

Antarctica

חוברת ההכנה למסע שלך

הרפתקנים
והרפתקניות

איזה כיף שהצטרפתם למסע שלנו! מצפה לכם חוויה של פעם בחיים.

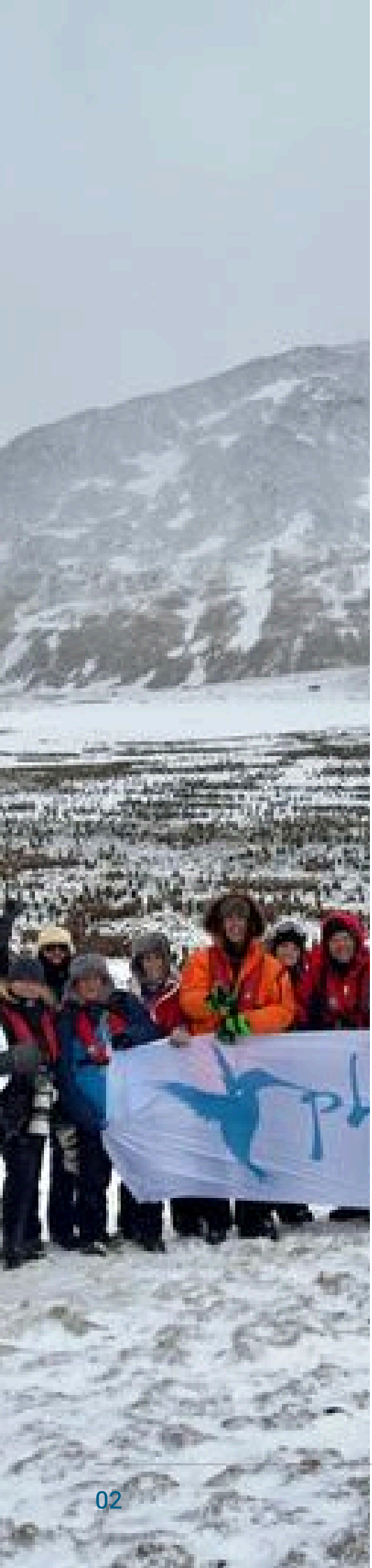
בחוברת זו תמצאו מידע חשוב שיעזור לכם להתכונן למסע בצורה מיטבית.

בנוסף, חשוב לציין כי כחודש לפני היציאה נערוך מפגש הכנה להיכרות עם הקבוצה והמדריכים.

אם יש לכם שאלות נוספות או צורך בעזרה כלשהי, אל תהססו ליצור קשר. אנחנו כאן לשירותכם ולמענה על כל שאלה.

מאחלים לכם מסע מופלא,

צוות פוטוטבע



כדאי שכבר עכשיו תורידו את החוברת הזו למחשב או לטלפון על מנת לשמור את המידע החשוב הזה להמשך

תוכן העניינים

01	ברוכים הבאים	02
02	לאחר ההרשמה	04
03	להכיר את היעד	07
04	בעלי החיים	12
05	לבוש וציוד מומלץ	16
06	תרופות אישיות וציוד צילום	19
07	סירות הזודיאק – הדרך להגיע אל הטבע	21
08	קריאה מומלצת	22
09	הספינה שלנו	23



לאחר ההרשמה

קודם כל - מותר להתחיל להתרגש מהמסע אליו נרשמתם

01 **ודאו את תוקף הדרכון** - שכולל חצי שנה של תוקף מיום היציאה ושני דפים ריקים

02 **רכשו ביטוח נסיעות מקיף** - מומלץ לעשות זאת מיד לאחר ההרשמה לטיול, כדי להגן על עצמכם במקרה של ביטולים בלתי צפויים.

לקוחות פוטוטבע זכאים להטבה ייחודית בביטוח נסיעות לחו"ל של חברת פספורט קארד, בשיתוף פלוס ביטוח (חברת בת של צליל סוכנות לביטוח). הביטוח מאפשר רכישה נוחה, יעילה ומהירה – אפילו עד שנה לפני מועד הנסיעה. חשוב להתאים את הביטוח לטיול.

