

Reseprogram

São Tomé och Príncipe består av en liten skärgård och två huvudöar utanför Västafrikas kust. Landet är Afrikas näst minsta land, efter Seychellerna, och har lite över 200 000 invånare. 1975 blev landet självständigt och är ansett som ett av Afrikas mest demokratiska och stabilaste länder. Det är en mycket exklusiv fågelskådningsdestination och detta blir AviFaunas tredje resa hit. Här bor bland annat världens minsta ibis och världens största solfågel. Totalt är cirka 175 arter (inklusive rariteter) anträffade, och vi lär få se knappt hälften av dessa. Det finns närmre 30 endemiska och delvis svårsedda fåglar, skogen är bitvis tät och vegetationen är starkt påverkad av det fuktiga klimatet. Det förekommer 16 däggdjur på land, flest arter är fladdermöss och flera av dem är endemiska. Följ med på denna resa till ett mycket spännande och udda resmål som få naturresebyråer besöker! Förra årets resenärer skrev att resan överträffade förväntningarna.

Följ med!

Strapatser. Tempot på denna resa får anses som medel. Även om vi besöker öarna under torrperioden får vi räkna med både ihållande regn och stark värme. Det kommer också bli en del promenader i tät skog, kanske också vandring över floder. Frukostarna intas tidigt för att vi skall kunna vara ute i fält när fåglarna är som mest aktiva och innan värmen kommer. Detta är inte en resa för dig med nedsatt kondition. Infrastrukturen i landet har utvecklats och numera behöver man till exempel inte tälta på vissa lokaler, som tidigare behövdes.

Mat. Vi äter lokal mat och vid några tillfällen utlovas kulinariska upplevelser utöver det vanliga. Flera dagar har vi lunchpaket med oss. Det kommer bli en del fisk förstas, då vi har havet inpå oss, men det är också lätt att hitta vegetarisk kost för den som behöver. På förra resan 2023 gav deltagarna maten betyget 4,5.

Logistandard. På resan bor vi på hotell av turistklasstandard.

- Roça São João Guest House (São Tomé)
- Roca Belo Monte Hotel www.belomontehotel.com
- Almada Negreiros Guest House (São Tomé)

På förra resan fick boenden i snitt betyget 4,0.

Transporter. I fordon som körs av inhyrd, säker personal. Vi kommer få dela upp oss i flera fordon men de används huvudsakligen för transporter till skådning, inte att skådas ifrån. Vi kommer också färdas på båt vid flera tillfällen för att ta oss in i mer otillgängliga områden. Notera att inrikesflyget till Príncipe genomförs av flygbolag som är på EUs svarta lista och alltså inte får flyga inom EU. På inrikesflyget får man bara ha med 15 kg bagage, men vi har möjlighet att lämna saker på São Tomé eller betala €5 per kilo för extra (ingår ej i resans pris).

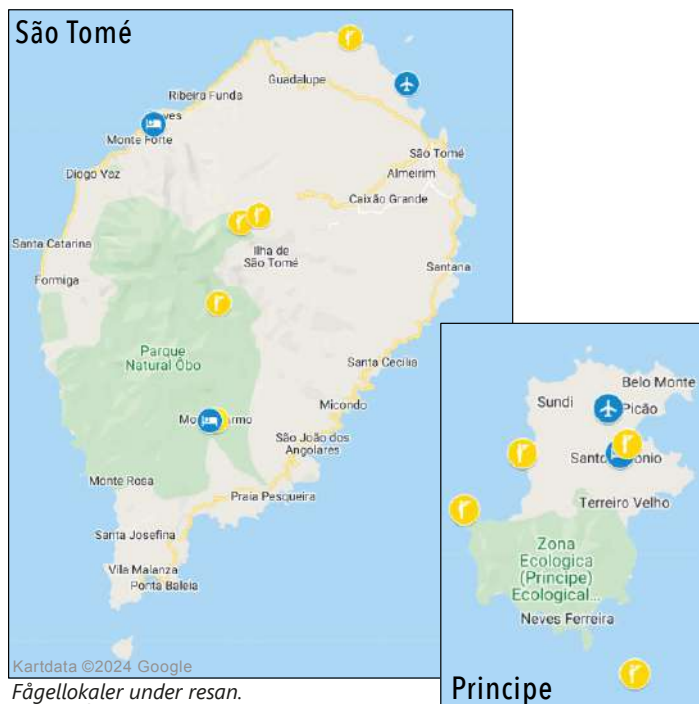
Väder. Räkna med varmt men också en hel del regn, även om vi besöker öarna under torrtiden. Temperaturen ligger mellan 25 och 30, kan gå ner till strax under 20 på nätterna. Det kan också blåsa en del.

