

## ТУРИСТАМ, выезжающим в ИНДИЮ

### ПЕРЕД ОТЪЕЗДОМ

#### Проверьте наличие необходимых для поездки документов:

**Заграничный паспорт** (паспорт должен быть действителен в течение **не менее трех месяцев** после даты окончания поездки, и иметь свободную страницу для проставления визы); **ксерокопии загранпаспорта** (могут пригодиться при утере загранпаспорта и в случае иных непредвиденных обстоятельств); **авиабилеты или маршрут/квитанции электронного билета; ваучер; страховой медицинский полис.**

#### В случае путешествия с детьми:

Несовершеннолетний гражданин Российской Федерации, следующий совместно хотя бы с одним из родителей, **ДОЛЖЕН ВЫЕЗЖАТЬ ИЗ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ ТОЛЬКО ПО СВОЕМУ ЗАГРАНИЧНОМУ ПАСПОРТУ.**

Без необходимости оформления отдельного заграничного паспорта несовершеннолетний гражданин Российской Федерации до 14 лет может выехать совместно хотя бы с одним из родителей, если он вписан в **ОФОРМЛЕННЫЙ ДО 01 МАРТА 2010 ГОДА** заграничный паспорт выезжающего вместе с ним родителя. В паспорт родителя в этом случае **ОБЯЗАТЕЛЬНО** должна быть вклеена фотография ребенка, независимо от его возраста, на которой должна стоять печать паспортно-визовой службы. Отсутствие фотографии или печати является основанием для отказа ребенку в пересечении границы. Выезд из Российской Федерации несовершеннолетних детей, сведения о которых внесены в паспорта сопровождающих их родителей, оформленные до 01 марта 2010 года, осуществляется по срокам действия этих паспортов.

При следовании несовершеннолетнего российского гражданина через государственную границу Российской Федерации совместно с одним из родителей, предъявлять письменное согласие второго родителя не требуется, если только от него ранее не поступало заявления о его несогласии на выезд из Российской Федерации детей, родителем которых он является.

Если у несовершеннолетнего ребенка и выезжающего совместно с ним родителя разные фамилии, то рекомендуем взять с собой нотариально заверенную копию свидетельства о рождении – для подтверждения родства.

Более подробную информацию по этому вопросу Вы можете получить, ознакомившись с памяткой «Порядок выезда за границу несовершеннолетних граждан РФ», размещенной на нашем сайте <http://www.anextour.com> в разделе «Памятки туристам».

#### Собирая багаж:

Рекомендуем все ценные вещи, документы и деньги положить в ручную кладь и взять с собой в самолет. В багаж следует упаковать все металлические острые и режущие предметы (маникюрные ножницы, пилочки для ногтей, перочинный ножик и т.п.), а также любые жидкости, гели и аэрозоли (за исключением, если в этом есть необходимость, детского питания и лекарств) – проносить подобные предметы на борт воздушного судна в ручной клади **ЗАПРЕЩЕНО** или регламентировано особыми правилами. Более подробную информацию по этому вопросу Вы можете получить, ознакомившись с памяткой «Правила прохождения предполетного контроля», размещенной на нашем сайте <http://www.anextour.ru> в разделе «Памятки туристам».

Не забывайте собрать и взять с собой **аптечку первой помощи**, которая поможет Вам при легких недомоганиях, сэкономит Ваше время на поиски лекарственных средств и избавит от проблем общения на иностранном языке. Рекомендации по ее формированию Вы можете получить в Памятке «Аптечка туриста», размещенной на нашем сайте <http://www.anextour.com> в разделе «Памятки туристам».

### **Перед выездом в аэропорт:**

Рекомендуем получить дополнительную информацию о возможно произошедших изменениях в условиях вылета Вашего рейса, используя возможности сайта авиакомпании, выполняющей рейс, или по телефону ее справочной службы.

### **В РОССИЙСКОМ АЭРОПОРТУ ВЫЛЕТА/ПРИЛЕТА**

Рекомендуем заблаговременно, не позднее, чем за три часа до вылета рейса, прибыть к месту регистрации пассажиров для прохождения процедур регистрации на рейс, оформления багажа, и выполнения требований, связанных с пограничным, таможенным, санитарно-карантинным, ветеринарным и другими видами контроля, установленными законодательством РФ.

### **РЕГИСТРАЦИЯ НА РЕЙС И ОФОРМЛЕНИЕ БАГАЖА**

Регистрация пассажиров на рейс и оформление их багажа производятся на основании именного авиабилета или распечатанной на бумажном носителе маршрут/квитанции электронного билета, а также заграничного паспорта пассажира.

При регистрации пассажиру выдается посадочный талон, который необходимо сохранять до момента возможного предъявления авиакомпании претензий по качеству предоставленных услуг авиаперевозки.

Регистрация на рейс заканчивается за 40 минут, а посадка в воздушное судно за 20 минут, – до времени вылета рейса по местному времени. Пассажиру, опоздавшему ко времени окончания регистрации или посадки в воздушное судно, может быть отказано в перевозке.

Каждому пассажиру предоставляется право перевозки 15 килограмм багажа бесплатно, включая 5 килограмм ручной клади, провозимой в салоне самолета. За провоз багажа сверх установленной нормы бесплатного провоза, взимается дополнительная плата по тарифу, установленному перевозчиком.

Габариты одного места багажа (длина+ширина+высота), принимаемого к перевозке, не должны превышать в сумме 160 см.

Перевозчик имеет право отказать туристу в перевозе багажа, вес или объем которого не соответствуют установленным нормам.

### **ТАМОЖЕННЫЙ КОНТРОЛЬ НА ВЫЛЕТЕ ИЗ РФ**

Заблаговременно, до начала путешествия, ознакомьтесь с Памятками «Таможенный контроль и правила перемещения валюты и товаров через границу РФ» и «Правила прохождения таможенного контроля при вылете и прилете», размещенными на сайте <http://www.anextour.ru> в разделе «Памятки туристам».

Если Вы не перемещаете через границу валюту и предметы, которые необходимо декларировать, то Вам следует проходить зону таможенного контроля по «Зеленому коридору».

Без предъявления документов и без внесения сведений о валюте в пассажирскую таможенную декларацию туристы имеют право вывезти наличную иностранную валюту и/или валюту Российской Федерации в сумме, не превышающей в эквиваленте **3.000** долларов США, а также дорожные чеки на сумму не более **10.000** долларов США. При вывозе физическими лицами иностранной валюты и/или валюты Российской Федерации в эквиваленте от 3.000 до 10.000 долларов США, либо дорожных чеков в сумме, превышающей 10.000 долларов США, эти суммы средств должны быть задекларированы в пассажирской таможенной декларации.

На денежные средства, вывозимые с помощью банковской карты, ограничений нет. Банковскую карту декларировать не требуется.

### **ТАМОЖЕННЫЙ КОНТРОЛЬ НА ПРИЛЕТЕ В РФ**

Если Вы не перемещаете через границу валюту и предметы, которые необходимо декларировать, то Вам следует проходить зону таможенного контроля по «Зеленому коридору».

Без уплаты таможенных пошлин можно **ввозить** в Российскую Федерацию товары для личного

пользования на сумму не более **10.000** долларов по курсу на день декларирования, общим весом – не более 50 килограммов.

Физическое лицо не моложе 18 лет может ввозить без уплаты таможенных пошлин: 3 литра алкогольных напитков и пиво; 50 сигар (сигарилл) или 200 сигарет или 250 граммов табака, либо указанные изделия в ассортименте общим весом не более 250 граммов.

При единовременном ввозе в Россию физическими лицами наличных денежных средств и/или дорожных чеков в сумме в эквиваленте превышающей **10.000** долларов США, либо внешних и/или внутренних ценных бумаг в документарной форме (независимо от суммы), то эти суммы и сведения необходимо внести в пассажирскую таможенную декларацию.

### **ПОГРАНИЧНЫЙ КОНТРОЛЬ в аэропорту РФ**

Для прохождения пограничного контроля необходимо предъявить заграничный паспорт и посадочный талон. При осуществлении пограничного контроля пограничники имеют право запрашивать у туристов дополнительные документы и проводить их устный опрос.

### **САНИТАРНЫЙ КОНТРОЛЬ**

При совершении путешествия по Индии риска заражения особо опасными инфекционными заболеваниями нет, делать прививки официально не требуются. Можно рекомендовать в профилактических целях сделать противостолбнячные инъекции и прививку против гепатита А и В.

### **ВЕТЕРИНАРНЫЙ И ФИТО КОНТРОЛЬ в аэропортах РФ**

Заблаговременно, до начала путешествия, ознакомьтесь с Памятками «Правила прохождения ветеринарного контроля» и «Правила прохождения фитоконтроля», размещенными на сайте <http://www.anextour.com> в разделе «Памятки туристам».

