



**CT Poland**

**Biuro Podróży**

# **INFORMACJE PRAKTYCZNE**

## **Tajlandia 13 dni**



**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

**Tajlandia 13 dni** to trasa doskonale łącząca zwiedzanie z wypoczynkiem. Podczas 13 dni zobaczą Państwo zarówno najważniejsze miejsca, które odegrały kluczową rolę w historii Tajlandii, nowoczesne miasta, jak i piękne krajobrazy północy wraz zamieszkującymi mniejszościami etnicznymi. Uczestnictwo w tej trasie to gwarancja bogatego programu zwiedzania, komfortowego zakwaterowania i wypoczynku na bajecznych plażach

## PRZELOTY MIĘDZYNARODOWE

Przeloty odbywają się samolotami rejsowymi z międzylądowaniem w jednym z portów lotniczych. Dokładne informacje o godzinach przelotów znajdują Państwo w załączonym liście przewodnim. Podczas niektórych krótkich lotów 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 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 również zawieszki na bagaże. Dokumenty zostaną wydane po okazaniu dowodu osobistego lub kopii umowy z naszym biurem. Bilet na przelot wewnętrzny oraz przejazd pociągiem nocnym będzie miał ze sobą lokalny przewodnik lub pilot.

**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:** 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 przewodnim. Podczas przelotów wewnątrz Tajlandii ciężar nadanego bagażu nie może przekroczyć 20 kg/os. Każda linia lotnicza ma własny taryfikator opłat za nadbagaż (np. KLM, Finnair ok. 80 EUR za kolejny bagaż o wadze do 23 kg).

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

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, nie przekraczająca wymiarami sześciangu o wymiarach 55cm / 40cm / 20cm i nie cięższą niż 5-7 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, na dworcu czy podczas przeprawy promowej 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. Tyczy się to głównie paszportu, biletów lotniczych czy pieniędzy.

Ze względu na przelot samolotem (zarówno podczas przelotów międzynarodowych, jak i wewnątrz Tajlandii) 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 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 liczne formularze wjazdowe, wyjazdowe, deklaracje celne itd.

### **CO ZABRAĆ ZE SOBĄ:**

- ubrania: powinny być dostosowane do trasy i terminu (proszę sprawdzić tabelę klimatyczną); lekkie, oddychające, wygodne ubrania, sweter lub inne ciepłe okrycie może się przydać podczas pobytu w klimatyzowanych pomieszczeniach, np. w pociągu, w hotelach czy restauracjach,
- wygodne obuwie, np. sportowe lub takie, które łatwo zdjąć wchodząc do świątyń,
- mały plecak (aby zapakować rzeczy potrzebne w czasie zwiedzania),
- 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,
- strój kąpielowy,
- karty pamięci do aparatu fotograficznego lub zapasowe filmy, baterie,
- mały ręczniczek lub wilgotne chusteczki, których można użyć np. podczas podróży pociągiem (w pociągu nie ma możliwości skorzystania z prysznica),
- preparat przeciwko komarom.

### **CZEGO NIE ZABIERAĆ**

- dużych ręczników kąpielowych – są dostępne w każdym pokoju hotelowym
- naczyń i grzałek do gotowania wody – czajniki i filizanki są dostępne w każdym pokoju hotelowym

### **INFORMACJA O HOTELACH**

- Hotele, z których korzystamy na trasie to obiekty o standardzie 3\* i 4\*. Pokoje hotelowe wyposażone są w łazienkę, klimatyzację, telewizor oraz telefon. W pokojach zazwyczaj znajdują się czajniki, filizanki, szklanki do napojów oraz sejf. Łazienki wyposażone są w ręczniki kąpielowe i do rąk, mydło, szampon, jednorazowe klapki oraz papier toaletowy. W niektórych hotelach jest także suszarka do włosów i szlafrok. Niektóre 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 słodczyce, które znajdują się w środku są dodatkowo płatne.

- Doba hotelowa w Tajlandii, tak jak w większości państw na świecie, trwa, w zależności od hotelu od godziny 12:00-14:00 do godz. 12:00 dnia następnego. Istnieje prawdopodobieństwo, że po porannym przylocie do Bangkoku, jak również po nocnej podróży pociągiem, 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).

