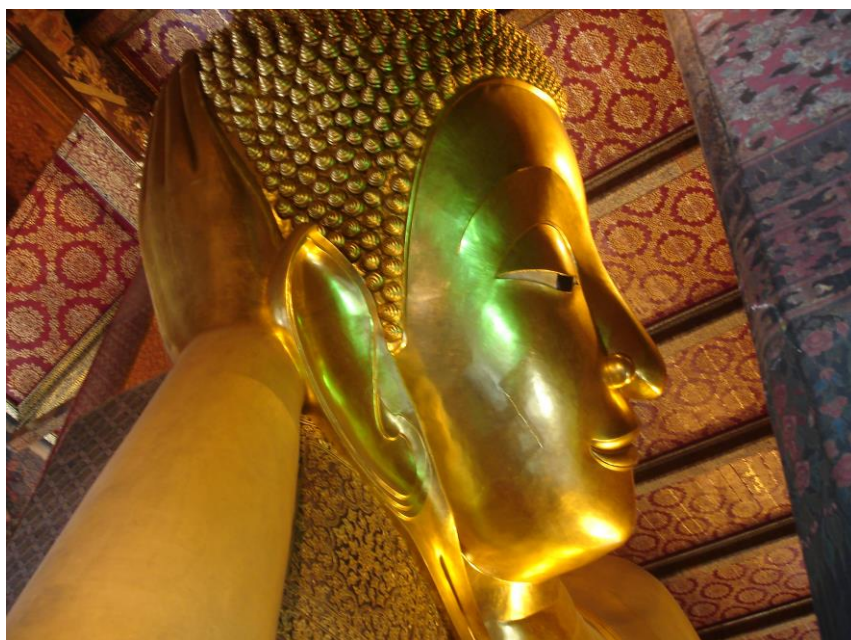


# CT Poland

Biuro Podróży

## Kambodża, Laos, Wietnam 20 dni

Informacje praktyczne



**CT Poland Biuro Podróży**

al. Jana Pawła II 61 lok. 2, 01 - 031 Warszawa

tel. 22 654 51 33

fax: 22 620 52 71

e-mail: [info@ctpoland.com.pl](mailto:info@ctpoland.com.pl)

[www.ctpoland.com.pl](http://www.ctpoland.com.pl)

*Członek Warszawskiej Izby Turystyki*

## CHARAKTERYSTYKA TRASY

**Kambodża, Laos, Wietnam** to trasa wiodąca przez najpiękniejsze i najważniejsze miejsca w Azji Południowo-Wschodniej. Podczas 20 dni zobaczą Państwo starożytne cywilizacje (świątynie Angkoru oraz My Son), nowoczesne metropolie (Hanoi oraz Sajgon), wspaniałe krajobrazy (zatoka Ha Long). Wypoczynek na słonecznych plażach pozwoli na odetchnięcie, po intensywnym zwiedzaniu.

## PRZELOTY MIĘDZYNARODOWE

Przeloty odbywają się samolotami rejsowymi z międzylądowaniami. Dokładne informacje o godzinach przelotów i zbiorce znajdą Państwo w liście przewodnim, który prześlemy na ok. trzy tygodnie przed wycieczką.

Podczas niektórych lotów na terenie Europy, linie lotnicze nie zapewniają posiłku oraz napojów. Wówczas istnieje możliwość kupienia kanapki na pokładzie za ok.

5 EUR/szt. Podczas długich rejsów do i z Azji serwowane będą dwa posiłki, w tym co najmniej jeden ciepły oraz zimne i ciepłe napoje.

**Wybór miejsca w samolocie możliwy jest tylko podczas odprawy na lotnisku.**

## DOKUMENTY PODRÓŻY

Podczas spotkania na lotnisku pilot przekaze Państwu dokumenty podróży: paszport, wydruk biletu elektronicznego na przelot międzynarodowy oraz polisę ubezpieczeniową. Pilot wręczy również zawieszki na bagaże. Dokumenty zostaną wydane po okazaniu potwierdzenia przyjęcia paszportu lub kopii umowy z naszym biurem. Bilety na przeloty wewnątrz Azji będzie miał ze sobą pilot lub przewodnik.

**UWAGA: Po odprawie prosimy nie wyrzucać wydruku biletu elektronicznego. Może okazać się on niezbędny podczas powrotnego lotu do Polski.**

Zgodnie z obowiązującymi przepisami w przypadku opóźnienia lub odwołania lotu linia lotnicza zapewnia przelot w późniejszym terminie, a jeśli to konieczne także nocleg i wyżywienie.

## BAGAŻ PODCZAS PRZELOTÓW MIĘDZYNARODOWYCH I WEWNĘTRZNYCH

**Bagaż główny:** Waga bagażu nadanego przez 1 osobę w trakcie odprawy biletowo-bagażowej nie powinna przekraczać 20 kg lub 30 kg (w zależności od linii lotniczej). Dla dwóch lub więcej osób posiadających jedną sztukę wspólnego bagażu, waga bagażu nie może przekroczyć również 20 kg lub 30 kg. **Informacje o przewoźniku oraz o limicie bagażowym znajdują Państwo w liście, który prześlemy na ok. trzy tygodnie przed wylotem.**

Podczas przelotów wewnątrz Azji ciężar nadanego bagażu nie może przekroczyć 20kg/os. Każda linia lotnicza ma własny taryfikator opłat za nadbagaż (np. KLM, Finnair ok. 80 EUR za kolejny bagaż o wadze do 23kg, w Azji ok. 10 USD za każdy dodatkowy kilogram nadawanego bagażu).

