

ILHA DO CAJU

Delta do Parnaíba - Maranhão - Piauí - Brazil



CHECK – LIST

*** RECOMENDAÇÕES DE ROUPAS E ACESSÓRIOS IDEAIS PARA A ESTADA NA ILHA DO CAJU "PARAISO ECOLÓGICO" E "AVENTURA"**

ROUPAS:

- . SHORTS
- . JEANS
- . CAMISA DE MANGA COMPRIDA TIPO JEANS OU SIMULAR
- . SWEAT-SHIRTS (MOLETON)
- . CAPA DE CHUVA
- . MEIAS SPORT
- . ROUPAS CAMOUFLAGE (T-SHIRT; CALÇA E BOTAS)

CALÇADOS:

- . TENIS PARA TREKKING OU CAMINHADA. BOTAS DE MONTARIA
- . BOTAS PARA ÁGUA
- . BOTAS PARA MATERIAL "GORE-TEX". BOTAS DE NEOPRENE
- . CHINELOS

ACESSÓRIOS:

- . ÓCULOS DE SOL
- . BINÓCULOS
- . BÚSSOLA
- . FACA
- . CANIVETE
- . LANTERNA
- . CANTIL
- . MOCHILA
- . CINTURÃO
- . CHAPÉU
- . CÂMARA FOTOGRÁFICA
- . CÂMARA DE VÍDEO
- . REPELENTE CONTRA MOSQUITOS
- . PROTETOR SOLAR MÍN. FATOR 30
- . PORTA MAPAS PLÁSTICO
- . MAPAS
- . KIT PRIMEIROS SOCORROS

ILHA DO CAJU

Delta do Parnaíba - Maranhão - Piauí - Brazil



. USE SEMPRE CHAPÉU DE ABA LARGA, POIS ELE PROTEGE A CABEÇA E O PESCOÇO DO SOL;

. USE SEMPRE ÓCULOS ESCUROS;

. USE ROUPAS LEVE E FOLGADAS. CORES CLARAS REFLETEM O CALOR E AJUDAM A MANTÊ-LO CONFORTÁVEL, EMBORA GERALMENTE NÃO PROTEJAM A PELE TÃO BEM DA PREJUDICIAL RADIAÇÃO ULTRAVIOLETA QUANTO CORES ESCURAS;

. BEBA BASTANTE LÍQUIDO, POIS ESTAMOS APROXIMADAMENTE A 2 GRAUS DO EQUADOR;

. NÃO SE EXPONHA, EXCESSIVAMENTE AO SOL NA PRAIA, POIS UMA INSOLAÇÃO PREJUDICARIA SUAS FÉRIAS. VOCÊ, COM CERTEZA, NÃO VAI QUERER RETORNAR ANTES DO PROGRAMADO!

. USE SEMPRE BLOQUEADOR SOLAR; OBSERVANDO O FATOR DE PROTEÇÃO COMPATÍVEL COM O SEU TIPO DE PELE

LEVE SEMPRE ÁGUA MINERAL E SACOS DE LIXO NOS PESSEIOS:

. RESPEITE SEU CORPO, POIS OS RITMOS NATURAIS DELE SÃO ALTERADOS POR VIAGENS AÉREAS E/OU RODOVIÁRIAS. DEPOIS DE CRUZAR ZONAS DE FUSOS HORÁRIOS E MUDAR DE UM CLIMA PARA OUTRO, SEU ORGANISMO PRECISA DE TEMPO PARA SE AJUSTAR ÀS NOVAS CONDIÇÕES. DESCANSE BASTANTE ANTES DE EMPREENDER QUALQUER ATIVIDADE EXTENUANTE.

. CASO VOCÊ OPTE POR UTILIZAR TRANSFER PRÓPRIO, NÃO ESQUEÇA DE COMUNICAR AO SETOR DE RESERAS O HORÁRIO DA SUA CHEGADA AO PORTO DA ILHA DO CAJU EVITANDO, DESTA FORMA, PRECISAR FICAR ESPERANDO NA PRAIA PELO NOSSO TRANSFER. LEMBRE-SE QUE O REFÚGIO MAIS PRÓXIMO FICA A 2KM DO PORTO.