## PASZPORT

Podczas podróży niezbędnym dokumentem jest paszport. Paszport musi być ważny minimum 6 miesięcy od daty powrotu z wycieczki oraz posiadać przynajmniej jedną wolną stronę na stempel graniczny.

## KLIMAT

Tajlandia położona jest w strefie klimatów tropikalnych. 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.

Wahania temperatur w Tajlandii są stosunkowo niewielkie i przez cały rok utrzymuje się temperatura pomiędzy 15 a 30° C, jednocześnie utrzymuje się wysoka wilgotność powietrza.

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

Miesiąc	Bangkok		Kanchanaburi		Ayutthaya		Chiang Mai		Hua Hin	
	W	N	W	N	W	N	W	N	W	N
I	32	22	33	17	31	17	29	14	29	21
II	32	24	36	21	33	19	32	16	31	21
III	33	26	38	23	35	22	34	19	32	23
IV	34	27	38	25	36	24	36	23	33	24
V	33	27	36	25	34	25	34	24	33	25
VI	33	27	34	24	33	24	32	24	33	25
VII	32	26	33	24	32	24	32	24	33	24
VIII	32	26	33	24	31	24	31	24	32	24
IX	32	25	33	23	31	23	31	23	32	24
X	32	25	32	23	31	23	31	22	31	23
XI	31	23	31	21	31	20	29	19	30	23
XII	31	21	31	17	30	17	28	15	29	21

## RÓŻNICA CZASU W STOSUNKU DO CZASU W POLSCE

Różnica czasu między Polską a Tajlandią w okresie zimowym wynosi + 6 godzin, a w okresie letnim + 5 godzin. Na terenie całego kraju obowiązuje 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**

Podczas trasy będą Państwo mieli okazję spróbować różnych dań kuchni tajskiej. 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.

Kuchnia tajska jest daleką krewną kuchni chińskiej. Jej nieodłącznym składnikiem są zupy i ryż, do którego podaje się wołowinę, wieprzowinę, kurczaka, ryby – zawsze pokrojone na drobne kawałki – oraz gotowane warzywa. Potrawy są zwykle pikantne, do dań przeznaczonych dla Europejczyków dodaje się mniej przypraw. Zgodnie z miejscowym zwyczajem jada się trzymając w prawej dłoni łyżkę i pomagając sobie widelcem trzymany w lewej ręce.

## **TRANSPORT**

### **AUTOKAR**

Podczas trasy grupa przemieszcza się klimatyzowanymi 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. W niektórych regionach, z powodu wąskich dróg, nie mogą być wykorzystywane większe autobusy, wówczas grupa będzie się przemieszczała tylko mikrobusami. Autokary i mikrobusy często nie posiadają luku bagażowego, dlatego zdarza się, że bagaż wieziony jest wewnątrz autokaru.

### **SAMOLOTY**

Zgodnie z programem wycieczki będzie jeden przelot samolotem. Zazwyczaj korzystamy z linii Air Asia. W czasie lotu napoje i przekąski są płatne. Na trasach wewnętrznych obowiązują te same zasady przewozu bagażu, co podczas przelotów międzynarodowych. Alkohol może być przewożony w bagażu głównym.

### **POCIĄGI**

Przejazd pociągiem nocnym odbywa się w klasie drugiej w wagonach bez podziału na przedziały. Na noc miejsca siedzące są rozkładane do pozycji leżącej. Bagaże podróżują razem z Państwem w tym samym wagonie.



Poniżej znajdują się przykładowe zdjęcia pociągu.

Air-conditioned Second Class Day & Night Coach



เวลากลางวัน (Day Time)



เวลากลางคืน (Night Time)

## 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 tajskim 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

Jednostką monetarną w Tajlandii jest baht (THB), który dzieli się na 100 satangów.

1 USD = ok. 33 THB, 1 EUR = 35 THB (stan z kwietnia 2015).

W obiegu są następujące monety: częściej 25, 50 satangów, 1, 2, 5, 10 bahtów, rzadziej 1, 5, 10 satangów, zaś banknoty występują w nominałach: 20, 50, 100, 500, 1000 bahtów.

W sklepach i na bazarach płaci się tylko bahtami, dolary lub euro przyjmowane są bardzo rzadko.