לפרטים נוספים ניתן לפנות ישירות לסוכן הביטוח מתן כהנים

דוא"ל: support@plusbth.co.il

וואטסאפ של מתן: 0526052925

https://plusbth.co.il

קישור לרכישת הביטוח ←

זו אינה המלצה מחייבת, ואתם כמובן מוזמנים להזמין את הביטוח באמצעות כל סוכן לבחירתכם. השירות ניתן על ידי חברת הביטוח בלבד, ופוטוטבע אינה צד בהתקשרות הביטוחית.



לאחר ההרשמה

הזמנת טיסות ומלונות

אנא הזמינו את טיסות ההגעה והחזרה, ובמידת הצורך גם לינה במלון, כך שתגיעו בזמן לנקודת המפגש לפתיחת המסע. פרטי נקודת המפגש והנחיות ההגעה נשלחו אליכם במייל לאחר ההרשמה.

הזמנת שירותים שאינם כלולים בחבילה, כגון טיסות, מלונות ושירותי קרקע, נעשית באופן עצמאי. אנו ממליצים לבחור בטיסות ובמלונות המציעים תנאי שינוי וביטול גמישים.

עבור המדריכים שלנו אנו מזמינים טיסות באמצעות דלית מחברת דיזנהאוז.
dalit.radmi@diesenhaus.co.il זו אינה המלצה מחייבת, ואתם כמובן מוזמנים להזמין את טיסותיכם באמצעות כל סוכן נסיעות או חברת תעופה לבחירתכם.





כדי להגיע מוכנים עם התקרבות המסע, מומלץ להשלים את ההכנות הבאות:

בדקו את דרישות הבריאות

ודאו האם מומלצים או נדרשים חיסונים ליעד, והיערכו בהתאם.

בדקו את דרישות הכניסה למדינה

ודאו האם נדרשת אשרת כניסה (ויזה) או מסמכים נוספים, והנפיקו אותם במידת הצורך.

הצטיידו בתרופות

ודאו כי ברשותכם מלאי מספק של תרופות קבועות לכל משך הטיול, וכן תרופות אישיות שעשויות להידרש במהלך המסע. אין בתי מרקחת בשטח ברגע שעוזבים את העיר.

עברו על רשימת הציוד

בדקו את ציוד הצילום, הביגוד והציוד האישי בהתאם להמלצות המפורטות בחוברת, והשלימו פריטים חסרים מבעוד מועד.



להכיר את היעד

אנטארקטיקה היא היבשת הדרומית ביותר על פני כדור הארץ – יבשת עצומה, מכוסה כמעט כולה בקרח, המהווה כ-70% ממי השתייה המתוקים של העולם. בשל תנאי הקור הקיצוניים, היא נותרה במשך מאות שנים "היבשת האחרונה" – המקום שאליו האדם הגיע רק בסוף עידן התגליות.

היסטוריה של אנטארטיקה

אנטארקטיקה היא היבשת הדרומית ביותר בכדור הארץ, ומכוסה בכ-98% משטחה במעטה קרח עצום. במשך מאות שנים האמינו גאוגרפים כי בדרום העולם קיימת יבשת גדולה, שכונתה Terra Australis Incognita ("הארץ הדרומית הבלתי נודעת"), אך קיומה לא הוכח.

בשנת 1773 היה קפטן ג'יימס קוק לאדם הראשון שחצה את החוג האנטארקטי, אך הקרח הכבד מנע ממנו לראות את היבשת עצמה. בשנת 1820 נצפתה אנטארקטיקה לראשונה באופן מתועד על ידי מספר משלחות שפעלו באזור, ובהן משלחתו של מגלה הארצות הרוסי פביאן גוטליב פון בלינגסהאוזן. במהלך המאה ה־19 הגיעו לאזור ציידי כלבי ים ולווייתנים, ובמקביל החלו משלחות מחקר למפות את חופי היבשת.