. NÃO ESQUEÇA QUE AS DISTÂNCIAS NESTA REGIÃO SÃO "ENORMES". QUANDO AS PESSOAS PRESTAREM INFORMAÇÕES QUANTO ESTAS DISTÂNCIAS, PROCURE SE CERTIFICAR DE QUE É REALMENTE, PERTO OU DISTANTE. O MESMO PODE ACONTECER COM RELAÇÃO AOS HORÁRIOS.

SINTOMAS DA INSOLAÇÃO NÃO DEVEM SER CONFUNDIDOS COM PROBLEMAS GASTRO-INTESTINAIS, OS SINTOMAS PODEM SER: DOR DE CABEÇA, FEBRE, CALAFRIOS, VÔMITOS, DIARRÉIA. SE HIDRATE! USE ÁGUA MINERAL, SORO CASEIRO OU ÁGUA DE COCO.

.10 DIAS ANTES DE SUA VIAGEM, CONSULTE UM MÉDICO A RESPEITO DO COMPLEXO B VITAMÍNICO, QUE TEM EXELENTE EFEITO REPELENTE.

.SE FOR ALÉRGICO A ABELHAS OU A OUTROS INSETOS LEVAR CONSIGO UM KIT DE PRIMEIROS SOCORROS.

.VEJA COM O SEU AGENTE DE VIAGEM, O SEGURO IDEAL PARA ESSE TIPO DE VIAGEM.

.SE FOR ALÉRGICO A QUALQUER TIPO DE ALIMENTO, COMUNIQUE O REFÚGIO. ALGUNS DE NOSSOS PRATOS PODEM LEVAR ALGUM COMPONENTE NA SUA PREPARAÇÃO. EVITE IMPREVISTOS.

.À NOITE USAR SEMPRE CALÇA COMPRIDA;

.NA ILHA, EXISTEM LOCAIS COM LAMA QUE, PELA GRANDE CONCENTRAÇÃO DE NUTRIENTES, É UTILIZADA PELOS TURISTAS COMO SENDO MEDICINAL. PORTANTO NÃO SE INCOMODE SE, POR ACASO VOCE PISAR NA LAMA, POIS ELA NÃO LHE CAUSARÁ PREJUÍZOS A SAÚDE.

ILHA DO CAJU

Delta do Parnaíba - Maranhão - Piauí - Brazil



. SE, EM VIRTUDE DA LAMA OU DA AREIA, O SEU VEÍCULO TIVER DIFICULDADES DE SE LOCOMOVER, OPTE PELAS CAMINHADAS, ALÉM DE APROVEITAR MAIS A PAISAGEM FAZ MUITO BEM A SAÚDE.

.COOPERE COM O GUIA OU CONDUTOR, SEGUINDO TODAS AS SUAS ORIENTAÇÕES – ELE SERÁ O SEU COMPANHEIRO;

.AO ENTARDECER VOCÊ IRÁ PERCEBER A PRESENÇA DE MOSQUITOS, DIFERENTES DOS QUE ESTAMOS ACOSTUMADOS A VER, POR SE TRATAR DE UMA REGIÃO COM MATA VIRGEM. APESAR DA PRESENÇA DELES DE INÍCIO PARECER DESAGRADÁVEL, É IMPORTANTE LEMBRAR DA IMPORTÂNCIA QUE EXERCEM NA CADEIA ALIMENTAR NATURAL DA ILHA. DESTA FORMA OPTE PELO USO O REPELENTE “REPELEX” QUE É, COMPROVADAMENTE, EFICIENTE CONTRA ESTES INSETOS.

NAS PRIMEIRAS CHUVAS COSTUMAM APARECER "MOSCAS", O QUE NÃO SIGNIFICA ACÚMULO DE LIXO OU FALTA DE HIGIENE. É UM CICLO ANUAL E QUE INFELIZMENTE NÃO PODEMOS EVITAR. MAS NÃO SE PREOCUPE A PRESENÇA DELAS DÁ POR UM CURTO ESPAÇO DE TEMPO.

.APROVEITE, JÁ QUE NÃO TEMOS TELEVISÃO, PARA CURTIR A NATUREZA E, SE ESTIVER ACOMPANHADO, CURTA BASTANTE OS MOMENTOS A DOIS . A ILHA DO CAJU VAI PROPORCIONAR A VOCÊ UM ENCONTRO OU REENCONTRO MÁGICO COM O SEU "EU" MAIS PROFUNDO.