## WYMIANA PIENIĘDZY, KARTY PŁATNICZE, CENY

Spośród walut zagranicznych najłatwiej jest wymienić dolary amerykańskie i euro. **Prosimy pamiętać, że w Tajlandii wymieniać można tylko dolary wydane po 1996 r. Dodatkowo banknoty nie mogą być zniszczone tj.: zaplamione, przetarte, naderwane itp.** Banki w Tajlandii 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, 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. Kurs wymiany różni się w zależności od wymienianych nominałów (mniejsze mają niższy kurs). Podczas wymiany walut często wymagane jest okazanie paszportu. Niektóre kantory pobierają prowizje.

Ceny towarów spożywczych w tajskich 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.

**UWAGA:** Wywóz posążków Buddy z Tajlandii, które przedstawiają wartość historyczną ze względów etyczno-religijnych, możliwy jest pod warunkiem posiadania certyfikatu zakupu wydane go przez autoryzowany sklep.

### WYCIECZKI FAKULTATYWNE

Idea CT Poland jako biura specjalizującego się w organizacji wycieczek do Azji 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. Przykładowe wycieczki w czasie wypoczynku w Hua Hin:

- całodzienna wycieczka do wodospadu Pa-La-U i wsi Karenów: od 75 USD/os.
- całodzienna wycieczka do wodospadu Pa-La-U i jazda na słoniach: od 75 USD/os.
- całodzienna wycieczka do wodospadu Pa-La-U, spływ kajakiem i jazda na słoniach: od 85 USD/os.
- półdniowa wycieczka do Parku Narodowego Sam Roi Yod: od 55 USD/os.
- całodzienny snorkeling koło wyspy Koh Talu: ok. 80 USD/os.

Ostateczna cena wycieczek fakultatywnych uzależniona jest od liczby osób w nich uczestniczących. Więcej informacje na temat wycieczek udzieli pilot.

### NAPIWKI

Pierwszego dnia wycieczki na ręce pilota należy przekazać wskazaną na umowie kwotę na napiwki dla lokalnych przewodników oraz kierowców. W cenę wycieczki nie są wliczone napiwki za usługi bagażowe w hotelach – koszt dostarczenia bagażu do pokoju wynosi ok. 1 USD za bagaż. Poza branżą turystyczną dawanie napiwków nie jest powszechnie przyjęte, jednak podczas korzystania z taksówki można zostawić kierowcy niewielką resztę.

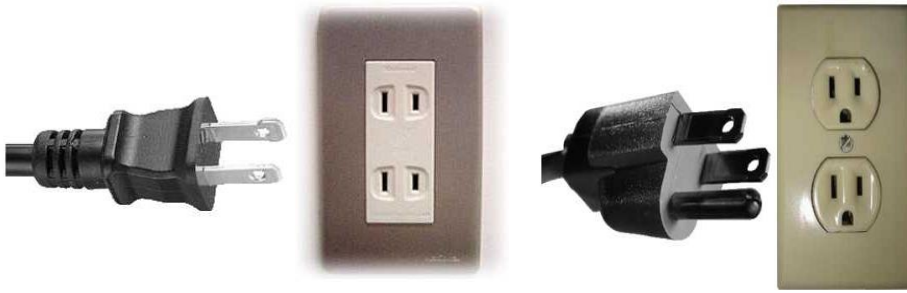
### POROZUMIEWANIE SIĘ

Językiem urzędowym jest język tajski, w użyciu są również: angielski, chiński i dialekty regionalne. Przeciętny Taj spotkany na ulicy nie posługuje się językiem angielskim. Języka tego nie znają zazwyczaj również taksówkarze. Po angielsku, przynajmniej w podstawowym zakresie, mówi zazwyczaj obsługa hotelowa oraz sprzedawcy na większych bazarach, nastawionych na turystów z zagranicy. Język angielski jest również językiem, jakim posługują się lokalni przewodnicy.

### NAPIĘCIE W SIECI

220V / 50Hz. W niektórych hotelach potrzebna jest przejściówka, którą można wypożyczyć w recepcji. Typy wtyczek spotykane w Tajlandii:





## TELEFONY I INTERNET

Polskie telefony komórkowe posiadające roaming działają, a zasięg jest niemal wszędzie, poza kilkoma miejscami, gdzie sygnał może być nieco słabszy. 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/pół godziny. W większości hoteli jest możliwość korzystania z Internetu w pokoju, pod warunkiem posiadania własnego komputera lub z sieci bezprzewodowej dostępnej w lobby hotelu. Internet w kafejkach poza hotelem kosztuje ok. 1-2 USD/godzinę.