Если Вы **вывозите** животных, то Вам необходимо иметь комплект документов, подтверждающих, что они здоровы. Как правило, следует иметь: **Ветеринарный паспорт, Справку о состоянии здоровья** (выдается любой государственной ветеринарной клиникой), **Справку из клуба СКОР или РКФ** (в справке указывается, что собака не представляет племенной ценности, справки из других клубов вызывают вопросы на таможне).

Следует знать, что отели Индии размещения с домашними животными, как правило, не предоставляют.

При **ввозе** в РФ животных и птиц Вам необходимо иметь сопровождающее ветеринарное свидетельство, полученное в Государственной ветеринарной службе страны, где приобретено животное.

### **ВНИМАНИЕ!**

**ЗАПРЕЩЕНО на выезде и въезде ПЕРЕМЕЩЕНИЕ КУЛЬТУРНЫХ ЦЕННОСТЕЙ, ОБЪЕКТОВ ДИКОЙ ФАУНЫ и ФЛОРЫ, находящихся под угрозой исчезновения, ОРУЖИЯ И БОЕПРИПАСОВ к нему БЕЗ РАЗРЕШЕНИЯ УПОЛНОМОЧЕННЫХ ОРГАНОВ.**

**ЗАПРЕЩЕНО на выезде и въезде ПРИНИМАТЬ ОТ ПОСТОРОННИХ ЛИЦ чемоданы, посылки и другие предметы для перевозки на борту воздушного судна.**

**ПОМНИТЕ! Незаконное перемещение товаров или валюты через таможенную границу Российской Федерации или их недекларирование либо недостоверное декларирование влечет за собой административную или уголовную ответственность.**

### **В ИНДИЙСКОМ АЭРОПОРТУ ПРИЛЕТА/ВЫЛЕТА**

#### **ТАМОЖЕННЫЙ КОНТРОЛЬ в аэропорту Индии**

**Ввоз иностранной валюты неограничен.**

Разрешен беспошлинный **ввоз 200 сигарет или 250 г табака, или 50 штук сигар, 1 л алкогольных напитков**, косметики, парфюмерии, продуктов питания в пределах личной потребности. Аудио- видео-, теле- и фотоаппаратуру необходимо указывать в декларации.

**ЗАПРЕЩЕН ввоз** наркотиков, лекарств, содержащих большую дозу наркотических веществ, и оружия.

**Вывозить** разрешено не более **5 тысяч долларов США**.

**ЗАПРЕЩЕН вывоз** объектов дикой природы и изделий, изготовленных из них; ювелирных украшений, по стоимости превышающие 2000 рупий; предметов, имеющих историческую ценность; наложен запрет на золото и серебро в банковских слитках.

**ЗАПРЕЩЕН вывоз** национальной валюты.

### **САНИТАРНЫЙ КОНТРОЛЬ в аэропорту Индии**

Туристам сертификат о прививках не требуется.

### **ВЕТЕРИНАРНЫЙ КОНТРОЛЬ в аэропорту Индии**

При ввозе домашних животных требуется предъявлять действительный сертификат ветеринарной службы с отметкой о всех прививках, включая прививку против бешенства.

## **РЕСПУБЛИКА ИНДИЯ**

Индия – государство в Южной Азии, большей частью расположенное на полуострове Индостан. Занимает седьмое место в мире по площади, второе по численности населения. Побережье Индии, длина которого составляет 7 тыс. км, омывается водами Индийского океана – Бенгальским заливом с юго-востока и Аравийским с юго-запада. Площадь общей территории Индии составляет 3,3 млн. км<sup>2</sup>. На востоке Индия граничит с Бангладешем и Бирмой, на западе – с Пакистаном и Афганистаном, на севере – с Китаем, Непалом и Бутаном. От Индонезии, Мальдив и Шри-Ланки Индию отделяют морские границы.

Индия является федеративной республикой, состоящей из двадцати восьми штатов, шести союзных территорий и Национального столичного округа Дели. Столица государства – Нью-Дели.

Гоа – один из наиболее процветающих штатов Индии за счет сельского хозяйства и туризма. Здесь самый высокий уровень дохода на душу населения. Столица штата – Панаджи. Гоа расположен на западном побережье Аравийского моря. Общая площадь штата – 659 км<sup>2</sup>. Гоа соседствует со штатом Махараштра на севере и со штатом Карнатака – на юге. В регионе много рек и все они судоходные. Самая крупная река севера – Тиракол, юга – Галджибага. В центре побережья находятся острова Святого Георгия и Большой. По побережью разбросаны небольшие деревушки, центральная деревня – Анджуна. На востоке Гоа расположен горный массив – Западные Гаты, покрытый густыми лесами с разнообразной флорой и фауной.

### **Время**

Разница во времени с Москвой – плюс 1 час 30 мин.

### **Климат**

Туристическим сезоном в Гоа считается период с конца октября и по начало марта. Климат тропический, теплый и влажный. Средняя температура днем – 31-33С°, ночью – 23-25С°, воды – 27-28С°.

### **Валюта**

Индийская валюта – рупии. В одной рупии 100 пайсов. В обращении находятся банкноты достоинством 1000, 500, 100, 50, 20 и 5 рупий, монеты по 5, 2, 1 рупий, 10 и 50 пайсов. При поездке в Индию, рекомендуем запастись мелочью, так как могут возникнуть проблемы со сдачей.

Индийскую валюту можно приобрести в российском аэропорту, в банках, отелях и обменных пунктах Индии. Чеки об обмене валюты следует сохранять на случай обратного обмена.

## **Язык**

Официальный язык страны – хинди. Универсальным языком общения является английский. В Гоа говорят Konkani, широко распространен язык маратхи.

## **Население**

Более 1 млрд. 210 млн. человек. В Индии насчитывается несколько сот наций, народностей и племен, крупнейшие из них: хиндустанцы, телугу, маратхи, бенгальцы, тамилы, гуджаратцы, каннара и пенджабцы.

## **Религия**

Индуисты составляют 80% населения, мусульмане – 14%, христиане – 2,4%, сикхи – 2%, буддисты – 0,7%.

## **Обычай**

Хотя жители Гоа уже привыкли к туристам, приезжие индийцы могут толпиться вокруг вас, рассматривать, показывать пальцем, смеяться и пытаться вступить в разговор. Не удивляйтесь, если посторонние люди заговорят о ваших делах, семье и доходах. Вопросы личного характера – проявление гостеприимства. В Индии очень любят детей и угощают их фруктами и сладостями. Будьте осторожны, они могут оказаться не мытыми.

Приветствуя друг друга, индийцы складывают руки перед грудью как в молитве и произносят «намасте». Одеваться за пределами пляжа следует скромно. Большинство индийцев не курят в присутствии старших.

Фотографировать кого-либо без разрешения в Индии считается оскорблением. В туристических центрах работают профессионалы в традиционных нарядах, за право их сфотографировать необходимо заплатить.

В Индии живут последователи множества религий, но правила поведения в местах отправления религиозного культа одинаковы. Посетители должны быть скромно одеты и вести себя достойно. Прежде чем войти в храм, нужно снять обувь, головы женщин должны быть покрыты.

## **Праздники и нерабочие дни**

6 января – праздник в честь волхвов, пришедших к младенцу Иисусу с дарами. Рядом с крупными церквями устраиваются ярмарки.

Февраль / март – индуистский праздник в честь ночи, когда бог Шива при помощи танца победил демона Трипурасура.

Февраль / март – карнавал в честь начала весны, перед постом. Праздник не имеет религиозной окраски. По улицам движутся живописные платформы, играет музыка, все танцуют мандо и соревнуются в красоте карнавальных костюмов. Во всех отелях и клубах устраиваются танцы и празднества.

Март – Шигмотсав, знаменует окончательное наступление весны. Люди танцуют и поют, осыпают друг друга красками и поливают водой. По улицам движутся живописные платформы.

Март – Процессия Всех Святых. В понедельник Страстной недели процессия из платформ со статуями христианских святых отправляется от церкви Святого Андрея в Старом Гоа, обходит весь район и возвращается на площадь перед церковью, где при свете свечей проходит служба.

25 декабря – католическое рождество, в этот день жители Гоа собираются семьями за праздничным столом и делают друг другу подарки.

## **Кухня**

Поскольку Гоа находится в прибрежной зоне, в многочисленных ресторанах предлагаются блюда из морепродуктов. Также здесь готовят баранину, говядину, козлятину, свинину, курицу и утку, приправленные местными специями. В качестве гарнира – широкий выбор овощей и рис с соусом карри. Очень велик ассортимент фруктов. Чай и кофе подают с молоком и сахаром, популярностью пользуется напиток ласси или чаас, напоминающий йогурт. Местный вид мороженого – кулфи. Тхали –



традиционный обед из местного меню по фиксированной цене, в него входят свежие и маринованные овощи, лепешки, фасоль, рис, йогурт и соусы, иногда местные сладости.