Höjdpunkter – några fåglar

Harlequin Quail, Red-necked Francolin, São Tomé (Dwarf) Olive Ibis, Western Reef Heron, Black Noddy, Sooty Tern, Yellow-billed Kite, Principe Scops Owl, São Tomé Scops Owl, Principe Kingfisher, Blue-breasted Kingfisher, African Green Pigeon, São Tomé Green Pigeon, São Tomé Olive Pigeon, Lemon Dove, Bronze-naped Pigeon, Red-headed Lovebird, Grey Parrot, African Palm Swift, Little Swift, São Tomé Spine-tail, São Tomé Short-tail, São Tomé Paradise Flycatcher, São Tomé Oriole, São Tomé Thrush, Gulf of Guinea Thrush, Principe Thrush, Principe Sunbird, Western Olive Sunbird, Newton's Sunbird, Giant Sunbird, São Tomé Prinia, São Tomé White-eye, Principe Speirops, Black-capped Speirops, São Tomé Fiscal, Chestnut-winged Starling, Principe Glossy Starling, Dohrn's Thrush-babbler, São Tomé Grosbeak, White-winged Widowbird, Pin-tailed Widad, São Tomé Weaver, Southern Masked Weaver, Giant Weaver, Principe Golden Weaver, Golden-backed Bishop, São Tomé Seedeater, Bronzed Mannikin, Blue Waxbill (Southern Cordon-bleu), Common Waxbill.

Höjdpunkter – natur och kultur

På den första resan hit såg vi bland annat knölval och Pygmy Killer Whale. Öarna är rätt däggdjursfattiga, men flera arter fladdermöss finns och det är chans på ett fåtal ormar och ödlor.



Fågellokaler under resan.
Se dag-för-dagprogrammet.

Följande ingår:

- helpension med alkoholfri dryck och middag
- alla transporter mellan start- och slutpunkt på resan inklusive flera båtturer
- inrikesflyg till Príncipe
- dricks till restaurang, hotell och guider
- svensk reseledning från AviFauna
- lokala och säkra chaufförer till fordonen
- artlista före resan
- artlista/reserapport efter resan
- inträden för det som ingår i programmet

Följande ingår inte:

- anslutningsresa till och från mötesplatsen inkl. ev. övernattnig i Lissabon om påkallat av flygtiderna
- personliga utgifter såsom klädtytt, telefon och alkoholhaltiga drycker och dricks för dessa
- matersättning eller andra utgifter om deltagaren väljer att inte delta i gruppens program
- mer än 15 kg bagage på inrikesflygningen till Príncipe. (Vi kan lämna överflödigt bagage på São Tomé, eller får du betala €5 per extra kilo på flygningen.)
- utgifter orsakade av förseningar till anslutningspunkten
- visum - i de fall det krävs
- dricks för ev personlig service/personliga utgifter, som t ex hjälp med eget bagage
- reseförsäkring (obligatorisk att ha)
- avbeställningsskydd
- eventuella medicinska tester eller intyg som behövs för inresa

Samlingsplats där resan börjar och slutar:
Internationella flygplatsen på São Tomé

Dag-för-dagprogram

Ändringar kan ske i ordningsföljden beroende på väder, fågeltillgång och logistik.

2 augusti. Ankomst São Tomé. Vi går igenom formaliteterna och transporteras sedan till vårt boende där vi kan aklimatisera oss och får en genomgång över de närmsta dagarnas program. Natt i São Tomé.

3-4 augusti. Tidig frukost och sedan åker vi ut och skådar in de första endemerna i ett fantastiskt och skyddat skogsområde vid Monte Carmo. Dessa två dagar blir intensiva med tid i fält så länge det är ljus. Lunch i fält. Natt i São Tomé.



Príncipe Weaver. Foto: Jan Twetman

5 augusti. Idag kan vi äta frukost lite senare och så skådning kring Macambra, som är ett av de mest produktiva skådarställen, botaniska trädgården och nationalparken Obo. På kvällen blir det extra god middag.

6 augusti. Tidig frukost igen och lite skådning (São Tomé Kingfisher, Giant Sunbird m m) på väg till flygplatsen där vi tar inrikesflyg till Príncipe. När vi anlänt skådar vi in de första endemerna på denna ö, som bara har 8 000 invånare. Natt i Príncipe.

7 augusti. Vi åker båt in i de mer otillgängliga delarna av Obo National Park och skådar endemer. På kvällen en exkursion för att se den nyligen beskrivna Príncipe Scops Owl.