ראשית המאה ה־20 נחשבת ל"עידן הגבורה של חקר אנטארקטיקה". בתקופה זו יצאו משלחותיהם של רואלד אמונדסן, רוברט פלקון סקוט, ארנסט שקלטון ודאגלס מוסון, שהתמודדו עם תנאי מזג אוויר קיצוניים, קרחונים עצומים ומרחקים אדירים. בשנת 1911 היה אמונדסן לאדם הראשון שהגיע אל הקוטב הדרומי, ולאחריו הגיעה משלחתו של סקוט, שחבריה נספו בדרכם חזרה.

בשנת 1959 נחתמה אמנת אנטארקטיקה, שנכנסה לתוקף בשנת 1961 וקבעה כי היבשת תשמש למחקר מדעי ולשיתוף פעולה בינלאומי בלבד. כיום פועלות באנטארקטיקה עשרות תחנות מחקר של מדינות שונות, והיא נחשבת לאחד האזורים המוגנים והבתוליים ביותר על פני כדור הארץ.



פונטה ארנס – נקודת היציאה למסע

פונטה ארנס (Punta Arenas) היא בירת מחוז מגאיאנס ואחת הערים הדרומיות בעולם. העיר שוכנת לחופי מצר מגלן ומשמשת שער מרכזי למסעות בפטגוניה, באיי פוקלנד, בג'ורג'יה הדרומית ובאנטארקטיקה. כדאי לנצל את הזמן לטיול קצר במרכז, לארוחה טובה ולהשלמת ציוד לפני היציאה דרומה.

הגעה משדה התעופה לעיר

שדה התעופה Presidente Carlos Ibáñez del Campo (PUQ) נמצא מחוץ למרכז העיר, והנסיעה ממנו אורכת בדרך כלל כ־30–20 דקות. הדרך הפשוטה והנוחה ביותר למטיילים עם מזוודות וציוד היא מונית ישירות למלון.

Zona Franca

אם חסר לכם ציוד, מומלץ לבקר ב־Zona Franca de Punta Arenas – אזור סחר חופשי ובו חנויות ביגוד, הנעלה, אלקטרוניקה וציוד Camping & Outdoor. זהו מקום מצוין להשלמת שכבות חמות, ביגוד תרמי, כפפות, כובעים, נעלי טיולים וציוד נוסף, לעיתים במחירים אטרקטיביים. המתחם נמצא במרחק נסיעה קצר ממרכז העיר ומומלץ להקדיש לביקור כשעה–שעתיים.



איפה כדאי לאכול בפונטה ארנס?

פונטה ארנס ידועה במטבח הפטגוני שלה, ובמיוחד בדגים, פירות ים, כבש מקומי וסרטן המלך הדרומי.

01 **La Yegua Loca Restaurant**
מסעדת בוטיק עם מטבח פטגוני ותצפית יפה על העיר ומצר מגלן. מומלצת לארוחת ערב מושקעת.

02 **Restaurant Damiana Elena**
מסעדה קטנה ומוערכת המתמקדת בחומרי גלם מקומיים ובמטבח פטגוני יצירתי. מומלץ להזמין מקום מראש.

03 **La Luna**
מסעדה ותיקה ופופולרית במרכז העיר, עם אווירה נינוחה ומבחר מנות מקומיות, דגים ופירות ים.



בעלי החיים של אנטארקטיקה

למרות תנאי האקלים הקיצוניים, אנטארקטיקה היא אחד האזורים הייחודיים בעולם מבחינת המגוון הביולוגי הימי. מרבית בעלי החיים תלויים באוקיינוס הדרומי ובשפע הקריל, המהווה את בסיס מארג המזון באזור. במהלך הקיץ האנטארקטי, כאשר הקרח הימי נסוג ושעות האור מתארכות, גדלים משמעותית הסיכויים לצפות בפינגווינים, כלבי ים, לווייתנים ועופות ים, ההופכים את אנטארקטיקה לאחד מיעדי הטבע המרשימים ביותר בעולם.