### **Магазины**

В крупных магазинах цены фиксированы, при большой покупке вам могут сделать скидку. Магазины объявляют о распродажах в местных газетах и в собственных витринах. Цены на уличных рынках значительно ниже, кроме того, здесь можно торговаться. Лучшие магазины Гоа расположены в Панаджи, Понде, Мадгаоне и Мапусе. Рекомендуем привезти с собой специи, расписные изразцы – азулежу, а также воспользоваться услугами портных. На местных рынках Вы найдете прекрасные копии старинных изделий.

### **Транспорт**

Автобусы соединяют между собой большинство городов и деревень. Это экономичный и удобный способ передвижения. Однако они бывают часто переполнены. Такси можно взять на стоянках возле отелей и в аэропорту. У водителей есть карточки с указанием стоимости проезда до главных городов и достопримечательностей Гоа. В отеле или Корпорации развития туризма Гоа можно нанять автомобиль с шофером. Большинство водителей хорошо говорят по-английски. В индивидуальное пользование можно арендовать велосипед или мотоцикл. Если вы планируете передвигаться по Гоа на мотоцикле, обязательно возьмите с собой шлем и водительские права международного образца на данный вид транспорта.

### **Телефон**

Для телефонных переговоров удобно использовать карточки, которые продаются в лавках, магазинах и на почте. На курортах есть также специальные отделения телефонной связи, звонить из которых дешевле, чем из отеля, но дороже, чем по карточкам. Ведущие мобильные операторы Гоа – INA AIR Tel и BPL (стоимость 1 минуты \$4,5).

**Чтобы позвонить в Россию** надо набрать: 00 (выход на международную связь) + 7 (код России) + код города + номер абонента (стационарный телефон), 00 (выход на международную связь) + 7 (код России) + номер абонента (мобильный телефон)

**Чтобы позвонить из России в Гоа** надо набрать: 8-10-91 + 0832 (код Гоа) + номер абонента.

Телефонный код Дели – 11, Мумбаи – 22.

### **Экстренные телефоны**

Полиция – 100, скорая помощь – 102, пожарная служба – 101.

### **Напряжение электросети**

Напряжение может быть 230-240 V. Частота тока 50 Hz.

### **В отеле**

В день приезда расселение осуществляется в соответствии с правилами, принятыми в отеле. Обычно начиная с 14-00 местного времени. Расчетный час, как правило, 12-00. Просим ознакомиться на месте с условиями предоставления услуг в отеле и придерживаться установленных отелем правил.

В день выезда до наступления расчетного часа (как правило, 12-00) необходимо освободить свой номер и оплатить дополнительные услуги: телефонные переговоры, мини-бар, заказ питания и напитков в номер, массаж и др. Свой багаж Вы можете оставить в камере хранения отеля и оставаться на территории отеля до прибытия трансфера. Если Вы не сдали номер до 12-00, стоимость комнаты оплачивается полностью за следующие сутки.

### **Экскурсии**

Гид принимающей Вас в Индии во время встречи в отеле сообщит Вам перечень предлагаемых экскурсий, их содержание, график проведения и их стоимость. Не рекомендуем Вам приобретать экскурсии или прочие услуги в неизвестных вам туристских и экскурсионных агентствах. Вам может быть дана заведомо ложная информация о самой экскурсии, а также о качестве транспорта для ее организации. Вам может быть предоставлено для использования несертифицированное, неисправное или не соответствующее санитарно-гигиеническим нормам оборудование, в том числе зараженный

паразитарными, грибковыми, инфекционными заболеваниями инвентарь, включая сжатый воздух в баллонах для погружения.

#### **Чаевые**

В ресторанах – 10 % от суммы счета, портье – 10-20 рупий, водитель – 50-100 рупий в день. Также принято оставлять чаевые горничным в отелях.

#### **ПРАВИЛА ЛИЧНОЙ ГИГИЕНЫ И БЕЗОПАСНОСТИ:**

Перед путешествием мы советуем ознакомиться с «Полезными советами российским гражданам, выезжающим за рубеж», размещенными на сайте МИД России: <http://www.mid.ru/dks.nsf/advinf>, а также с Памяткой МИД России «Каждому, кто направляется за границу», и Памяткой Роспотребнадзора выезжающим за рубеж, размещенными на нашем сайте <http://www.anextour.ru> в разделе «Памятки туристам».

Не нарушайте правила безопасности, установленные авиакомпаниями, транспортными организациями, гостиницами, местными органами власти.

Категорически не рекомендуем Вам приобретать экскурсии и дополнительные туристские услуги в неизвестных Вам туристских и экскурсионных агентствах. Вам может быть дана заведомо ложная информация о самой экскурсии, Вам не будет гарантирована безопасность предоставленных услуг и исправность используемого оборудования, тем самым Вы можете подвергнуть себя серьезной опасности.

Перед поездкой рекомендуется сделать ксерокопии основных страниц (с фотографией, личными данными, отметкой о регистрации) заграничного и внутреннего российского паспортов и взять их с собой.

Паспорт (или ксерокопию паспорта), визитную карточку отеля носите с собой.

При возникновении транспортных аварий, конфликтов с полицией, другими органами местной власти необходимо поставить в известность представителя принимающей стороны или сотрудников Посольства/консульства России.

В период путешествия Вы не имеете права на коммерческую деятельность или иную оплачиваемую работу.

Вы обязаны покинуть Индию до истечения срока визы, в противном случае Вы можете быть подвергнуты штрафу, аресту и высланы из страны в принудительном порядке.

Не оставляйте детей одних без Вашего присмотра на пляже, у бассейна, на водных горках и при пользовании аттракционами.

Следует учитывать особенности местной фауны, в том числе помнить, что купание в море сопряжено с опасностью нападения акул и иных, обитающих в море рыб и животных. Просим соблюдать правила безопасности, установленные в этой связи в конкретном отеле и (или) регионе.

Мойте руки перед едой. Не пейте сырую воду, особенно из открытых водоемов. Для питья рекомендуется использовать минеральную воду, которую можно приобрести в магазинах и барах отеля.

Будьте осторожны с солнцем! Советуем Вам заранее запастись защитными от солнечных ожогов средствами и пользоваться ими в период пребывания на солнце. Не забудьте и про солнцезащитные очки.

Не бродите босиком по протокам или стоячим водоемам, не мойте в них руки. Не ложитесь на землю без подстилки на берегах рек.

Возьмите в путешествие индивидуальную аптечку с необходимым Вам набором лекарств.

Помните, что многообразные представители животного и растительного мира могут быть не только красивыми, но и опасными. Если Вы поранились или были укушены, немедленно обратитесь к врачу.

Не рекомендуется носить с собой большие наличные суммы. Кражи денег и вещей у туристов случаются довольно часто, как и махинации с фальшивыми долларами. Не следует

вынимать из кошелька на виду у всех большие суммы денег.

Чтобы избежать опасности на улицах, рекомендуем следить за своими сумочками и бумажниками, особенно в туристических центрах, на вокзалах, автозаправочных станциях и рынках.

Покидая автобус на остановках и во время экскурсий, не оставляйте в нем ручную кладь, особенно ценные вещи и деньги.

Автомобили и мотоциклы советуем оставлять на охраняемых стоянках и в гаражах отелей, и не оставлять ценные вещи в машине на виду.

Важные документы, наличные деньги и драгоценности лучше хранить в сейфе номера. Если в номере нет сейфа, его можно взять в аренду за плату у администрации отеля или сдать на хранение портфель в сейф на стойке регистрации.

Рекомендуется сдавать ключ от номера на стойку регистрации отеля, в случае его утери поставить в известность администрацию.

Во многих отелях запрещается выносить из номера полотенца на пляж или к бассейну. Не приносите на пляж полотенца или инвентарь из номера без разрешения персонала.

Если в номере имеется мини бар, то все напитки и закуски, взятые из него, как правило, должны быть оплачены.

Категорически запрещается курить в постели.

Имейте в виду, что в городах существует система штрафов за засорение улиц.

Для вечерних прогулок и поездок на кораблике необходимы теплые вещи – пуловер, теплая рубашка, легкая куртка.

Для россиян ограничений на передвижение по стране нет.

Если Вы оказались на территории иностранного государства без средств к существованию, Вы имеет право на получение помощи от дипломатических представительств и консульств РФ.

## **В СЛУЧАЕ ПОТЕРИ ПАСПОРТА**

Как только Вы поняли, что загранпаспорт потерялся, или его украли, то незамедлительно обращайтесь в дипломатическое представительство, в консульское учреждение или в представительство МИД России, которое находится в пределах приграничной территории.

Вам необходимо получить свидетельство на въезд в РФ (REENTRY CERTIFICATE TO THE RUSSIAN FEDERATION), которое еще называется временным загранпаспортом. Выдается на срок до 15 дней, для того, чтобы Вы успели купить обратный билет и улететь на родину.

Для того, чтобы Вам выдали свидетельство на возвращение в РФ, необходимо представить следующие документы:

- основной документ, на основании которого будут предприниматься какие-либо действия, это заявление о выдаче свидетельства ([образец заявления](#))

- две фотографии цветного или черно – белого исполнения. Размер должен соответствовать 35x45 мм на четком фоне с четким изображением лица.