. APROVEITE PARA RELAXAR, DESCANSAR E MEDITAR. A ILHA DO CAJU É IDEAL PARA ISSO;

. NÃO LEVE PARA CASA CONCHAS, ESTRELAS DO MAR - A FAUNA MARINHA EM GERAL, APENAS BOAS LENDAS;

.NUNCA SAIA DA TRILHA OU VÁ A QUALQUER LUGAR, SEM ANTES CONSULTAR O GUIA OU CONDUTOR. VOCÊ PODE ACIDENTALMENTE PISAR EM UM NINHO COM OVOS OU MESMO DANIFICAR, SEM QUERER, PLANTAS ENDÊMICAS. TAMBÉM NÃO ESQUEÇA QUE VOCÊ NÃO CONHECE ESSE HABITAT NATURAL;

NÃO ESQUEÇA DE QUE A DIMENSÃO DE TEMPO AQUI É OUTRA E, QUE AS PESSOAS COSTUMAM AGIR DE ACORDO COM AS CULTURA LOCAL. LEIA UM POUCO SOBRE ESTA CULTURA E HABITOS LOCAIS ANTES DE EMBARCAR NESSA MARAVILHOSA AVENTURA;

.TROQUE IDÉIAS COM OS NATIVOS, FAÇA UM INTERCÂMBIO CULTURAL, VOCÊ VAI APRENDER E TAMBÉM ENSINAR MUITA COISA;

CONHEÇA O ARTESANATO DA REGIÃO, AS MÃOS HABILIDOSAS DE NOSSAS RENDEIRAS E TECELÃS QUE TRANSFORMAM O NOSSO ARTESANATO EM ARTE;

CONHEÇA A DURA VIDA DE NOSSOS PESCADORES E CATADORES DE CARANGUEIJO, QUE AO MESMO TEMPO É IDÍLICA;

. CONHEÇA A NOSSA MARAVILHOSA E DIVERSIFICADA CULINÁRIA,

. **ATENÇÃO:** SORO ANTIOFÍDICO SÓ PODE SER MINISTRADO POR MÉDICO E EM CASO DE EMERGÊNCIA O PACIENTE SERÁ TRANSFERIDO PARA UM HOSPITAL NA CIDADE DE PARNAÍBA.

ILHA DO CAJU

Delta do Parnaíba - Maranhão - Piauí - Brazil



ATENÇÃO: A MAIORIA DOS ESTABELECIMENTOS AINDA NÃO ACEITA CARTÃO DE CREDITO. NA CIDADE DE PARNAÍBA, APENAS NO BANCO DO BRASIL SE CONSEGUE FAZER SAQUE COM CARTÃO DE CRÉDITO INTERNACIONAL. NÃO ESQUEÇA DE TRAZER DINHEIRO TROCADO, POIS ÀS VEZES NÃO É FÁCIL SE TROCAR UMA CÉDULA DE R\$ 50,00 NA REGIÃO. SE VOCÊ PRETENDE FAZER TODO O ROTEIRO DOS LENÇÓIS MARANHENSES/DELTA DO RIO PARNAÍBA/CAMOCIM/JERICOACOARA ATÉ FORTALEZA AS INFORMAÇÕES ACIMA SÃO IMPRESCINDÍVEIS.

O REFÚGIO FICA A 1 Km DA PRAIA. MUITAS PESSOAS PERGUNTAM POR QUE? A SEDE DA MISSÃO JESUÍTA FICAVA NA CHAMADA "FAZENDA GRANDE" E EM FUNÇÃO DISSO SE APROVEITOU A ESTRUTURA JÁ EXISTENTE. A HISTÓRIA DOS ALDEAMENTOS INDÍGENAS (TRIBO TREMENBÉ) E A VISITA POR VOLTA DE 1660, DO PADRE ANTONIO VIEIRA À ILHA DO CAJU QUE, SEGUNDO INFORMAÇÕES LOCAIS, CHEGOU A REZAR UMA MISSA NA CASA SEDE, SE HOSPEDOU NO ATUAL "QUARTO DOS ARCOS" OU "TATU". EM VIRTUDE DAS CRENÇAS LOCAIS, MUITAS PESSOAS QUE DORMIRAM NESSE QUARTO DIZEM TER OUVIDO PASSOS E ATÉ MESMO, SENTIDO A PRESENÇA DE ALGUÉM DURANTE A NOITE. NÃO SE IMPRESSIONE COM ESTES DITOS POPULARES.

