

CONSEJOS PRÁCTICOS-CAJAMARCA

CONSEJOS PRÁCTICOS DE BECARIOS EN 2013

La ciudad

Cajamarca es la capital del departamento y provincia de Cajamarca, situada en la sierra norte de Perú, siendo la ciudad más importante de la región. , capital del departamento y de la provincia de Cajamarca. Está situada a 2750 msnm en el valle de los ríos Mashcon y Chonta. Históricamente Cajamarca es conocida por ser el lugar donde Pizarro en 1532 apresó y asesinó al inca Atahualpa en la conquista de Perú. Desde entonces Cajamarca fue colonia española hasta 1821 cuando declaró su independencia. En los últimos años Cajamarca ha experimentado un gran crecimiento económico impulsado sobre todo por la presencia de empresas transnacionales mineras que han realizado una gran inversión y cuya actividad ha generado un amplio conflicto por los diversos problemas sociales y ambientales que ha generado en la zona. Las otras actividades productivas de Cajamarca son la ganadería tradicional de vacuno (producción de lácteos), la agricultura de secano (papa, trigo, cebada, maíz, arroz, caña de azúcar, algodón) y más recientemente, el turismo. Culturalmente Cajamarca es muy conocida por su celebración del carnaval. La ciudad no es muy grande y la mayoría de comercios, bares y restaurantes, bancos y demás establecimientos que puedan necesitarse se encuentran en torno a la Plaza de Armas, a partir de la cual se distribuye la ciudad, resultando una ciudad muy cómoda para vivir.

Transporte

- Transporte para llegar a Cajamarca:

Para llegar a Cajamarca desde Lima hay dos formas posibles:

- · Avión:

No son muchos los vuelos a Cajamarca desde Lima y los costes no son muy económicos, pero en el caso de necesitar un rápido transporte de Lima a Cajamarca el avión es la mejor opción ya que el viaje en bus tiene una duración media de 16h.

- · Autobús:

El autobús es la opción económicamente más asequible. Existen varias compañías que realizan el trayecto Lima- Cajamarca y es muy recomendable optar por las compañías más caras ya que el viaje es de larga duración y las carreteras no son del todo seguras y son estas compañías las que mayor garantía y seguridad ofrecen. Ofrecen butacas reclinables de distinta inclinación hasta un máximo de 180° muy aconsejable para un viaje que comienza normalmente entre las 16-18h y tiene una duración de 16h aproximadamente. El coste máximo del boleto es de 130S/.

- · Tren:

Perú no cuenta con una red ferroviaria. Existe una sola línea de Puno a Machu Picchu.

- Transporte en el interior de Cajamarca:

- · Taxi:

El viaje en taxi dentro de la ciudad desde cualquier punto a cualquier destino es de 3,50S/, pero siempre hay que negociar el precio antes de montarse en el vehículo. Si el viaje es ya de mayor distancia los taxistas pueden pedir más dinero por el trayecto, pero siempre puede negociarse y llegar a un acuerdo.

- · Combi:

Las combis son unas furgonetas que circulan por toda la ciudad y muy económicas que una vez ya asentado en la ciudad y conociendo la ruta de la combi necesaria pueden llegar a ser muy útiles a la hora de moverse por la ciudad. El precio de cualquier combi hacia cualquier destino es de 0,80S/.

Alojamiento

En cuanto al alojamiento es algo complicado conseguir un departamento para varios meses ya que la mayoría de departamentos en alquiler no tienen muebles por lo que sería necesario comprar mobiliario y menaje por lo que el coste total, aunque el alquiler no suele ser muy caro, puede variar desde los 150S/. hasta los 400S/. según la zona, se encarecería significativamente. Años anteriores ISF contaba con un departamento alquilado durante todo el año donde podrían alojarse los diferentes voluntarios, becarios y trabajadores, pero ya no se dispone de ese alojamiento. Existe una asociación en Cajamarca, Manthoc, que recibe voluntarios de otros países que tiene varias habitaciones de alquiler, modestas, pero con el mobiliario suficiente, cocina compartida y baño a un precio de 400S/. que puede ser una opción si no se encuentra nada de manera individual.

