CATUCOSO

Cámara de Turismo y Comercio Sostenible del Pacífico Central
Chamber of Tourism and Sustainable Commerce of the Central Pacific

GARABITO siéntelo

GARABITO está pura vida

MUNICIPALIDAD DE GARABITO

guía al turista; mi viaje seguro !

PROGRAMA SEGURIDAD

RETOMANDO NUESTRAS CALLES

WWW.CATUCOSO.COM

SEGURIDAD-CULTURA-ARTE-ORNATO-COMERCIO-GENTE-TURISMO

QR COMPLETE GUIDE
HTTPS://CATUCOSO.COM/OUR-GUIDE/

QR GUIA COMPLETA

HTTPS://CATUCOSO.COM/OUR-GUIDE/

Fotografía cortesía: Agustín Muñoz

GARABITO
Siéntelo

Bienvenidos a Garabito

La Cámara de Turismo y Comercio Sostenible de Garabito, le complace en darle la más cordial bienvenida a nuestro hermoso cantón, contamos con más de 100 negocios afiliados listos para darle una experiencia inolvidable y segura.

Nuestra guía está diseñada con información de nuestros servicios y consejos de seguridad elaborados por la Cámara, en colaboración del Pasaporte de Seguridad de Servicio al Turista del ICT, así como material de Guía de Buenas Prácticas de Seguridad en las Operaciones Turísticas de CONSETUR.

CAMARA DE TURISMO Y COMERCIO SOSTENIBLE DE GARABITO
TEL. 8862-7222
WWW.CATUCOSO.COM

MUNICIPALIDAD DE GARABITO

CATUCOSO

CONTACTOS RELEVANTES

TU SEGURIDAD ESTÁ PRIMERO

EMBAJADAS

- Listado de embajadas en Costa Rica

https://www.embassypages.com/costarica_es

EMERGENCIAS

- 911

APP OIJ: OIJ CR SAFE

- Aplicación bilingüe (inglés-español) que puedes obtener en Google Play o Apple Store, exclusivo para turista nacional o extranjero donde podrá tener acceso a información importante de seguridad y reportar de forma confidencial.

HTTPS://SITIOOIJ.PODER-JUDICIAL.GO.CR/INDEX.PHP/COMPONENT/K2/ITEM/20293-APP-OIJ

SERVICIO AL TURISTA

INSTITUTO COSTARRISENCE DE TURISMO

- https://www.ict.go.cr/es/informacion-institucional/servicio-al-turista.html

MUNICIPALIDAD DE GARABITO

- https://www.facebook.com/munigarabito

CONOZCA ACERCA DE

TRANSPORTE

EL DESTINO DEL TURISMO MÁS VISITADO, ACCESIBLE Y CERCANO A LA CAPITAL

SI VIAJA EN SU VEHICULO PROPIO

TIPS DE SEGURIDAD

- Use cinturón de seguridad en todo momento.
- Respete los límites de velocidad.
- Evite distracciones.
- Use calzado apropiado para manejar.
- Evite ganarle el paso a otros vehículos.
- Revise su vehículo antes de salir a carretera.
- Lleve un kit de emergencia.
- Use la cortesía al manejar.
- No deje pertenencias de valor en el auto a plena vista, o las ventanas abiertas.
- No deje a infantes o mascotas a solas dentro del auto y menos cerrado.
- Revise que sus cerraduras funcionen correctamente.
- No deje su auto en lugares oscuros y de poco tránsito.
- No haga paradas en lugares solitarios y desconocidos.
- Este pendiente de las condiciones del clima.

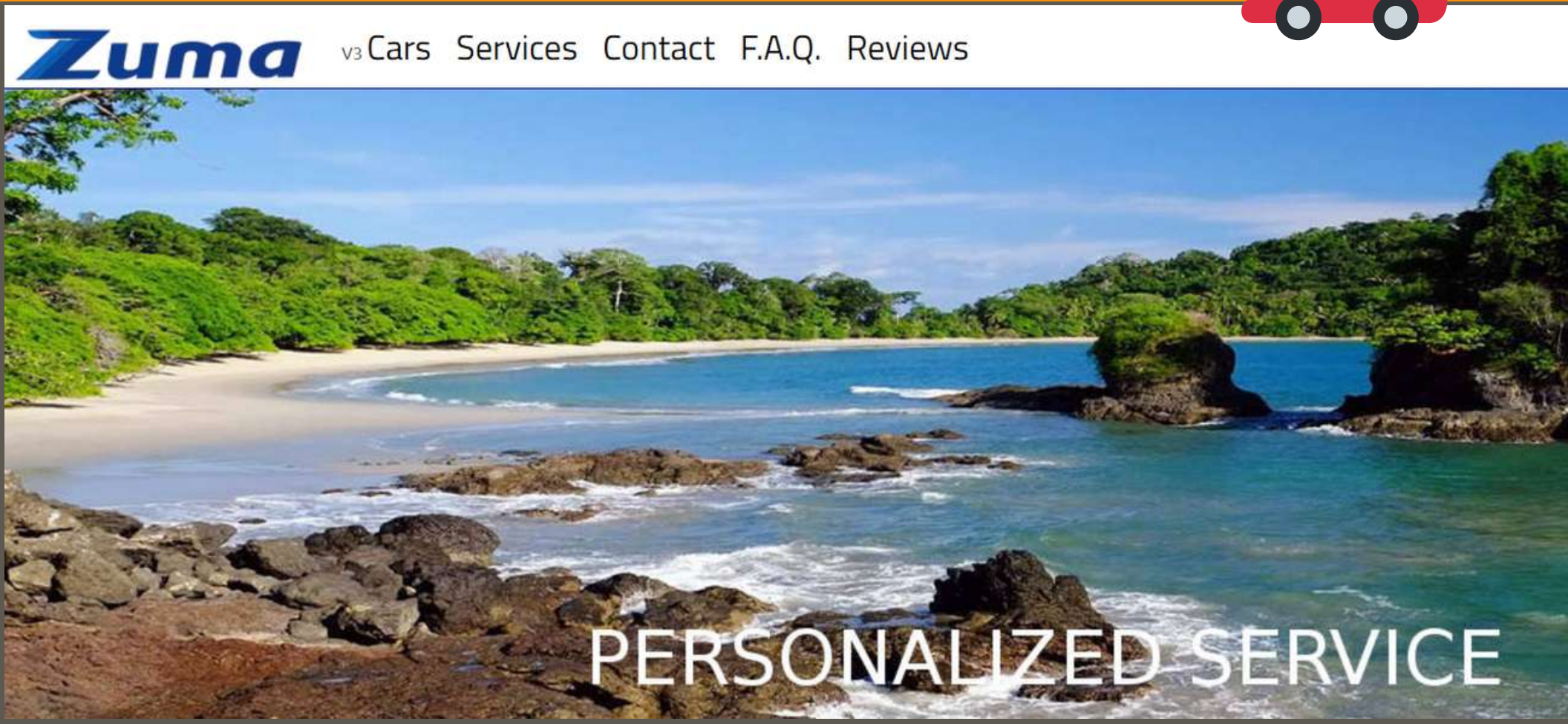
YO MANEJO RESPONSABLEMENTE

Viajar en su propio vehículo le da gran flexibilidad y comodidad, disfrute de los bellos paisajes, paradas estratégicas y momentos inolvidables en las vías de nuestro cantón. Conduzca responsablemente, cuídese, cuide a los suyos y a los demás.

GLOVAL VIA REVERSIBILIDAD

HTTPS://GLOBALVIARUTA27.COM/REVERSIBILIDAD/

SI VA A RENTAR UN AUTO



Rentar un auto le dará gran versatilidad para conocer nuestro cantón y explorar diferentes atractivos, restaurantes, compras, lugares emblemáticos y sitios de conveniencia. Garantice no solo un excelente vehículo y precio, sino un servicio personalizado. Nuestros socios le podrán ofrecer exactamente lo que usted busca con trato profesional y amigable.

TELEFONOS

2643-3207

83979320

ZUMA RENT A CAR

HTTPS://WWW.ZUMARENTACAR.COM/ZUMA-RENT-A-CAR.PHP

SI VA A RENTAR UN AUTO

TIPS DE SEGURIDAD

- Lea cuidadosamente el contrato, así sabrá cuales elementos cubre el seguro del vehículo y cuáles no.

- Verifique con el representante de la compañía, si el vehículo que va a rentar es el apropiado para el destino al que se dirige.

- Cerciórese con el encargado de la compañía, que el vehículo se encuentra en óptimas condiciones de circulación y que además cuenta con el equipo de seguridad básico y en buen estado tales como: triángulos, chaleco reflectivo, gata hidráulica, llave rana y extintor.

- Sea prudente al colocar su equipaje en el compartimento del vehículo y trate de que este sea lo menos visible posible.