פינגווין קיסרי

שם מדעי: *Aptenodytes forsteri*

פינגווין קיסרי הוא מין הפינגווין הגדול בעולם ואחד מסמליה הבולטים של אנטארקטיקה. זהו מין הפינגווין היחיד המתרבה במהלך החורף האנטארקטי, על גבי הקרח הימי. הזכר דוגר על הביצה במשך כחודשיים בתנאי קור קיצוניים, בעוד הנקבה יוצאת לים לחפש מזון.
הפינגווינים ניזונים בעיקר מדגים, קריל ודיונונים, ולעיתים צוללים לעומקים העולים על 500 מטר.



פינגווין אדלי

שם מדעי: *Pygoscelis adeliae*

פינגווין אדלי הוא אחד ממיני הפינגווינים הנפוצים ביותר לאורך חופי אנטארקטיקה. הוא מקנן במושבות גדולות על קרקע חשופה מקרח, ובונה את קינו מאבנים קטנות. הפינגווינים ניזונים בעיקר מקריל, דגים קטנים ודיונונים, וידועים ביכולתם לשחות למרחקים ארוכים ובזריזותם הן במים והן על הקרח



כלב ים ודל

שם מדעי: *Leptonychotes weddellii*

כלב ים ודל הוא אחד היונקים הימיים הנפוצים ביותר באנטארקטיקה. הוא חי לאורך שולי הקרח הימי ושומר על פתחי נשימה בקרח באמצעות שיניו הקדמיות. תזונתו כוללת בעיקר דגים, דיונונים וסרטנים, והוא מסוגל לצלול לעומק של יותר מ־600 מטר ולהישאר מתחת למים במשך יותר משעה



כלב ים נמרי

שם מדעי: *Hydrurga leptonyx*

כלב הים הנמרי הוא הטורף הימי הבכיר של אנטארקטיקה לאחר הלווייתן הקטלן. הוא ניזון מפינגווינים, כלבי ים צעירים, דגים, קריל ודיונונים. גופו הארוך ולסתותיו החזקות הופכים אותו לצייד יעיל במיוחד, והוא נצפה לעיתים קרובות לאורך שולי הקרח ובמפרצים שבהם מתקבצים פינגווינים.



לווייתן גדול־סנפיר

שם מדעי: *Megaptera novaeangliae*

הלווייתן גדול־הסנפיר הוא אחד ממיני הלווייתנים הנפוצים במימי אנטארקטיקה במהלך הקיץ. הוא מגיע לאזור כדי להיזון מקריל בכמויות גדולות, ולעיתים ניתן לצפות בו מזנק מעל פני המים או מכה בזנבו. לאחר עונת ההזנה הוא נודד אל אזורי רבייה במים חמים יותר.



יסעור שלג

שם מדעי: *Pagodroma nivea*

יסעור השלג הוא אחד מעופות הים הבודדים המקננים עמוק בתוך יבשת אנטארקטיקה, לעיתים במרחק של מאות קילומטרים מהחוף. נוצותיו הלבנות מסוות אותו היטב בנוף הקרח, והוא ניזון בעיקר מקריל, דגים קטנים ודיונונים, אותם הוא לוכד במימי האוקיינוס הדרומי.



אלבטרוס נודד

שם מדעי: *Diomedea exulans*

האלבטרוס הנודד הוא בעל מוטת הכנפיים הגדולה ביותר בעולם, המגיעה ליותר מ־3.5 מטרים. הוא מבלה את מרבית חייו בדאייה מעל האוקיינוס הדרומי, ומגיע לאזורי אנטארקטיקה בחיפוש אחר מזון. תזונתו כוללת בעיקר דיונונים, דגים ופגרי בעלי חיים ימיים.