Ocio

La oferta de ocio en Cajamarca no es muy amplia, pero sí suficiente para encontrar momentos de diversión. En torno a la Plaza de Armas se concentran todos los bares y lugares de ocio nocturno. Existen varios bares de música en vivo donde cada fin de semana actúan grupos locales y donde de vez en cuando se organizan pequeños festivales con grupos de mayor renombre. Otra opción es el Quinde, un centro comercial donde además de unos recreativos se encuentran varias salas de cine que a pesar de no tener grandes estrenos ofrecen varias películas que cambian semanalmente y a precios muy económicos, desde 5,90S/. hasta 9S/.n según el día de la semana. En los alrededores de Cajamarca existen varios lugares de interés arqueológico, como Cumbemayo y Kuntur Wasi o espacios naturales como Namora o la Laguna de San Miguel donde poder pasar un día tranquilo en contacto con la naturaleza que pueden visitarse en el día. También es posible viajar a otras ciudades desde Cajamarca para lo cual será necesario disponer de varios días libre ya que las distancias son bastante grandes. Hay una amplia oferta de viajes a las principales ciudades, como Trujillo (7h), donde poder visitar las huacas de la cultura Moche y Chimú o acercarse a conocer los famosos caballos de totora y disfrutar del mar en Huanchaco, Chiclayo (6h), donde puede visitarse el museo del Señor de Sipán, Chachapoyas (12h), donde visitar la fortaleza inca Kuelap o Piura (14h) para acercarse a la costa y visitar los pequeños pueblos costeros como Zorritos.

CONSEJOS PRÁCTICOS DE BECARIOS ANTERIORES A 2013

Situación geográfica de la ciudad:

La Región Cajamarca esta ubicada en la sierra norte del Perú. Por el norte limita con la república del Ecuador, por el sur con el departamento de La Libertad, por el este con el departamento de Amazonas y por el oeste con los departamentos de Lambayeque y Piura.

Está conformado por territorios de sierra y de selva de diversas cuencas afluentes del río Marañón y las partes altas de algunas de la vertiente del Pacífico.

Políticamente está dividido en 13 provincias y

127 distritos, con una extensión superficial de 33,317.54 Km² que representa el 2.8 % de la superficie total del país.

Su capital Cajamarca, es una ciudad ubicada en el valle interandino del mismo nombre, la ciudad se puede divisar desde la colina Santa Apolonia. Cajamarca actualmente representa el núcleo económico, turístico, industrial, comercial, cultural y minero de la sierra norte del Perú.

Transporte:

Desde España se llega a Perú mediante transporte aéreo a la capital, Lima. Hay infinidad de compañías aéreas que operan desde Madrid a Lima directo, entre otras se encuentra **Iberia**, **Lan**, **Aireuropa**.... Hay que mirar bien las condiciones de viaje porque hace muy poco **Iberia** y **Lan** han restringido la cantidad de bultos a facturar. Ahora solo es permitido facturar un equipaje máximo de 24kg, más el equipaje de mano, mientras que con **Aireuropa** siguen siendo, por el momento, dos equipajes de 23kg cada uno y el equipaje de mano.

De Lima a Cajamarca se puede hacer bien en transporte aéreo o terrestre.

□ Transporte aéreo: Lima – Cajamarca operan las compañías aéreas de **Lan** y **LC Busre**. La más económica es la segunda aunque no hay muchas ofertas si no es que lo compras con tiempo e ida y vuelta. Lan tiene precios muy buenos pero solo para residentes peruanos como extranjero pagas tarifas mucho más altas. Las tarifas se pagan en US dólares aunque la moneda peruana sea en Nuevos Soles (PEN) (una contradicción que no he llegado a entender).