**UWAGA: Prosimy pamiętać o podpisaniu bagażu i zapięciu na szyfr lub kłódkę.**

Nasze firmowe zawieszki otrzymają Państwo z rąk pilota na lotnisku.



Warto zaopatrzyć się w kłódki z certyfikatem TSA (Transportation Security Administration). Służby celne mają prawo otworzyć walizkę w celach kontroli bezpieczeństwa. Tylko takie kłódki mogą być otwarte przez służby celne bez uszkodzania ich. Pozostałe po otwarciu nie nadają się już do użytku. Tyczy się to jednak tylko służb celnych w Europie i USA.

**Bagaż podręczny:** 1 sztuka, nieprzekraczająca wymiarami sześcianu o wymiarach 55cm / 40cm / 20cm i nie cięższą niż 5 - 8kg (zależnie od linii lotniczych); a także płaszcz, parasol, niewielkich rozmiarów torebkę i niewielką ilość materiałów do czytania na pokładzie samolotu. Wszystkich pasażerów obowiązują przepisy dot. przewozu bagażu, np. zakaz przewozu przedmiotów niebezpiecznych oraz przepisy celne i graniczne.

## PAKOWANIE BAGAŻU GŁÓWNEGO

Z uwagi na charakter wycieczki najwygodniejszym bagażem będzie walizka na kółkach o niewielkich rozmiarach.

Podczas pakowania przydatne okażą się duże plastikowe torby. Może się zdarzyć, że w trakcie podróży część ubrań zamoknie od deszczu czy wilgoci w powietrzu. W wilgotnym klimacie ubrania schną wiele dni i przełożenie ich do oddzielnych plastikowych toreb pozwoli oddzielić je od reszty suchych ubrań.

Zdarza się, że podczas lotu kosmetyki tracą szczelność i rozlewają się w bagażu. Dobrze jest je również zapakować w oddzielne plastikowe woreczki.

Jeśli podróżujemy z drugą osobą, mając do dyspozycji dwie walizki, dobrze jest spakować część rzeczy każdej z osób do jednej, pozostałe do drugiej. W przypadku opóźnienia jednego bagażu przez linie lotnicze, co zdarza się bardzo rzadko, pozwoli to komfortowo doczekać momentu dostarczenia przez linię bagażu.

Podczas wycieczki nie zapewniamy Państwu usług bagażowych w hotelach. Podczas pobytu na lotniskach usługi bagażowe nie są objęte ceną wycieczki, w niektórych miejscach nie są one w ogóle dostępne. Może się zdarzyć, że będą Państwo musieli sami przenieść bagaż z autokaru do hali odlotów. Prosimy wziąć to pod uwagę przygotowując bagaż.

## PAKOWANIE BAGAŻU PODRĘCZNEGO

Bagaż podręczny nie powinien być zbyt duży i ciężki. Warto trzymać dokumenty lub pieniądze w oddzielnych saszetkach, dodatkowo w plastikowych torbach, co ochroni je przed kurzem czy wilgocią. Dotyczy się to głównie paszportu, biletów lotniczych czy pieniędzy.

Ze względu na przelot samolotem (zarówno podczas przelotów międzynarodowych, jak i wewnątrz Azji) w bagażu podręcznym nie wolno przewozić przedmiotów zaliczanych do niebezpiecznych (nożyki, pilniczki oraz płyny, żele i aerozole itp.). Zgodnie z przepisami płyny przewożone w bagażu podręcznym muszą znajdować się w pojemnikach, z których żaden nie może przekraczać 100 ml - muszą być one zapakowane w jedną przezroczystą plastikową zamykaną torbę o pojemności nie przekraczającej jednego litra (np. torebka dwuścienna w wymiarach 22cm x 15cm, z plastikowym suwakiem). Perfumy i alkohol zakupione w sklepach wolnoślowych można wносить na pokład samolotów, jednak muszą być one zapakowane w specjalnie zapieczętowane przez personel sklepu torby.

**PŁYNY O POJEMNOŚCI POWYŻEJ 100 ML, ZAKUPIONE POZA UE, NIE MOGĄ BYĆ WWOŻONE DO UE W BAGAŻU PODRĘCZNYM** (oznacza to, że jeśli powrót do kraju odbywa się przez port UE, nie można dokonać zakupu takich płynów na lotnisku w Azji).

Definicja substancji płynnych, których w dużych ilościach nie wolno przewozić w bagażu podręcznym obejmuje: wodę i inne napoje, zupy, syropy, perfumy, żele (np. do włosów), pasty

(w tym pasty do zębów); kosmetyki w płynnej formie (błyszczak, podkład, tusz do rzęs), kremy, odżywki i oliwki, spraye, substancje płynne pod ciśnieniem (np. żele do golenia, dezodoranty) oraz inne substancje o podobnej konsystencji.