Blue Waxbill



Príncipe Seed-eater. Foto: Jan Twetman

8 augusti. Vi besöker andra delar av Principe och har reservtid på kvällen för Principe Scops Owl ifall vi missat den föregående kväll.

9 augusti. Morgonskådning någon timme kring hotellet på Principe, sen flyg tillbaka till São Tomé där vi utforskar lite mer torra och kustnära områden av ön.

10 augusti. Sista dagen på São Tomé där vi lägger upp programmet beroende på vad vi sett tidigare. Vi har sen checkout på hotellen för uppfräschning innan kvällsflyget hem.



Striated Heron. Foto: Jan Twetman



Blue-breasted Kingfisher. Foto: Jan Twetman



Blue-breasted Kingfisher. Foto: Jan Twetman



São Tomé Scops Owl

Köp gärna din flygbiljett genom AviFauna

Vi rekommenderar att du låter AviFauna boka flyg åt dig. Vi hjälper gärna till mot en expeditionsavgift om 500 kr förutom vår leverantörs påslag. Medlemmar i kundklubbskategorin Regnskog betalar 250 kr i expeditionsavgift och medlemmar i Världens Tak har 0 kr i expeditionsavgift. Gå med i kundklubben efter din första resa: avifauna.se/om-avifauna/kundklubben Bokar du via oss hanterar vårt kontor eller reseledaren inställda eller ombokade flyg direkt med flygbolaget och hjälper dig så du slipper hantera det själv med flygbolaget. Observera att vi kan köpa ombokningsbara, dyrare biljetter om du vill ha flexibilitet med ned- eller hemresa. Om vi skall boka ditt flyg och om du vill ha särskilda datum/typer av biljetter måste det meddelas i mycket god tid, helst redan på anmälningsblanketten. Vi stämmer av priset med dig före bokning. Vid avbeställning av resan efter att du gett klartecken till AviFauna att köpa din biljett debiteras hela flygbiljettens pris om vi har bokat den åt dig. Du som bokar flyg genom AviFauna får den elektroniska flygbiljetten utskickad ca två veckor före avresa.

Om du köper anslutningsbiljett själv

Boka inte din resa före du fått besked om tider från AviFauna först. I normala fall vet vi cirka 6 månader innan avresa de exakta mötestiderna om du reser utanför Europa. Om du reser inom Europa handlar det om 3 månader före avresa. Men det kan ske med kortare varsel och du blir i så fall meddelad detta. Om du bokar biljett själv utan klartecken från AviFauna kan vi inte ersätta dina kostnader ifall vi måste ställa in resan. Är den bokad efter klartecken från oss och vi ställer in ersätter vi kostnaden. Om du själv avbokar resan gäller avtalet mellan dig och flygbiljetts-utställaren avseende flygbiljettens återbetalning.

Utrustning att ta med

- handkikare
- tubkikare om du har
- rengöringskit för kikare/kamera
- ficklampa/pannlampa för mörkerexcursion
- powerbank
- smärre ryggsäck/väska för dagsturer
- sittunderlägg och/eller fällbar pall om du lätt blir trött i benen
- myggmedel
- solskyddsmedel
- solhatt
- termos om du vill ha med varmvatten i fält
- vattenflaska
- mugg
- öronproppar
- handsprit
- munskydd ifall du blir förkyld under resan
- självtest för covid
- artlista som du får av AviFauna några veckor före avresa

Klädsel

Rejåla regnplagg, sköna promenadskor, vattenavvisande och vindtät jacka kan vara bra att ha med. Handla gärna hos vår samarbetspartner Pinewood på pinewood.eu



Stickkontakt

Stickkontakterna är av samma typ som i Sverige.

Tidsskillnad

São Tomé ligger en timme efter Sverige.

Litteratur

En 13 år gammal bok som heter *The Birds of São Tomé and Príncipe* finns på engelska och portugisiska och rekommenderas. Handla gärna hos BirdLife Sveriges butik Naturbutiken och köp gärna även dina andra skådarböcker och -prylar där. Förutom att de har ett enastående utbud och kunniga säljare gynnar du fågelskyddet för varje inköp du gör där. Tel 0485-444 40, naturbutiken.se.



Naturbutiken

Appar

Appen *Birds of Africa* har även São Tomés och Príncipes arter inlagda. Den kan laddas ner gratis. *Merlin Bird ID* är en gratisapp med mycket användbar information som rekommenderas. Man laddar ner fågelpaketet för regionen man besöker innan avresa.

