



Viaja a Islandia sin olvidarte de nada

Islandia es muy segura, pero el peligro está en la naturaleza: volcanes en Reykjanes, olas traicioneras, glaciares y un tiempo que cambia en minutos, lejos del hospital.

Documentación

- ☐ DNI o pasaporte en vigor, con al menos 3 meses de validez. Exteriores recomienda el pasaporte. Sin visado
- ☐ Escala en el Reino Unido: lleva pasaporte (no vale el DNI) y revisa si te piden la ETA británica
- ☐ Tarjeta Sanitaria Europea (vale por el EEE) o, si no llega a tiempo, el Certificado Provisional Sustitutorio
- ☐ Carné de conducir español: revisa la antigüedad y la edad mínima que pide la empresa, más alta para 4x4
- ☐ Póliza del seguro de viaje y teléfono de asistencia 24 h, en papel y sin conexión en el móvil

Salud y medicamentos

- ☐ Con la TSE pagas la tarifa del paciente en centros de salud, urgencias y ambulancia; no cubre la repatriación
- ☐ Medicación habitual en su envase original y con informe médico (hasta 100 días de tratamiento)
- ☐ Sin vacunas especiales: basta con el calendario de vacunas habitual al día
- ☐ Zonas geotérmicas: el agua y el barro superan los 100 grados. No te salgas de los caminos
- ☐ Botiquín básico desde España: las farmacias son caras y en muchos pueblos no hay

En la maleta

- ☐ Ropa por capas, chaqueta y pantalón impermeables, gorro y guantes en cualquier época
- ☐ Botas impermeables y, en invierno, tacos antideslizantes para aceras y senderos helados
- ☐ Antifaz en verano, cuando casi no anochece, y frontal en invierno, con 4 o 5 horas de luz
- ☐ Bañador y toalla: en piscinas y baños termales es obligatorio ducharse desnudo antes
- ☐ Enchufes tipo C y F a 230 V, como en España: no necesitas adaptador

No lleves o declara en aduana

- ☐ Carne y lácteos: la autoridad veterinaria aconseja no llevarlos, ni siquiera desde la UE
- ☐ Más de 10 kg de comida por persona o de más de 25.000 coronas de valor
- ☐ Alcohol y tabaco por encima de los cupos (alcohol desde 20 años, tabaco desde 18)
- ☐ Más de 10.000 euros en efectivo (o su equivalente) sin declarar, al entrar o al salir
- ☐ Cualquier droga, incluido el cannabis: está prohibida y se castiga con prisión

Antes de salir de casa

- ☐ Seguro de viaje con rescate y traslado en helicóptero, sobre todo para glaciares o Tierras Altas
- ☐ Avisa a tu banco: se paga con tarjeta en todas partes y las gasolineras automáticas piden PIN
- ☐ Revisa la franquicia del coche y las protecciones de grava, arena y ceniza, y bajos
- ☐ App Safetravel: alertas de tiempo y carreteras, y envía tu ubicación GPS al 112
- ☐ Consulta safetravel.is, vedur.is (tiempo y volcanes) y umferdin.is (carreteras) cada día

Lo que solo pasa en Islandia

Volcanes

En Reykjanes puede haber erupción con muy poco aviso: respeta los cierres y no pises lava reciente.

Cuevas de hielo

Solo con guía autorizado y en temporada fría: en verano no se permiten.

Reynisfjara

Mira el semáforo de la entrada y no te acerques a la orilla: las olas llegan sin avisar.

Sin propinas

No son costumbre y el servicio va incluido. Paga siempre en coronas, no en euros.

Fuera de pista

Salirte de la carretera está prohibido por ley y la multa es muy alta. Las luces del coche, siempre encendidas.

Alcohol

Solo se vende a mayores de 20 años en las tiendas estatales Vínbúðin, con horario limitado.





Los datos de mi viaje a Islandia

Rellénalo antes de salir y llévalo en papel y en una foto en el móvil: funciona sin batería ni cobertura.

VUELOS

Ida (nº y hora)
Vuelta (nº y hora)
Aerolínea y localizador

SEGURO DE VIAJE

Aseguradora
Nº de póliza
Asistencia 24 h

ALOJAMIENTOS

1. Nombre, dirección y teléfono
2. Nombre, dirección y teléfono
3. Nombre, dirección y teléfono

DATOS MÉDICOS

Grupo sanguíneo
Alergias
Medicación habitual

CONTACTO EN ESPAÑA

Nombre
Teléfono
Banco (bloqueo de tarjetas)

Teléfonos de emergencia en Islandia

112	Emergencias: policía, ambulancia, bomberos, rescate y guardacostas
1700	Consejo sanitario de enfermería 24 h (desde móvil extranjero, +354 513 1700)
+47 922 47 979	Emergencia consular 24 h de la Embajada de España en Oslo, acreditada en Islandia (solo urgencias graves)
+354 775 9221	Consulado honorario de España en Reikiavik (lunes y miércoles, 10:00-16:00) · Kalkofnsvegur 2, Hafnartorg
+47 22 92 66 90	Embajada de España en Oslo (horario de oficina) · Halvdan Svartes gate 13

Frases para una urgencia

Necesito un médico	Ég þarf lækni	leg zarf láikni
Llame a una ambulancia, por favor	Vinsamlegast hringið á sjúkrabíl	Vinsamlegast jrínguð au siúkrabíl
¿Dónde está el hospital?	Hvar er sjúkrahúsið?	Kvar er siúkrajúsid
Tengo seguro de viaje	Ég er með ferðatryggingu	leg er með férdatríguingu

Antes de una urgencia médica, llama a la asistencia 24 h de tu seguro si tu situación lo permite: te indicará el centro adecuado y gestionará el pago. Este documento es orientativo y no sustituye la información oficial ni las condiciones de tu póliza. Las normas de entrada pueden cambiar: compruébalas antes de viajar. Fuentes: Ministerio de Asuntos Exteriores (recomendaciones de viaje, Embajada de España en Oslo y Consulado honorario en Reikiavik), Agencia Tributaria y de Aduanas de Islandia (Skatturinn), Autoridad Alimentaria y Veterinaria de Islandia (MAST), Heilsuvera y 112 Islandia (Dirección de Sanidad) y Safetravel (ICE-SAR).