- Si requiere consultar un mapa, hágalo en un lugar público y con suficiente iluminación. Lo recomendable es solicitar ayuda a un oficial de seguridad. En Costa Rica, las direcciones se conocen en su mayoría por puntos de referencia y no por calles y avenidas.

- Si durante el recorrido lo detiene un oficial de tránsito y le solicita dinero a cambio de una infracción, denúncielo al 9-1-1 o comuníquese con la compañía arrendadora del vehículo.

- Aunque no disponga de línea telefónica en Costa Rica, con su teléfono móvil, puede llamar al 9-1-1 para solicitar asistencia.

- Si se detiene en algún sitio durante su viaje, ya sea un restaurante, centro comercial, supermercado o mirador, mantenga siempre las puertas del vehículo cerradas y con el seguro activado. No deje objetos de valor tales como computadoras, maletines, cámaras fotográficas o tarjetas de crédito a la vista.

- Desconfíe de personas que le solicitan un aventón. Puede ser un engaño para sustraerle las pertenencias.

- Si le indican que el vehículo ha sufrido alguna avería o que uno de los neumáticos se ha desinflado y le hacen gestos para que se detenga, no lo haga. Diríjase hacia una estación de combustible o el centro comercial más cercano y llame a la compañía que le arrendó el vehículo o al 9-1-1 solicitando ayuda.

SI VIAJA CON SERVICIO DE TRANSFERS

Para garantizar la mejor experiencia y seguridad a través de la cámara podrá encontrar recomendaciones de servicios de transfers de alta calidad.

TIPS DE SEGURIDAD

- Recuerde revisar la trayectoria del servicio a contratar y que posea facturas timbradas.
- Revise que el proveedor este debidamente inscrito y con los seguros correspondientes.
- Para garantizar la mejor experiencia y seguridad a través de la Cámara podrá encontrar recomendaciones de servicios de transfers de alta calidad.
- Compare con diferentes opciones y de preferencia revise con la empresa de hospedaje acerca del proveedor de transfer las referencias, así como en redes sociales.

SI VIAJA EN AUTOBÚS

TIPS DE SEGURIDAD

- Verifique el destino y la ruta previo al abordaje.
- Nunca descuide su equipaje en las terminales de autobuses.
- Consulte sobre los medios de pago. Puede ser por tiquete o pagando directamente al conductor. Utilice colones.
- Si va a utilizar los compartimentos para guardar su equipaje, asegúrese de que le entreguen una colilla (comprobante) y guárdela con cuidado. Esta será necesaria en caso de algún reclamo.
- En caso de hurto de equipaje durante el trayecto, indíquelo al conductor del autobús y denúncielo al 9-1-1. Anote el número de placa y de ser posible el nombre del conductor.

Nuestro cantón cuenta con gran oferta de horarios y servicios de buses a la capital todos los días. Además hacia localidades vecinas como Quepos y Puntarenas.
Visite la página y compre su tiquete en línea.

- Si coloca su equipaje de mano en los compartimentos superiores del autobús, no los descuide durante el recorrido, ya que podría ser fácilmente cambiado de lugar o hurtado.
- Cuando llegue a su lugar de destino, verifique que cuenta con todas las pertenencias antes de abandonar el autobús.

JACO - SAN JOSE - JACO
HTTPS://WWW.TRANSPORTESJACORUTA655.COM

QUEPOS-JACO-PUNTARENAS
HTTP://WWW.TQPCR.COM/HORARIOS-Y-TARIFAS..HTML

SI VIAJA EN TAXI O REQUIERE TAXI DURANTE SU ESTADIA EN EL CANTON

TIPS DE SEGURIDAD

- Cuando el taxi llegue, verifique que el número coincida con el que le dieron en la empresa y verifique que el vehículo tenga el número en la puerta.
- Siempre que suba a un taxi verifique el certificado o credencial, donde figuran los datos del taxista, su foto y la tarifa, que deben estar siempre visibles.
- Póngale seguro a las puertas.
- Tengan la dirección a mano. Ahora Google Maps hace nuestra vida mucho más fácil, porque aunque no sepamos llegar a un lugar el mapa siempre nos dará opciones. Si no conocen la ruta chequen las indicaciones del mapa y cotéjenlo con la sugerencia del taxista.
- Ten cuidado con la información que compartes, no sólo con el taxista si no con cualquier desconocido. Mantén la conversación en temas no personales.

Nuestro cantón cuenta con servicios de taxi muy eficiente. Recuerde utilizar la fuerza roja para su seguridad. Si toma un taxi desde el aeropuerto también podrá hacerlo con taxi aeropuerto.

- Elija taxis que pertenecen a empresas o radio-taxis; siempre detenga a los que poseen el número telefónico bien visible, evite UBER o taxis piratas.
- Por ninguna razón tome un taxi en el que el conductor viaja acompañado.

TAXI JACO CENTRAL TELEFONICA

2643-2020

2643-2121

2643-3030

TAXI AEROPUERTO

HTTPS://WWW.TAXIAEROPUERTO.COM/

CONOZCA ACERCA DE

HOSPEDAJE

EL DESTINO DEL TURISMO DE LA HOSPITALIDAD PARA TODOS

SI VA A HOSPEDARSE EN UN HOTEL

Oferta variada de hospedaje en la zona.
Contrate los servicios reconocidos por la cámara, bajo estándares de seguridad y red de contactos para una estadía de calidad y de confianza.

TIPS DE SEGURIDAD

- Al contratar los servicios de un hotel solicite que le envíen por escrito la confirmación de servicios, así como sus políticas de cancelación.

- En caso de ser víctima de un delito dentro de las instalaciones del hotel, interponga la denuncia en el Organismo de Investigación Judicial (OIJ).

- Pida su factura con el detalle de los servicios prestados así como el precio.

- Mantenga las puertas y ventanas de la habitación con seguro y no deje pertenencias de valor a la vista cuando salga de la misma.
- Utilice la caja de seguridad.
- Verifique que el hotel cuente con dispositivos de emergencia como extintores, rutas de evacuación, salidas y escaleras de emergencia.
- Se recomienda no brindar ninguna información sobre sus tarjetas de crédito o débito vía telefónica.
- No brindar su número de habitación a extraños.
- Contrate los servicios reconocidos por la Cámara, bajo estándares de seguridad, calidad y confianza.

HOSPITALIDAD

SI VA A HOSPEDARSE EN UN CONDOMINIO

Oferta variada de hospedaje en la zona de mayor capacidad. Contrate los servicios reconocidos por la cámara, bajo estándares de seguridad y red de contactos para una estadía de calidad y de confianza.

CAPACIDAD

TIPS DE SEGURIDAD

- Considere que los condominios poseen ciertos servicios y amenidades limitadas comparados con los hoteles. Sin embargo, poseen una gran capacidad en espacio habitacional, área de cocina perfecto para estadías prolongadas y son convenientes para mayor privacidad y familia.
- Siempre contrate servicios de hospedaje de condominios con empresas reconocidas.
- ·Mantenga las pautas y precauciones en cuido de sus valores, seguridad, facturación y demás similares a la de un hotel.
- Pida a la empresa de renta de condominio que le indique cuales son las normas dentro de los condominios, recuerde que siempre existe una empresa administradora condominal quien da pautas a las empresas que rentan condominios en uso de áreas comunes, parqueos, capacidad de huéspedes o visitas y actividades permitidas.
- Al contratar los servicios de condominios solicite que le envíen por escrito la confirmación de servicios, así como sus políticas de cancelación.
- En caso de ser víctima de un delito dentro de las instalaciones del condominio, interponga la denuncia en el Organismo de Investigación Judicial (OIJ).

CONOZCA ACERCA DE

GASTRONOMÍA Y COMERCIO

EL DESTINO DEL TURISMO GASTRONÓMICO DEL SABOR, FRESCURA, VARIEDAD Y CALIDAD

Garabito es un destino perfecto para disfrutar de excelente gastronomía tanto nacional como internacional. Contamos con más de 30 opciones de negocios afiliados donde el turista puede elegir entre mariscos, pastas, sushi, comida vegetariana, alérgicas al gluten, etc. Somos un destino donde siempre encontrará productos frescos, de calidad y con el auténtico sabor de la zona.

EN EL RESTAURANTE

TIPS DE SEGURIDAD

- Verifique con su lugar de hospedaje o en redes sociales por la calidad del lugar.
- Verifique en el menú si los precios incluyen los impuestos que son que son el 13% de impuesto de ventas y un 10% adicional por servicio.
- No cuelgue sus bolsos en el respaldar de la silla y mantenga siempre el control sobre sus pertenencias.
- Verifique las salidas de emergencia.

