

Uzbekistan

Kilka porad dotyczących wyposażenia walizki/plecaka podczas wycieczki do Uzbekistanu. Dotyczą one głównie ekwipunku i spraw, o które należy zadbać przed wyjazdem. Oczywiście jest to tylko propozycja mająca na celu przybliżyć Państwu charakter zwiedzanego regionu, tak by podróż przebiegała komfortowo i bezpiecznie.

Pogoda: Uzbekistan położony jest w strefie klimatu umiarkowanego kontynentalnego. Średnia temperatura powietrza waha się latem od 27°C. Trzeba zaznaczyć jednak, iż lato w Uzbekistanie jest długie, gorące lecz suche (od 10 – 30% wilgotności). Opady deszczu są znikome. Występują jednak znaczne różnice temperatur między nocą a dniem (nawet o 25°C).

Co zabrać: Warto pomyśleć o zabraniu bagażu głównego jak i podręcznego (przydatny podczas zwiedzania, na np. butelkę z wodą, krem przeciwsłoneczny, aparat itp.) Do samolotu zawsze zabieram wszystkie pieniądze, dokumenty, aparat fot. + filmy (po prostu najcenniejsze rzeczy). Dobrze jest również uwzględnić w swoim bagażu miejsce na pamiątki i prezenty w drodze powrotnej, bowiem Uzbekistan obfituje w wysokiej jakości wyroby z drewna, hafty i dywany.

Język: W Uzbekistanie językami urzędowymi są uzbecki i karakałpacki. Używany jest też rosyjski i tadżycki (Samarkanda, Bucharą). Rosyjski jest również językiem uniwersyteckim. W rzeczywistości z większością mieszkańców miast i większych wsi można dogadać się po rosyjsku. Polecam przypomnienie sobie podstawowych zwrotów i liczb (co jest wręcz niezbędne przy negocjacji dobrej ceny przy zakupie prezentów i skarbów z podróży).

Różnica czasu: + 3 godziny w czasie letnim w stosunku do czasu warszawskiego.

Waluta: sum (UKS). Kurs - 1 USD = 1559 sum. Najlepiej zabrać ze sobą dolary, gdyż jest to najczęściej spotykana waluta obca i w ostateczności można czasami nią płacić nawet w sklepach (oczywiście po gorszym kursie). Warto zabrać również **Euro**, które przyda się na pokładzie samolotu, (płatny catering) i na lotnisku w Rydze, dla tych którzy w drodze powrotnej będą chcieli dokonać zakupów w strefie bezcłowej.

Karty kredytowe. Praktycznie nie ma możliwości korzystania z kart kredytowych (poza największymi hotelami). Podobnie sytuacja wygląda z czekami podróżnymi. W mniejszych miastach oznacza to często „wycieczkę” do oddalonych dzielnic, w poszukiwaniu bankomatu. Dlatego proszę wziąć potrzebną gotówkę w dolarach, a kartę trzymać na czarną godzinę. Najczęściej honorowana jest karta VISA.

Uzbekistan jest bezpiecznym krajem (oprócz kradzieży kieszonkowych).

WYPOSAŻENIE

A. ODZIEŻ

- 1) Polar lub inna kurteczka (na chłodniejsze wieczory)
- 2) Sprawdzają się spodenki z wewnętrznymi kieszeniami, gdzie można schować większą gotówkę.
- 3) Praktyczne są spodenie odpinane (z długich – krótkie)
- 4) Buty (dwie pary):
 - a. bardzo wygodne sandały
 - b. i/lub buty sportowe
 - c. klapki

- 5) kapelusz z dużym rondem – ochrona przed słońcem
 - 6) Pareo lub inna chusta (przydatne w meczetach gdzie wejście wymaga zasłonięcia ciała, w osłonie przed słońcem i pylistym wiatrem)
 - 7) lekkie i przewiewne bluzeczki – najlepiej z cieniutkiej bawełny (w ochronie przed poparzeniami słonecznymi)
- Poza miejscami turystycznymi kobiety powinny unikać odzieży podkreślającej sylwetkę, odsłaniającej łokcie i kolana. Publiczne dotykanie się czy inne oznaki czułości pomiędzy kobietą i mężczyzną są zakazane. Kobiety powinny unikać odzieży podkreślającej sylwetkę, odsłaniającej łokcie i kolana
 - Wobec kobiet uzbeckich należy zachować dystans i w żadnym wypadku nie podawać reki bez wyraźnej zachęty.
 - Wchodząc do budynków należy ściągnąć obuwie.
 - Nadal obowiązuje zakaz wykonywania zdjęć mostów, obiektów przemysłowych i wojskowych oraz fotografowania na dworcach kolejowych i lotniskach. **Fotografowanie obiektów turystycznych – ok.2-5USD/za obiekt.**