W bagażu podręcznym przyda się długopis, gdyż podczas podróży wypełnia się formularze wjazdowe, wyjazdowe, deklaracje celne oraz wizowe.

### CO ZABRAĆ ZE SOBĄ:

- ubrania dostosowane do trasy i terminu (proszę sprawdzić tabelę klimatyczną): lekkie, oddychające, wygodne, sweter lub inne ciepłe okrycie (może się przydać podczas pobytu w klimatyzowanych pomieszczeniach),
- wygodne obuwie, np. sportowe lub które łatwo zdjąć (wchodząc do wielu świątyń buddyjskich zdejmuje się obuwie),
- okrycie głowy dla ochrony przed słońcem, strój przeciwdeszczowy,
- leki zażywane regularnie (leki zażywane codziennie lub co kilka dni należy ZAWSZE wkładać do bagażu podręcznego),
- okulary przeciwsłoneczne, krem z filtrem, balsam nawilżający,
- przejściówkę do gniazdka elektrycznego,
- karty pamięci do aparatu fotograficznego lub zapasowe filmy, baterie,
- preparat przeciwko komarom.

### CZEGO NIE ZABIERAĆ

- dużych ręczników kąpielowych – są dostępne w każdym pokoju,
- grzałek elektrycznych do gotowania wody – w pokojach hotelowych są czajniki elektryczne.

### INFORMACJA O HOTELACH

- Hotele, z których korzystamy na trasie to obiekty o standardzie 3\* i 4\* oraz jeden nocleg na dżonce na zatoce Ha Long (kajuty 2-os. z łazienkami, niewielkie i prosto umeblowane). Łazienki wyposażone są w ręczniki kąpielowe, mydło, szampon, pastę do zębów (wszystkie w niewielkich opakowaniach), szczoteczki do zębów, papier toaletowy. W niektórych hotelach jest także suszarka do włosów oraz sejf. Zdarza się, że łazienki wyposażone są w dodatkowe produkty (gąbka do masażu, prezerwatywy, itp.) – wszystkie one są dodatkowo płatne. W razie wątpliwości prosimy pytać pilota. Hotele oferują 24 godzinny dostęp do ciepłej wody.
- W pokojach mogą znajdować się mini bary. Napoje i słodycze, które znajdują się w środku są dodatkowo płatne.
- Doba hotelowa trwa, w zależności od hotelu od godziny 12:00 - 14:00 do godz. 12:00 dnia następnego. Istnieje prawdopodobieństwo, że po porannym przylocie pokoje nie będą jeszcze dostępne; w takim przypadku najpierw realizowana będzie część zwiedzania. Po otrzymaniu przez pilota potwierdzenia z hotelu o możliwości wcześniejszego zakwaterowania, grupa pojedzie do hotelu.
- Ze względu na bogaty program zwiedzania, zazwyczaj nie ma możliwości powrotu do hotelu w ciągu dnia (grupa wyjeżdża rano po śniadaniu, a wraca wieczorem po kolacji).
- Zdarzają się hotele, które dysponują basenem i jeśli grupa wróci do hotelu w godzinach otwarcia basenu, można z niego skorzystać. Warto w związku z tym wziąć ze sobą czepek i kostium kąpielowy.
- Nocleg na dżonce będzie w kajutach dwuosobowych lub jednoosobowych (zgodnie z umową). Kajuty mają łazienki, ale brakuje w nich wyposażenia w kosmetyki, jak w pokojach hotelowych (dostępne są ręczniki oraz papier toaletowy). Brodziki prysznicowe mogą płytkie

i – warto zabrać klapki pod prysznic. Śniadanie serwowane na dżonce jest skromniejsze niż w hotelach – składa się zazwyczaj z tostów, jajek oraz kawy i herbaty.

## KLIMAT

**KAMBODŻA:** W Kambodży panuje klimat zwrotnikowy monsunowy z wyraźnym podziałem na dwie główne pory roku: suchą i deszczową. Wiejący od połowy maja do połowy października południowo-zachodni monsun przynosi ulewne deszcze. Od początku listopada do połowy marca słabe wiatry północno-wschodnie. W porze tej zachmurzenie jest zmienne, wilgotność powietrza niska, a deszcze padają sporadycznie. Średnia temperatura miesięczna waha się od 21°C w grudniu do 30°C w maju. Średnia temperatura roczna na terenach nizinnych wynosi ok. 25°C. Temperatury są najwyższe tuż przed rozpoczęciem pory deszczowej i mogą przekraczać 38°C. Najwyższe opady atmosferyczne notuje się na eksponowanych w kierunku morza stokach górskich (5000 mm), a najniższe na nizinnych obszarach centralnych (750–1400 mm). Średnia roczna suma opadów wynosi 1000–2000 mm. Ponad 70% przypada na okres wilgotnego letniego południowo-zachodniego monsunu.

