

Travel Advice Information	Советы путешественникам
Cultural Awareness	Уважение к культуре и традициям других народов
Get a good guidebook. This will tell you about the country you are visiting. Find out about local laws, customs and culture.	Купите хороший путеводитель. Там вы найдете всю необходимую информацию о стране, которую вы собираетесь посетить: о местных законах, обычаях и традициях.
Take a phrase book and try speaking the local language.	Возьмите с собой разговорник и старайтесь говорить на местном языке.
Respect local customs and dress codes. Think about what you wear and how you fit in. Ask your tour operator or guide if you are unsure.	Уважайте местные обычаи и дресс-код. Думайте, что вы одеваете, и подходит ли это случаю. Если у вас возникли проблемы с выбором одежды, посоветуйтесь со своим туроператором или гидом.
Be discreet about your views on cultural differences and behave and dress appropriately, particularly when visiting religious sites, markets and rural communities.	Контролируйте себя, следите за своим внешним видом, старайтесь не выделяться, особенно во время посещения религиозных объектов, рынков и местных общин.
Particular care should be taken not to offend Islamic codes of dress and behaviour with regard to sexual relations, alcohol and drugs.	Уважительно относитесь к исламскому дресс-коду и отношению к сексуальным отношениям, алкоголю и наркотикам.
Always ask an individual's permission before you take a photograph and respect their reply. In some cultures you should not attempt to photograph women.	Всегда спрашивайте разрешения у человека, прежде чем сфотографироваться с ним, уважайте его решение. В некоторых культурах неприемлемо даже предлагать женщине сфотографироваться с ней.
Don't haggle (торговаться) too aggressively. In most countries where haggling is the norm, it is done with good humour and not for too long. Although prices are usually inflated for tourists, it's also important to remember that the discount you are haggling over could be a few pence for you but a significant means of income for a seller.	Не стоит проявлять агрессию во время торгов. Во многих странах, в которых принято торговаться, к этому относятся с юмором, но не стоит перебарщивать. Не смотря на то, что цены для туристов, как правило, сильно завышены, следует помнить, что скидка, ради которой вы торгуетесь, для вас не столь велика, сколько для продавца.
Security	Безопасность
Be security conscious and take sensible precautions	Забойтесь о своей безопасности, принимайте меры предосторожности.

Be alert to unattended baggage in public places	Будьте бдительны при обнаружении бесхозного багажа в публичных местах.
Avoid political and other demonstrations or gatherings	Избегайте посещения политических демонстраций и прочих собраний.
Vary your route if making regular journeys	Каждый день меняйте свой маршрут
Avoid unlit streets at night	Избегайте ночных прогулок по неосвещенным улицам
Carry only the minimum amount of cash that you need for the day	Не носите при себе большие суммы денег
Leave your valuables and spare cash in the hotel safe or other secure place	Храните ценные вещи и деньги в отеле или в других безопасных местах
Do not flaunt щеголять your (relative) wealth	Не надевайте украшения, являющиеся семейной реликвией
Never resist violent theft	Никогда не оказывайте сопротивление грабителю
Check your guidebook, with your hotel or tour guide for warnings on local scams жульничество.	Попросите работников отеля или гида изучить ваш путеводитель на предмет наличия недостоверной информации
Keep abreast (to keep abreast of - быть в курсе) he local and regional political scene in the media.	Ознакомьтесь со СМИ, чтобы быть в курсе религиозной и политической ситуации в стране
Obey the law	Закон
Find out about local laws and customs.	Изучите местные законы и обычаи
Remember that the laws and procedures which apply are those of the country you are in.	Помните, что вы должны подчиняться тем законам, которые действуют в этой стране.
Do not overstay your visa. You can extend your visa in most places; if you do not you can be imprisoned or fined.	Следите за сроком действия визы. Вы можете продлить ее в специальных учреждениях, в противном случае вы можете быть заключены под стражу или оштрафованы.
Do not work illegally. You can be deported, fined and imprisoned if you do. You may also be prevented from entering the country again in the future.	Работайте только на законных основаниях, иначе вы будете депортированы, оштрафованы или заключены под стражу. Вам также могут запретить въезд в эту страну.
Hobbies that involve the use of cameras and binoculars (like bird watching and train or plane spotting) can be misunderstood (particularly near military sites). If you are	Увлечения, связанные с использованием камеры или бинокля (предназначенного для наблюдения за птицами, поездами и самолетами) может быть неправильно