חמסן דרומי

שם מדעי: *Stercorarius maccormicki*

החמסן הדרומי הוא טורף אופורטוניסטי המקנן לאורך חופי אנטארקטיקה. הוא ניזון מדגים, קריל, ביצים וגוזלי פינגווינים, ולעיתים אף גונב מזון מעופות ים אחרים. בעונת הקינון הוא ידוע בהתנהגותו התוקפנית ומגן בנחישות על שטח הקן שלו.



אריזה מומלצת

הטמפרטורה הממוצעת הצפויה במהלך המסע שלנו היא בערך בין 6 לאפס מעלות למרות שלפעמים זה עשוי להרגיש נמוך יותר בגלל גורם צינת הרוח.

למה כל כך חשוב להתלבש בשכבות?

במהלך היום הטמפרטורות עשויות להשתנות, ולעיתים אף להיות גבוהות מהצפוי – מה שעלול לגרום להזעה. הזעה גורמת לאובדן חום, וכאשר הגוף רטוב הוא מתקרר במהירות. לבוש בשכבות מאפשר להוסיף או להסיר שכבות בקלות בהתאם לתנאי מזג האוויר. כיוון שהגוף מתאמץ יותר במזג אוויר קר, בשל הקור, השלג וההתאמות הפיזיולוגיות של הגוף, חשוב לשמור על גמישות בביגוד.

שכבות הן המפתח לנוחות ולשמירה על חום הגוף בתנאים משתנים.



שיטת שלוש השכבות

1

השכבה הפנימית

קרובה לעור, ומטרתה לשמור על יובש. כולל גרביים מנדפים (לא מכותנה), וחולצה ומכנסיים תרמיים.

2

שכבת הביניים

שכבת הבידוד, שמטרתה לשמר את החום. בדרך כלל כוללת פליז או סוודר חם, ולעיתים גם מכנסי בידוד קלים ונוחים.

3

השכבה החיצונית

שכבת ההגנה מפני רוחות, שלג וגשם. מומלץ לבחור במעיל חיצוני איכותי, עמיד למים ולרוח, עם בידוד מתאים.

חשיבות הביגוד העמיד למים ולרוח

חשוב שהביגוד החיצוני יהיה אטום למים ורוח. במהלך השייט בסירות הזודיאק יש התזות מים. בחלק מהאוניות שלנו - עם תחילת השייט תקבלו על הספינה חליפות סערה בהשאלה למשך הטיול, בחלק מהטיולים עליכם להגיע עם הציוד שלכם.

השאירו אוויר בין שכבות הביגוד

הביגוד במזג אוויר קר צריך לאפשר לגוף לשמור על חום באמצעות שכבות אוויר מבודדות. לכן חשוב שהבגדים לא יהיו צמודים מדי, אחרת יכולת הבידוד שלהם נפגעת והקור מורגש יותר. בנוסף, מומלץ להימנע מבגדי כותנה כשכבה פנימית, שכן הם סופגים לחות ומתייבשים לאט. העדיפו ביגוד תרמי ובדים מנדפי זיעה המיועדים לאקלים קר.



אנחנו ממליצים להביא:

- [ ] גטקעס תרמי וגרביים תרמיות (לא מכותנה)
- [ ] מכנסי סקי או טיולים עמידים לרוח ולמים
- [ ] אחד או שני פליזים או סוודרים חמים
- [ ] כפפות מבודדות ועמידות למים
- [ ] גרבי צמר חמים ועבים – לפחות שני זוגות
- [ ] צעיף או "חם צוואר"
- [ ] כובע צמר או כובע תרמי המכסה את האוזניים
- [ ] מעיל עמיד לרוח ולגשם
- [ ] שכבת בידוד נוספת – מעיל פוך קל או וסט תרמי
- [ ] נעלי ספורט נוחות לטיסות, לשהייה על הספינה ולהליכה בעיר (מגפיים מקבלים באונייה ולכן אין צורך במגפיים או בנעליים אטימות למים)
- [ ] לבוש לשהייה על הסיפון (פירוט בהמשך)
- [ ] משקפי שמש איכותיים
- [ ] קרם הגנה
- [ ] שפתון לחות