**LAOS:** Laos położony jest w strefie klimatu zwrotnikowego monsunowego. Występują dwie pory roku: pora deszczów monsunowych – od połowy maja do połowy października, przeciętna temperatura ok. 30°C, oraz pora sucha – pozostałe miesiące, temperatura od 15 do 40°C. Najgoręcej jest od marca do kwietnia włącznie (temperatury przekraczają 40°C). Roczna suma opadów atmosferycznych jest wysoka i kształtuje się od około 1700 mm na północy kraju do około 3700 mm na Płaskowyżu Bolowen.

**WIETNAM:** Ze względu na znacznie rozciągnięty w kierunku południkowym kształt terytorium i specyficzne ukształtowanie terenu w Wietnamie wyróżnia się kilka stref klimatycznych. Klimat północnego Wietnamu zalicza się do wilgotnych podzwrotnikowych. W Wietnamie środkowym na północ od przełęczy Hải Vân i na południu kraju (półwysep Cà Mau, delta Mekongu) występuje klimat zwrotnikowy wilgotny, w odmianie monsunowej. Klimat Wietnamu Środkowego, na południe od przełęczy Hải Vân, zalicza się do klimatu zwrotnikowego z porą suchą i deszczową (typ sawanna). Większość opadów notowana jest w okresie od maja do września w czasie monsunu letniego wiejącego z południa i południowego - zachodu. Średnia miesięczna temperatura powietrza stycznia wynosi 15°C na północy i 26°C na południu. Latem średnia temperatura dochodzi do 29°C.

**Średnie najwyższych (W) i najniższych (N) temperatur w wybranych miastach, podane w °C**

Miesiąc	Phnom Penh		Siem Reap		Luang Prabang		Hanoi		Hue		Sajgon	
	W	N	W	N	W	N	W	N	W	N	W	N
I	31	22	31	19	28	13	19	14	23	17	31	22
II	33	22	32	21	32	14	19	16	24	18	32	23
III	34	23	34	23	34	17	22	18	27	20	33	24
IV	35	24	34	24	36	21	27	22	31	22	34	26
V	34	24	34	24	34	23	31	25	33	24	33	26
VI	33	24	33	24	34	23	32	27	34	25	33	25
VII	32	24	32	24	32	23	32	27	34	25	32	25
VIII	32	24	32	24	32	23	32	27	34	24	31	25
IX	31	24	31	24	33	23	31	26	31	23	31	24
X	31	24	31	23	32	21	28	23	28	22	31	24
XI	30	23	31	22	29	18	24	19	26	21	31	23
XII	30	22	30	19	27	15	22	16	24	18	31	22

## RÓŻNICA CZASU W STOSUNKU DO CZASU W POLSCE

Różnica czasu między Polską a Kambodżą, Laosem i Wietnamem wynosi 6 godzin zimą i 5 godzin latem. Na terenie każdego kraju występuje jedna strefa czasowa.

## PRZECHOWYWANIE PIENIĘDZY

Najlepiej zabrać ze sobą zarówno gotówkę, jak i karty kredytowe. Nigdy jednak nie należy trzymać ich w jednym miejscu. Dobrze jest również gotówkę rozłożyć na części. Przyda się specjalna torebka zawieszana na szyi bądź pasek z kilkoma kieszeniami, gdzie można trzymać pieniądze. Bezwzględnie należy pilnować pieniędzy w takich sytuacjach jak przepakowywanie, zakupy czy wymiana waluty.

## POSIŁKI I KUCHNIA

Podczas trasy będą Państwo mieli okazję spróbować różnych dań lokalnej kuchni. Śniadania są spożywane w hotelach. Mają zazwyczaj formę bufetu, gdzie dostępna jest kuchnia azjatycka i europejska. Restauracje dobieramy bardzo starannie, najczęściej są to lokalne restauracje poza hotelami. Posiłki spożywane są przy kilkusobowych stołach. W większości przypadków serwowane są zestawy obiadowe lub kilka potraw do podziału dla 4 lub 6 osób. Napoje do posiłków są dodatkowo płatne. Koszt napoju w restauracji wynosi od 2 do 5 USD.

**KAMBODŻA:** Potrawy kuchni khmerskiej charakteryzują się wyrazistością, są aromatyczne i kolorowe, jednak mało ostre, bardziej odpowiadające europejskiemu podniebieniu niż np. kuchnia tajska. Podstawę kuchni stanowią różne odmiany ryżu, z którego przyrządza się praktycznie wszystko, także alkohol. Przysmak to pikantny kurczak, gotowany na parze z pastą przygotowaną ze śmietanki kokosowej, chilli, sosu rybnego i krewetek. Charakterystyczna dla miejscowej kuchni jest prahok, czyli sfermentowana pasta rybna, sprzedawana w słoikach. Wiele deserów przygotowuje się z kokosów i bananów.

**LAOS:** Kuchnia Laosu jest zbliżona do kuchni tajskiej, wietnamskiej i khmerskiej. Podstawowymi produktami tej kuchni są: makaron (ryżowy, sojowy, maniokowy), ryż (charakterystyczny dla Laosu jest ryż klejący) i różne sałatki warzywne. Jada się potrawy smażone, duszone oraz gotowane na parze. Jedzenie jest pikantne i doprawione chili. Na wielu bazarach można spotkać bagietki.