not sure, don't do it - it is not worth the risk of being wrongly arrested for spying.	расценено (особенно вблизи военных объектов). Не стоит рисковать, это может привести к аресту за подозрение в шпионаже.
Drugs	Запрещенные препараты
DO NOT get involved with drugs	Не связывайтесь с запрещенными препаратами
Obey local laws. Penalties are often severe and include massive fines and long prison sentences in grim conditions. You can receive the death penalty in some countries.	Соблюдайте местные законы. Наказание за границей всегда более суровые, и включают в себя большие штрафы, заключение под стражу на длительные сроки, содержание в суровых условиях.
NEVER carry packages through Customs for other people.	Никогда не переносите пакеты или свертки через таможню по просьбе других людей
Do not sit in anyone else's vehicle when going through Customs or crossing a border - always get out and walk.	Никогда не садитесь в чужую машину во время прохождения таможни или пересечения границы - выходите и идите пешком.
Always pack your own baggage and never leave it unattended.	Тщательно упаковывайте свой багаж и не оставляйте его без присмотра.
If driving do not lend your vehicle to anyone else.	Если вы путешествуете на машине, никогда не одалживайте ее никому.
Do not give medicines prescribed for you by a doctor to people you meet on your travels.	Не давайте попутчикам медикаменты, выписанные вам врачом.
Money	Деньги
Use a money belt or secure inside pocket. If you have to carry a lot of money ask your partner or a friend to carry some for you.	Используйте пояс для хранения денег или внутренний карман. Если вам необходимо перенести большую сумму денег, попросите друга или партнера перенести часть ваших денег.
Change money in banks or legal foreign exchange dealers. It is often illegal to change with unauthorised persons, and you run the risk of receiving fake currency and arrest.	Разменивайте деньги в банках или у легальных валютных дилеров. Обмен денег у людей, не имеющих официального разрешения, приводит к риску получения фальшивых купюр и аресту.
Keep all exchange receipts, as you may have to prove you obtained your local currency legally.	Храните квитанции об обмене валюты, тем самым вы можете доказать, что получили местную валюту законным

	путем.
--	--------

Information for people travelling alone	Информация для путешественников в одиночку
Travelling alone is inherently (по природе) dangerous, but also very rewarding at the same time. Plenty of people each year actually do so.	Путешествие в одиночку, по природе, опасно, но в то же время полезно. Огромное количество людей каждый год путешествует в одиночку.
If you have never before travelled alone, it is natural to feel rather daunted утрашающий. We each go through life trying not to be afraid, comfortable within our envelope of security. The idea is to stretch that envelope. Keep stretching it until there is no envelope at all, and nothing separates you from your world.	Если раньше вы никогда не путешествовали одни, ваши страхи вполне оправданы. Каждый из нас всю жизнь старается не бояться, находясь в воображаемой «оболочке безопасности». Решение в том, чтобы растянуть эту «оболочку». Продолжайте ее растягивать до тех пор, пока она совсем не исчезнет, и ничто не будет отделять вас от вашего мира.
To travel fearlessly, we obviously must avoid danger. Life involves risk whether you travel or stay at home, but there are ways to minimize a traveler's risk - standard precautions we should all take.	Чтобы путешествовать и не бояться, вам следует избегать опасностей. В жизни мы постоянно сталкиваемся с риском, не важно путешествуем мы или сидим дома, но можно свести риск во время путешествия к минимуму - следует лишь предпринять основные меры безопасности:
Travel with the address and phone number of your country's embassy at your destination. Call if you need help or advice.	Имейте при себе адрес и телефон посольства. Обращайтесь туда за помощью или советом.
Don't look like a tourist. Do not sport white athletic shoes, waist packs or camera bags. Dress conservatively and a bit more formally than you would at home. Avoid expensive or designer clothing, luggage and jewelry.	Старайтесь одеваться так, чтобы по вашему внешнему виду нельзя было определить, что вы турист. Не носите белые кроссовки, поясные сумки и чехлы от камеры. Носите консервативную одежду, более строгую, нежели вы носите у себя дома. Не надевайте дорогую, дизайнерскую одежду, чемоданы или ювелирные украшения.
Make at least a tentative предварительный itinerary маршрут and leave a copy with a relative or friend. Phone home or send e-mails with periodic updates.	Составьте предварительный маршрут, оставьте копию маршрута родным и друзьям. Звоните домой, отправляйте электронные сообщения, сообщайте новости.