Artlista i samarbete med iGoTerra

AviFauna samarbetar med iGoTerra som ett led i vårt arbete för att underlätta att göra artlistor under resan (gäller ej för resor av kategorin Fotoresor). iGoTerra är en website med tillhörande mobilapp som hjälper dig att hålla ordning på alla dina observationer, listor och foton över alla levande arter i alla världens länder.



Om du redan är standard- eller premiummedlem i iGoTerra kan du dra nytta av att information, som vilka arter du sett tidigare, inkluderas i krysslisorna, samt att du enkelt kan kopiera resans observationer till ditt eget konto på iGoTerra när resan är klar. *Anmäl på anmälningsblanketten till resan att du vill bli tillagd.*

Besök gärna iGoTerras hemsida igoterra.com och läs mer om deras listfunktion och deras appar. Artlistorna innehåller till exempel sidreferenser till den rekommenderade fälthandboken och artens IUCN-klassade hotstatus. Krysslisorna såväl som reserapporter följer uppdaterad systematik enligt IOCs taxonomi avseende arter och raser samt engelska och vetenskapliga namn och de svenska namn som framtagits av BirdLife Sveriges Taxonomikommitté.

Du kommer få en dag-till-dagkrysslista över de fåglar vi kan förvänta oss se under resan någon månad före avresa (gäller ej för kategorin Fotoresor). I de flesta fall skickar vi inte ut dem tidigare då taxonomin kan förändras för arterna när vi åker till (oftast) tropiska länder med många arter. Det kan vara klokt att förbereda sig genom att läsa på artkännetecknen i förväg. Ett trevligt sätt att träna sig på fåglar och djur som vi kan se på resan är att använda sig av bildspelet i fotogalleriet på iGoTerra, där många arter finns avfotograferade. Men givetvis kommer vi också att gemensamt diskutera fältbestämning och artkaraktärer på platsen allt eftersom vi skådar oss igenom landets avifauna.

AVIFAUNA
NATURRESOR

Det finstiltla - glöm inte att läsa det!

De fullständiga villkoren framgår av AviFaunas hemsida, följande text är bara påminnelser om några viktiga saker inför resan.

Det som beskrivs i reseinformationen och programmet är ett preliminärt upplägg. Ändringar i det kan ske beroende på väder, lokala förekomster av djur eller andra faktorer som reseledaren på resan bedömer som viktiga för att få ett maximalt utbyte av resan. Det kan t ex också handla om att byta ut en restauranglunch mot picknicklunch eller byte av hotell (av minst likvärdig standard).

Vilda djur. De arter som anges i programmet skall ses som en realistisk indikation på vad som kan ses på resan och inte en garanti för vad som ses.

Resa till landet. Du kan antingen boka din flygresor själv eller be AviFauna boka den mot en expeditionskostnad om 500 kr (men gratis om du tillhör kundklubbskategori Världens Tak eller 250 kr om du tillhör kundklubbskategori Regnskog). Om du vill att AviFauna skall boka flyg, kontakta oss snarast möjligt.

Pass och visum. Många länder i världen kräver att passet är giltigt minst sex månader efter utresa samt att det ska finnas två tomma sidor i det. På några av våra resor behövs visum. Mer information kring det fås cirka tre månader innan avresa. Skulle du ha otur och bli av med ditt pass under resan, kan situationen underlättas om du har en kopia på sidorna 2 (med dina personuppgifter) i ditt pass samt två passfoton. Kontrollera för övrigt att ditt pass är giltigt enligt reglerna för det land du åker till. *Om du inte är svensk medborgare, vänligen kontrollera inresebestämmelser för det land vars pass du reser på.*

Vaccinationsintyg. Kontrollera aktuella bestämmelser med hänsyn till covidvaccinationer/-tester före din resa.

Bagage. Kikare, tubkikare och kamerautrustning bör ingå i handbagaget, där risken för stötter och stöld är mindre. Skulle ditt bagage bli försenat eller förkommet kan det också vara en fördel att ha toalettartiklar, viktig medicin, ett ombyte kläder etc. i handbagaget. Tänk också på att bagageutrymmet i våra fordon kan vara begränsat, packa gärna i mjuka sk soft bags med storleken anpassad till innehållet om du åker på en resa där vi transporterar oss mellan olika hotell.