AGORA VOLTANDO AO POR QUE, É MUITO GOSTOSO DESPERTAR NO MEIO DA MATA AO SOM DE PASSARINHOS; SENTIR A FORÇA DA NATUREZA INTOCADA. É UMA ENERGIA INEBRIANTE!

.NO EMBARQUE E DESEMBARQUE VOCÊ PISARÁ NA ÁGUA OU CASO A MARÉ ESTEJA BAIXA, VOCÊ TERÁ CONTATO COM O FUNDO DO MAR QUE LHE DARÁ A IMPRESSÃO DE ESTAR PISANDO NA LAMA. ISSO FAZ PARTE DA AVENTURA. VENHA DE BERMUDAS OU SHORTS.

.GESTANTES, PESSOAS RECÉM-OPERADAS, PORTADORAS DE ALGUMA DEFICIÊNCIA FÍSICA, EXTREMAMENTE ALÉRGICAS A INSETOS E A COMIDAS, DEVEM EVITAR VIAJAR PARA A ILHA DO CAJU.

.NÃO ESQUEÇA DE TRAZER CALÇA COMPRIDA PARA A CAVALGADAS E PARA OS PASSEIOS NOTURNOS. É PROIBIDO SAIR À NOITE PARA OS PASSEIOS, DE SHORTS, SAIAS OU BERMUDAS. MENORES DEVERÃO ESTAR SEMPRE ACOMPANHADOS DE ADULTOS NOS PASSEIOS NOTURNOS.

.ANDA SEMPRE NOS CAMINHOS DE TIJOLOS, DIGO PASSARELAS, PRINCIPALMENTE À NOITE.

. MANTER JANELAS E PORTAS FECHADAS A PARTIR DAS 17:00 HS.

.A CORRENTEZA, PRINCIPALMENTE NA PRAIA OCEÂNICA É MUITO FORTE, POR ISSO VOCÊ DEVE SEGUIR AS INSTRUÇÕES DO GUIA OU CONDUTOR E NÃO SE AVENTURAR SOZINHO. O IDEAL É NUNCA SE AFASTAR DA LINHA DE PRAIA.

. NOS BARCOS, NUNCA ANDE NAS BORDAS, POIS VOCÊ PODE ESCORREGAR E TAMBÉM NÃO SUBA NO TETO DA EMBARCAÇÃO (CHALANA OU GAIOLA), PORQUE É PROIBIDO PELA CAPITANIA DOS PORTOS E A EMBARCAÇÃO ESTARÁ SUJEITA A UMA MULTA.

. NAS VOADEIRAS OU LANCHAS RÁPIDAS E CAIAQUES SEMPRE USE O COLETE-SALVA-VIDAS.

. NUNCA MERGULHE DE CABEÇA, POIS A DIFERENÇA DE PROFUNDIDADE DE UM LOCAL PARA O OUTRO PODE SER DE APENAS ALGUNS CENTÍMETROS. O IDEAL É MERGULHAR QUANDO A MARÉ ESTIVER ALTA E SEMPRE CONSULTE O GUIA OU O CONDUTOR.

EX.: A PROFUNDIDADE ONDE O BARCO SE ENCONTRA PODE SER DE 4(QUATRO) METROS E APENAS A 50 CM DALI PODE SER DE 1 METRO, PRINCIPALMENTE NA MARÉ BAIXA.

ILHA DO CAJU

Delta do Parnaíba - Maranhão - Piauí - Brazil



. QUANDO SALTAR DO BARCO PARA SUBIR UMA DUNA, OBSERVE QUE A DISTÂNCIA ENTRE A BASE DA DUNA (OU PÉ DA DUNA) E O CANAL QUE PASSA POR ALI É DE NO MÁXIMO 2 METROS. OBSERVE, TAMBÉM QUE A PROFUNDIDADE DO CANAL É SIMILAR A PISCINAS EM DECLIVE, HÁ ALTERAÇÃO NA PROFUNDIDADE. AO NADAR NUNCA, SE AFASTE MUITO DA BASE DA DUNA, PRINCIPALMENTE NA MARÉ BAIXA, POIS A CORRENTEZA É FORTE E O QUE VOCÊ, NEM SEMPRE CONSEGUE PERCEBER, IMEDIATAMENTE.