**WIETNAM:** Współczesna kuchnia wietnamska pozostaje pod silnym wpływem obyczajów francuskich kolonizatorów. Z kolei tradycyjne wietnamskie potrawy są bardzo podobne do chińskich. Widocznym, ważnym wyjątkiem jest użycie sosu rybnego w miejsce sojowego. W wietnamskich przepisach używa się też bardzo często trawy cytrynowej oraz limonki. Kuchnię wietnamską dzieli się na trzy regiony. Północny Wietnam charakteryzuje się prostotą przygotowania, smażeniem potraw oraz użyciem dużej ilości sosu sojowego, co ma związek z dużym wpływem kuchni chińskiej na sztukę kulinarną tego regionu. Południowy Wietnam słynie z używania większej ilości warzyw, ryb i owoców, a kuchnia ta charakteryzuje się wpływami francuskimi z czasów kolonialnych. Najbardziej wyrafinowana w smaku i niepowtarzalna jest kuchnia środkowego Wietnamu, mająca cesarskie źródła. Jest ostrzejsza i bardziej kolorowa od pozostałych. Charakterystyczne jest jednoczesne podawanie wielu małych dań (ich ilość świadczy o zamożności rodziny). Niezwykle istotny jest sposób podania i wygląd dań.

## TRANSPORT

### AUTOKAR

Podczas trasy grupa przemieszcza się autokarami lub mikrobusami dostosowanymi do liczebności grupy. Autokary nie są wyposażone w toalety i lodówki. Kolejność zapisu na wycieczkę nie decyduje o wyborze zajmowanych miejsc w autokarze.

### SAMOLOTY

Zgodnie z programem wycieczki duże odległości pokonywać będą Państwo samolotami. Bilety na przeloty wewnętrzne będą w posiadaniu przewodnika lub pilota.

Podczas przelotów wewnętrznych korzystamy z różnych lokalnych linii, jak Vietnam Airlines czy Lao Airlines. Ich flotę stanowią najczęściej samoloty Airbus, Boeing oraz ATR.

Na trasach w Azji obowiązują te same zasady przewozu bagażu, co podczas przelotów międzynarodowych.

## OBŚŁUGA PILOTA I PRZEWODNIKÓW

Grupie towarzyszy licencjonowany polski pilot wycieczek, który spotyka się z grupą w dniu wylotu na lotnisku w Warszawie. W każdym mieście jest również przewodnik miejscowy posługujący się językiem ojczystym i angielskim. W zwiedzanych miejscach polski pilot tłumaczy to, co o zabytkach opowiadają lokalni przewodnicy. Pilot nie oprowadza grup po zwiedzanych miejscach, jednak służy zawsze swoją wiedzą i doświadczeniem.

## ZAKUPY

Waluta kambodżańska to RIEL (KHR) 1 USD = ok. 4300 KHR (stan z kwietnia 2015)

1 rieli dzieli się na 10 kaków i 100 senów. W użyciu są banknoty: 50, 100, 200, 500, 1000, 2000, 5000, 10 000, 20 000, 50 000, 100 000 rieli oraz monety: 50, 100, 200, 500 rieli.

Waluta laotańska to KIP (LAK) 1 USD = ok. 7650 LAK

1 kip dzieli się na 10 at. W użyciu są banknoty: 1, 5, 10, 20, 50, 100, 500, 1000, 2000, 5000, 10 000, 20 000, 50 000 kip oraz monety: 10, 20, 50 at oraz 1, 5, 10, 20, 50 kip

Waluta wietnamska to DONG (VND) 1 USD = ok. 21 060 VND

1 dong dzieli się na 10 hao i 100 xu. W użyciu są banknoty: 100, 200, 500, 1000, 2000, 5000, 10 000, 20 000, 50 000, 100 000, 200 000, 500 000 dongów oraz monety: 200, 500, 1000, 2000, 5000 dongów.

Ceny towarów spożywczych oraz na bazarach są z reguły zbliżone lub niższe od tych w Polsce. Powszechnie przyjętym zwyczajem jest **targowanie się** o cenę (ceny pierwotnie oferowane cudzoziemcom mogą być bardzo zawyżone) - targowanie się odbywa się często poprzez wypisywanie cen na kalkulatorze. Przed dokonaniem zakupu prosimy się upewnić co do jakości i autentyczności kupowanych artykułów.

### Przykładowe ceny:

**Kambodża** – kafejka intern. - 1 USD za godzinę, coca-cola 800-1000 KHR, bagietka 500 KHR.

**Wietnam** – kafejka intern – 1 - 2 USD za godzinę.

**Laos** – coca-cola 5000 LAK, woda 1500 LAK, kafejka intern – 1 - 2 USD za godzinę.

**Warto mieć ze sobą dolary o niskich nominałach (np. 1 \$). Przydają się do zakupu kartek pocztowych lub innych drobiazków, szczególnie podczas pierwszych dni pobytu**

## WYMIANA PIENIĘDZY, KARTY PŁATNICZE

Spośród walut zagranicznych najłatwiej jest wymienić dolary amerykańskie i euro.