B. PRZYBORY I RZECZY PRAKTYCZNE

- 1) Saszetka na pieniądze i dokumenty - wokół pasa (wewnętrzna, którą można schować pod ubranie, może być też na szyję,).
- 2) Mały plecak – przydatny podczas zwiedzania (unikać torb na ramię)
- 3) Okulary słoneczne
- 4) Igła i nici
- 5) W przypadku sprzętu fotograficznego:
 - Cyfrowego: ze względu na słabe rozwinięcie tej branży w Uzbekistanie proszę zakupić potrzebną ilość kart pamięci, baterie (zarówno alkaiczne jak i akumulatory) oraz inne niezbędne wyposażenie w Polsce. W przypadku aparatów lustrzanek, ze względu na intensywne słońce, przydaje się filtr polaryzacyjny).
 - Analogowego: Zaopatrzyć się potrzeba ilość filmów (te zakupione w Uzbekistanie, bywają wprawdzie tansze, ale kolory po wywołaniu są bardzo niebieskie. Można sobie wyobrazić twarze!).

Proszę pamiętać, że obowiązuje zakaz wykonywania zdjęć budynkom użyteczności publicznej, i punktom strategicznym dla miasta jak np. mostom, lotniskom i dworcom kolejowym.
- 6) Dobra lektura, czyli coś do poczytania na wieczory i te kilka godzin w transportach.

C. PRZEWODNIKI, MAPY, DOKUMENTY,

- 1) Na polskim rynku jest jedynie przewodnik w języku angielskim Lonely Planet „Central Asia”. Posiada dział poświęcony Uzbekistanowi.

D. KOSMETYCZKA – większość produktów codziennego użytku jest dostępna na miejscu

- 1) Zaopatrzyć się jednak we wszystkie produkty specjalistyczne lub trudno dostępne – szkła kontaktowe, płyn do szkieł, lekarstwa brane regularnie, środki higieniczne.
- 2) Krem ochronny np. z witaminą A – słońce wysusza!
- 3) Krem z filtrem, przynajmniej 20 UVA (a dla wrażliwych polecam nawet 50 UVA)
- 4) Pomadkę ochronną do ust.
- 5) Jeśli ktoś z uczestników wie, iż ma skłonności do choroby lokomocyjnej, bólów głowy, czy stawów, niskiego ciśnienia, czy zgagi itd. to proszę o zaopatrzenie się w dodatkowe ilości danego leku.

E. APTECZKA

- 1) Aspiryna
- 2) Trilak, Lacidofil
- 3) Witamina C
- 4) **Tabletki przeciwbólowe** (różne rodzaje)
- 5) Środki na gardło i przeziębienie (skoki temperatur między nocą a dniem)
- 6) Leki przeciwgrypowe
- 7) **Aviomarin** – w przypadku choroby lokomocyjnej
- 8) Plastry – **również na odciski**

G. CENY

- 2) 1 godzina Internetu – 600 sum- Uzbekistanie należy zawsze pić wodę butelkowaną (np. zrezygnować z lodu dodawanego do napojów).
- 3) butelka wody – 700 sum
- 4) mała szkatułka – ręczna robota - 1000 sum
- 5) Filiżanka kawy Tchibo 3000 sum
- 6) rodzynki – 6000 sum za kilogram

Pamiętki:

- dywany - ręcznie tkane, styl bucharski, jeden z najbardziej cenionych na świecie. - ceny w zależności od jakości (im więcej jedwabiu, tym droższe, im gęstszy wzór, tym droższe) i wielkości - od 200 USD za mały dywanik 80x80 do 1500- 2000 USD za wielki dywan. (możliwość wysyłki przez lokalnych sprzedawców, więc nie trzeba go dzwigać w bagażu :) - (są miejsca gdzie można płacić za dywany kartą)
- szale jedwabne, jedwab/bawena od 10 do 50 USD
- Wyszywane ręcznie obrusy, serwetki, poszewki na poduszki itp. - od 20 -100 USD
- Wyroby w metalu - ręczne zdobienia na tacach itp. - 15 - 60 USD
- Wina i koniaki (mało znane w Europie, wygrywające międzynarodowe konkursy, głównie z Samarkandy) - butelka od 7USD do 15USD - za siedmioletni koniak.
- Ceramika, ręcznie zdobiona - od 5USD za miseczkę do 150 USD za całą zastawę
- Instrumenty muzyczne, noże, wyroby z metalu i drewna
- przyprawy, zielona herbata, suszone owoce

Wszystkie ceny oczywiście są umowne. Zależą od miejsca, w którym się kupuje oraz, przede wszystkim, umiejętności targowania się :))