|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | **Памятка туристу, выезжающему в Непал.** |  |
| 1. Авиабилеты НЕОБХОДИМО сохранять до возвращения в Россию не только потому, что билет |
| часто оформляется на одном бланке в обе стороны, но и потому, что без распечатанного авиабилета |
| пассажира | могут | не | впустить | в | здание | аэропорта. |
| В целях безопасности запрещается проносить на борт самолета в ручной клади жидкости (включая |
| духи и косметические кремы), легко воспламеняющиеся и острые предметы (ножи, ножницы, пилки |
| для ногтей…). *Все зажигалки и спички должны быть сданы вместе с прочим багажом.* На личном |
| досмотре все перечисленное конфискуется и не всегда возвращается обратно. НЕОБХОДИМО иметь |
| с собой ксерокопии паспорта для быстрого восстановления в случае утери оригинала. |  |
| 2. При наступлении страхового случая следуйте инструкции, указанной в Вашем страховом полисе. |
| При самостоятельном обращении в медучреждения и вызове врача, страховая компания не будет |
| рассматривать Ваш случай как страховой и не компенсирует расходы по лечению. |  |
| 3. Если вы отстали от группы или попали в критическую ситуацию – немедленно обращайтесь в |
| полицию и просите направить вас в Российское консульство, где вам должны оказать помощь. |
| Обязательно проинформируйте о произошедшем по круглосуточно доступным мобильным |
| телефонам гида, принимающую сторону и туроператора. |  |  |  |
| **Посольство РФ в Непале:** |  |  |  |  |  |
| Baluwatar, Kathmandu, Nepal, телефоны: | 8 (9771) 412-155, 411-064, 419-170 |  |  |
| 4. **Для граждан РФ при въезде в Непал виза ставится при пересечении границы с визовым** |
| **сбором. Сбор за оформление визы сроком действия до 15 дней составляет $25, до 30 дней - $40,** |
| **до 90 дней - $100. Необходимо иметь при себе: загранпаспорт, фото (3х4 или 4х6), заполняется** |
| **анкета и иммиграционная карта на английском языке.** |  |  |  |
| 5. Национальная валюта Непала – непальская рупия; курс обмена валюты – 1 дол.США ~100 |
| непальских рупий (колебания в обе стороны ~5 рупий). Курс рупии устанавливается |
| Центробанком Непала (Nepal Rastra Bank (NRB) - http://www.nrb.org.np В целях безопасности |
| валюту рекомендуется менять в обменных пунктах, аэропорту, банках и отелях. В крупных отелях, |
| банках и крупных магазинах к оплате принимаются основные кредитные карты, но банкоматы в |
| Непале - редкость, поэтому рекомендуем обязательно брать с собой наличные доллары. |
| 6. ТАМОЖЕННЫЕ ПРАВИЛА НА ВЪЕЗД: беспошлинно можно ввозить 1,5 л алкогольных |
| напитков; 200 сигарет, или 50 сигар, или 250 г табака. |  |  |  |
| ТАМОЖЕННЫЕ ПРАВИЛА НА ВЫЕЗД: запрещен вывоз антикварных предметов, чей возраст |
| больше 100 лет, золота и драгоценных камней (за исключением украшений), а так же животных и их |
| шкур, меха, рогов и пр. Ввоз и вывоз непальских и индийских рупий запрещён. |  |
| 7. Время опережает московское на 2 часа 45 мин (когда в России в 2014г перестали переходить с |
| зимнего времени на летнее, то разница стала круглогодичной). |  |  |  |
| 8. Напряжение в местной электросети 220В, частота волн 50 Гц с частыми колебаниями напряжения |
| и отключеньями. В связи с этим рекомендуем брать с собой карманные фонарики. Вилки |
| европейского стандарта, как правило, подходят к розеткам. |  |  |  |
| 9. В Непале около 102 этнических групп и народностей и более 70 языков и диалектов: непальцы |
| (гуркхи, кхасы, парбатия) 54%; магары 7.1 %, тхару 6.4%, таманг 5.6%, невары 5.5%; прочие - |
| бихарцы, хиндустанцы, бенгальцы, бхотии (кхам), шерпа и др.; более 100 тыс. беженцев из Бутана (с |
| 1991). В большинстве районов, где находятся основные туристические объекты, население говорит |
| по-английски с характерным местным акцентом. |  |  |  |
| 10. Телефонный код Непала: 00977, для всей долины Катманду 01. Во многих интернет-кафе можно |
| воспользоваться IP-телефонией. |  |  |  |  |  |
| 11. Наиболее известными изделиями являются традиционные тибетские ковры, тканые покрывала, |
| шапки, носки, и свитера из овечьей шерсти, рисовая бумага, изделия из дерева и металла ручной |
| работы. На рынках и в частных магазинах можно торговаться о цене, которую можно снизить на 30% |
| от первоначальной. Однако, это недопустимо в государственных магазинах, торговых центрах и |