**Laos:** W obiegu są kipy, tajske bahty oraz dolary. W wielu hotelach ceny podawane są w tych trzech walutach. Akceptowane są czeki podróżne (przy wymianie pobierana jest opłata w wysokości 2–3 proc.). Karty kredytowe są uznawane tylko przez większe hotele, niektóre restauracje oraz sklepy z wyrobami rzemiosła artystycznego. Pieniądze można wymieniać w bankach lub kantorach.

**Wietnam:** Walutę (euro, dolary) można wymienić w niemal każdym sklepie z wyrobami jubilerskimi lub w hotelu. W dużych miastach sieć kantorów jest dość dobrze rozwinięta. Większe hotele, sklepy, restauracje akceptują karty kredytowe. Walutą powszechnie używaną są dolary amerykańskie.

**Kambodża:** Walutą powszechnie używaną są dolary amerykańskie, którymi można regulować rachunki w hotelach, sklepach, na bazarach, w restauracjach, płacić za środki transportu. Istnieje gęsta sieć punktów wymiany walut. Większe hotele, sklepy, restauracje akceptują karty kredytowe.

## WYCIECZKI FAKULTATYWNE

Ideą CT Poland jako biura specjalizującego się w organizacji wycieczek jest jak najpełniejsza prezentacja odwiedzanego kraju. Wiele imprez oferowanych przez inne biura jako opcjonalne punkty programu, u nas wliczone są w cenę imprezy. Bogate programy stwarzają stosunkowo mało okazji do ich fakultatywnego uzupełniania. Oferowane na miejscu fakultety stanowią propozycję lokalnych przewodników i mogą odbywać się tylko pod warunkiem zrealizowania głównych punktów programu. Cena wycieczek fakultatywnych uzależniona jest od ilości osób w nich uczestniczących. Informacji na temat ewentualnych wycieczek fakultatywnych przekaże Państwu pilot.

## NAPIWKI

Pierwszego dnia wycieczki na ręce pilota należy przekazać kwotę na zwyczajowe napiwki dla lokalnych przewodników oraz kierowców. W cenę wycieczki nie są wliczone napiwki za usługi bagażowe w hotelach. Poza branżą turystyczną dawanie napiwków nie jest w Azji powszechnie przyjęte, jednak podczas korzystania z taksówki można zostawić niewielką resztę.

## POROZUMIEWANIE SIĘ

**Laos:** Języki urzędowe: laotański.

**Wietnam:** Język urzędowy: wietnamski. Inne języki używane: angielski, chiński (yue), francuski.

**Kambodża:** Język urzędowy: khmerski. Inne języki używane: angielski, francuski.

Oprócz języków urzędowych najczęściej używanemu językiem jest angielski. Posługuje się nim obsługa hotelowa oraz sprzedawcy na większych bazarach, nastawionych na turystów z zagranicy. Język angielski jest również językiem jakim posługują się lokalni przewodnicy podczas wycieczki.

## NAPIĘCIE ELEKTRYCZNE

W **Kambodży i Laosie:** 230V/50Hz, natomiast w **Wietnamie** 220V/50Hz. Poniżej najczęściej spotykane wtyczki. W każdym pokoju hotelowym powinna być również dostępna wtyczka, taka jak w Polsce.





## TELEFONY

Większość polskich operatorów telefonów komórkowych ma podpisaną umowę roamingową z lokalnymi operatorami. Prosimy dowiadywać się u swoich operatorów o stawki połączeń. Można również dzwonić do Polski z telefonów hotelowych. Minuta połączenia kosztuje najczęściej około 5 PLN. Kafejki internetowe dostępne są praktycznie w każdym hotelu. Średni koszt połączenia internetowego to ok. 5 USD. W większości hoteli jest możliwość korzystania z Internetu w pokoju, pod warunkiem posiadania własnego komputera. Internet w kafejkach poza hotelem kosztuje ok. 1-2 USD/godzinę.

## BEZPIECZEŃSTWO

Zarówno Kambodża, Laos jak i Wietnam są krajami bezpiecznymi i życzliwymi dla gości z zagranicy. Przestępczość w tych krajach jest stosunkowo niska. Należy jednak zachować ostrożność w miejscach uczęszczanych przez turystów oraz w środkach komunikacji (zdarzają się kradzieże kieszonkowe oraz przypadki wydania fałszywych banknotów). Wartościowe przedmioty i gotówkę należy trzymać przy sobie bądź w zamkniętym sejfie w pokoju lub w recepcji. Zarówno biuro jak i hotel nie odpowiadają za wartościowe rzeczy pozostawione poza sejfem w pokoju hotelowym. Korzystając z taksówki prosimy pamiętać o zabraniu paragonu wydawanego przez kierowcę. W przypadku pozostawienia czegokolwiek w taksówce umożliwi to identyfikację pojazdu.

