



CT Poland

Biuro Podróży

SINGAPUR, MALEZJA z Borneo i BRUNEI

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

www.ctpoland.com.pl

Członek Warszawskiej Izby Turystyki

CHARAKTERYSTYKA TRASY

Singapur, Malezja z Borneo i Brunei to trasa wiodąca przez trzy kraje. Podczas 15 dni zobaczą Państwo nowoczesne miasta takie jak Singapur i Kuala Lumpur oraz piękne krajobrazy Borneo.

PRZELOTY MIĘDZYNARODOWE

Przeloty odbywają się samolotami rejsowymi z międzylądowaniem w jednym z portów lotniczych. Dokładne informacje o godzinach przelotów i zbiorce znajdują Państwo w liście, który zostanie wysłany na ok. dwa tygodnie przed wycieczką e-mailem (jeśli podali go Państwo na umowie) lub pocztą. Podczas niektórych lotów na terenie Europy, linie lotnicze nie zapewniają posiłku oraz napojów. Jest wówczas możliwość kupienia kanapki na pokładzie za ok. 5 EUR/szt. Podczas długich rejsów do i z Azji serwowane będą dwa posiłki, z których co najmniej jeden będzie ciepły oraz zimne i ciepłe napoje. **Wybór miejsca w samolocie możliwy jest zazwyczaj tylko podczas odprawy na lotnisku.**

DOKUMENTY PODRÓŻY

Podczas spotkania na lotnisku pilot przekaze Państwu dokumenty podróży: wydruk biletu elektronicznego na przelot międzynarodowy oraz polisę ubezpieczeniową. Pilot wręczy Państwu również zawieszki na bagaże. Dokumenty zostaną wydane po okazaniu dowodu osobistego lub kopii umowy z naszym biurem. **Proszę pamiętać o zabraniu paszportu jak również jego kserokopii.**

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 WEWNĄTRZNYCH

Bagaż główny: Każdy pasażer może mieć jedną sztukę bagażu głównego. Waga bagażu nadanego przez 1 osobę w trakcie odprawy biletowo-bagażowej nie powinna przekraczać 20 kg lub 23 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 23 kg. Informacje o przewoźniku oraz o limicie bagażowym znajdują Państwo w liście, który prześlemy na ok. dwa tygodnie przed wylotem. Każda linia lotnicza ma własny taryfikator opłat za nadbagaż (np. KLM, Finnair ok. 80 EUR za kolejny bagaż o wadze do 23 kg). Szczegółowych informacji udzieli Państwu pracownik naszego biura lub pracownik linii lotniczych.

Podczas przelotów wewnątrz Malezji ciężar nadanego bagażu **nie może przekroczyć 20 kg/os.**

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 uszkodzenia ich. Pozostałe po otwarciu nie nadają się już do użytku. Dotyczy się to jednak tylko służb celnych w Europie i USA.

Bagaż podręczny: 1 sztuka, nie przekraczająca wymiarami sześcianu o wymiarach 55cm / 40cm / 20cm i nie cięższą niż 5-8 kg (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 zagubienia jednego bagażu przez linie lotnicze, co zdarza się bardzo rzadko, pozwoli to komfortowo doczekać momentu dostarczenia przez linię zagubionego bagażu.

Podczas pobytu na lotnisku 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 lub z pociągu do autokaru. 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 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 22 cm x 15cm, z plastikowym suwakiem). Perfumy i alkohol zakupione w sklepach wolnoślowych można wносить na pokład samolotów, jednak muszą być one zapakowane w specjalnie zabezpieczone przez personel sklepu torby.

PŁYNY O POJEMNOŚCI POWYŻEJ 100 ML, ZAKUPIONE POZA UE, NIE MOGĄ BYĆ WWOŻONE NA TEREN 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 formularz wjazdowy.

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 parku Kota Kinabalu)
 - wygodne obuwie, np. sportowe lub które łatwo zdjąć, sandały,
 - podręczny plecak na wycieczki,
 - okrycie głowy dla ochrony przed słońcem,
 - strój przeciwdeszczowy,
 - okulary przeciwsłoneczne,
 - krem z filtrem, odporny na pot
 - balsam nawilżający,
 - preparat przeciwko komarom,
 - LATARKE,
 - LORNETKĘ,
 - strój kąpielowy: ze względu na lokalne obyczaje prosimy aby Panie nie zabierały strojów typu bikini.
 - przejściówkę do gniazdka elektrycznego,
 - karty pamięci do aparatu fotograficznego lub zapasowe filmy, baterie,
 - ze względu na pobyt w rejonie tzw. długich domów można zabrać ze sobą drobne upominki dla dzieci (długopisy, kredki, ołówki, zabawki edukacyjne, książeczki) lub przedmioty codziennego użytku dla lokalnej ludności (biszkoty, sucharki).
- Prosimy nie zabierać słodczy.**

