



**ЭТО НЕОБХОДИМО**

**ЗНАТЬ и УМЕТЬ!**

## Что нужно знать, собираясь за границу



### Документы и деньги

#### До отъезда:

- сделать ксерокопии документов
- узнать адрес и телефон ближайшего посольства или консульства Российской Федерации
- выяснить таможенные правила страны
- проверить, какие пластиковые карты принимаются в этой стране

#### В поездке:

- во время прогулок иметь с собой страховочный документ, карточку отеля и ксерокопию паспорта
- при утере документов необходимо получить свидетельство на возвращение, действительное в течение 15 дней



### Личная безопасность

- сообщить родственникам о своей поездке, месте пребывания, оставить номера телефонов
- позаботиться о туристической страховке и страховке багажа
- не рассказывать лишнего попутчикам
- не пользоваться частным такси
- не оставлять детей без присмотра
- не употреблять алкоголь с малознакомыми людьми
- ключи от номера оставлять на стойке при каждом выходе из отеля
- иметь при себе карточку гостя, которая является пропуском в отель и путеводителем для таксиста



### Здоровье

- при разнице во времени более 4 – 5 часов, постарайтесь прилететь на место отдыха ночью
- после возвращения из отпуска оставьте 2 – 3 дня на адаптацию
- пить только бутилированную воду
- с осторожностью относиться к местной кухне
- избегать ночных купаний в море



### Аптечка

- лейкопластырь
- йод ( в карандаше)
- фестал, но-шпа, смекта
- болеутоляющее (на выбор)
- антигистамин (от аллергии – современные: эриус, зиртек и т.п.)
- бонин (меклозин – иностранное название) от укачивания
- порошки от простуды (тера флю, фервекс)
- средства для загара
- пантенол



### Интересно

- чаевые – форма оплаты за услуги (обычно 10% к размеру счета)
- в мусульманских странах действуют законы шариата
- нельзя заходить в обуви в японский дом или храм
- нельзя неправильно произносить имя принимающего вас китайца
- арабам лучше не дарить спиртное
- нельзя ставить палочки вертикально в чашке с рисом в Китае или Японии