- обязательно понадобится Ваш внутренний паспорт РФ, так же возможно предоставление других документов для подтверждения своей личности, это водительские права или служебное удостоверение.

Срок выдачи свидетельства на возвращение в РФ составляет 2 рабочих дня со дня регистрации заявления.

Вернувшись в Российскую Федерацию, в трехдневный срок необходимо сдать свидетельство в организацию, выдавшую паспорт (ОВИР, МИД).

Все вышеперечисленные документы регламентированы пунктом 20 Приказа МИД России от 28.06.2012 года № 10304.



## ПОЛЕЗНАЯ ИНФОРМАЦИЯ

<p><b>Посольство Российской Федерации в Нью-Дели:</b> Address: Shantipath, Chanak apuri, New Delhi, 1100021, India Tel.: (8-10-9111) 611-0640 (41,42); 687-3800 Fax: (8-10-9111) 687-6823 E-mail: <a href="mailto:indrusem@del2.vsnl.net.in">indrusem@del2.vsnl.net.in</a> Часы работы посольства: Пн, Чт – 8:00 – 14:00, 15:30 – 18:30, Вт, Ср, Пт – 8:00 – 14:00 Праздничные выходные дни: 1, 7 января, 8 марта, 1, 2, 9 мая, 12 июня, 7 ноября</p>	<p><b>Генеральное консульство РФ в Мумбаи:</b> Consulate General of the Russian Federation in Mumbai, Address: 42, L. Jagmohandas Marg (Old Nepean Sea Road), "Palm Beach", 400036, Mumbai Tel.: (022) 2363-36-27, 2363-36-28 Fax: (022) 2363-04-03 E-mail: <a href="mailto:consul@mtnl.net.in">consul@mtnl.net.in</a></p>	<p><b>Foreigners Regional Registration Office (F.R.R.O.), Mumbai</b> Address: 3<sup>rd</sup> Floor, Special Branch Bldg., Badruddin Tayabji Lane, Behind St. Xavier's College, 400001, Mumbai Tel.: (022) 2262-1169 Fax: (022)2262-0721 E-mail: <a href="mailto:fromum@nic.in">fromum@nic.in</a></p>
---	--	--

Здравствуйте	Namastē	Намастэ
До свидания	Alavidā	Алавида
Спасибо	Dhan'yavāda	Дхан йавада
Пожалуйста	Kṛpayā	Крпайа
Извините	Kṣamā karēm	Кшама карэм
Да	Hām	Хам
Нет	Nahīm	Нахим
Сколько стоит	Kitanā	Китана
Плохо	Bīmāra	Бимара
Хорошо	Acchī taraha sē	Ачи тараха сэ

**Горячая линия «Мой горящий тур» 8 (800) 500-23-54**

**ЖЕЛАЕМ ВАМ ПРИЯТНОГО ПУТЕШЕСТВИЯ!**

## ОПРОСНЫЙ ЛИСТ (ИНДИЯ)

Заполнение всех пунктов анкеты печатными буквами обязательно.

Не полностью или неправильно заполненный опросный лист может являться причиной отказа в визе.

ФИО заявителя (полностью)	
Предыдущая фамилия (если имеется)	
ФИО отца (полностью) Место рождения (название населенного пункта)	
ФИО матери (полностью) Место рождения (название населенного пункта)	
Семейное положение	
ФИО супруга/супруги Дата и место рождения	
Дата и место рождения	
Адрес и телефон по прописке (индекс обязательно)	
Адрес и телефон фактического проживания (индекс обязательно)	
Номер мобильного телефона	
Телефон места работы	
Электронная почта	
Гражданство (при рождении, на данный момент, если менялось – указать)	
Образование	
Вероисповедание(религия)	
Место работы/учебы (адрес и название организации/учебного заведения), занимаемая должность	
Место работы/учебы за предыдущие 3 года (адрес и название организации/учебного заведения), занимаемая должность	
Проходите ли/проходили вы военную службу, службу в полиции, охране	
Название организации, адрес, телефон, должность, звание	
Даты всех предыдущих визитов в Индию за последние 10 лет	
Адрес нахождения в Индии во время предыдущих поездок	
Были ли отказы в визе в Индию?	
Причины отказа	
Место получения визы для предыдущих поездок в	

Индию (указать город)	
Страны, которые Вы посетили в течение последних 10 лет	
Фамилия и имя, адрес, телефон родственника, с которым можно связаться в случае необходимости	
Фамилия и имя, адрес, телефон родственника, с которым можно связаться в случае необходимости (данные не должны совпадать с предыдущим пунктом)	

**Внимание!** Телефоны указываются с кодом города, для каждого адреса указывается индекс.  
Для детей, выезжающих по собственным заграничным паспортам, заполняется отдельная анкета.

*Я согласен с тем, чтобы мои личные данные, изложенные в настоящем заявлении, были переданы соответствующим властям иностранных государств, с целью выдачи визы.*

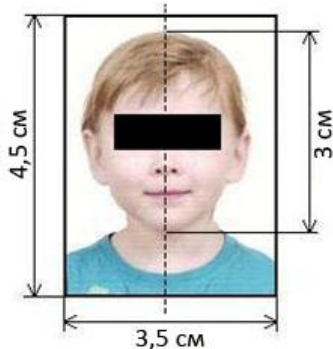
*Я заявляю, что вышеуказанные данные являются правильными и полными. Мне известно, что любые данные, не соответствующие действительности, могут привести к отказу в выдаче визы. Я обязуюсь покинуть территорию иностранного государства по истечении срока действия визы, если таковая будет дана.*

Дата заполнения

Подпись

## Требования к фотографии на визу :

2 фото (образец ниже)



- **Общие требования:**

- Фотография туриста должна быть цветной, без окантовки (рамки), с полным изображением лица, как показано на фотографии, чтобы была видна голова и верхняя часть плеч.
- Фотография должна быть сделана за последние 6 месяцев.

- **Фотография для каждого заявителя должна отвечать следующим требованиям:**

- 3,5 см X 4,5 см. Лицо должно размещаться в центре фотографии.
- Размер головы (от макушки до подбородка) должен быть равен 30 мм.

- **Вид фотографии:**

- На фотографии должен быть изображен полный анфас, взгляд заявителя должен быть направлен прямо в фотокамеру, глаза открыты, волосы не заслоняют лицо и глаза.
  - Изображение лица должно занимать около 70-80% всей фотографии.
- Фотография должна быть матовой, цветной и снятой на однотонном белом фоне, высокого качества без помарок, царапин, пятен и т.д.
  - Черты лица должны быть хорошо различимы. Желательно, чтобы уши были видны
  - Солнечные очки или другие украшения, которые отвлекают внимание, должны быть сняты, если не предусмотрены медицинские показания (например, глазная повязка).
  - Не принимаются фотографии, на которых человек изображен в маске или вуали, которые препятствуют корректной идентификации личности.

### Если вы носите очки:

- Глаза должны быть показаны ясно, без эффекта отражения на очках и без затемненных линз. Желательно избегать массивных оправ. Оправы очков не должны закрывать глаза.

### Головные уборы:

- Головные уборы запрещены, кроме религиозных
- Если женщина в платке (хиджабе), то у нее должно быть полностью открыто лицо от лба до подбородка включительно

## ПАМЯТКА ВЫЕЗЖАЮЩЕГО ЗА РУБЕЖ

### РЕКОМЕНДАЦИИ МИД РОССИИ

Каждому кто направляется за границу, рекомендуем ознакомиться с размещенной ниже информацией.  
Сайт МИД России <http://www.mid.ru/>

Отправляясь за границу, помните, что вы можете оказаться в незнакомом для себя окружении — в стране с другим климатом, иными нормами поведения в общественных местах, требованиями к внешнему виду, непривычной едой, особенным графиком работы организаций и учреждений. Поэтому следует заранее ознакомиться с особенностями, характерными для государства, которое планируете посетить. Это поможет вам правильно подготовиться к поездке, взять с собой необходимые вещи. Не лишним будет почитать отзывы других людей о пребывании в конкретной стране, городе или гостинице.

Не поленитесь перед отъездом проверить документы (паспорт, визу, билеты, страховку и т.п.), сделать их копии. Сообщите родственникам или друзьям о своей поездке, оставьте им копию турпутевки и паспорта. Могут пригодиться [телефоны посольства и ближайшего консульского учреждения Российской Федерации в предполагаемой стране пребывания](#).

Нельзя забывать о необходимости соблюдать и уважать местные законы, традиции и обычаи. Некоторые безобидные на первый взгляд действия, высказывания или даже жесты в той или иной ситуации могут быть неприемлемыми в стране, куда вы приехали, и впоследствии омрачить или полностью испортить путешествие. Находясь за рубежом, как, впрочем, и у себя на родине, никогда не забывайте о разумной осторожности и осмотрительности.