VARIEDAD

EN EL BAR

TIPS DE SEGURIDAD

- Verifique que los lugares sean seguros y con buena reputación.
- No lleve grandes cantidades de dinero en efectivo.
- Verifique las salidas de emergencia.
- Modere su consumo de licor.
- Mantenga el control personal y de su entorno.
- No acepte bebidas o comida de extraños y no descuide vigilar sus bebidas o comidas durante su consumo.
- A su salida utilice taxis formales en altas horas de la noche.
- Evite fiestas after party u otras actividades ilícitas.

DELEITE

ALGO QUE NO DEBES PERDERTE

Las cafeterías y heladerías del cantón están listas para darle un ambiente tranquilo y con variedades para todos los paladares.

EN CAFETERIAS O HELADERIAS

TIPS DE SEGURIDAD

- Verifique con su lugar de hospedaje o en redes sociales, o en la pagina de la Cámara por la calidad del lugar.
- Verifique en el menú si los precios incluyen los impuestos que son que son el 13% de impuesto de ventas y un 10% adicional por servicio.
- No cuelgue sus bolsos en el respaldar de la silla y mantenga siempre el control sobre sus pertenencias.
- Verifique las salidas de emergencia.

VARIEDAD

SUPERMERCADOS Y VERDULERIAS LOCALES

Nuestro cantón ofrece las mejores opciones para sus compras de supermercado y verdulería. Aquí podrá encontrar todo lo que necesita sin extrañar la variedad y calidad.

TIPS DE SEGURIDAD

- Verifique con su lugar de hospedaje o en redes sociales, o en la página de la Cámara por la calidad del lugar.
- Mantenga siempre el cuidado con sus pertenencias, no deje su carrito solo con su cartera.
- Revise adecuadamente los productos y su fecha de vencimiento.
- Verifique que se le ofrezca tiquete de compra.
- Si tiene algún inconveniente o duda pregunte por el administrador del lugar.

SI BUSCA OPCIONES COMERCIALES

TIPS DE SEGURIDAD

- Verifique con su lugar de hospedaje o en redes sociales, o en la página de la Cámara por la calidad del lugar.
- Mantenga siempre el cuidado con sus pertenencias, no deje su carrito solo con su cartera.
- Revise adecuadamente los productos y su fecha de vencimiento.
- Verifique que se le ofrezca tiquete de compra.
- Si tiene algún inconveniente o duda pregunte por el administrador del lugar.
- Tenga en cuenta que en muchos comercios se aceptan dólares, preferiblemente en nominaciones de $20 a $50.

Hielo Jacoo

VARIEDAD

Nuestro cantón turístico costero es único en ofrecer diversidad de comercio para cualquier necesidad dentro de su estadía. Lo que se imagine, acá lo encuentra, ciclos, fábricas de hielo, distribuidoras, viveros, auto repuestos, sus famosas tiendas de hogar-ropa-artesanías y mucho más.

SEGURIDAD

SI BUSCA CAJEROS AUTOMATICOS O SERVICIOS BANCARIOS

El cantón posee diferentes servicios bancarios por lo general con horarios de lunes a viernes de 8am a 3.45pm o algunos hasta las 5pm, además algunos tienen horarios de sábado hasta medio día. Servicios de cajeros automáticos están a disposición 24/7.

FACILIDAD

TIPS DE SEGURIDAD

- Lleve su identificación o pasaporte para realizar transacciones.
- Verifique el tipo de cambio.
- Si realiza gestiones de dinero en efectivo no hable con desconocidos.
- Guarde bien su dinero antes de salir del banco.
- Si utiliza cajeros automáticos evite hacerlo a solas en horas de la noche, donde no sea muy oscuro o con pocas personas y no confíe en desconocidos. Este pendiente de los alrededores.
- Verifique si en su lugar de hospedaje ofrecen cajeros automáticos o cash advance.

CONOZCA ACERCA DE

SURF Y MAR

EL DESTINO DEL TURISMO DEL SURF POR EXCELENCIA

Jacó tiene olas óptimas para el surf y atardeceres naranjas perfectos para Instagram. Algunos visitantes prefieren cabalgar sobre la arena.

Una cadena montañosa habitada por monos y guacamayas rodea la ciudad, mientras por el río Tárcoles los cocodrilos transitan cómodamente. Si bien es una de las ciudades con mayor índice de desarrollo humano de Costa Rica, también es declarada patrimonio del deporte, especialmente del surf.

SI DESEA PRACTICAR SURF O STAND UP PADDLE

¡SOMOS ADRENALINA!

TIPS DE SEGURIDAD

- Antes de entrar al mar infórmese sobre aspectos relevantes de la playa: presencia de corrientes, condiciones del tiempo, oleaje, tipo de suelo (arena o coral), etc.
- Recuerde siempre llevar su correa para mantener su tabla cerca de usted, por su seguridad y la de los demás.
- Manténgase alerta acerca de las condiciones del mar.
- Nunca practique el surf si las condiciones del mar son mas allá de su nivel, hay ciertas playas que por su peligrosidad son aptas solo para expertos.
- Si usted es principiante, busque zonas poco congestionadas y aptas para practicar y evitar golpear a algún bañista.
- Si hay otros surfistas, respételes su espacio y protocolo de surf.
- Recuerde si está en problemas dentro de mar, realice la señal de saludo con su tabla para llamar la atención de guardavidas.
- Si le ofrecen un curso rápido de cómo aprender a surfear, asegúrese de que quien lo imparta sea un experto en la materia y si es un tour operador, que tenga declaratoria turística.
- No deje sus pertenencias desatendidas en la playa.
- Utilice siempre bloqueador solar.
- En todas las playas existe vida silvestre. Pregunte sobre la presencia de estas y de los cuidados a un guardavidas, personal de la Cruz Roja o habitante local.

SURF PARA TODOS

Garabito es reconocido internacionalmente por sus diferentes puntos para surfear, desde surf para principiantes, intermedios y avanzados hasta para los más exigentes profesionales. Nuestra carta de presentación es Jaco la ciudad del surf y Playa Hermosa nuestra reserva mundial de surf, ambos constantes todo el año.

SI DESEAS COMPETIR EN SURF O SER ESPECTADOR

TORNEOS

TIPS DE SEGURIDAD

Si buscas participar o **competir** en torneos de surf en Costa Rica:

- Revise que sea una organización reconocida y certificada.
- Solicite instrucciones detalladas de los programas, seguros y detalles de la organización.
- Verifique que le ofrezcan protocolos de seguridad y bioseguridad.
- Asegúrese de tener recibo de inscripción y detalles tales como políticas de cancelación, área de competencia y certificación de jueces.

Si busca ser **expectador** en torneos de surf en Costa Rica:

- Revise que sea una organización reconocida y certificada.
- Revise que el evento sea reconocido municipalmente.
- Vigile las instrucciones de seguridad.
- No descuide sus pertenencias.
- Use bloqueador solar.
- No ingrese al mar o área de competencia.
- Recuerde no dejar basura.

Nuestro socio honorario ACOS es la organización líder en el ámbito deportivo del surf con pilares sociales y ambientales.

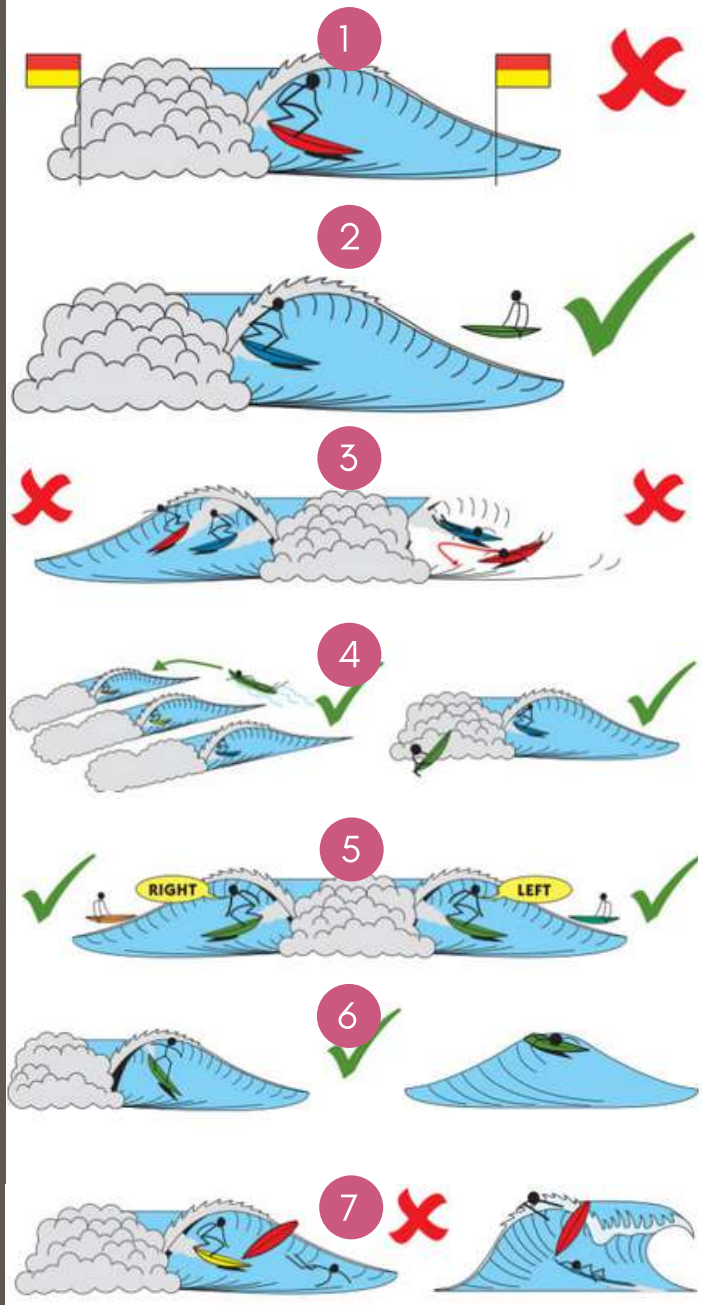
Es reconocida por tener excelentes entrenamientos de forma permanente para principiantes, intermedios y avanzados en playa Jacó.