Reseförsäkring. Observera att du är skyldig att ha en reseförsäkring. Kontrollera att du verkligen får fullgott reseskydd, inklusive sjuk- och hemtransport vid allvarlig sjukdom eller olycka samt vidaretransport om du skulle missa flyget eller någon anslutning på resan. Om du har reseförsäkring på ditt kreditkort som du betalar med, kontrollera noga vad som ingår. Om du har en diagnosticerad sjukdom kan det innebära begränsningar för vad din reseförsäkring täcker. Kontrollera detta med ditt försäkringsbolag. Som ett alternativ till att teckna reseförsäkring via hemförsäkringen kan man också köpa separata reseförsäkringar, sök på nätet efter företag som erbjuder det.

Hälsa och vaccination. Du bör i god tid före avresan ta kontakt med en vaccinationscentral för att se över dina vaccinationer, samt ev. behov av malaria-profylax. Det kan vara god idé att medföra lite egna sjukvårdsartiklar eller en enklare första-hjälpen väska. Kom också ihåg att packa med handsprit. Ta med små förpackningar så att du kan ha dem i öppningsbara plastpåsar i handbagaget på flyget. Mindre förpackningar får också lättare plats i en jackficka. Cerat för torra läppar kan också vara klokt att packa med liksom vätskeersättning ifall du skulle råka ut för någon svårare magåkomma.

Vi eftersträvar att alltid hålla priser och ankomst-/avresetider. AviFauna förbehåller sig emellertid rätten att, pga bränslekostnader, skatter och offentliga avgifter eller valutakurser, höja resans pris med 8% till då slutbetalning skall erläggas. Om det är diskrepenser i programmet eller villkor mellan detta blad och AviFaunas hemsida eller bokningsystem, är det hemsidan som gäller.

Allergier. Om du har någon allergi och vi skall kunna möta dina behov behöver du anmäla detta när du fyller i anmälningsblanketten. Har du inte gjort det? Gör det omgående här: avifauna.se/anmalningsblankett

Guidning. På våra resor försöker vi alltid att ge så mycket guidning och hjälp kring fågelliv och annat som du kan behöva. Tänk på att du alltid kan fråga om det är något just du tycker är oklart eller vill diskutera närmare under resans gång! Det kan ske i grupp eller mellan fyra ögon med reseledaren. Du är också välkommen att ta kontakt med reseledaren före avresan och diskutera dina behov.

Anmälningsblanketten. Det är mycket viktigt att ditt namn är stavat exakt som i ditt pass på anmälningsblanketten. Anmälningsblanketten fylls i på hemsidan så snart du bokat resan avifauna.se/anmalningsblankett AviFauna kan inte boka flyg (om du valt låta oss göra det) eller hotell för dig så länge vi inte har tillgång till uppgifterna på anmälningsblanketten. Vi kan inte heller garantera hänsyn till allergier och kost om det inte finns med där.

VIKTIGT! AviFauna behöver en kopia av ditt pass. När du fyller i anmälningsblanketten till AviFauna skall du också bifoga ett foto eller skannad kopia på ditt passupplag (där dina personuppgifter finns).

Slutbetalning skall vara AviFauna (bg. 5019-0453) tillhanda senast 60 dagar före avresa. Flygbiljetter faktureras direkt när de beställts, oavsett hur lång tid som är kvar till resan. För vissa resor gäller längre tid för slutbetalning men du blir upplyst om det. Du kommer att få en påminnelse per e-post när det är dags.

Om AviFauna Naturresor

AviFauna Naturresor har funnits sedan 1985 och har erbjudit tusentals naturintresserade att resa till intressanta resmål. Vi skiljer oss från andra naturresebyråer på flera sätt. En del av vårt överskott går till fågelskydd, du kan läsa mer om det i våra nyhetsbrev och sociala medier. Vi reser alltid i små grupper där alla deltagare blir sedda och vi lägger stor vikt vid kunliga, sociala och pedagogiska reseledare. Vi är medlemmar av Svenska Arrangör- och Resebyråföreningen och följer deras rekommendationer fullt ut. Vi har ställt bankgaranti för vår verksamhet hos Kammarkollegiet, vilket innebär att ingen av våra resenärer blir strandade om något skulle gå fel. Dessutom är vi och vår personal försäkrade med en professionell resebyråförsäkring. Vår personal är också utbildad i Hjärt- och Lungräddning. Vi lägger stor vikt vid att våra samarbetspartners arbetar så ekologiskt som möjligt och följer lagstiftningen i de länder de opererar. Dessutom ser vi till att ha tillstånd i de naturreservat och nationalparker vi besöker.

Foto Blue Waxbill: Andy Morffew, flic.kr/p/2on1Q6D, licens CC BY 2.0
Sooty Tern: Patrick Kavanagh, flic.kr/p/ZrmSBN, licens CC BY 2.0

AVIFAUNA
NATURRESOR