Отправляясь в страны, где не редки чрезвычайные ситуации природного характера (землетрясения, цунами, наводнения и т.п.) или в государства с нестабильной общественно-политической обстановкой, следует заблаговременно изучить правила поведения в экстремальной обстановке.

Заранее узнайте о том, как нужно действовать в случае утраты паспорта, при дорожно-транспортном происшествии, нападении или краже, задержании или аресте, а также о том, как не стать жертвой торговли людьми.

Имейте в виду, что дипломатические представительства и консульские учреждения Российской Федерации за рубежом по заявлениям российских граждан принимают необходимые меры по защите их прав и законных интересов, но не могут уберечь от всех неприятностей, которые случаются во время заграничных путешествий.

### Оформление документов

Заблаговременно проверьте, все ли необходимые документы подготовлены надлежащим образом.

Для выезда из России за рубеж, как правило, требуется оформить заграничный паспорт. Тщательно проверьте правильность всех внесенных в паспорт сведений (фамилия, имя, отчество, дата рождения, пол, дата выдачи и срок действия паспорта, сведения о детях, включая их фотографии). Подробная информация о правилах въезда на территорию иностранных государств размещена на веб-странице Консульского департамента МИД России [www.kdmid.ru](http://www.kdmid.ru). Даже незначительные ошибки в персональных данных могут сделать невозможным пересечение границы. Законы и правила многих иностранных государств предусматривают, что срок действия паспорта должен заканчиваться не ранее, чем через шесть месяцев после въезда в страну.

Во время пребывания за границей храните паспорт в надежном месте (например, в сейфе гостиницы), не отдавайте его никому в качестве залога. Если во время поездки паспорт будет утрачен, необходимо обратиться в российское дипломатическое представительство или консульское учреждение за свидетельством на въезд (возвращение) в Российскую Федерацию.

Билеты должны быть выписаны на то же имя, которое указано в паспорте. Проверьте правильность указанных в них сведений (даты, маршрут). Рекомендуется сделать несколько копий билетов, страниц паспорта (как заграничного, так и внутреннего) с личными данными и имеющимися в нем отметками, водительского удостоверения, кредитных карт, турпутевки, приглашений, страхового полиса. Возьмите с собой фотографии, как свои, так сопровождающих членов семьи. Они пригодятся, например, в случае утери загранпаспорта. Хранить копии документов следует отдельно от их оригиналов.

Узнайте заранее, требуется ли виза в страну назначения. За детальной информацией о порядке получения визы рекомендуем обратиться в дипломатическое представительство или консульские учреждения соответствующих иностранных государств. Если вы следуете транзитом через территорию других государств, то уточните, требуется ли для такой поездки транзитная виза.

Особое внимание уделите оформлению медицинской страховки. Наличие полиса медицинского страхования, действительного на весь срок пребывания за границей, является обязательным условием для получения гражданами России виз и въезда на территорию ряда иностранных государств (например, стран Шенгенской зоны). Для въезда в некоторые страны даже в рамках безвизового режима (например, в Израиль) также нужен страховой полис.

Рекомендуется оформить медицинскую страховку в любом случае, даже если она не требуется для получения визы или въезда в страну. Отсутствие страховки может обернуться крупными расходами при наступлении страхового случая. Оформляя страховой полис, подробно узнайте, какие медицинские услуги вам обязаны предоставить в стране пребывания при наступлении страхового случая, также какова процедура их получения и оплаты (иногда нужно оплатить визит к врачу самостоятельно, затем на основании чеков и квитанций потраченные денежные средства возвращаются через страховую компанию).

Имейте в виду, что дешевый полис может не предусматривать страхового покрытия, достаточного для репатриации. Помните, что страховые компании чаще всего не признают страховым случаем получение травм в состоянии алкогольного опьянения или при занятиях экстремальными видами спорта, хронические заболевания. В таких случаях покрывать финансовые издержки по лечению и возвращению на родину придется самостоятельно.

Обратите внимание, что возможности российских дипломатических представительств и консульских учреждений по оказанию



содействия при наступлении страхового случая предельно ограничены. В соответствии с действующим законодательством они наделены следующими полномочиями:

- при наступлении страхового случая по просьбе пострадавшего гражданина Российской Федерации информируют о случившемся его родственников и соответствующую страховую организацию через МИД России;
- при оформлении документов, необходимых страховой организации, должностное лицо российского загранучреждения по просьбе пострадавшего гражданина или его родственников вступает в качестве их представителя в сношения с уполномоченными страховых организаций в стране пребывания и другими лицами, связанными с наступлением или ликвидацией последствий страхового случая;
- по письменному обращению страховой организации российское загранучреждение истребует в стране пребывания в соответствии с ее законодательством необходимые медицинские и иные документы, служащие защите интересов гражданина Российской Федерации, пострадавшего на территории иностранного государства.

### Региональные особенности

Принимая решение оправиться в **иностранное государство**, помните, что существующие в нем общественно-политическая обстановка, климатические условия, законы и обычаи, особенности поведения могут не совпадать с вашими представлениями об условиях идеального отдыха. Во многих странах жестко ограничено курение в общественных местах, ресторанах и барах, предусмотрен высокий штраф за выброс любого мусора в не предназначенных для этого местах.

В условиях жаркого климата, способствующего возникновению опасных инфекционных заболеваний, необходимо строго соблюдать санитарно-гигиенические меры предосторожности. Настоятельно рекомендуется мыть фрукты и овощи мылом-антисептиком, употреблять воду, молоко и сок из фабрично закупоренных бутылок. Опасность для вашего здоровья могут представлять некипяченая вода и свежевыжатые соки; овощные и фруктовые салаты; мороженое; кондитерские изделия с фруктовой начинкой; пищевой лед.

Следует иметь в виду, что во многих мусульманских странах нормы поведения определяются законами шариата, которые строго регламентируют взаимоотношения мужчин и женщин, запрещают употребление алкоголя. Не забывайте о необходимости воздерживаться от приема пищи в общественных местах в светлое время суток во время Рамазана (месяц поста). Захватите с собой в поездку «строгий» гардероб (например, в Иране женщины должны появляться во всех общественных местах в платке, в ряде государств им запрещается появляться на людях в открытых одеждах).

Российским гражданам за границей следует уважать образ жизни местного населения, быть терпеливыми, не грубить, не повышать голоса, не проявлять высокомерия и пренебрежения к местной культуре, не допускать оскорбительных высказываний по отношению к руководителям страны пребывания.

### Как избежать нежелательных инцидентов

Собирая чемоданы в поездку, учтите, что многие вещи могут быть запрещены к авиаперевозке, а для ручной клади действуют особые правила, которые лучше заранее уточнить в авиакомпании. Не теряйте талоны на сданный вами багаж, они понадобятся в случае его утраты.

Имейте в виду, что, пересекая границу, вы столкнетесь с рядом формальностей при прохождении пограничного и таможенного контроля. Не забудьте заполнить таможенную декларацию, если это необходимо. Наиболее распространенные нарушения таможенных правил — несоблюдение запрета (или количественных ограничений) на ввоз и вывоз товаров, недостоверное или неполное декларирование провозимых через границу вещей. За такие нарушения может быть предусмотрен штраф, конфискация товаров или другие санкции.

При пересечении границы следует воздержаться от выполнения просьб случайных людей пронести через пункты досмотра чужие вещи под предлогом перевеса багажа и т.п., а также не принимать (в том числе за вознаграждение) от незнакомых лиц для последующей передачи письма, посылки, багаж и другие предметы, которые могут быть использованы в качестве тайников для незаконного перемещения наркотических средств, взрывных устройств, отравляющих веществ и возбудителей опасных болезней.

По прибытии в гостиницу особое внимание нужно уделить внутренним правилам проживания и правилам пожарной безопасности. Изучите расположение входов-выходов, лифтов, лестниц. Документы, деньги и ценные вещи в номере гостиницы оставлять не рекомендуется, надежнее хранить их в сейфе. Целесообразно всегда иметь при себе визитную карточку гостиницы. Посещая крупные торговые центры или места массового скопления людей, принимайте меры предосторожности и следите за сохранностью личных вещей и документов. Денежные средства разложите по разным карманам. В магазинах выбранный товар до оплаты следует держать в предназначенной для покупок корзине или тележке, а товарные чеки рекомендуется сохранять вплоть до прибытия к месту проживания (встречаются факты проверки покупателей уже после их выхода из торговых комплексов).

Совершая пешие прогулки, выбирайте людные места, берите с собой карту города. В случае если кто-то поблизости начинает вести себя вызывающе либо совершает хулиганские действия, следует покинуть это место. Воздерживайтесь от приема алкогольных, прохладительных напитков и сигарет, предлагаемых незнакомыми людьми. Их целью может быть совершение противоправных действий.