HTTPS://ACOS.CR/

COMUNIDAD

SI DESEA PRACTICAR SURF O STAND UP PADDLE

CODIGO DE SURFEADORES



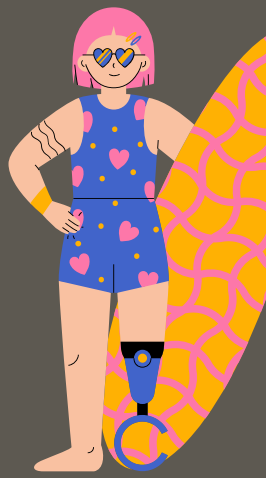
1. SURFEE FUERA DE LAS BANDERAS
No surfees entre las banderas

2. CEDA EL PASO
Prioridad al que está más cerca de la cresta.

3. SEA RESPETUOSO
Infiltración. Serpenteo o robo de ola.

4. REMADA HACIA AFUERA
Reme alrededor de la ola. Si se queda atrapado dentro, quédese en el agua blanca.

5. NO OLVIDE LA COMUNICACIÓN
GritE "izquierda" o "derecha"



6. MANTÉN EL CONTROL
Surfee según sus habilidades. Lánzate con decisión.

7. CONTROLE SU TABLA
No suelte tu tabla, es un peligro para los demás.

LOS MEJORES PUNTOS PARA SURFEAR

CORTESIA PUNTOS DE SURF
HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/ALVAROSOLANO.CR

1

Playa Guacalillo

Es un punto de izquierda que se desprende de las rocas y corre hacia una pequeña bahía de fondo de arena, es una izquierda muy buena, pero siempre hay bastante corriente.

Acceso: Vía terrestre.
Marea para surfear: Baja subiendo.
Oleaje: Funciona con oleaje del Sur y del Noroeste.
Fondo: Arena y rocas.
Pies: sostiene de 2 a 8 pies sin perder forma.
Temporada: Todo el año.
Clase: 3.

2

Playa de Agujas

Es un punto de izquierda que quiebra en la desembocadura de un río pequeño, es una izquierda muy divertida, pero no es constante.

Acceso: Vía terrestre.
Marea para surfear: Baja.
Oleaje: Sur y Noroeste.
Fondo: Roca y arena.
Pies: Sostiene oleajes de 3 a 4 pies sin perder forma.
Temporada: Todo el año.
Clase: 2.

3

Playa Punta Leona-Izquierda

Este punto de izquierda tiene un recorrido muy corto y jugoso, en su comienzo esta ola es bien hueca y después se hace más suave, no es constante.

Acceso: Vía terrestre.
Marea para surfear: Media.
Oleaje: Sur. Funciona bien con grandes oleajes del Sur.
Fondo: Roca.
Pies: Sostiene 3 a 5 pies sin perder forma.
Temporada: Todo el año.
Clase: 3.

LOS MEJORES PUNTOS PARA SURFEAR

4

Playa Punta Leona- Playa Blanca
Un punto de derecha e izquierda ubicado frente a la bahía, es una ola corta y buena.

Acceso: Vía terrestre.
Marea para surfear: Baja subiendo.
Oleaje: Sur y Noroeste.
Fondo: Roca.
Pies: Sostiene de 3 a 5 pies sin perder forma.
Temporada: Todo el año.
Clase: 3.

5

Playa Punta Leona - El Tragadero
Ubicado frente a la bahía, este punto de derecha es una ola corta y buena, al principio la ola en su despegue es crítico, buenos tubos con oleajes del Noroeste.

Acceso: Vía terrestre.
Marea: Media subiendo.
Oleaje: Norte y Noroeste.
Fondo: Roca.
Pies: Sostiene oleaje de 3 a 4 pies sin perder forma.
Temporada: Todo el año.
Clase: 3.

6

Caletas Little Fiji
Este es un punto de izquierda grande y fuerte que quiebra mar afuera, se recomienda solamente para surfeadores experimentados o profesionales. No es constante.

Acceso: Por bote.
Marea: Baja subiendo.
Oleaje: Funciona muy bien con oleaje del Sur y Noroeste.
Fondo: Arrecife y roca.
Pies: 4 a 15 pies sin perder forma.
Temporada: Todo el año.
Clase: 4.

7

Playa Escondida
Es una ola muy conocida por ser un pico completamente perfecto, es un punto de derecha e izquierda, al principio tubular y después con un recorrido muy bueno.

Acceso: Vía terrestre.
Marea: Se surfea con media marea.
Oleaje: Cualquier dirección.
Fondo: Rocas.
Pies: 2 a 10 pies sin perder forma.
Temporada: Todo el año.
Clase: 4.

LOS MEJORES PUNTOS PARA SURFEAR

8

Isla de Herradura

Es una izquierda muy buena y larga. Funciona mejor cuando hay oleajes grandes del Noroeste, se forman hasta 5 secciones. También es conocida por ser una ola larga y suave, aunque no es constante.

Acceso: Vía terrestre con caminata larga y 200 metros aproximadamente remando, o en bote.
Marea para surfear: Funciona mejore en marea baja.
Oleaje: Sur y Noroeste.
Fondo: Rocas.
Pies: Sostiene de 3 a 12 pies sin perder forma.
Temporada: Todo el año.
Clase: 3.

9

Playa Jaco

Es una playa de 5 kilómetros de largo con olas moderadamente buenas. Las mejores olas se ubican cercanas a las dos desembocaduras principales, son olas relativamente constantes. Jaco es un Surf Town. Playa con accesibilidad para sufing adaptado.

Acceso: Vía terrestre, con acceso a muchas facilidades y amenidades.
Marea: Funciona mejor con marea media subiendo.
Oleaje: Sur, Norte y Noroeste.
Fondo: Arena.
Pies: Sostiene oleaje de 2 a 6 pies sin perder forma.
Temporada: Todo el año.
Clase: 3.

10

Roca Loca

Este es un punto de derecha emblemático ubicado en la Bahía de Guapinol, su ola es reconocida como poderosa y muy buena. Alberga torneos importantes de Ola Grande. Su entrada es vía canal natural de rocas. Es poco constante y es una ola para surfeadores experimentados o profesionales.

Acceso: Vía terrestre.
Marea: Baja subiendo.
Oleaje: Funciona muy bien con oleaje del Norte y Noroeste.
Fondo: Roca.
Pies: 4 a 12 pies sin perder forma.
Temporada: Todo el año.
Clase: 4.

11

El Gato

Es una izquierda muy buena que quiebra al sur de la Bahía Guapinol, descubierta por el surfista local y pionero Carlos Villalobos (Kile) esta ola es de gran fuerza, aunque no muy constante y es principalmente surfeada por locales.

Acceso: Vía terrestre.
Marea: Se surfea con marea baja subiendo.
Oleaje: Funciona solamente con oleajes del Sur.
Fondo: Roca.
Pies: 3 a 10 pies sin perder forma.
Temporada: Todo el año.
Clase: 3.

LOS MEJORES PUNTOS PARA SURFEAR

12 **Playa Hermosa**

Es conocida por ser una de las playas olas más constantes en el mundo. Es una playa de aproximadamente 8 kilómetros de largo y toda la playa es muy buena. Gran parte de la playa está dentro del Refugio de Vida Silvestre Punta Mala y esta playa ha sido declarada Reserva Mundial del Surf por su constancia única, calidad de oleajes, belleza natural y especial interés en la práctica del surf a nivel profesional y torneos internacionales. Sus puntos de surf as conocidos son frente a Hotel Terrazas del Pacifico, frente a Hotel Ola Bonita, El Peladero, Los Almendro, La Chanchera, La Curva, Tulín. Se recomienda tener cuidado ya que posee corrientes de resaca y oleajes muy fuertes.