□ Transporte terrestre: hay infinidad de compañías que viajan de Lima a Perú con un amplio abanico de precios y comodidades. El trayecto dura unas 16 horas (sin paradas) tiempo suficiente para exigir algunas comodidades y servicios. Por nombrar unas cuantas están Flores, Horna, Dias... de bajo coste y poca comodidad para tantas horas. La más recomendada (aunque no la mas barata) es **Linea** con servicio SUPER-VIP. Las butacas son sofá – cama amplias y de 180° de inclinación y servicio cena incluido por 130 PEN (unos 35€). Otra compañía recomendable con buen servicio y asientos amplios y cómodos pero no tan reclinables (160°) es **Cruz del Sur**.

Para llegar a cualquier compañía de autobuses lo mejor es coger un taxi interno del aeropuerto, son los más seguros, aunque algo más caros. Suelen cobrar entre 30-40 soles. Siempre es aconsejable regatear pues te ofrecen precios altos para que lo hagas.

Para desplazarse en la propia Cajamarca se puede hacer en combis (minibuses) por 0,70 – 1 PEN, en mototaxis por 2 - 2,5 PEN la carrera o taxis por 3,5 – 4 PEN la carrera. Nunca más, al ser extranjero siempre quieren cobrarte más sobre todo en los sitios más turísticos. Lo

mejor es preguntar antes de coger el transporte a uno o dos locales de la zona por el precio de la carrera

Alojamiento:

Alojamiento en Cajamarca se encuentra de todos precios, desde 200 PEN mensuales por habitación y baño compartido con gastos de luz y agua incluidos hasta 450-900 PEN por mes en apartamento con uno o dos baños, dos o tres habitaciones, lavandería, cocina y sala con gastos aparte (siempre intentar rebajar el precio). ISF ofrece alojamiento a aquellos que van a hacer las prácticas.

Hay gran abundancia de hostales y hoteles alrededor de la plaza de Armas (plaza principal de Cajamarca) y ubicados en cualquier punto de la ciudad.

Ocio:

Existen bares y restaurantes y algunas discotecas. Hay hamburgueserías, pizzerías (donde hacen comida mexicana como burritos y enchiladas), bocaterías (sanguicherías) y lo que más abunda a la hora de cenar son las pollerías (típicas peruanas), pollos asados en hornos de brasa, estas solo abren a la hora de cenar y hay en cada calle y cada esquina. La pollería más buena es La Cena en vía de Evitamiento Sur.

Cajamarca tiene un centro comercial “El Quinde” con tiendas de ropa, zapatos, ópticas, supermercado Metro, sección de restaurantes, sala de juegos y cine con unas 4 películas por semana. El cine cuesta 4,5 soles de lunes a miércoles y 8 soles de jueves a domingo.

Hay un polideportivo al aire libre enfrente de la municipalidad de Cajamarca, es bastante nuevo y se puede jugar a fútbol, tenis, baloncesto. También existen en cada zona un campo de baloncesto y de fútbol. Los locales suelen jugar los domingos por las mañanas bien temprano a fútbol en equipos ya formados y apuestan dinero.

En baños del inca (un barrio de Cajamarca) hay unas termas naturales y piscina de agua caliente al aire libre donde se puede practicar natación de sábado a jueves ya que el domingo la piscina permanece cerrada por cambio de agua.

En la plaza de armas hay infinidad de agencias turísticas que organizan viajes por los alrededores de Cajamarca, de día y de medio día aunque también se pueden hacer por tu cuenta ya que hay combis que te llevan hasta esos lugares. Lugares interesantes para visitar son las cascadas de Granja Porcón, Llacanora, Yumahual, Cumbemayo, las ventanillas de Otuzco (no tan espectaculares)....

Más información:

Para la realización de una práctica en la región de Cajamarca no se necesita más que un pasaporte en fecha para poder desplazarte desde España a Perú. Asistencia médica y seguros médicos te lo proporciona Universa.

Es recomendable buscarse un banco español que no cobre recargo por sacar dinero en el extranjero. Caixanova da ese servicio a menores de 30 años, se puede sacar dinero de cualquier cajero extranjero. Hay bancos peruanos que cobran recargo por cada extracción como Global net y BBVA. Bancos como BCP y scotiabanck no cobran comisión.