Если вы взяли напрокат автомобиль, тщательно проверьте наличие и правильность оформления всех документов, особенно страховки, чтобы в случае аварии не понести крупных расходов по возмещению ущерба. При поездке на автомобиле не забывайте брать карту местности. Запомните номер вашего автомобиля. Двери блокируйте, а окна, если это необходимо,

открывайте лишь частично. Выходя из автомашины даже на короткое время, запирайте ее. На многорядных шоссе лучше держаться ближе к центру дороги. Не рекомендуется подвозить незнакомых людей, особенно в непосредственной близости от таможенных и контрольно-пропускных пунктов на границе.

### **Постановка на учет в консульском учреждении**

Рекомендуем гражданам, планирующим выезд за пределы Российской Федерации, вне зависимости от цели и срока пребывания за рубежом встать на учет в дипломатическом представительстве или консульском учреждении. Постановка российских граждан на учет в загранучреждении является добровольной процедурой и заключается в фиксировании консульскими должностными лицами предоставляемых гражданами своих контактных данных, которые в соответствии с законом используются в целях обеспечения прав, интересов и безопасности самих граждан. В частности, в случае возникновения в иностранном государстве какой-либо чрезвычайной ситуации сведения о месте пребывания гражданина, пусть даже кратковременного, о способах экстренной связи с ним или с его родственниками могут иметь решающее значение.

### **Если утрачен загранпаспорт**

В случае утраты паспорта за пределами Российской Федерации, необходимо незамедлительно обратиться в **российское дипломатическое представительство или консульское учреждение в государстве пребывания** для получения свидетельства на въезд (возвращение) в Российскую Федерацию. Если российское загранучреждение расположено далеко от вашего местонахождения, рекомендуем предварительно связаться с его сотрудниками по телефону и получить дополнительные разъяснения относительно требуемых документов.

Для получения свидетельства необходимо представить:

— заявление о выдаче свидетельства (бланк можно получить в российском загранучреждении);

— две фотографии (размером 35×45 мм);

— внутренний паспорт (при наличии) или письменные заявления не менее двух граждан Российской Федерации, подтверждающих личность заявителя и наличие у него российского гражданства (заверяются в загранучреждении).

В целях подтверждения своей личности заявитель может представить и иные документы: водительское удостоверение, служебное удостоверение с фотографией и др. В этом случае загранучреждением проводится дополнительная проверка сведений о заявителе.

### **Действия при дорожно-транспортном происшествии, нападении или краже, задержании правоохранительными органами**

Часто несчастные случаи с российскими гражданами за рубежом связаны с использованием автотранспорта. Поэтому необходимо проявлять повышенное внимание как в случае управления автомобилем, так и при выборе транспорта, предоставляемого для перевозки туристов. При дорожно-транспортном происшествии необходимо прежде всего вызвать скорую (если кто-то пострадал и требуется медицинская помощь), дождаться полицию (транспортную полицию). Рекомендуется настаивать на составлении протокола на месте происшествия. Иногда для определения причины аварии и степени вины каждой стороны требуется проведение дополнительного расследования.

Если в отношении вас совершена кража или нападение, прежде всего нужно сообщить о случившемся в правоохранительные органы для возможного раскрытия преступления по горячим следам и проведения расследования. Необходимо составить протокол, в случае кражи — с указанием списка пропавших вещей и их примерной стоимости. Рекомендуется также сообщить о случившемся сопровождающему группу, если таковой имеется, или представителю туркомпании.

В случае задержания или ареста не оказывайте сопротивления, так как это может усугубить положение и спровоцировать сотрудников правоохранительных органов на применение физической силы или даже оружия. Не рекомендуется объясняться с представителями правоохранительных органов, а также подписывать какие-либо протоколы и иные документы на иностранном языке в отсутствие переводчика или адвоката, так как такие показания по законодательству ряда стран могут быть положены в основу обвинения в совершении преступления.

Вы вправе требовать предоставления возможности связаться с ближайшим российским дипломатическим представительством или консульским учреждением либо направления ему письменного уведомления о факте инцидента. Конкретная помощь российских консульских учреждений может заключаться в оказании содействия в установлении контактов с родственниками или друзьями задержанного, контроле за соблюдением процессуальных норм, в том числе с точки зрения соответствия их местному законодательству и международному праву, поиске адвокатов, выяснении всех обстоятельств дела.

### **Рекомендации по действиям в чрезвычайных ситуациях**

С подробными рекомендациями по действиям в чрезвычайных ситуациях можно ознакомиться на [официальном сайте Департамента Ситуационно-кризисного центра МИД России](#). На ресурсе также публикуется [полезная информация об иностранных государствах с акцентом на вопросы личной безопасности, сообщения о кризисных ситуациях за рубежом и угрозах их возникновения, памятки об инфекционных заболеваниях в мире](#). Помимо этого доступна для скачивания тестовая версия приложения для мобильных устройств "[Зарубежный помощник](#)".

Если вас захватили в заложники или похитили, не следует оказывать сопротивление. Рекомендуется выполнять первоначальные

приказы террористов. Они могут оказаться людьми с неустойчивой психикой и повести себя непредсказуемо. Если вы почувствовали себя плохо, стоит попробовать попросить вызвать врача или принести нужные лекарства. Постарайтесь установить хоть какой-то контакт с террористами. По возможности, отмечайте для себя, как они выглядят, каковы их привычки, как похитители разговаривают и с кем общаются. Следует запоминать также все передвижения, включая время в движении, направление, пройденный путь, скорость, какие-либо ориентиры вдоль дороги, знаки и такие звуки как звон колоколов, голоса, шум стройки, железной дороги, трамвая и т.д. Стремление «угодить» зачастую неправильно воспринимается террористами и затрудняет вызволение жертв. Если террористы принуждают заложника сделать письменное или устное (в аудио- либо видеозаписи) обращение к властям с изложением их требований, делать это можно только в той форме и объеме, на которых настаивают похитители. При этом следует избегать собственных заявлений и оценок, поскольку это может усугубить положение захваченного.

При проведении специальной операции по освобождению заложника рекомендуется лечь на пол, не двигаться, пока не будут получены соответствующие указания от сотрудников спецназа; ни при каких условиях не пытаться помогать спецназу в своем освобождении; исходить из того, что спецназ будет относиться к заложнику как к возможному террористу, пока не будет установлена его личность; оставаться законопослушным и терпимым к действиям спецназа, даже если в ходе операции к заложнику будут применены меры физического воздействия (например, надеты наручники или связаны руки). Сразу после освобождения желательно не давать комментариев средствам массовой информации до тех пор, пока не будет проведена беседа с официальным российским представителем, и от него не будут получены соответствующие рекомендации.

Одним из самых разрушительных стихийных бедствий является землетрясение. Наиболее опасные места находятся вблизи т.н. мировых поясов землетрясений, которые расположены на тихоокеанском побережье Северной и Южной Америки; на восточном побережье Японии; в центральной части Тихого океана; по южной кромке Гималаев; в странах Карибского региона; в Новой Зеландии; в Греции, Турции, Италии, Средиземноморье и Центральной Атлантике. Большинство несчастных случаев — результат обрушения зданий и других объектов. Землетрясения могут вызвать оползни и гигантские океанские волны цунами (сейсмические морские волны), которые в состоянии причинить огромный ущерб.

Начальный момент землетрясения может ощущаться по-разному. Иногда перед землетрясением появляется свечение над возвышенностями, могут происходить нарушения в работе радио, телевидения, электронных приборов, самопроизвольное свечение люминесцентных ламп. Порой, за несколько секунд до землетрясения, под землей возникает сильный нарастающий гул, после которого происходит первый толчок. В других случаях, непосредственно перед толчком, могут возникнуть более слабые колебания, при которых начинает дребезжать посуда, раскачиваются подвешенные предметы. Затем возникает первый толчок, который может продолжаться от нескольких секунд до 1-1,5 минут.

Во время землетрясения не следует выбегать из здания, так как падающие обломки и разрушающиеся стены становятся основной причиной многих жертв. Необходимо дождаться окончания землетрясения, после чего можно покинуть здание.

Ни в коем случае не пытайтесь выбраться из здания с помощью лифта, который может застрять или упасть в шахту. Безопасным местом могут быть проемы внутренних дверей и углы комнат. Необходимо отойти дальше от окон и внешних стен, а также громоздкой мебели. Если здание невысокое и не сейсмостойкое, например, кирпичный дом и имеется возможность немедленно покинуть его, то в этом случае необходимо осторожно и быстро выйти из здания и отбежать от него на безопасное расстояние.

Не следует приближаться к линиям электропередач. Если вы находитесь в автомобиле, необходимо остановиться как можно дальше от высоких зданий и других сооружений и не начинать движения до прекращения землетрясения.

После землетрясения постарайтесь действовать следующим образом. Если землетрясение произошло ночью, вместо спичек или зажигалки лучше воспользоваться электрическим фонариком. Если это невозможно, то прежде чем использовать спички или зажигалки, убедитесь в отсутствии запаха газа, бензина и других воспламеняющихся и взрывоопасных веществ. В противном случае может произойти взрыв или возгорание. Рекомендуется перекрыть газ, воду и выключить электричество. Если имеются незначительные очаги возгорания, попытайтесь их локализовать своими силами. Если потушить пожар самостоятельно невозможно, следует вывести детей, а также раненых людей из зоны пожара в безопасное место. Нельзя прикасаться к оголенным проводам и соприкасающимся с ними металлическим и мокрым предметам. При обнаружении просыпавшихся или пролитых взрывоопасных и ядовитых веществ следует предупредить о них окружающих. По возможности включите радиоприемник для получения информации о масштабах катастрофы, предпринимаемых мерах по ликвидации ее последствий.