## BEZPIECZEŃSTWO

Tajlandia jest krajem bezpiecznym i życzliwym dla gości z zagranicy. Przestępczość 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 Tajlandii obowiązuje bardzo restrykcyjne prawodawstwo. Posiadanie najmniejszej ilości narkotyków może być karane śmiercią.**

**RUCH ULICZNY:** Prosimy pamiętać, że w Tajlandii obowiązuje ruch lewostronny. Przechodzenie przez ulicę w miejscach innych niż przejścia dla pieszych jest zabronione. Prosimy dla własnego bezpieczeństwa korzystać zawsze z oznakowanych przejść dla pieszych, przejść podziemnych i kładek dla pieszych.

## ZDROWIE PRZED WYJAZDEM

W Tajlandii nie są wymagane żadne szczepienia ochronne. Do zalecanych szczepień należą wirusowe zapalenie wątroby typu A i B, błonica, tężec i polio, a także dur brzuszny. Zagrożenie malarią jest minimalne, jednak aby uzyskać więcej informacji zalecamy kontakt z lekarzem medycyny tropikalnej.

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 przekaże pilot wycieczki).

Na wypadek konieczności skorzystania z porady medycznej lub hospitalizacji koszty do 100 USD 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.

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.

## **ZDROWIE W PODRÓŻY**

Tajlandia jest krajem bezpiecznym, ale różnica flory bakteryjnej może wywołać problemy żołądkowe. 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. Przed otwarciem 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. Należy unikać surowych warzyw oraz deserów przygotowanych na bazie kremów.

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**

Latem w większości regionów Tajlandii słońce operuje bardzo silnie. 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 spotkać można toalety w stylu zachodnim. W restauracjach tajskich, na stacjach paliwowych czy w zwiedzanych obiektach toalety mogą mieć charakter azjatycki (tzw. kucany). Toalety publiczne są bardzo powszechne, ale często brak jest 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 podróznego 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”.

## PRZEPISY GRANICZNE, CELNE I DEWIZOWE W TAJLANDII

**Nie wolno wwozić** narkotyków, broni, amunicji i materiałów wybuchowych, publikacji uznawanych przez prawo tajskie za szkodliwe (w tym wydawnictw krytykujących króla).

Do Tajlandii nie wolno także wwozić świeżej żywności (owoce, wędliny, kanapki itp.). W przypadku kontroli na lotnisku docelowym produkty te mogą zostać skonfiskowane. Nie ma obowiązku posiadania określonej kwoty pieniędzy na dzień pobytu.

**Nie wolno wywozić** dzieł sztuki, rzadkich wydawnictw, wyrobów z kamieni szlachetnych, samych kamieni szlachetnych bez certyfikatu zakupu. Nie można również wywozić muszli oraz wyrobów z muszli. Nie są poza tym znane żadne restrykcje celne, które odbiegałyby od powszechnie przyjętych norm międzynarodowych.

Skrócone przepisy celne i dewizowe dotyczące RP znajdują Państwo na stronie [www.](http://www.)

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

## **POLSKA PLACÓWKA DYPLMATYCZNA**

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

## **ODPOWIEDZIALNA TURYSTYKA**

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

Turystyka jest jednak bardzo ważną gałęzią przemysłu dla Tajlandii i rząd oraz lokalna administracja kładą duży nacisk, aby turystów było coraz więcej i aby zapewnić im szeroki wachlarz możliwości, zarówno jeśli chodzi o zakwaterowanie, transport i zwiedzanie. Podróżując po Tajlandii 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, zasłaniać ramiona, zdejmować obuwie oraz nosić spodnie poza kolana, jeśli takie są regulacje w danym miejscu.
8. Przestrzegać zakazu fotografowania, filmowania i robienia zdjęć ze statywem tam, gdzie one obowiązują (dotyczy wewnątrz większości świątyń i obiektów należących do rodziny królewskiej).

## **PODSUMOWANIE**

Podróżowanie po Tajlandii różni się od podróży po Europie czy innych regionach świata. Tajlandia to wciąż kraj rozwijający się. 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 obcym, dalekim i tak innym 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!