

Памятка для тех, кто собирается за границу

2015-04-28 - Анастасия Петрова - 0Комментариев - в Советы и ответы

Грядут майские праздники. Это пора, когда многие наши соотечественники с целью продлить отпуск за счет выходных выбирают за границу на отдых или по делам.

Итак, мы сделали для вас небольшую памятку, которая вам пригодится при сборах в отпуск в другую страну.



Документы и деньги

Действительно, это один из главных пунктов. Ведь имея деньги можно купить многое из ниже перечисленного. А без документов, например, вы и границу не пересечете.

До отъезда:

1. Сделайте пару ксерокопий документов

2. Узнайте контакты ближайшего посольства или консульства РФ в той стране, в которую вы отправляетесь
3. Уточните таможенные правила этой страны
4. Узнайте, какие карты оплаты принимаются в этой стране
5. Не поленитесь, изучите информацию о стране: политическую обстановку, климатические условия, особенности поведения в общественных местах, хотя бы основные обычаи и законы.

В поездке:

1. При выходе с отельной территории имейте при себе страховочный документ, карточку отеля с адресом и ксерокопию паспорта
2. При утере документов необходимо обратиться в российское дипломатическое представительство

Возьмите с собой аптечку

1. Бактерицидный лейкопластырь
2. Йод или зеленку (в карандаше)
3. Фестал (или мезим), нош-па, смекта
4. Болеутоляющее (на ваш выбор)
5. Антигистаминный препарат (от аллергии - эриус, зиртек и т.п.)
6. Бонин (меклозин - иностранное название) от укачивания
7. Препараты, снимающие симптомы ОРВИ и ОРЗ (лучше в порошках - Тера флю, Фервекс)
8. Солнцезащитные средства
9. Пантенол (если все-таки обгорели, хорошее средство для регенерации тканей).

Безопасность

1. Сообщите близким о своей поездке, месте и сроках пребывания, номера телефонов
2. Вашим попутчикам и случайным знакомым, наоборот, не рассказывайте ничего лишнего, не употребляйте с ними алкоголь
3. Не экономьте на страховке
4. Для вашей безопасности лучше не пользуйтесь частным такси
5. Не оставляйте детей без присмотра!
6. Ключи от вашего номера лучше оставляйте на стойке при каждом выходе из отеля
7. Всегда имейте при себе визитку отеля с адресом и пропуск в отель (браслет и т.п.)

Ваше здоровье

1. Если разница во времени составляет более 4-5 часов, постарайтесь прилететь на место отдыха ночью
2. Пейте только бутилированную воду
3. Не экспериментируйте с экзотическими яствами, относитесь с осторожностью к местной кухне
4. Не купайтесь в море ночью
5. Планируйте отпуск таким образом, чтобы по прилету обратно у вас оставалось 2-3 дня на адаптацию.

Приятного отдыха, друзья!