### **Как не стать жертвой торговли людьми**

По данным международных экспертов, ежегодно тысячи граждан стран СНГ, а также Центральной и Восточной Европы, выезжая за границу с различными целями, либо вовлекаются в незаконную трудовую деятельность обманным путем, либо похищаются и подвергаются различным формам эксплуатации. Преступные группы обычно используют для поиска потенциальных жертв подставные компании, чаще всего с помощью газетных объявлений о выгодной работе. Они могут скрываться под вывеской вполне законных организаций: агентств моды, бюро путешествий, центров по трудоустройству, международных служб знакомств и т.п.

При поиске работы за рубежом не соглашайтесь на предложения нелегальной подработки. В случае если вы будете работать нелегально, то не сможете получить достойную оплату труда, реализовать положенные социальные гарантии (например, оказание медицинской помощи при необходимости) и станете полностью зависимы от вашего работодателя. Внимательно изучите предложение работодателя и проверьте правильность оформления документов на работу.

Перед тем, как подписать договор, убедитесь, что все пункты ясны. В случае сомнений обратитесь к независимому юристу за консультацией. При выезде с целью трудоустройства убедитесь, что имеющийся у вас тип визы предусматривает возможность занятия трудовой деятельностью. В подавляющем большинстве случаев виза для временного пребывания иностранцев не дает

права на работу. Особо следует подчеркнуть, что, как правило, разрешение на работу нужно оформлять до отъезда, обратившись в консульское учреждение соответствующего государства. Не следует доверять обещаниям, что можно въехать в страну по туристической визе, а все необходимые формальности будут улажены по прибытии в страну. Если вы будете работать, не оформив надлежащим образом документы, например, разрешение на работу, это будет нарушением законодательства страны пребывания, за которое могут оштрафовать, выслать из страны и закрыть въезд на длительный срок.

Российским гражданам, выезжающим за границу для заключения брака и/или проживания с супругом-иностранцем, рекомендуем заранее ознакомиться с особенностями правового положения иностранцев в государстве пребывания. Следует иметь в виду, что в отдельных государствах права и обязанности супругов-иностранцев регламентируются законодательством отлично от российского права. Особое внимание необходимо уделить вопросам правового статуса детей, родившихся в браках с иностранцами, в том числе порядку приобретения ими российского гражданства, а также тому, как местное законодательство определяет права родителей и детей в случае развода.

Во время пребывания за границей ни в коем случае не отдавайте паспорт на хранение работодателю либо лицу, с которым предполагается заключить брак. Преступники могут использовать ваши документы в целях шантажа и ограничения свободы передвижения. Возьмите денежные средства на покрытие транспортных расходов по возвращению домой, или приобретите билет в оба конца. Известите о дате отъезда семью и друзей и оставьте свой адрес и телефон за границей. По прибытии на место свяжитесь со своими близкими в России и, по возможности продолжайте поддерживать с ними регулярные контакты по почте, телефону или с помощью Интернета.

### **Полномочия российских загранучреждений**

При обращении в российское загранучреждение следует иметь в виду, что его полномочия строго регламентированы законодательством Российской Федерации и страны пребывания, а также международными соглашениями. Далеко не все проблемы, которые возникают у российских граждан за границей, консул может решить.

Например, если вас не устраивает гостиничный сервис, нет смысла звонить с жалобой в консульство, поскольку в его функции рассмотрение таких вопросов не входит. Если же во время пребывания за границей утрачен загранпаспорт, то именно российское загранучреждение поможет в оформлении временного документа, удостоверяющего личность — свидетельства на въезд (возвращение) в Российскую Федерацию.

В ряде ситуаций, например, при судебном разбирательстве, осуществляемом компетентными органами иностранного государства, в гораздо большей степени, чем консульское содействие, потребуется помощь квалифицированного адвоката, а консул может помочь вам в его выборе.

В отношении граждан, пребывающих за рубежом, дипломатические представительства и консульские учреждения Российской Федерации могут совершать следующие консульские действия:

- информировать о законах и обычаях страны пребывания, особенностях правового положения иностранцев; рекомендовать, куда обратиться за дополнительными сведениями по интересующим вас вопросам;
- осуществлять добровольный учет граждан России, находящихся за рубежом;
- принимать необходимые меры по обеспечению безопасности российских граждан при чрезвычайных ситуациях;
- совершать нотариальные действия;
- оформлять заграничный паспорт и свидетельство на въезд (возвращение) в Российскую Федерацию);
- регистрировать акты гражданского состояния (в случаях, предусмотренных российским законодательством, законами страны пребывания и международными договорами Российской Федерации);
- выдавать российские визы для иностранных граждан и лиц без гражданства);
- рассматривать вопросы гражданства в отношении проживающих за границей российских граждан;
- осуществлять консульскую легализацию иностранных официальных документов, предназначенных для использования в России;
- истребовать документы, касающиеся прав и интересов граждан;
- принимать меры по охране прав и законных интересов граждан Российской Федерации, над которыми требуется установить опеку или попечительство;
- принимать меры в области санитарной, фитосанитарной и ветеринарной защиты;
- принимать меры по охране прав и законных интересов граждан Российской Федерации, находящихся под арестом, заключенных в тюрьму, взятых под стражу либо задержанных (по их просьбе);
- незамедлительно обращаться в компетентные органы государства пребывания за содействием в розыске пропавших без вести граждан Российской Федерации;
- оказывать содействие российским гражданам в реализации их избирательных прав при проведении выборов в федеральные органы государственной власти и права на участие в референдуме Российской Федерации.

В соответствии с действующим законодательством российские загранучреждения не могут совершать следующие действия:

- оплачивать расходы за услуги врачей, адвокатов, проживание в гостинице и т.д.;
- оказывать услуги по резервированию мест в гостинице и на транспортных средствах;
- предоставлять в долг денежные средства;
- оформлять российским гражданам вид на жительство или продлевать визу в стране пребывания, получать для них визы в третьи страны.

Следует также помнить, что за совершение консульских действий в соответствии с законодательством Российской Федерации взимаются консульские сборы.



## **Помощь в возвращении в Российскую Федерацию гражданам, оказавшимся в иностранном государстве без средств к существованию**

В соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации от 31.05.2010 г. № 370 российские загранучреждения могут оказать помощь в возвращении в Россию гражданам Российской Федерации, оказавшимся на территории иностранного государства без средств к существованию, то есть в исключительных случаях. Под исключительными случаями понимаются ситуации, при которых возвращение в Россию граждан будет способствовать устранению непосредственной угрозы их жизни. Решение о предоставлении помощи принимает комиссия, действующая на постоянной основе в каждом загранучреждении. Помощь предоставляется на безвозмездной основе. Она выделяется только в форме оплаты расходов на проживание в гостинице, приобретение билетов, продуктов питания и предметов первой необходимости согласно установленным нормам. Оказание помощи в форме передачи российскому гражданину наличных денежных средств не допускается.

## **Порядок выезда за границу несовершеннолетних граждан РФ**

### **Выезд ребенка совместно с родителями**

1. Несовершеннолетний гражданин Российской Федерации, следующий совместно хотя бы с одним из родителей, может выезжать из Российской Федерации по своему заграничному паспорту.
2. Несовершеннолетний гражданин Российской Федерации до 14 лет, следующий совместно хотя бы с одним из родителей и вписанный в заграничный паспорт выезжающего вместе с ним родителя, может выезжать из РФ по следующим правилам:
  - заграничный паспорт родителя оформлен по старому образцу\* – может без собственного заграничного паспорта\*\*.
  - заграничный паспорт родителя оформлен по новому образцу (биометрический) – не может без собственного заграничного паспорта.

\* К паспорту старого образца относится паспорт не биометрический, оформленный в соответствии с постановлением Правительства Российской Федерации от 14 марта 1997 г. № 298.

\*\* В паспорт родителя в этом случае ОБЯЗАТЕЛЬНО должна быть вклеена фотография ребенка, независимо от его возраста, на которой должна стоять печать паспортно-визовой службы. Отсутствие фотографии или печати является основанием для отказа ребенку в пересечении границы.

