sri Lanka tiene 4 más con respecto al GMT en invierno y 5 en verano.

Idioma

La lengua oficial es el cingalés, de origen indoario; el tamil, de origen dravídico, se habla especialmente en las zonas norte y este y se le considera la segunda lengua. En casi toda la isla se habla inglés, considerándose prácticamente el tercer idioma oficial del país. Los letrados en sitios de interés, transportes y tiendas, así como las notas oficiales importantes se presentan siempre en los tres idiomas.

Religión

El 70% de la población es budista, el 15% hindú, el 7% musulmán, el 6% cristiana y el resto profesa diversas creencias, encontrándose algunos grupos aborígenes que aún profesan el animismo.

No olvide descalzarse siempre antes de entrar a un templo budista o hinduista, ya que es una costumbre muy importante para los nativos; procure vestir de manera decorosa para visitar esos lugares evitando la ropa de playa. En muchos casos se espera de los visitantes que se afeiten la cabeza y la lleven descubierta para entrar a los templos, por lo que es mejor preguntar antes de entrar si no se está dispuesto a este radical cambio de imagen personal. Los cingaleses acostumbran dar una vuelta de izquierda a derecha alrededor del templo en señal de respeto, costumbre a la que los visitantes pueden sumarse sin problemas.

Dada la variedad de creencias de la isla, es posible encontrar servicios religiosos católicos y protestantes varias veces a la semana, a los que acude un buen número de turistas.

Electricidad

La corriente es de 220-240 voltios a 50 Hz.

Moneda y Cambio de Divisas

La moneda oficial de Sri Lanka es la rupia cingalesa (LKR), igual a 100 piastras. Se puede cambiar en bancos, aeropuertos y organismos oficiales autorizados. No es aconsejable hacerlo de manera ilegal ya que es necesario presentar los justificantes de cambio al abandonar el país. No hay restricciones para introducir dinero en la Sri Lanka pero no olvide que está prohibido exportar rupias cingalesas, así como introducir rupias indias, pakistaníes o nepalíes. A la llegada, se entrega un formulario de entrada de divisas que es necesario cumplimentar con los cambios de moneda realizados.

La mayoría de las tarjetas de crédito sobre todo Visa, Dinners Club o Mastercard son aceptadas en las grandes ciudades por bancos, hoteles, restaurantes y algunas tiendas. Tenga en cuenta que las compañías de alquiler de coches y la mayoría de hoteles, le solicitarán como garantía una tarjeta de crédito. Asegúrese que una vez efectuada

la liquidación de servicios consumidos (combustible, llamadas telefónicas, extras, etc.), el impreso activado con la tarjeta de crédito es destruido.

Cuestiones Sanitarias y de Seguridad

Es obligatoria la vacuna contra la fiebre amarilla si se procede de zonas infectadas. Recomendable la profilaxis contra la malaria en Sri Lanka. Aconsejamos consultar con su Centro de Vacunación más cercano para disponer de la información de última hora.

En caso de emergencia médica se puede acudir a cualquiera de los hospitales y dispensarios médicos de la isla cuyo servicio es gratuito. Si se prefiere otro tipo de tratamiento, en Sri Lanka la medicina alternativa es de gran prestigio y seriedad; se pueden encontrar excelentes homeópatas y los que practican la ayurveda, medicina milenaria basada en las plantas y tratamientos naturales. Piense que esta última tiene una gran tradición y respaldo en el país, contando incluso con farmacias exclusivas, médicos especialistas en diversas zonas del cuerpo y algunos hospitales que la practican con autorización del Estado (hay clínicas privadas y estatales). Se trata pues, de una medicina que se toma muy en serio y de la que se puede fiar.

Comunicaciones

Es recomendable llamar por teléfono desde los hoteles aunque es un poco más caro. Para llamar desde Sri Lanka a España es necesario marcar el 00-34 más el número de teléfono al que se desea llamar. Para comunicar con Sri Lanka desde España hay que marcar el 00-94 más el prefijo de la ciudad y el número del abonado. Colombo tiene el prefijo 1. Medios de Comunicación.

Horario Comercial

Los comercios suelen abrir ininterrumpidamente de 8:30 a 16:30 h. Los sábados son libres y los comercios abren o cierran a voluntad. Permanecen cerrados los días festivos y durante las festividades religiosas.

Direcciones Útiles

- Embajada Británica en Madrid. *C. Fernando El Santo 16. Madrid. Tel. 91-319-02-00.*
- Ceylon Tourist Board. *Havelock Road 228, Colombo. Tel. 58-18-01.*