CZEGO NIE ZABIERAĆ

- dużych ręczników kąpielowych – są dostępne w każdym pokoju,

INFORMACJA O HOTEŁACH

- Hotele, z których korzystamy na trasie to obiekty o standardzie 4*/ 3*. Łazienki wyposażone są w ręczniki kąpielowe, mydło, szampon (wszystkie w niewielkich opakowaniach) oraz papier toaletowy. W niektórych pokojach znajdują się także: szczoteczki i pasta do zębów, jednorazowe klapki, suszarka do włosów, czajnik 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.
- Hotele w lasach tropikalnych na Borneo są skromniejsze. W łazienkach mogą być podstawowe środki czystości i sam prysznic (bez wanny). Mogą zdarzyć się przerwy w dostawie elektryczności.
- W pokojach mogą znajdować się mini bary. Napoje i słodczy, 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.

KLIMAT

SINGAPUR: Położony w odległości zaledwie 136 km od równika. Pomiędzy grudniem a marcem z kierunku północno-wschodniego wieją wiatry pasatowe, zaś od czerwca do września, z południowo-zachodniego – monsuny, które przynoszą znaczne opady deszczu. Podobnie jak w innych krajach o klimacie tropikalnym, opady deszczu są tutaj gwałtowne, ale krótkie. Dienne temperatury rzadko spadają poniżej 25° C.

MALEZJA: Wahania temperatur w Malezji są stosunkowo niewielkie i przez cały rok utrzymuje się temperatura pomiędzy 20 a 30° C, jednocześnie utrzymuje się wysoka wilgotność powietrza. Pomiędzy październikiem i lutym opady deszczu występują przede wszystkim na wschodnim wybrzeżu Półwyspu Malajskiego oraz w stanach Sabah i Sarawak. Na zachodnim wybrzeżu opady występują od kwietnia do maja oraz od października do listopada. Rocznie opady deszczu wynoszą od 2000 do 2500 ml.

BRUNEI: Klimat kraju jest równikowy, wilgotny. Od listopada do marca występują duże opady deszczu.

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

Miesiąc	Singapur		Kuala Lumpur		Kota Kinabalu	Kuching		Bandar Seri Begawan	
	W	N	W	N	średnie	W	N	W	N
I	29	24	32	23	29	29	23	29	24
II	31	24	32	23	29	30	23	30	24
III	31	25	32	23	30	31	23	31	24
IV	32	25	32	23	31	32	23	32	24
V	31	26	32	24	31	32	24	32	24
VI	31	26	32	24	31	32	27	32	23
VII	31	26	32	23	30	32	23	32	23
VIII	31	26	32	23	30	32	23	32	23
IX	31	24	32	23	30	32	23	32	23
X	31	25	32	23	30	32	23	31	23
XI	31	24	31	23	30	31	23	31	23
XII	29	24	31	22	30	30	23	31	23

RÓŻNICA CZASU W STOSUNKU DO CZASU W POLSCE

Różnica czasu między Polską a Singapurem i Malezją wynosi 7 godzin zimą i 6 godzin latem.

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

Podczas trasy będą Państwo mieli okazję spróbować różnych dań lokalnej kuchni. Śniadania są spożywane w hotelach. Mają formę bufetu, gdzie dostępna jest kuchnia azjatycka i europejska. Restauracje dobieramy bardzo starannie, najczęściej są to lokalne restauracje poza hotelami. Posiłki spożywane są przy kilkuosobowych stołach. W większości przypadków serwowane są zestawy obiadowe. Napoje do posiłków są dodatkowo płatne.

SINGAPUR: Ze względu na jego wielonarodowość, można skosztować specjałów wielu kuchni świata: malajskiej, chińskiej, indonezyjskiej, indyjskiej, tajskiej, japońskiej i koreańskiej. Kuchnia europejska oraz dalekowschodnia obecna jest także w restauracjach i kawiarniach dużych hoteli.

MALEZJA: Kuchnia malajska jest bogata w przyprawy i mleko kokosowe. Większość potraw składa się z ryżu z warzywami z dodatkiem ryb, kurcząt i innych mięs (z wyjątkiem wieprzowiny). Malajowie jedzą także wiele dań z makaronu.

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

Podczas przelotów wewnętrznych korzystamy z różnych lokalnych linii (np. Air Asia). Ich flotę stanowią najczęściej samoloty Airbus lub Boeing.