Acceso: Vía terrestre.
Marea para surfear: Funciona con cualquier marea.
Oleaje: Por su posición geográfica capta cualquier oleaje que pase por la zona.
Fondo: Arena.
Pies: Sostiene de 2 a 10 pies sin perder forma.
Temporada: Todo el año.
Clase: 4.

Nomenclatura de clases:

Clase 1: Casi nunca hay olas. Cuando recibe oleaje cierra fácilmente. Sostiene de 0-3 pies sin perder forma.

Clase 2: Semi constante, con olas de recorridos cortos. Sostiene oleajes de 1 a 5 pies sin perder forma.

Clase 3: Moderadamente constante con recorridos buenos y tubos ocasionalmente. Sostiene de 2 a 8 pies sin perder forma.

Clase 4: Muy consistente con olas derechas e izquierdas de buena calidad. Por lo general con olas tuburales en marea baja y recorridos muy buenos en marea alta. Sostiene de 2 a 12 pies sin perder forma.

Clase 5: Olas perfectas con recorridos excelentes y muy largos. Olas tubulares en marea baja o alta. Sostiene de 3 a 15 pies sin perder forma.

CONOZCA ACERCA DE

STAND UP PADDLE Y SNORKELING

EL DESTINO DEL TURISMO NOVEDOSO Y DE DESCUBRIMIENTO

STAND UP PADDLE UNA ACTIVIDAD NOVEDOSA

Puntos en Garabito para la práctica del Sup

Garabito tiene la particularidad geográfica de tener costas en mar abierto donde tiene abundante oleaje para la práctica del Surf igualmente está a la entrada del Golfo de Nicoya donde cuenta con bahías, playas y ensenadas con aguas planas ideales para la práctica del paddleboarding, kayak y snorkeling.

Esto aunado a la cercanía de la meseta central lo hace uno de los puntos por excelencia para la práctica de deportes acuáticos del país.Entre estos puntos para practicar Sup y Kayaks encontramos:

INFORMACIÓN CORTESÍA SUPHERR

https://www.supherr.com/

LOS MEJORES PUNTOS PARA SUP AGUAS PLANAS

1 **Playa Herradura**

Esta es una bahía de unos 9k de diámetro
Muy protegida de los vientos y oleajes con una belleza natural única.

Con unas condiciones inmejorables para la práctica del Sup y Kayak
Desde niveles de principiantes, intermedios y avanzados
Donde encontramos centros especializados para la práctica de estos deportes
Los cuales le pueden dar guías y asesoramiento en la práctica de los mismos
Donde se tienen rutas diseñadas para familias o atletas de alto rendimiento dependiendo de las necesidades de cada persona
Cuentan con instructores experimentados y certificados donde se guardan los protocolos de seguridad acuática.

2 **Playa Agujas,Playa Poferes y Playa Pita**

Ubicada a 40 min al norte de Jaco
Un lugar de aguas calmas con mucho bosque
Lo hacen perfecto para remar
Cuenta con hoteles, restaurantes, supermercados, parqueos y un centro de Kayaks y Canoa Hawaiana.
Donde se puede disfrutar con la familia y amigos.

LOS MEJORES PUNTOS PARA SUP AGUAS PLANAS

3 **Playa Mantas, Playa Blanca y Limoncito**

Estas playas ubicadas a 30 min de Jaco.

Sus aguas cristalinas y bosque la hacen un lugar perfecto para practicar el Sup y Kayaks.

Se recomiendan los tours y entrenamientos guiados

Cuenta con hoteles parqueos y restaurantes.

Muy recomendable para pasar en familia y la práctica del snorkeling.

También hay centros especializados de Sup y Kayaks donde se realizan entrenamientos o travesías de larga distancia través del golfo de Nicoya donde se les puede llevar a Playa Escondida,Playa Coyol o diferentes islas.

TIPS DE SEGURIDAD

Recomendaciónes

- Si va a practicar la disciplina del Sup por primera haga su tour con un centro especializado o escuela. Ahí puede aprender las bases necesarias y protocolos de seguridad en el mar para la práctica de este deporte. Ya sea en familia, amigos o individualmente.
- Considere que los vientos y las corrientes en este deporte le pueden dar una mala jugada.
- Siempre identifique el lugar donde sale mantenga punto focal de referencia.
- No realice salidas a largas distancias solo.

SI BUSCA BUCEO O SNORKELING

TIPS DE SEGURIDAD

• Busque un centro de buceo que esté afiliado a una de las organizaciones de buceo recreativo internacionales como por ejemplo PADI. Esto le garantiza un alto estándar de seguridad y calidad en los equipos que renta.

• Verifique que el centro de buceo cuente con personal certificado en Buceo de Rescate, RCP y Primeros Auxilios Médicos.

• El centro de buceo debe tener disponibles los registros de mantenimiento del equipo y compresores.

• Exija un certificado de que el aire de su compresor se encuentra limpio.

• El barco debe contar con al menos el siguiente equipo: equipo de oxígeno en buen estado y con suficiente oxígeno; botiquín de primeros auxilios médicos; un miembro del personal certificado en primeros auxilios médicos y el uso del equipo de oxígeno; agua potable; herramientas y refacciones básicas; equipo de comunicación; bandera de buceo; salvavidas para los buzos y el personal y un plan de emergencia escrito de manera comprensible por todos.

Garabito posee el primer museo marino en el país y a nivel centroamericano, esta es una iniciativa para la recuperación de especies y arrecifes. Este hermoso museo se encuentra en Playa Blanca, en Punta Leona.

SI BUSCA BUCEO O SNORKELING

TIPS DE SEGURIDAD

- **Verificar la fecha de la última prueba hidrostática de su equipo de buceo. Esta deberá estar estampada en el tanque y debe tener menos de un año.**
- **Los reguladores, compensadores y demás instrumentos deben recibir servicio de mantenimiento al menos una vez al año. Las mangueras y boquillas deben revisarse siempre antes de salir a bucear.**

- **Las válvulas de seguridad deben revisarse regularmente.**

- **Si no tiene experiencia o no ha recibido instrucción profesional, lo mejor es abstenerse de practicar este deporte.**

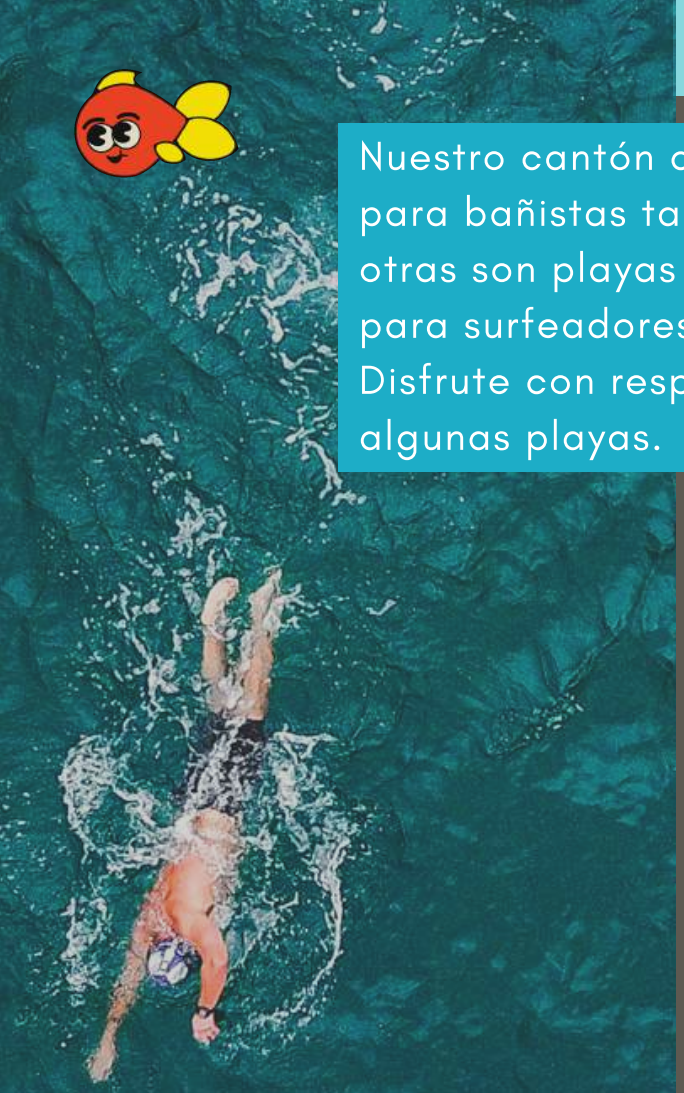
- **Antes de la inmersión, el guía debe informarle acerca de condiciones enerales del lugar, riesgos y procedimientos durante el buceo.**

- **Respete el plan de buceo y proteja el ambiente acuático.**

- **Solicite el nombre del lugar o poblado más cercano para guiarse en caso de llamada de emergencias al 9-1-1.**

https://www.larepublica.net/noticia/primer-museo-submarino-de-centroamerica-esta-en-playa-blanca

SI VA A NADAR EN EL MAR



Nuestro cantón cuenta con hermosas playas, recuerde que muchas son aptas para bañistas tales como Playa Agujas, Playa Herradura y Playa Mantas y otras son playas para surfeadores principiantes intermedios Playa Jaco y para surfeadores avanzados o profesionales Playa Hermosa exclusivamente. Disfrute con responsabilidad. Contamos con servicio de guardavidas en algunas playas.