## ZDROWIE PRZED WYJAZDEM

Wyjeżdżających do Indochin nie dotyczą obowiązkowe szczepienia. Do zalecanych szczepień należą wirusowe zapalenie wątroby typu A i B, błonica, tężec i polio, a także dur brzuszny. W razie potrzeby skorzystania z miejscowych usług medycznych należy zgłosić się do pilota, bądź bezpośrednio do centrum alarmowego Ubezpieczyciela (numer telefonu znajdują Państwo na polisie, którą przekaze Państwu pilot wycieczki). Na wypadek konieczności skorzystania z porady medycznej lub hospitalizacji koszty do 100 EUR z reguły pokrywa sam poszkodowany. Rachunki (należy pamiętać, aby zawsze o nie poprosić) rozliczane są po powrocie do Polski. Przed podróżą zalecamy wykonanie wszelkich niezbędnych badań oraz przeglądu stomatologicznego.

## LEKI

Ze względów praktycznych wskazane jest zabranie najczęściej stosowanych w domu leków. Apteczka podróżna powinna zawierać środki przeciw komarom, dezynfekujące, plastry, leki przeciw bieguncie i przeziębieniu.

Leki zażywane regularnie (codziennie lub co kilka dni) należy ZAWSZE wkładać do bagażu podręcznego). Jeśli w bagażu podręcznym planują Państwo przewozić igły do podawania leku, wówczas niezbędne będzie zaświadczenie w języku polskim i angielskim wydane przez lekarza, zaświadczone pieczęcią.

## **MALARIA**

Niektórzy lekarze zalecają profilaktykę przeciwmalaryczną. Środki przeciw komarom należy stosować prewencyjnie na terenie całych Indochin. Decyzja o przyjmowaniu doustnych środków antymalarycznych powinna nastąpić tylko po konsultacji z lekarzem.

## **ZDROWIE W PODRÓŻY**

Różnica flory bakteryjnej może być kłopotliwa dla osób o zwiększonej wrażliwości. Należy pamiętać, aby często myć i dezynfekować ręce.

Tempo zwiedzania dostosowane jest do kondycji przeciętnego turysty. W okresie letnim wilgotność i upał mogą jednak osłabić wytrzymałość. Należy pić dużo płynów, najlepiej wody lub zielonej herbaty.

## **JEDZENIE I PICIE W PODRÓŻY**

Aby ustrzec się chorób należy dbać o higienę osobistą, unikać żywności niewiadomego pochodzenia i pić wyłącznie napoje zamknięte fabrycznie. Prosimy unikać napojów z lodem, bowiem lód rzadko robiony jest na bazie butelkowanej wody. Przez otwarcie butelki należy zwrócić uwagę, czy nie była ona naruszona.

Z pewnością przydadzą się środki pozwalające szybko zdezynfekować dłonie – żele, chusteczki. Woda z kranu nadaje się do mycia zębów. Nie zaleca się jej spożywania. Owoce należy spożywać po ich umyciu i obraniu ze skórki.

Jedząc na ulicy powinno się zwrócić uwagę czy sprzedawca ma rękawiczki (jeśli serwuje jedzenie rękoma) oraz czy zachowane są inne podstawowe zasady higieny.

## **OCHRONA PRZECIWSŁONECZNA**

W Azji Południowo-wschodniej słońce operuje bardzo silnie przez cały rok. Prosimy o zabranie ze sobą środków z wysokim filtrem chroniących przed słońcem. Przyda się również czapka lub chustka oraz okulary przeciwsłoneczne.

## **TOALETY**

We wszystkich hotelach i restauracjach serwujących kuchnię zachodnią znajdują się toalety w stylu zachodnim. W restauracjach azjatyckich, na stacjach paliw, czy w zwiedzanych obiektach toalety mają charakter azjatycki (tzw. kucany). Toalety publiczne nie są powszechnie dostępne i zazwyczaj brakuje w nich papieru toaletowego.

## **JET LAG, CZYLI ZMIANA STREF CZASOWYCH**

Jet lag to typowa dolegliwość podczas przekraczania kilku stref czasowych w krótkim czasie. Charakteryzuje się ogólnym zmęczeniem, sennością i rozdrażnieniem.

Oto kilka rad, które pomogą Państwu przyzwyczać się szybko do nowej strefy czasowej.

1. Zaraz po wejściu do samolotu przestawić zegarek na czas obowiązujący w miejscu docelowym.
2. Od początku jeść i odpoczywać według czasu obowiązującego w miejscu docelowym.
3. Podczas nocnych przelotów spać jak najwięcej.
4. Unikać ciężkich potraw oraz dużych ilości alkoholu.
5. Podczas lotu warto co jakiś czas wstawać i robić lekkie ćwiczenia ruchowe.
6. Po przylocie unikać drzemki w ciągu dnia i położyć się spać według nowego czasu.