MARÉ BAIXA = A ÁGUA "CORRE" EM DIREÇÃO AO MAR - CORRENTEZA MUITO FORTE

MARÉ ALTA = A ÁGUA " CORRE EM DIREÇÃO AO ESTUÁRIO - CORRENTEZA FORTE

. NÃO JOGUE LIXO NAS TRILHAS, NEM NA ÁGUA. SE POSSÍVEL, RECOLHA O LIXO QUE ENCONTRAR . A NATUREZA AGRADECE!

. O LIXO QUE ÀS VEZES É ENCONTRADO NAS PRAIAS, INFELIZMENTE É PROVENIENTE DE BARCOS PESQUEIROS QUE AINDA NÃO TEM "CONSCIÊNCIA AMBIENTAL". SE FOR POSSÍVEL, AJUDE-NOS A TRAZÊ-LO ATÉ O REFÚGIO, ONDE DAREMOS UMA DESTINAÇÃO CORRETA A ELE;

CONHEÇA O NOSSO SANTUÁRIO ECOLÓGICO E CONTRIBUA PARA PRESERVÁ-LO E CONSERVÁ-LO.

. ESTEJA "ESPIRITUALMENTE E FISICAMENTE" PREPARADO PARA IMPREVISTOS QUE PODERÃO ACONTECER.

"MUITA DISPOSIÇÃO E UM BOM SENSO DE HUMOR!"

BOA VIAGEM!

ILHA DO CAJU

Delta do Parnaíba - Maranhão - Piauí - Brazil



10 Conselhos para você aproveitar melhor a sua estada no Refúgio Ecológico Ilha do Caju:

1. Não tenha pressa. A Ilha do Caju tem um ritmo próprio de tranquilidade. Se você ficar ansioso, querendo vivenciar tudo de uma só vez, não vai aproveitar o suave ritmo do lugar.
2. A Ilha do Caju oferece vários tipos de programas e vale a pena experimentar os passeios a cavalo e as caminhadas na mata nativa. É a melhor maneira de se observar à flora e a fauna locais.
3. Se você só tem 2 dias para desfrutar da natureza, tudo bem. Mas se puder ficar alguns dias a mais, aproveite os melhores momentos que acontecem depois do terceiro dia. É quando você começa a se integrar com a natureza e sentir uma grande paz interior.
4. O primeiro dia pode resultar num estranho impacto de sair da "nossa civilização" para um lugar onde se volta no túnel do tempo até próximo à época dos bandeirantes. É um choque para quem não tem costume de ficar sem as comodidades dos tempos modernos (telefone, ar condicionado, etc.) Não se assuste, São sintomas comuns e tem a ver com a nossa dependência urbana.
5. A Ilha do Caju não é um resort e nem pretende ser. Não espere luxo nem outras coisas típicas deste tipo de hospedagem. A nossa proposta é a integração com a natureza num ambiente rústico e aconchegante, mas também ermo e meio selvagem.
6. Não se deixe levar pelos vendedores inescrupulosos que desejam vender por vender. Consulte nossa página na Internet (www.ilhadocaju.com.br) ou os nossos(as) atendentes. Se tiver dúvidas, teremos o maior prazer em atendê-lo.
7. A Ilha do Caju vai colocá-lo num ritmo mais saudável de vida. Isso inclui horários para passeios e refeições. Esteja no lugar combinado na hora certa. Não se atrase, pois outras pessoas não gostariam de ficar a sua espera.
8. Não se assuste com os nossos horários. Na Ilha do Caju as atividades se encerram às 21:30 hs e iniciam às 6:00 hs. Isso é para você aproveitar para descansar com tranquilidade e poder acordar cedo para curtir as melhores horas do dia e da natureza. Não brigue com essa idéia. Deite, sonhe e relaxe!!!
9. Telefone não é importante na Ilha do Caju, assim como jornais ou TV. Evite ficar conectado. Faz parte do afastamento da rotina. Não traga celular para Ilha do Caju, pois ele só funciona na praia. Se trouxer, desligue.
10. Combata a agitação em que você vive normalmente. A serenidade, o silêncio e o contato com a natureza facilitam a comunicação com a sua alma e com o seu espírito.

ILHA DO CAJU

Delta do Parnaíba - Maranhão - Piauí - Brazil



Venha desfrutar desse santuário ecológico! Deixa de lado o estresse! Só coloque na mala os itens do nosso Check-list, muita disposição, paz respeito e amor pela natureza.