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

RUCH ULICZNY

Prosimy pamiętać, że w Singapurze, Malezji i Brunei obowiązuje ruch lewostronny. Dla własnego bezpieczeństwa należy korzystać zawsze z oznakowanych przejść dla pieszych, przejść podziemnych i kładek dla pieszych.

OBSŁUGA 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

SINGAPUR

Jednostką monetarną w Singapurze jest dolar singapurski (SGD).

1 USD = ok. 1,35 SGD, 1 EUR = 1,5 SGD.

Dolar singapurski dzieli się na 100 centów. W obiegu są zarówno banknoty, jak i monety. Banknoty mają następujące nominały: 1, 2, 5, 10, 20, 50, 100, 500, 1000 i 10000 SGD. Monety: 1, 5, 10, 20 i 50 centów oraz 1 SGD. Banki realizują czeki podróżne (do operacji potrzebny jest paszport) i skupują walutę. Niektóre z banków wymieniają tylko gotówkę.

MALEZJA

Oficjalną walutą w Malezji jest malajski ringgit (MYR).

1 USD = ok. 3,69 MYR, 1 EUR = 4,1 MYR

Jeden ringgit dzieli się na 100 sen. W obiegu są monety 5, 10, 20 i 50 senowe oraz moneta 1-ringgitowa. Malajskie banknoty mają następujące nominały: 2, 5, 10, 20, 50, 100, 200, 500 oraz 1000 ringgitów.

BRUNEI:

Oficjalną walutą w Brunei jest dolar Brunei (BND).

1 USD = ok. 1,4 BND, 1 EUR = ok. 1,53 BND

Dolar Brunei dzieli się na 100 centów. Jest w użyciu od 1967 roku. Kiedy utworzono Malezję, a Singapur uzyskał niepodległość, dolar Brunei zastąpił dolara Malajów i Brytyjskiego Borneo. Do dzisiaj dolarem Brunei można płacić w Singapurze a singapurskim w Brunei.

W obiegu są następujące monety: 1, 5, 10, 50 centów, zaś banknoty występują w nominałach: 1, 5, 10, 50, 100 dolarów oraz rzadziej używane: 20, 25, 500, 1000, 10 000 dolarów.

WYMIANA PIENIĘDZY, KARTY PŁATNICZE

Spośród walut zagranicznych najłatwiej jest wymienić dolary amerykańskie i euro.

Banki czynne są od poniedziałku do piątku, w godz. 9.30-15.30. Większość z nich znajduje się w pobliżu miejsc odwiedzanych często przez turystów. W pobliżu hoteli banki mają swoje kantory wymiany walut, czynne codziennie, w godz. ok. 8.00-20.00. Gotówkę można najkorzystniej wymienić w banku lub w oficjalnych kantorach wymiany (Money Changer). Można to zrobić również w recepcji hotelowej, z tym że kurs jest tutaj zwykle mniej korzystny.

W hotelach, z których korzystamy oraz w większości dużych sklepów honorowane są międzynarodowe karty płatnicze takie jak np. VISA, MasterCard, American Express.

Ceny towarów spożywczych w supermarketach i większych sklepach są z reguły zbliżone lub niższe od tych w Polsce. Ceny towarów na targowiskach są z reguły znacznie niższe niż w Polsce.

Na bazarach powszechnie przyjętym zwyczajem jest **targowanie się** o cenę (ceny pierwotnie oferowane cudzoziemcom mogą być bardzo zawyżone) - targowanie odbywa się często poprzez wypisywanie cen na kalkulatorze. Przed dokonaniem zakupu prosimy upewnić się co do jakości i autentyczności kupowanych artykułów.

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.

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, wyjątkiem jest korzystanie z taksówki.

POROZUMIEWANIE SIĘ

SINGAPUR: Językiem urzędowym jest język angielski, w użyciu są również chiński, malajski i tamilski.

MALEZJA: Językiem urzędowym jest malajski. Angielski jest powszechnie używany. Poszczególne grupy etniczne mówią swoimi własnymi językami i dialektami. Wszystkie rozkłady jazdy na dworcach kolejowych i autobusowych, a także tabliczki z nazwami ulic mają również napisy w języku angielskim.

BRUNEI: Językiem urzędowym jest malajski. Angielski jest powszechnie używany. W użyciu jest również chiński.

NAPIĘCIE ELEKTRYCZNE

Singapur: 230V / 50Hz, Malezja 240V/50Hz, Brunei 220-240V/50Hz. W hotelach potrzebna jest przejściówka, którą można wypożyczyć w hotelu. Typy wtyczek spotykane w poszczególnych krajach:

SINGAPUR, MALEZJA I BRUNEI



TELEFONY

Polskie telefony komórkowe posiadające roaming działają. Niektórzy polscy operatorzy oferują dostęp do Internetu w komórce. Prosimy dowiadywać się u swoich operatorów o stawki połączeń oraz możliwość korzystania z Internetu. 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/godzinę. 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 Singapur, Malezja jak i Brunei 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 sejfie 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.