| магазинах “Duty free”. Ювелирные изделия рекомендуем приобретать в специализированных |
| магазинах, требуя соответствующий чек или сертификат. |  |  |  |

|  |
| --- |
| 12. Рекомендуется носить легкую, хлопчатобумажную одежду и обязательно - головной убор. |
| Следует запастись солнцезащитным кремом. Посещение действующих храмов рекомендуется в |
| одежде с закрытыми плечами, не просвечивающейся и не чересчур облегающей. Женщинам не |
| рекомендуется открывать ноги выше колен, мужчинам - ходить без рубашки. При входе в храм, |
| обязательно снимать обувь. При поездке в экскурсионные туры в горные районы (напр. Нагаркот, |
| Дуликель, Покара) рекомендуется взять с собой теплые вещи. В местах, где водятся мошки и |
| москиты (обычно в джунглях и вблизи пресных водоемов), не лишними будут рубашки с длинными |
| рукавами и брюки, особенно ранним утром или вечерами. |
| 13. Непальцы терпимо относятся к тому, что иностранец может не знать каких-то их обычаев. И все |
| же лучше их знать и соблюдать. Левая рука считается нечистой, поэтому едят исключительно правой |
| рукой. Подарки вручают обеими | руками; их не принято распаковывать в присутствии |
| дарящего. Буддийские ступы и другие святыни принято обходить вокруг по часовой стрелке. Перед |
| тем как войти в жилое помещение, храм или монастырь, нужно снять обувь. Если вы приглашены в |
| гости, ни в коем случае нельзя самому накладывать себе еду, прикасаться к еде других гостей или |
| предлагать свою еду другим. Нельзя направлять в чью-либо сторону подошвы, в том числе в сторону |
| изображений божеств. Невежливо показывать на человека пальцем. Прилюдный обмен нежностями - |
| табу даже для супружеских пар. Зато люди одного пола могут свободно прикасаться друг к другу. |
| При фотографировании следует соблюдать уважение к окружающим - спрашивать у людей |
| разрешения, прежде чем сфотографировать их. |
| 14. В счета ресторанов и отелей обычно включаются налоги (15%) и чаевые (10%), но поскольку |
| месячный заработок у местных жителей в среднем составляет около 50$ они рады любым, даже |
| символическим, чаевым. Зарплата гидов и проводников на треккинге такова, что они вынуждены |
| рассчитывать на хорошие чаевые. Носильщики тоже надеяться, что их труды будут оценены. |
| Таксистам чаевых не дают. |  |
| 15. Свои вещи в гостиничном номере можно спокойно оставлять. Деньги и документы лучше хранить |
| в сейфе номера (если есть) или сдавать в камеру хранения в отеле. Чтобы не привлекать карманных |
| воров, лучше не носить с собой крупной наличности или распределять деньги по разным карманам. |
| 16. Для посещения Непала прививок не требуется. Для профилактики желудочно-кишечных |
| заболеваний, брюшного тифа, гепатита и прочих заболеваний советуем: |
| - пить только бутылированную воду, | избегать напитков со льдом. |
| - перед едой НЕОБХОДИМО тщательно мыть руки с мылом, фрукты и овощи |
| - при подозрении в гигиене приготовления пищи отказываться от нее. |
| 17. Собираясь в путешествие в Непал, рекомендуем собрать с собой аптечку: |
| - перекись, йод, зеленка и т.п |  |
| - бинт, лейкопластыри |  |
| - средства для профилактики желудочно-кишечных расстройств |
| - медикаменты для профилактики простудных заболеваний, антибиотики |
| - болеутоляющие, жаропонижающие средства |
| Список можно продолжить согласно индивидуальным особенностям организма. |
| ***А мы от всей души желаем вам приятного отдыха и крепкого здоровья!*** |
| **ПРИЯТНОГО ПУТЕШЕСТВИЯ!** |
| **ОБЩАЯ ИНФОРМАЦИЯ О НЕПАЛЕ** |  |
| **географическое положение** -Юго-Восточная Азия,между Китаем и Индией; |
| **столица** –город Катманду; |  |
| **площадь** – 147.2кв.км; |  |
| **население** – 22.5млн.чел.; |  |
| **политический строй** –конституционная монархия до28мая2008,в настоящее время-федеральная |
| демократическая республика (обязанности Президента исполняет ныне действующий премьер-министр); |
| **топография** –от глубочайшего в мире ущелья Кали Гандаки(70м над уровнем моря)до высочайшего в мире |
| пика Эверест (8848 м); на территории Непала находится 240 вершин с высотой более 6 тыс.м, в том числе 8 из |
| 14ти восьмитысячников мира; |  |
| **климат** –в диапазоне от тропического на юге до арктического в высокогорье; |
| **природные зоны** –от влажных субтропических джунглей на юге до тундровой зоны и вечных ледников на |
| вершинах Гималаев на севере страны. |  |