TIPS DE SEGURIDAD

- Si va a la playa, recuerde no llevar objetos de valor y no descuide sus pertenencias.
- Si no sabe nadar, sea precavido mientras esté en el agua.
- Consulte acerca de las condiciones de esa playa antes de entrar al mar.
- Busque señales, signos o banderas de advertencia.

1 2

1-Banderas Roja zona peligrosa y no apta para la natación. Alerta corriente de resaca muy fuertes. Peligro ALTO

2-Bandera Roja sobre Roja, playa cerrada. CLAUSURADO.

3

3-Bandera Amarilla precaución, corrientes, vientos fuertes o marejadas. Peligro MEDIO.

4-Bandera Verde condiciones del mar y clima buenas. Peligro BAJO.

4

5-Bandera Morada presencia de vida silvestre peligrosa, temporada de medusas u otros, evite nadar. Peligro PRECAUCION.

6-Bandera Cuadros indica zona para surfeadores.

5

7-Bandera Amarillo-Rojo, zona de playa resguardada por guardavidas. Peligro BAJO.

- Suponga siempre la existencia de corrientes de retorno.
- Solicite el nombre del lugar o poblado más cercano para guiarse en caso de llamada de emergencias al 9-1-1.

6

- Utilice bloqueador solar, gafas para el sol y sombrero de ser posible de ala ancha (las horas de mayor exposición a los rayos ultravioleta son entre las 10:00 a.m. y las 3:00 p.m).
- Si viaja con niños, personas de la tercera edad o personas con limitaciones especiales, no los descuide ni los pierda de vista.

7

- En caso de amenaza de tormenta o algún otro tipo de fenómeno natural, aléjese de la playa y ubique un lugar seguro.

DISFRUTE DEL MAR

RECONOZCA LAS CORRIENTES DE RESACA

TIPS DE SEGURIDAD

Las corrientes de resaca se reconocen por ser una zona de contraste siendo un área de oleaje más calmado o inexistente y es la zona utilizada por los surfeadores para entrar más rápido al punto de surf.

En caso de ser atrapado por una corriente de resaca o retorno siga las siguientes instrucciones:

- Mantenga la calma para que conserve sus energías.
- No luche contra corriente, nade perpendicularmente a ésta o en dirección paralela a la playa.
- Si no puede nadar por lo fuerte de la corriente, manténgase a flote y cuando la corriente ceda, nade hacia la playa.
- Si siente que no puede alcanzar la playa, llame la atención agitando los brazos, gritando y pidiendo ayuda.

SEGURIDAD

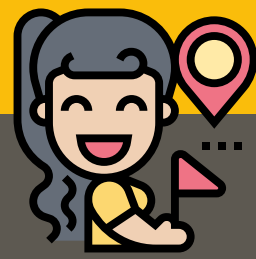
HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/GUARDAVIDASDEPLAYAJACO

CONOZCA ACERCA DE

TOURS

EL DESTINO DEL TURISMO DE AVENTURA, BIENESTAR, ECOTURISMO Y TURISMO RURAL

SI VA A CONTRATAR LOS SERVICIOS DE UNA AGENCIA DE VIAJES O TOUR OPERADOR LOCAL



AVENTURA

Contamos con socios quienes ofrecen atractivos con altos estándares de seguridad y bajo experiencias al contratar los servicios de agencia o tour operador solicite que le envíen por escrito la confirmación de los servicios así como sus políticas de cancelación.

TIPS DE SEGURIDAD

- Solicite su factura con el detalle de los servicios prestados así como el precio.
- Verifique que la agencia garantice pólizas de riesgo y seguros.
- En caso de incumplimiento o disconformidad de los servicios, anote el nombre del Guía.
- Solicite una factura en la que conste claramente la identificación de los servicios prestados así como el precio.

SEGURIDAD

SI DESEA REALIZAR CUADRACICLOS

TIPS DE SEGURIDAD

- Utilice casco de protección, ropa adecuada, lentes protectores y preferiblemente botas y guantes.
- Evite caminos asfaltados que puedan afectar la maniobrabilidad.
- No saque los pies fuera de los estribos, puede perder el equilibrio.
- Los cuadraciclos no deben ser conducidos por personas menores de 16 años de edad.
- Controle la velocidad y los frenados repentinos sobre superficies resbaladizas.
- Trate de hacer recorridos en grupo en compañía de un guía especializado.
- Es recomendable colocar un guía delante del grupo y otro detrás con el equipo básico de comunicación.
- Transitar en carreteras es peligroso y en la playa es prohibido.
- Evite conducir solo por lugares que no conoce o por lugares oscuros y desolados.
- En Costa Rica es prohibido conducir cuadraciclos por la playa o en carreteras muy transitadas.
- Evite las pendientes peligrosas o arenosas.
- Asegúrese de que la empresa arrendadora cuenta con las pólizas de seguros contra accidentes.
- Pregunte a la empresa si cuenta con un plan o protocolo para casos de emergencia.
- Solicite el nombre del poblado más cercano y solicitar mapa de ubicación para guiarse en caso de llamada de emergencias al 9-1-1.

Encuentre las mejores opciones de cuadraciclos con nuestros afiliados a la Cámara que garantizan la seguridad y la diversión que busca.

HTTPS://VISTALOSSUENOSADVENTUREPARK.COM/

OCEANO

SI VA REALIZAR KAYAK

TIPS DE SEGURIDAD

- Use zapatos con suela de hule (tenis o similares), pantalón corto y camiseta o traje de baño y protector solar. Lleve toalla, un cambio completo de ropa y de zapatos.
- La edad mínima es de 8 años y según el caudal del río, es requisito saber nadar y tener experiencia.
- Los tours deben ser conducidos por guías especializados.
- Se deberá proveer a los participantes de cascos, chalecos salvavidas y un remo.
- Se debe conocer mínimo las instrucciones básicas de remada y su ejecución: “adelante”, “atrás”, “derecha”, “izquierda”.
- Antes de iniciar el recorrido, se debe recibir instrucción de qué hacer en caso de caer al agua o de cómo ayudar a un compañero para incorporarlo nuevamente en el kayak.
- Solicite el nombre de la playa o poblado más cercano para guiarse en caso de llamada de emergencias al 9-1-1.

Contamos con socios quienes ofrecen atractivos con altos estándares de seguridad y bajo experiencias personalizadas, sostenibles y de gran belleza natural, cultural y adrenalina.

HTTP://KAYAKJACO.COM/

SI DESEA REALIZAR PESCA DEPORTIVA

EMOCIONANTE

El Pacifico Central se destaca por tener pesca durante todo el año debido a sus pozos ocultos de pesca de agua dulce y pesca de alta mar. Famoso por pesca deportiva de gran altura; pez vela, el marlín, el dorado, el peto y el atún de aleta amarilla que baten récords. En la costa, el pez gallo, el róbalo y el pargo se pescan con frecuencia.

TIPS DE SEGURIDAD

- Utilice gorra o sombrero, bloqueador solar, anteojos, ropa fresca y zapatos apropiados para proteger sus pies de cualquier objeto filoso y no resbalar.
- Utilice chaleco salvavidas.
- Asegúrese de que el barco cuenta con un botiquín de primeros auxilios.
- Recuerde que los anzuelos son muy filosos. Antes de tirar su cuerda al mar, asegúrese de que no hay nadie atrás.
- Cuando atrape un pez, nunca lo sujete cerca de donde lo enganchó porque podría lastimarse.
- Se recomienda utilizar guantes especializados.
- Antes de salir, infórmese acerca de las condiciones del tiempo y las mareas, así como de la profundidad del agua.
- Nunca consuma alcohol o algún tipo de drogas mientras está en el barco.
- Pesque siempre en compañía de guías experimentados y con licencias al día.
- En caso de que vayan menores en el barco, es imprescindible que lleven equipo de salvavidas, y siempre acompañados.
- Solicite el nombre del lugar o poblado más cercano para guiarse en caso de llamada de emergencias al 9-1-1.