הלבוש על הספינה הוא בדרך כלל נוח ולא רשמי. במהלך היום נהוג ללבוש ג'ינס או מכנסיים נוחים, חולצה ארוכה או טי־שירט, פליז ומעיל שיהיה זמין ליציאה מהירה אל הסיפון.



תרופות אישיות

אם אתם נוטלים תרופות מרשם, הקפידו להביא כמות מספקת לכל אורך המסע.
מומלץ להצטייד גם בתרופות ללא מרשם לבעיות נפוצות כגון מחלת ים, כאבי ראש או כאבי בטן קלים.



ציוד צילום מומלץ

הרשימה הבאה היא בגדר המלצה בלבד, ואינה חובה להנאה או להשתתפות במסע:

- [ ] מצלמה
- [ ] מצלמה חלופית (אופציונלי)
- [ ] עדשת טלה לצילום של חיות בר (מעל 400 מ"מ מועדפת)
- [ ] עדשה למרחק בינוני לצילום חיות קרובות יותר (70–24 מ"מ)
- [ ] תיק מצלמה
- [ ] כיסוי עמיד למים לתיק המצלמה.
- [ ] ערכת ניקוי לעדשות
- [ ] כרטיסי זיכרון בכמות מספקת
- [ ] סוללות חלופיות (הן מתרוקנות מהר יותר בקור)
- [ ] מחשב נייד ודיסק קשיח חיצוני לגיבוי תמונות (אופציונלי)

למביאים מחשב נייד - מומלץ להתקין לייטרום קלאסיק לעריכת תמונות. ניתן להסתפק בגרסת נסיון גם.





סירות הזודיאק – הדרך להגיע אל הטבע

במהלך המסע נשתמש פעמים רבות בסירות זודיאק אשר הן סירות גומי קשיחות (Rigid Inflatable Boats) המשמשות למשלחות קוטביות כדי להגיע אל החופים, הקרחונים ובעלי החיים. הזודיאקים מאפשרים להגיע למקומות שספינת האם אינה יכולה להתקרב אליהם, והם חלק בלתי נפרד מחוויית המסע בשפיצברגן.

במהלך השיט יושבים על דפנות הסירה כשפניכם מופנות פנימה, בהתאם להנחיות צוות ההדרכה. חשוב להישאר ישובים לאורך כל ההפלגה ולהישמע להוראות הצוות בזמן העלייה, הירידה והשיט.

גם בימים שבהם מזג האוויר נעים, השהייה בזודיאק עלולה להיות קרה לאורך זמן. בנוסף, במהלך השיט יש לעיתים התזות של מי ים, ולכן חשוב להגיע לבושים בשכבות וללבוש שכבה חיצונית עמידה למים ולרוח.



קריאה מומלצת

ספרים מומלצים

01 **“Shackleton’s Boat Journey” – Frank A. Worsley**
הסיפור המרתק מנקודת מבטו של קפטן שאקלטון, שמתאר את מסעם המסוכן בסירה פתוחה מאי הפיל לדרום ג'ורג'יה — אחד מהישגי ההפלגה וההישרדות הגדולים ביותר בהיסטוריה

02 **“South: The Endurance Expedition” – Sir Ernest Shackleton**
התיאור המפורט של שאקלטון עצמו על מסע האנדיורנס (1914–1917), כולל חצייתו המדהימה של דרום ג'ורג'יה להצלת אנשי צוותו שנקלעו למצוקה

03 **“Shackleton’s Forgotten Men” – Lennard Bickel**
מספר את סיפור צוות ים רוס, הקבוצה שלעיתים נשכחת אשר תמכה במסע של שאקלטון מהצד השני של היבשת — סיפור מרגש וטראגי של התמדה והישרדות