La comida peruana es una de las mas buenas de Latinoamérica y variada. Todos los platos vienen acompañados con arroz blanco bastante sabroso y patatas cocidas o guisadas, nunca sirven pan para comer. La bebida suele ser hecha por el propio restaurante chicha morada, cebada, o jugos naturales y la repostería se lleva la medalla de oro sobre todo en tartas.

Los menús diarios varían en calidad y cantidad. Uno de los más sencillos viene a costar desde 3,5 a 5 PEN (sopa o ensalada, segundo y zumo casero, a veces postre). Encuentras

por 8 soles más elaborados e incluido el postre y hasta 15 soles en los mejores restaurantes. También hay algunos restaurantes vegetarianos aunque no muchos y no grandes raciones.

Agradecimientos:

Finalmente quiero agradecer a Universa por haberme dado todas las facilidades para que esta experiencia en el extranjero la pudiera llevar a cabo, por el apoyo moral y económico que sin ellos no sería posible realizar estas prácticas a tan larga distancia.

A ISF Aragón por ofertar prácticas y dar la oportunidad de conocer y trabajar en proyectos de cooperación de manera voluntaria. Por todo el trabajo que hacen desde España y el empeño que ponen para que estos proyectos se puedan llevar a cabo y dar una oportunidad a los países con dificultades para que puedan llegar a desarrollarse gracias a nuevas tecnologías.

También a ITDG Perú por acogerme y enseñarme su forma de trabajo y esforzarse en mejorar las condiciones de vida de las poblaciones más desfavorecidas de su país y apostar por un mejor desarrollo social y económico.

Situación geográfica e historia de Cajamarca

La ciudad de Cajamarca está ubicada en la vertiente oriental de la Cordillera de los Andes, en la sierra norte del país. Capital de la región y la provincia de Cajamarca, se encuentra a 2750 metros de altura respecto al nivel del mar.

Cajamarca es la ciudad donde el Inca Atahualpa fue ejecutado por el español Francisco Pizarro, en 1533. Fue el fin del imperio Inca y el inicio de la colonización española.

Clima

El clima es templado, seco y soleado en el día y frío en la noche. Hay dos estaciones, la húmeda con lluvias intensas de diciembre a marzo, y la seca con una fuerte radiación solar durante el día y frío en las noches, de mayo a septiembre.

Temperatura media anual: máxima media 21 °C y mínima media: 6 °C

Transporte

Para viajar de Lima a Cajamarca consultar la web de Transportes Línea, la compañía más cómoda y segura. Puedes comprar los billetes por internet. <http://www.linea.pe/> Una vez llegado a Cajamarca, puedes moverte por la ciudad en:

- taxi: la carrera cuesta 3,50 soles, si hay una gran distancia o es de noche pueden cobrarte 4 soles.
- mototaxi: vayas donde vayas el pasaje son 2 soles
- combi: como los buses, tienen rutas marcadas, el pasaje depende de dónde te bajas.

Alojamiento

ISF proporciona el alojamiento a los practicantes, pagando únicamente los gastos de agua y luz de la vivienda.

Otra opción de alojamiento en Cajamarca es el hospedaje promovido por la ONG MANTHOC (Movimiento de Adolescentes y Niños Trabajadores Hijos de Obreros Cristianos), una residencia donde se alojan jóvenes voluntarios extranjeros.

Dirección: Jr. Silva Santisteban 936

Teléfono: (0051) 76 366905 o (0051) 1 2761202

Ocio y cultura

En el centro cultural Algovipasa'R proyectan películas todos los viernes a las 20h. Además de exposiciones y otras actividades culturales.

Dirección: Jr. Del Comercio 129 - Cajamarca

Web: <http://algovipasar.wordpress.com>

Otro punto cultural es el INC (Instituto Nacional de Cultura). Dentro de este edificio también se encuentra la Academia de Quechua de Cajamarca.