HTTPS://M.FACEBOOK.COM/PG/BALVANERAGUACAMAYA/PHOTOS/?REF=PAGE_INTERNAL&MT_NAV=0

EXPERIENCIA

SI DESEA PRACTICAR CANOPY

TIPS DE SEGURIDAD

- Utilice preferiblemente pantalón largo.
- Use zapatos cómodos, bloqueador solar y repelente contra insectos.
- Utilice casco para proteger su cabeza.
- Compruebe que la empresa que contrata cuente con seguro de accidentes y guías certificados.
- Verifique que el equipo, cables y plataformas se encuentren en buen estado.
- Asegúrese de que los guías le brinden la instrucción necesaria antes de iniciar el recorrido, tales como sistema de frenado, forma de movilizarse por los cables, flexión de las piernas, etc.

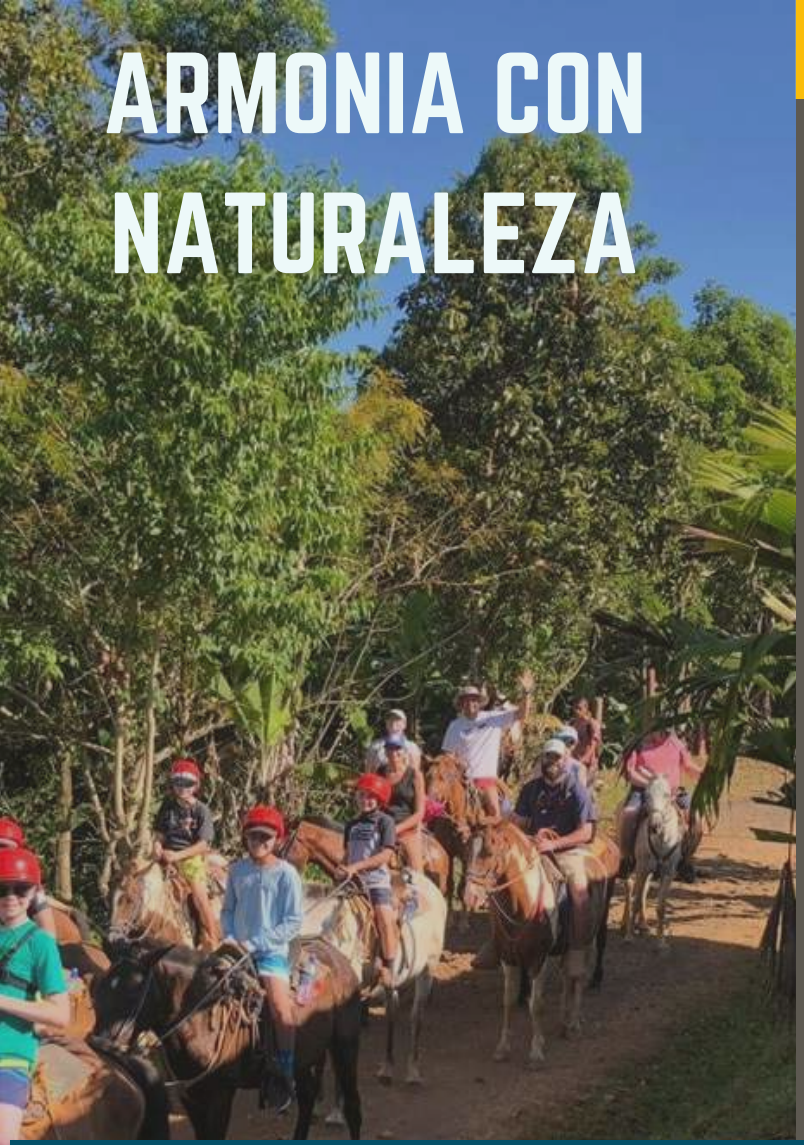
SEGURIDAD

Disfrute de uno de los mejores atractivos de adrenalina y naturaleza combinados, nos destacamos por ser la costa verde, donde nuestras montañas y paisajes exuberantes hacen perfecto la práctica de ese tour.

- Siempre asegúrese de que los arneses, casco de protección y cable de seguridad estén colocados apropiadamente, antes de iniciar los deslizamientos.
- La tirolesa puede practicarse desde los 6 años de edad, con un mínimo de peso de 22 kilos o 50 libras y una estatura de 1,45 metros.
- Los adultos no tienen límite de edad. Sin embargo, el peso no deberá sobrepasar los 135 kilos (300 libras), ni la estatura de 2,15 metros.

GARABITO ES LA COSTA VERDE

ARMONIA CON NATURALEZA



Operadores locales afiliados a la Cámara le brindan un servicio personalizado y cumplen con requerimientos de ley. Además de velar por la protección y cuidado adecuado de los caballos. Digamos no al maltrato animal.

SI VA REALIZAR CABALGATAS

TIPS DE SEGURIDAD

- Use pantalón largo, zapatos fuertes, bloqueador solar y repelente.
- Utilice un casco para proteger su cabeza en caso de una caída o golpe contra algún árbol.
- La empresa que renta los caballos debe contar con un guía certificado.
- Confirme que la compañía cuenta con los seguros necesarios en caso de accidente.
- No grite o realice movimientos bruscos cerca del caballo, ya que lo puede asustar.
- Asegúrese de que, tanto la montura como las riendas de los estribos, estén bien colocados.
- Cuando cabalgue, fíjese en el rumbo para evitar golpearse con ramas de árboles u otros posibles obstáculos.
- No se recomienda cabalgar por las calles, pero si tuviera que pasar por alguna durante el tour, hágalo por el lado derecho de la misma.
- Solicite el nombre del lugar o poblado más cercano para guiarse en caso de llamada de emergencias al 9-1-1.
- Cabalgatas en vía pública y playa son prohibidas.

VIDA SILVESTRE UNICA

El distrito de Tárcoles es una joya en el cantón de Garabito en cuanto a biodiversidad y conservación.

Alberga el Parque Nacional Carara que es la extensión más al sur de bosque tropical seco de América. Este parque de transición colinda con el rio grande de Tárcoles reconocido a nivel mundial por albergar la cantidad más notoria en Costa Rica de la especie protegida el cocodrilo americano (Crocodylus acutus) donde en el año 2.000 National Geographic contabilizo un promedio 25 cocodrilos por kilómetro cuadrado.

Sin duda alrededor de la especie del cocodrilo usted podrá encontrar más de 100 especies solamente en aves y otras entre mamíferos, manglares, bosque ripario y ecosistema marino costero.

AVISTAMIENTO DE AVES- COCODRILOS Y OTRAS ESPECIES

TIPS DE SEGURIDAD

- Al contratar los servicios de observación de aves garantice que es una empresa reconocida, declaratoria turística con guías certificados.
- Lleve ropa cómoda, zapato cerrado, bloqueador, repelente y el equipo necesario o consulte con el proveedor del servicio.
- No realice tours solo, busque un guía o vaya en grupo con expertos.
- No alimente la vida silvestre.
- No se exponga y mantenga la distancia con la vida silvestre.
- Revise bien si el lugar de avistamiento es público o privado, revise su ruta de descubrimiento.
- No dude en contactar al 911 en caso de emergencia.

CONSERVACION

DIVERSIDAD

RIQUEZA EN AVIFAUNA

Carara posee el reconocido corredor biológica del paso de las lapas que es un nodo de la ruta de las aves.

En 20 años de avistamiento únicamente en Carara se han registrado alrededor de 450 especies de aves, siendo de gran interés a nivel mundial por biólogos y amantes de la fotografía y de las aves.

55% de las especies de aves de Costa Rica se encuentran en el cantón de Garabito siendo 519 especies de las 924 especies.

HTTPS://MANGROVEBIRDINGJOURNEYS.COM/ES/MBJHOMEESP/

CONOZCA ACERCA DE

ACTIVIDADES

DESTINO DEL TURISMO CON SENTIDO

DISFRUTE DEL AIRE LIBRE Y LUGARES EMBLEMÁTICOS

#SinFiltros

SI DESEA PRACTICAR CAMINATAS

Garabito posee hermosos lugares para caminar y sitios emblemáticos para visitar. Siempre colabore con la limpieza del lugar que visita.

TIPS DE SEGURIDAD

- Lleve zapatos para caminata, con agarre en la suela.
- Use pantalones y camisa livianos (evite usar pantalones de mezclilla), gorra o sombrero, bloqueador solar, repelente y capa.
- Lleve una mochila pequeña con comida y agua, preferiblemente frutas deshidratadas o productos enlatados.
- Si las condiciones del clima indican que va a llover o que hay barro, lleve un cambio de ropa.
- Toda excursión, aunque parezca sencilla, requiere de planeamiento previo.
- Es importante considerar factores como su condición física, el pronóstico del tiempo, el equipo mínimo indispensable y el conocimiento de la ruta.