04 **“The Island of South Georgia” – Robert Headland**
מדריך מקיף להיסטוריה, לגאוגרפיה, לחי ולצומח של האי ולמסעות החקר בו. נכתב על ידי אחד מהמומחים המובילים לשטחים של דרום ג’ורג’יה, והספר מושלם למי שמעוניין לשלב בין ידע מדעי והיסטורי





הספינה שלנו - מגלן אקספלורר

היא אחת האוניות המודרניות והמתקדמות ביותר המותאמות במיוחד לחקר הקוטב. עם חיזוק גוף בסיווג Polar Class 6 שנועד לשייט במים קפואים ותנאים מאתגרים, היא מספקת גם בטיחות וגם חוויית הפלגה חלקה

בזכות מייצבים, מנועי תמרון קדמיים ואחוריים, ומערכת ניווט עם זיהוי קרח, האונייה מתמרנת בקלות גם במפרצים צרים ובמעברים קפואים, ומאפשרת חוויות בלתי נשכחות של מפגש מקרוב עם בעלי החיים.

- שנת בנייה: 2019
- גודל: אורך כ-298 רגל (כ-91 מ'), רוחב 53 רגל (כ-16 מ')
- קיבולת נוסעים: 96
- צוות: כ-60 חברי צוות והדרכה

מתקנים על הספינה:

טרקלין תצפית זכוכית וחדר הרצאות עם ציוד אודיו-ויזואלי מתקדם, חדר אוכל, בר, ספרייה, חדר ישיבות, חדר כושר וסאונה, מרפאה, צי של 10 סירות זודיאק סיפון חרטום פתוח.

חשמל

בכל הסוויטות באונייה קיימים שקעים אירופיים במתח של 220 וולט. מומלץ להביא מתאם אוניברסלי המתאים לשקע אירופי. לנוחותכם, מומלץ גם להצטייד במפצל קומפקטי לטעינת מספר מכשירים במקביל.

טיפים

הטיפים אינם חובה אך מקובלים ומוערכים מאוד. מומלץ לתת כ:

15-20
דולר לאדם ליום לצוות המלון באונייה.

5-10
דולר לאדם ליום לצוות ההדרכה המקומי של האוניה

5-10
דולר לאדם ליום לצוות ההדרכה של פוטוטבע.

עישון

העישון אסור בכל האזורים הסגורים באונייה, לרבות הסוויטות, המסעדה, הטרקלינים והמעברים. ניתן לעשן רק באזורים החיצוניים המיועדים לכך. במהלך הנחיתות בחוף אין לעשן, אלא אם צוות המשלחת אישר זאת במפורש ובהתאם לתקנות המקומיות.

אינטרנט

Wi-Fi בסיסי זמין בחינם להודעות וגלישה בסיסית; ניתן לרכוש חבילת פרימיום למהירות וחיבור רחבים יותר. יש לקחת בחשבון שבאזורים מרוחקים או בתנאי מזג אוויר קשים החיבור עלול להיות מוגבל או מנותק



בריאות ובטיחות

על האונייה יש רופא דובר אנגלית לצרכים שוטפים (לא בית חולים מלא). צוות האונייה ומנהיג המשלחת רשאים להגביל גישה לחוף לנוסעים עם מגבלות תנועה, שכן עלייה לסירות זודיאק והליכה בשטח עלולה להיות מאתגרת

רחפנים

עקרונית אסור וכפוף לרשיון מקצועי מיוחד

מה מקבלים באונייה?

מגפי גומי אטומים למים שיתנו למהלך ההפלגה. .



למידע נוסף על האונייה, מתקני האונייה, החדרים ושאלות נפוצות נוספות ניתן לקרוא **כאן**

מאחלים לכם מסע מדהים

לכל שאלה אנו זמינים

צוות פוטוטבע