Dirección: Conjunto Monumental de Belén – Cajamarca

Web: <http://www.inccajamarca.org>

Salir

Waiqui, Jr. Belén 505. De miércoles a sábado. Reggae, rock, música en directo.

Shapingo Bar, Pasaje Atahualpa. Peña en directo.

Comer

Mercado Central Jr. Amazonas, para desayunar jugos desde 1 sol. Menús desde 3,50 soles.

Tuna Café, Jr. Amalia Puga, cuadra 7. Menú para almorzar de 8 soles. La mejor relación calidad-precio de toda Cajamarca.

Oasis, Jr. Amalia Puga, cuadra 8. Buenos postres y menú diario de 5 soles.

Cascanuez, Jr. Amalia Puga 554. Los mejores postres cajamarquinos.

La Cremería, Jr. Amazonas. Restaurante y heladería, menú de 9 soles y muy buenos helados.

Precios

Menú	4-9 soles
1 kilo de arroz	3 soles
Cerveza Cuzqueña de 630ml en tienda	4 soles
Cerveza Cuzqueña de 1/3 en un bar	6 soles
Un Pisco Sour	13-15 soles
Fotocopias	0,10 soles/hoja
Revelado de fotos	0,50 soles/foto
Champú	15 soles
Bolsa pequeña de Lays	0,70 soles
Bolígrafo (acá lapicero)	0,50-1,50 soles

Moneda

La moneda oficial del Perú es el Nuevo Sol. En ocasiones es posible pagar en Dólares americanos, en centros comerciales o cuando se trata de pagos grandes, alquileres,... Existen numerosas casas de cambio, en las que normalmente suele ser mejor el tipo de cambio frente al de los bancos.

Hay gran cantidad de billetes y monedas falsas, así que conviene revisar siempre el dinero que te dan en efectivo, tanto en la calle como en los bancos.

Situación geográfica de Cajamarca

El distrito de Cajamarca se encuentra ubicado en la sierra norte del Perú, en la frontera con Ecuador. Tiene una extensión de 33.318 km². Su capital, Cajamarca, se encuentra a una altitud de 2720 msnm, si bien varía dentro del distrito entre los 400 y los 3590 msnm.

Transporte

Dispone de vías de acceso por tierra desde Lima – Trujillo. En total desde Lima hay 870 km por la Carretera Panamericana Norte (13 – 16 horas en bus).

Existen varias compañías de transporte por carretera, siendo las más seguras “Transportes Linea” y “Cruz del Sur”. En ambas compañías los precios Lima – Cajamarca oscilan entre los 100 y los 150 Soles.

Esta carretera presenta cortes habituales en la época de lluvia (noviembre – abril).

Por vía aérea dispone de vuelos regulares desde Lima (1 hora y 15 minutos). El precio del billete es aproximadamente 120 Dólares. Es el vuelo nacional más caro debido a que la gran mayoría de los pasajeros proceden de las empresas mineras que actúan en la zona.

Alojamiento

Es relativamente fácil encontrar una habitación en alquiler en alguna casa familiar a un precio bastante bajo. Existe también la posibilidad de alquilar un piso entero a compartir con más gente.

Además existen varios hoteles y hostales en los que poder hospedarse por unos días.

Ocio

Existen bares y locales de música tradicional en directo por el centro de la ciudad. Últimamente están surgiendo nuevos bares más modernos y con música más comercial a raíz del incremento de una parte de la población con mayor poder adquisitivo.

Son típicas, en fechas señaladas del año, multitud de pequeñas fiestas en las calles de la ciudad.