AIRE FRESCO

- Si necesita orientación para hacer el recorrido, recurra a un guía profesional o lugareño.
- No es aconsejable caminar por el bosque virgen o tomar atajos no indicados.
- Realice caminatas en lugares recomendados y preferible realizarlas siempre acompañado.
- No realice caminatas noctunas por su propia cuenta, contacte un operador de tours.
- Recuerde no llevar plásticos de un solo uso y no dejar basura.

EJERCICIO

CAMINATAS Y PAISAJES

SI VA REALIZAR CICLISMO

Orgullosos de contar con el atleta Kenneth Tencio como socio honorario, quien reside en Jacó dirigiendo su parque, tienda de bicicletas y tours "10CIO Park & Shop".
Garabito fue declarado de interés público en ciclismo y la diversidad de paisajes y rutas lo hace un lugar ideal para todos los niveles y disciplinas; montaña, downhill, ruta y acrobacia.

TIPS DE SEGURIDAD

- Antes de iniciar el recorrido, verifique la ruta, tipo de pendientes, condiciones de tiempo, si cuenta con el equipo necesario y si su condición física es la adecuada para realizar el trayecto.
- La bicicleta de montaña se ha diseñado especialmente para maniobrar en terrenos difíciles.
- Es necesario contar con equipo básico como casco protector, rodilleras, espinilleras, coderas y guantes.
- Revise la bicicleta antes de salir.
- Mantenga la distancia prudencial con el resto de los vehículos.
- Si tiene que transitar por tramos con circulación vehicular, hágalo por la derecha y utilice chaleco reflexivo.
- Solicite el nombre del poblado más cercano y solicitar mapa de ubicación para guiarse en caso de llamada de emergencias al 9-1-1.

https://www.facebook.com/10ciopark/?ref=page_internal

HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/JACOIMPACT/?REF=PAGE_INTERNAL

Nuestro socio honorario Jaco Impact se enfoca diferentes categorías tales como Educación, Arte y Cultura, Ambiente, Deportes, Emprendedurismo y Bienestar Animal con actividades en la comunidad y voluntariados. Así como maneja una tienda de emprendedores locales donde tu compra suma al bienestar de la comunidad.

SI DESEA TURISTEAR CON SENTIDO

TIPS DE SEGURIDAD

El turismo con sentido es una forma novedosa de vivir una experiencia única, existen muchas opciones de ONGs, para realizar turismo de voluntariado de forma segura:

- Revisar que sea una organización reconocida y certificada.
- Solicite instrucciones detalladas de los programas y tipos de voluntariados.
- Que le ofrezcan protocolos de seguridad y bioseguridad.
- Pregunte de la dinámica de los lugares a realizar voluntariado, estudie acerca del lugar a realizar el voluntariado.
- En caso de cualquier emergencia no dude llame al 911.

MAREBLU

Nuestro socio honorario Mareblu está orientado a la conservación de nuestros océanos mediante la limpieza de playas de difícil acceso, limpieza de ríos, siembra de árboles, pesca plástica y de desechos.

HTTPS://WWW.MAREBLUCR.ORG

CONOZCA ACERCA DE

SALUD Y RELAJACION

EL DESTINO DEL TURISMO MÉDICO Y TERAPÉUTICO

SERVICIOS SALUD

TIPS DE SEGURIDAD

- Recuerde que el medico debe estar inscrito y activo en el Colegio de Médicos.
- Consulte con su lugar de hospedaje por recomendaciones o utilice los servicios que ofrecen los afiliados a la Cámara.
- En caso de emergencia recuerde que el cantón cuenta con el Área de Salud de la Caja Costarricense de Seguro Social, donde si no cuenta con seguro de viajero u otro que se pueda activar con el seguro, la atención se da y se le cobra, recibiendo atención de calidad.

SALUD

FARMACIAS

TIPS DE SEGURIDAD

- Recuerde que algunos medicamentos requieren receta especial por un profesional.
- La farmacia siempre debe contar con el regente a su disposición.
- Se recomienda no automedicarse.
- Revise bien lo que está comprando y la dosis especifica.
- Revise fechas de vencimiento de lo que compre.
- Solicite su factura con el detalle de los productos así como el precio.

Nuestro cantón está listo para atender las necesidades de salud de sus visitantes, contamos con farmacias y clínicas médicas reconocidas, excelentes servicios dentales donde siempre podrá contar con servicios, medicamentos, suplementos y otros. Garabito es el destino del turismo médico.

TERAPÉUTICO

LA SALUD EN MANOS DE PROFESIONALES

SI BUSCA SERVICIOS DE SPA

La Cámara le recomienda los spa que están afiliados a la misma, por seguridad, calidad y garantía de que realmente son profesionales los que van a llevar a cabo los tratamientos.

La variedad de tratamientos a base de productos 100% naturales o terapias desarrolladas por fisioterapeutas le llevarán a tener una experiencia única y la relajación que usted necesita.

TIPS DE SEGURIDAD

- Utilice servicios recomendados y garantizados por un ente confiable.
- Revise que realmente poseen títulos preferiblemente de fisioterapeutas.
- Los SPA poseen altos niveles de limpieza y protocolos de servicio, pregunte acerca de los mismos.
- Indique las lesiones que usted tenga o si padece de alguna enfermedad crónica, es vital el correcto empleo de técnicas en estos casos.
- Menores de edad por lo general no se aplican masajes, mayores de 15 años solamente bajo la supervisión de padres.
- Solicite una factura en la que conste claramente la identificación de los servicios prestados así como el precio.

AFILIADOS DE SERVICIOS DE SPA CERTIFICADOS

HTTPS://WWW.MARRIOTT.COM/EN-US/HOTELS/SJOLS-LOS-SUENOS-MARRIOTT-OCEAN-AND-GOLF-RESORT/EXPERIENCES/

SIBO SPA

HTTPS://WWW.FACEBOOK.COM/AURICULOTERAPIAYMASAJESPROFESIONALESEDIFICAR/

Profesionales Edificar Academia, Auriculoterapia y Masajes
Karen F. Berrocal Araya
(506) 8845 7034
masajesberrocal@gmail.com
Jacó CR

carara
SPA & WELLNESS

HTTPS://WWW.CROCSRESORTCASINO.COM/EN/SPA-SALON/

CONOZCA ACERCA DE

INVERSIóN

EL DESTINO DEL TURISMO CON MAYOR POTENCIAL DE INVERSIÓN Y SEGUNDO HOGAR

SI DESEA REALIZAR INVERSIONES

NEGOCIOS

TIPS DE SEGURIDAD

- Si compra en bienes raíces, corrobore que su agente de bienes raíces pertenece a una agencia de prestigio.
- Si necesita asesoría legal, no olvide visitar la página del Colegio de Abogados para verificar que este activo y en regla.
- Revise con la Cámara acerca de profesionales que puedan ayudarle en su inversión.
- Recuerde que trámites municipales de información no tienen ningún costo.
- En caso de ser víctima de un delito por parte de un asesor legal u otro, interponga la denuncia en el Organismo de Investigación Judicial (OIJ)
- Pida su factura con el detalle de los servicios prestados así como el precio.

Nuestro cantón cuenta con profesionales en las ramas de derecho, bienes raíces, contabilidad.
Sea para su inversión de negocio o para compra de su casa, o cualquier otra transacción acá encuentra gran gama de profesionales bilingües y con amplia experiencia.

HTTPS://WWW.ABOGADOS.OR.CR/CONSULTAAGREMIADOS/

RE/MAX
OCEANSIDE REALTY
JACO BEACH, COSTA RICA

HOGAR

AFILIADOS EXPERTOS EN BIENES RAICES

HTTPS://REMAX-OCR.COM/

HTTPS://CENTURY21PURAVIDA.COM

PROFESIONLAES DE PRESTIGIO

HTTP://COSTARICAREALESTATESEARCH.COM

HTTPS://REALTYMANAGERSCR.COM/

HTTPS://WWW.COSTARICA-REALTY.COM/

WWW.RENTASPURAVIDA.COM

PROGRAMA SEGURIDAD

RETOMANDO NUESTRAS CALLES

SEGURIDAD-CULTURA-ARTE-ORNATO-COMERCIO-GENTE-TURISMO

GUIA EDITADA POR CATUCOSO
ABRIL 2022
EDICION II

AGRADECIMIENTO ESPECIAL A NUESTRA ASESORA DE JUNTA DIRECTIVA DE LA CÁMARA DE TURISMO Y COMERCIO SOSTENIBLE DEL PACÍFICO CENTRAL, JOICE SOLANO, POR PREPARAR ESTA GUÍA PARA EL TURISTA, EN COORDINACIÓN CON NUESTRO PERIODISTA DIDIER FERNÁNDEZ.

A NUESTROS FOTÓGRAFOS JORGE RUSSEL Y AGUSTÍN MUÑOZ.