W Malezji przestępczość jest stosunkowo niewielka. Poważnym i stale rosnącym problemem są jednak kradzieże damskich torebek dokonywane przez złodziei na motocyklach. Rabunek dokonywany jest przez co najmniej dwie osoby, aczkolwiek zdarzają się napady grupowe i z użyciem broni palnej lub ostrych narzędzi. Zagrożenie terrorystyczne zasadniczo nie występuje. Na wodach przybrzeżnych Malezji, w cieśninie Malakka i na wschodnim Borneo występuje zjawisko piractwa morskiego.

ZDROWIE PRZED WYJAZDEM

Wyjeżdżających do Singapuru, Malezji i Brunei 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 znajdą 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 biegunce i przeziębieniu.

Jeśli w bagażu podręcznym planują Państwo przewozić igły do podawania leku, wówczas niezbędne będzie zaświadczenie w języku polskim i angielskim wydane przez lekarza, zaświadczone o konieczności podania leku, poświadczony pieczęcią.

MALARIA

Niektórzy lekarze zalecają profilaktykę przeciwmalaryczną. Środki przeciw komarom należy stosować prewencyjnie na terenie całej Azji Południowo-wschodniej. 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 mogą być toalety w stylu zachodnim. W restauracjach azjatyckich, na stacjach paliwowych, czy w zwiedzanych obiektach toalety mają charakter azjatycki (tzw. kucany). Toalety publiczne nie są powszechnie dostępne.

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 stempli granicznych. Prosimy pamiętać o zabraniu paszportu na lotnisku.

Obywateli RP nie obowiązują wizy do Singapuru, Malezji i Brunei.

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.gov.pl):

<http://www.mf.gov.pl>

W Singapurze i Malezji obowiązuje bardzo restrykcyjne prawodawstwo. Posiadanie najmniejszej ilości narkotyków bywa karane śmiercią

W Brunei nie wolno wwozić artykułów spożywczych non-halal, czyli niezgodnych z rytualnymi przepisami religijnymi islamu. Dopuszczalne jest wwiezienie przez osobę powyżej 17 roku życia 2 butelek alkoholu i 12 puszek piwa. Przemysł narkotyków karany jest śmiercią. Inne restrykcje celne nie odbiegają od powszechnie przyjętych standardów. Nie ma podatku VAT.

POLSKIE PLACÓWKI DYPLOMATYCZNE

SINGAPUR

Ambasada RP

435 Orchard Road #17-02/03, Wisma Atria, Singapore 238877

tel.: (0065) 62359478

tel. dyżurny: (0065) 96738548

faks: (0065) 62359479

singapur.amb.sekretariat@msz.gov.pl

MALEZJA

Ambasada RP

No 10, Lorong Damai 9, Off Jalan Damai, 55000

P.O. Box 10052, 50704 Kuala Lumpur Malaysia

tel. (0060) 3 2161 0780

tel. dyżurny: (0060) 12 200 9224

fax. (0060) 3 42570123

e-mail: kualalumpur.amb.sekretariat@msz.gov.pl

BRUNEI: Brak polskiej placówki dyplomatycznej

Ambasador RP w Kuala Lumpur (Malezja) akredytowany jest również w Brunei.

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 śmiecić, 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.

Singapur jest jednym z najczystszych miejsc na świecie. Za wyrzucanie śmieci i niedopałków papierosów na ulicy grozi grzywna do 500 SGD. Ustawa zakazuje również palenia w autobusach, taksówkach, windach i budynkach użyteczności publicznej oraz we wszystkich klimatyzowanych restauracjach Singapurze obowiązuje zakaz żucia gumy.

RELIGIA, OBYCZAJE

W Malezji i Brunei należy przestrzegać muzułmańskich norm zwyczajowych, nie ubierać się wyzywająco i zachować umiar w spożywaniu alkoholu. Zalecenia te dotyczą zwłaszcza prowincji, gdzie przeważają muzułmanie i gdzie tradycyjne nakazy i zakazy islamu są bardziej rygorystycznie przestrzegane i egzekwowane. Należy pamiętać, by wskazując coś lub kogoś używać kciuka. Obowiązuje zakaz spożywania alkoholu w miejscach publicznych. W Brunei homoseksualizm jest nielegalny. Współżycie między mężczyznami jest zagrożone karą grzywny lub długoletniego pozbawienia wolności.

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!