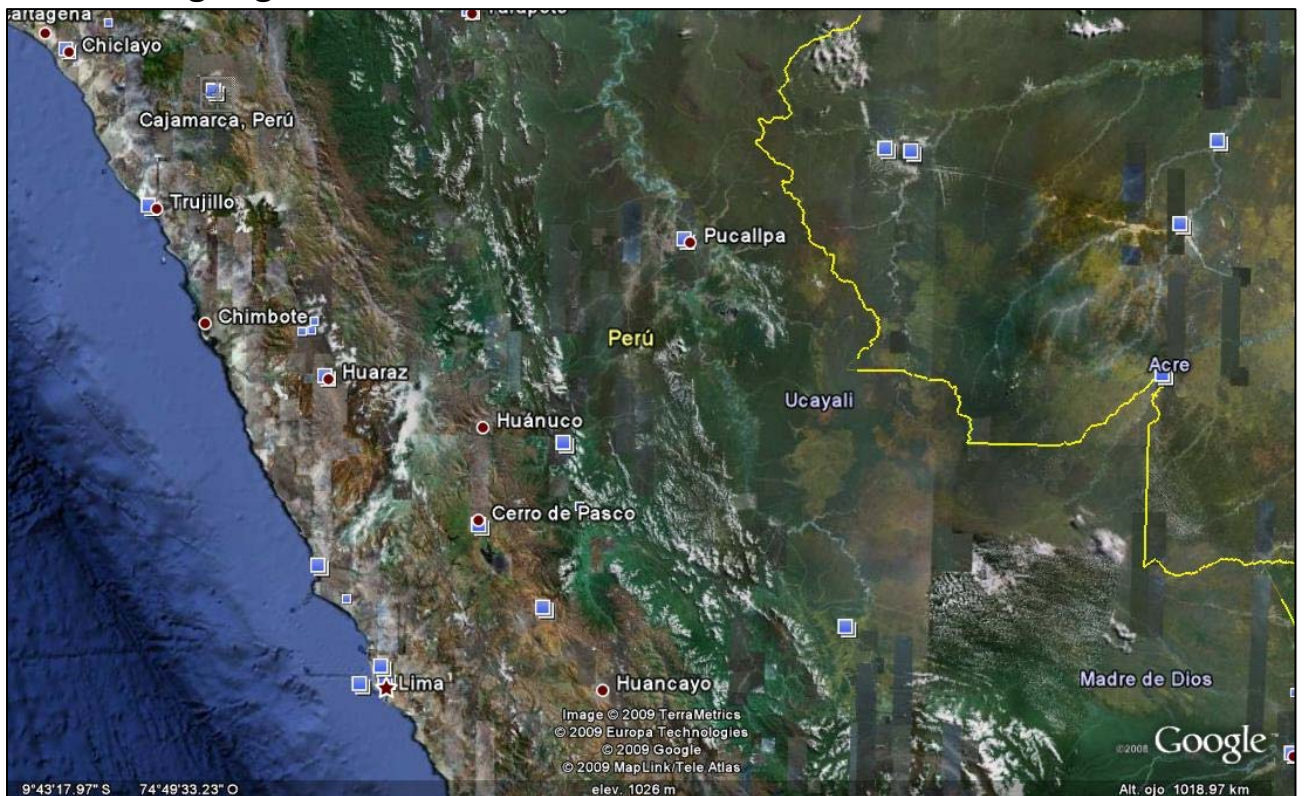
La fiesta más importante o de mayor celebración es el carnaval, sobre la primera semana de febrero. Oficialmente dura una semana con dos días concretos de mayor actividad. De forma informal, dura prácticamente un mes, sobre todo los fines de semana. Toda la actividad principal se centra en la plaza de armas de la ciudad.

Existen varios lugares cercanos donde poder hacer excursiones diarias. Para realizar excursiones de varios días es necesario desplazarse varios kilómetros.

Un buen sitio para visitar y relajarse son los baños del Inca. Son los antiguos baños termales donde descansaba el emperador inca Atahualpa, ahora reformados para

turistas y gente local. Muy baratos, bastante higiénicos y privados. Se encuentran a 15 minutos en transporte local desde el centro de la ciudad

Situación geográfica de la ciudad



Cajamarca se encuentra en la sierra norte de Perú. Se accede por carretera o aire. La ruta más común es desde la costa (Trujillo o Chiclayo).