Do not advertise your nationality with lapel pins запонки or flag imprinted clothes.	Не выражайте свою принадлежность к какой-либо национальности, не носите запонки или одежду, содержащую национальную символику.
Be selective about whom you tell you're alone. Normally, you can trust people with this information but, when in doubt, say you're with friends or a tour group.	Задумайтесь, стоит ли кому-нибудь сообщать о том, что вы путешествуете в одиночку. Конечно, вы можете довериться новым знакомым и поделиться с ними этой информацией, но если у вас возникают сомнения, лучше не делайте этого: скажите, что путешествуете с друзьями или с туристической группой.
When you register for a hotel room, do not let the desk clerk announce your room number within earshot of strangers. If they do, ask for another room and explain why.	Во время регистрации в отеле проследите, чтобы номер вашей комнаты, произнесенный регистратором, не слышали посторонние. Если кто-то все же услышал номер вашей комнаты, попросите предоставить вам другой номер и объясните причину.
Be careful about giving the name of your hotel to strangers. When you meet someone you'd like to see again, arrange a public place to meet.	Не говорите новым знакомым название отеля, в котором вы остановились. Если вы хотите встретиться с ними вновь, назначьте встречу в публичном месте.
Before you go out with a new friend, get some information about him or her - preferably a business card and home phone number. Leave this information with a member of your tour, a member of the hotel staff, or just leave it in your room. Your instincts will tell you if this person is safe, but leave evidence in case your instincts are wrong.	Прежде чем пойти куда-нибудь с новым знакомым узнайте о нем как можно больше – возьмите у него визитную карточку, узнайте номер телефона. Оставьте его номер членам своей туристической группы, работнику отеля, либо оставьте визитную карточку у себя в номере. Ваша интуиция может подсказать, что этот человек не опасен, но следует быть предусмотрительным.
Limit your alcohol intake to what you can easily handle without becoming impaired ослабленный. To avoid being drugged, keep an eye on your drink and never leave it unattended.	Не злоупотребляйте алкоголем, чтобы не потерять бдительность. Чтобы вам не подмешали наркотики, следите за своим бокалом и никогда не оставляйте его без присмотра.
Ask your hotel staff to mark your map with the location of your hotel and any areas you should avoid. Ask if it's safe to use public transportation after dark.	Попросите работников отеля отметить место нахождения вашего отеля на карте, а также районы, которые следует избегать. Поинтересуйтесь, стоит ли пользоваться общественным транспортом в позднее время суток.

<p>After dark, try to walk on well-lit streets with other people around. If you find yourself in a questionable area, duck увиливать into a public place to check your map or call for a taxi.</p>	<p>В позднее время суток старайтесь ходить по хорошо освещенным, людным улицам. Если вы поняли, что сбились с пути и находитесь в подозрительном месте, сверните на людную улицу, чтобы проверить свой маршрут или вызвать такси.</p>
<p>When you are out and about, be alert, not fearful, and not caught up in daydreams. Be aware of your surroundings and the people around you.</p>	<p>Во время прогулок будьте бдительны, естественны и не витайте в облаках.</p>
<p>Despite all the safety tips, I assure you the world is a safe place. Traveling alone will restore your faith in humanity. Wherever you go, guides and helpers will be there when you need them. Wander, and know that you have friends all over the planet. You just haven't met them yet.</p>	<p>Несмотря на все предостережения, уверяю вас, что мир вполне дружелюбен. Путешествие в одиночку укоренит вашу веру в человечество. Куда бы вы не собрались, гиды и помощники всегда придут вам на помощь. Путешествуйте и помните, что у вас есть друзья во всем мире. Просто вы еще не всех встретили.</p>