## **UBEZPIECZENIE**

Uczestnik imprezy organizowanej przez Biuro Podróży CT Poland jest ubezpieczony w Towarzystwie Ubezpieczeń i Reasekuracji Allianz Polska S.A. Ubezpieczenie obejmuje

pokrycie kosztów leczenia i pomoc w podróży (assistance) do 100 000 PLN na każde zdarzenie **(w tym, na podstawie dodatkowej umowy zawartej pomiędzy Biurem Podróży CT Poland a TUiR Allianz, ryzyko zaostrzeń i powikłań chorób przewlekłych)**; wypłatę świadczenia związanego z trwałym uszczerbkiem na zdrowiu z tytułu następstwa nieszczęśliwego wypadku do 10 000 PLN; pokrycie kosztów utraty lub opóźnienia dostarczenia bagażu podróжного do 1000 PLN. Szczegółowe informacje można znaleźć w „Ogólnych warunkach ubezpieczenia w podróży zagranicznej GLOBTROTTER”. Prosimy o dokładne zapoznanie się z warunkami ubezpieczenia, w szczególności z częścią „Wyłączenia odpowiedzialności”.

## **PASZPORT I WIZY**

Podczas podróży niezbędnym dokumentem będzie paszport. Paszport musi być ważny 6 miesięcy od daty powrotu z wycieczki oraz posiadać przynajmniej trzy wolne strony na wklejenie wiz oraz przybicie stempli granicznych. Posiadaczy paszportów RP obowiązują wizy do Kambodży, Laosu i Wietnamu.

Do Laosu i Kambodży wizy otrzymuje się na przejściach granicznych. Dokumenty potrzebne do uzyskania wizy: wypełniony wniosek wizowy (dostępny w punkcie granicznym), dwa kolorowe biometryczne zdjęcia do wizy laotańskiej i jedno do kambodżańskiej. Koszt wizy do Kambodży to 30 USD, a do Laosu 35 USD. Płatne na miejscu.

Wizę do Wietnamu uzyskuje się w Polsce i jest w cenie wycieczki. Na 40 dni przed wyjazdem należy dostarczyć do biura paszport, wypełniony wniosek wizowy (dostępny w biurze lub na naszej stronie [www.ctpoland.com](http://www.ctpoland.com)) oraz jedno kolorowe biometryczne zdjęcie.

## **PRZEPISY GRANICZNE, CELNE I DEWIZOWE**

**Nie wolno wwozić** narkotyków, broni, amunicji i materiałów wybuchowych  
Skrócone przepisy celne i dewizowe dotyczące RP znajdują Państwo na stronie [www:](http://www.mf.gov.pl)  
<http://www.mf.gov.pl>

## **POLSKIE PLACÓWKI DYPLOMATYCZNE**

### **WIETNAM**

#### **Ambasada Rzeczypospolitej Polskiej w Hanoi**

3 Chua Mot Cot, Hanoi

tel.: (00844) 384 520 27

faks: (00844) 382 369 14

E-mail: [hanoi.amb.sekretariat@msz.gov.pl](mailto:hanoi.amb.sekretariat@msz.gov.pl)

### **KAMBODŻA**

Brak placówki dyplomatycznej RP. Państwo podlega kompetencji terytorialnej Ambasady RP w Bangkoku (Tajlandia).

### **TAJLANDIA**

#### **Ambasada RP**

100/81-82, Vongvanij Building B, 25th Floor,

Rama 9 Road, Huaykwang,

Bangkok 10310

tel. (0066) 2 645-0367 do 9

tel. dyżurny: (0066) 819 364

fax (0066) 2 645-0365

E-mail: bangkok.amb.sekretariat@msz.gov.pl

## LAOS

### Konsulat Honorowy Rzeczypospolitej Polskiej w Vientiane

Mixai Techno Villa, 74 Inpeng Street Vatchan Village, Chanthabury District, P.O. Box 4148

Vientiane Capital City

tel.: (00856) 21-212-823 Tel.: (00856) 21-261-668

faks: (00856) 21-241-062

### ODPOWIEDZIALNA TURYSTYKA

Podróżując musimy pamiętać, że jesteśmy tylko gośćmi i że regulacje tego kraju zostały stworzone w oparciu o miejscowe realia a nie dla wygody turystów.

Należy pamiętać, aby:

1. Minimalizować skutki naszego pobytu.
2. Nie śmieć, nawet jeśli miejscowi to robią.
3. Nie robić zdjęć ludziom, jeśli sobie tego nie życzą.
4. Nie niecierpliwic się, jeśli np. sprzedawca nie rozumie o co nam chodzi.
5. Przestrzegać prawa danego regionu oraz lokalnych zwyczajów.
6. Szanować inne zwyczaje, nawet jeśli ich nie rozumiemy.
7. Okazywać szacunek w miejscach kultu religijnego, zachować ciszę, jeśli takie są regulacje w danym miejscu.

### PODSUMOWANIE

Podróżowanie po Azji różni się od podróży po Europie czy innych regionach świata. Dokładamy wszelkich starań, aby podróż Państwa przebiegła sprawnie i komfortowo. Na miejscu korzystamy z lokalnych firm transportowych, hoteli i restauracji doświadczonych w przyjmowaniu gości z Zachodu. Podróżowanie po obcych, dalekich tak innych od naszego kraju czasem niesie jednak ze sobą niespodzianki. W przypadku jakichkolwiek problemów prosimy zgłaszać uwagi, sugestie, prośby czy pytania do przewodników i pilota wycieczki. Są to osoby doświadczone w podróży i z przyjemnością będą służyć Państwu pomocą i opieką.

Życzymy Państwu udanej podróży!