Transporte

Los transportes en Perú por tierra solo existen a través de autobuses (salvo una línea de tren entre Lima y Huánuco/Huancavelica). Por ello se recomienda, debido a que las carreteras suelen estar en muy mal estado y ser peligrosas por los lugares en los que se construyen, que para largas distancias (que será casi-siempre) gastar algo más de plata y usar compañías más cómodas y seguras, entre ellas podemos encontrar Línea o Cruz del Sur.

El viaje en autobús de Lima dura entre 16 y 20 horas.

Alojamiento

Yo personalmente vivo en un apartamento bastante amplio, por el que paga en torno a 90\$ al mes más gastos. No obstante se pueden encontrar cuartos por 200 o 300 soles al mes bastante cómodos.

Por otro lado hay quienes prefieren albergues de voluntarios para poder tener un entorno social más acorde a la persona. Por unos 100\$ esta Mantok en el Jiron Santiesteban, en el suelen residir voluntarios de ONGs procedentes de toda parte del mundo. También tiene la comodidad de disponer de internet.

Ocio

Alrededor de Cajamarca están los típicos circuitos turísticos para realizar el fin de semana como son Cumbemayo, Ventanillas de Otuzco o Granja Porcon, ir es tan sencillo como enterarse de los transportes públicos o para los más comodones contratar un tour en cualquiera de las agencias que hay en la plaza de Armas.

Otra visita típica es Santa Apolonia, cerro desde el que se ve toda la ciudad, Cuarto del Rescate, lugar histórico donde Pizarro mantuvo preso a Atahualpa o el complejo monumental de Belén donde está el INC y suele haber exposiciones de pintura, escultura o incluso conciertos.

Una visita de obligado cumplimiento para relajarse es a Baños del Inca, localidad que se encuentra a 15 minutos en combi.

Personalmente he realizado muy pocas de estas visitas, al trabajar en las comunidades considero que lo más bello de Cajamarca a nivel turístico es eso precisamente. Sumergirte en la realidad y dureza de la vida campesina que ha elegido un lugar privilegiado en belleza para establecerse. Recomiendo para los más aventureros que hagan rutas en bici, cojan el transporte público y vayan a visitar departamentos como San Pablo, Tongod y Catilluc, Bambamarca, etc...

En cuanto a eventos culturales hay que aprovechar las pocas ocasiones en las que hay representaciones en el teatro Ollanta. En el Quinde (centro comercial) hay una sala de cine a la que tampoco he ido y no puedo opinar.

Por otra parte para la vida nocturna hay varios locales en los cuales se puede encontrar un entorno agradable como el USHA USHA, la gruta o el Akelarre, en cuanto a discotecas solo he estado en el Brujo.

El mayor evento a nivel local es carnavales. Estos se celebran desde el primer fin de semana de enero y concretamente todos los días que dura el mismo en el mes de febrero. El día grande es el Carnavalón, en el cual la gente hace un recorrido en mancha tirándose agua y pintura entre ellos y desde las casas. Posteriormente se hacen grupos en la plaza de Armas y durante todo el día y la noche se cantan con la ayuda de una tarola (tamborcillo) y como mucho una trompeta las coplas típicas cajachas.

Otro evento destacable es FONGAL, que es la feria multidisciplinar que se organiza en fiestas patrias. Tampoco he asistido y no puedo opinar.

Más información

Respecto al visado, la mayoría de la gente desconoce que se pueden pedir hasta 6 meses de visado como turista en Perú. Pedirlo desde el principio alegando que vas a realizar un viaje largo o visitar familia perdida en la época de Pizarro te ahorraría el tener que salir a los 3 meses. Por otro lado si se te caduca el visado solo has de pagar 1\$ por cada día que se te haya pasado. Por ello en ocasiones es más rentable pagar la multa que salir de propio del país.

No hay que olvidarse el carnet de universitario (aunque este se encuentre caducado desde hace un lustro) ya que de esa manera ahorras en la mayoría de los museos.