3. В государства – участники Содружества Независимых Государств (СНГ), с которыми Российская Федерация имеет межправительственные соглашения о взаимных поездках граждан (Белоруссия, Украина, Казахстан, Молдавия, Армения), дети до 14 лет, следующие совместно хотя бы с одним из родителей, могут выезжать по свидетельствам о рождении с подтверждением наличия российского гражданства (соответствующий штамп или вкладыш в свидетельство о рождении). Иначе в пересечении границы России и во въезде в страну временного пребывания ребенку могут отказать.
4. При следовании несовершеннолетнего российского гражданина через государственную границу Российской Федерации совместно с одним из родителей, предъявлять письменное согласие второго родителя не требуется, если только от него ранее в пограничные органы не поступало заявления о своем несогласии на выезд из Российской Федерации своих детей.
5. Если у несовершеннолетнего ребенка и выезжающего совместно с ним родителя разные фамилии или если ребенок в возрасте до 14 лет пересекает границу по отдельному заграничному паспорту, рекомендуем взять с собой нотариально заверенную копию свидетельства о рождении — для подтверждения родства. На практике отсутствие такого подтверждения служило основанием для отказа ребенку в пересечении границы.

### **Выезд ребенка без сопровождения родителей**

Несовершеннолетний российский гражданин, выезжающий из Российской Федерации без сопровождения родителей, должен иметь при себе кроме заграничного паспорта нотариально оформленное согласие родителей на его выезд за границу с указанием срока выезда и государства (государств), которое (которые) он намерен посетить. При этом достаточно согласия одного из родителей, если от второго родителя не поступало заявления о его несогласии на выезд своих детей за рубеж.

Однако необходимо учитывать, что посольства иностранных государств, в случае оформления визы на ребенка, выезжающего без родителей, могут потребовать нотариально оформленное согласие от обоих родителей. Например, такая практика характерна для всех стран, входящих в Шенгенское соглашение, а также для Англии, США, Канады. При этом оригиналы такого согласия остаются в посольстве. Поэтому рекомендуем при оформлении выезда несовершеннолетнего за рубеж без сопровождения родителей сразу оформлять согласия родителей на его выезд в нескольких экземплярах (в зависимости от количества получаемых виз и необходимости предъявления оригиналов согласия на паспортном контроле).

Чтобы избежать неприятных сюрпризов на границе в случае выезда за рубеж несовершеннолетнего ребенка, родителям следует помнить о том, что пограничные правила стран временного пребывания могут заметно отличаться от российских, а поэтому лучше выполнить следующие рекомендации:

- оформить согласия от обоих родителей (если ребенок едет без них) или от второго родителя (если ребенок выезжает только с



одним родителем); подготовить нотариально заверенный перевод этих документов на язык страны временного пребывания с проставлением апостиля (перевод требуется в Нидерландах, Германии, Ирландии, Франции).

- перевести свидетельство о смерти родителя (если второй родитель умер) на язык той страны, куда едет ребенок.

### **Правила перелета беременных женщин**

Перелет беременных женщин допускается при условии, что он выполняется не позднее семи недель до срока предполагаемых родов и что не существует опасности преждевременных родов. Информация о состоянии беременной женщины, подтвержденная медицинским заключением и обменной картой, обязательно должна быть предоставлена компании. Перелет беременных женщин возможен при условии подписания перед полетом гарантийного обязательства, в котором оговаривается, что туроператор не несет никакой ответственности за неблагоприятные последствия, которые могут возникнуть для беременной женщины и плода во время и вследствие перелета и нахождения в стране пребывания. Бланк гарантийного обязательства предоставляется пассажиру или сопровождающему его лицу представителем авиакомпании.

### **ПОДГОТОВКА К ПУТЕШЕСТВИЮ**

Перед тем, как отправиться в путешествие, Вам следует подумать, насколько состояние Вашего здоровья позволяет выехать в ту или иную страну в зависимости от климата, условий питания, особенностей культурного отдыха, возможности проведения профилактических прививок, приема лекарственных препаратов для профилактики инфекционных болезней.

Для этого Вам необходимо пройти тщательный медицинский осмотр и получить заключение врача. С особым вниманием следует отнестись к рекомендациям врача больным хроническими заболеваниями, беременным и лицам с малолетними детьми. Перед поездкой Вы должны обязательно пройти инструктаж в туристической фирме, которая организует поездку, и получить настоящую памятку.

При выезде в страны, неблагополучные по желтой лихорадке, Вы должны сделать профилактическую прививку и получить международное свидетельство о вакцинации против желтой лихорадки.

Выезжая в страны, неблагополучные по малярии, Вам необходимо получить рекомендации у своего врача о профилактических лекарственных препаратах и способах их применения.

В связи с регистрацией в зарубежных странах таких инфекционных болезней как брюшной тиф, столбняк, вирусные гепатиты, менингококковая инфекция, Вы можете сделать профилактические прививки против указанных инфекций по своему желанию в коммерческих медицинских Центрах или в Центральном прививочном пункте.

Перед поездкой сформируйте и имейте при себе аптечку первой помощи, которая поможет Вам при легких недомоганиях, сэкономит Ваше время на поиски лекарственных средств и избавит от проблем общения на иностранном языке.

**Аптечка первой помощи:** болеутоляющие средства; сердечно-сосудистые средства; средства от несварения желудка; желчегонные препараты против укачивания в транспорте; средства от укусов насекомых; перевязочный материал (бинты, ватные шарики); водонепроницаемый лейкопластырь; одноразовые шприцы; барьерные контрацептивы; раствор для контактных линз, если Вы их носите; глазные капли; солнцезащитные кремы и кремы для ухода за кожей после пребывания на солнце.

### **ПРЕБЫВАНИЕ В ЗАРУБЕЖНОЙ СТРАНЕ. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ**

Во время путешествия, Вам необходимо соблюдать определенные правила и ограничительные меры проживания, питания и культурного отдыха.

Люди из стран умеренного климата нуждаются в адаптации в странах с тропическим и субтропическим климатом.

Для предупреждения солнечного и теплового ударов необходимо носить одежду из легких и натуральных тканей, летний головной убор, смазывать открытые участки кожи кремом от загара, увеличить количество потребления жидкостей, ограничить прием алкогольных напитков.

Во время отдыха следует быть особенно осторожными при контакте с животными, так как они являются источниками многих инфекционных и паразитарных болезней. Не трогайте кошек, собак и других животных! Это опасно практически во всех странах.

Если Вы при контакте с животным получили укус, оцарапывание или просто ослюнение, тщательно промойте эту часть тела водой с мылом. Немедленно обратитесь к врачу для решения вопроса о проведении прививок против бешенства и столбняка.

Другую опасность представляют укусы ядовитых змей, насекомых (скорпион, каракурт, тарантул, сколопендра) и обитателей тропических морей (ядовитые медузы, пиявки, рыбы), которые могут привести к серьезным нарушениям Вашего здоровья.

Большинство опасных для человека кровососущих насекомых (блохи, клещи, комары, москиты, слепни, мошки и мухи) являются переносчиками тропических инфекционных и паразитарных заболеваний.

Для предупреждения осложнений во время отдыха на природе необходимо избегать контактов с животными, пресмыкающимися и насекомыми, одевать одежду с длинными рукавами, брюки, ботинки с плотными гетрами или носками, применять репелленты. В вечернее и ночное время надо пользоваться электрическим фонариком, даже в городах.

### **ПРАВИЛА ПРОЖИВАНИЯ. ПИТАНИЕ**

Проживание допускается только в гостиницах, обеспеченных централизованным водоснабжением и канализацией. При наличии в номере комаров, блох, грызунов необходимо немедленно поставить в известность администрацию для принятия срочных мер по их уничтожению. В местах скопления летающих насекомых требуйте засетчивания окон и дверей, наличия пологов над кроватью и электрофумигаторов.

Прием пищи допускается в определенных пунктах питания, где используются продукты гарантированного качества промышленного производства. Для питья должна использоваться только бутилированная или кипяченая вода, напитки, соки промышленного производства и гарантированно-го качества.

Для мытья фруктов и овощей необходимо использовать только кипяченую или бутилированную воду. Запрещается покупать лед для охлаждения напитков у продавцов уличной торговли, а также использование в пищу продуктов традиционной национальной кухни, продуктов с просроченным сроком годности, не прошедших гарантированную технологическую обработку, а также приобретенных в местах уличной торговли.

## ОРГАНИЗАЦИЯ ОТДЫХА

Запрещается организация и проведение экскурсий, других мероприятий (охота, рыбалка) в местах не обозначенных официальной программой.

Купание туристов разрешается только в бассейнах и специальных водоемах. Запрещается лежать на пляже без подстилки, ходить по земле без обуви.

Не рекомендуется приобретение меховых, кожаных изделий, а также животных и птиц у частных торговцев. Строго соблюдайте правила личной гигиены.

## ПРОФИЛАКТИКА ЛУЧШЕ, ЧЕМ ЛЕЧЕНИЕ!

При выезде в зарубежные страны Вам необходимо знать, что в некоторых из них существует реальная возможность заражения инфекционными и паразитарными заболеваниями, которые характеризуются тяжелым клиническим течением, поражением жизненно важных органов и систем организма, и могут привести к смертельному исходу.

**Холера** - особо опасная острая инфекционная болезнь, характеризующаяся сильнейшим обезвоживанием организма, которое при отсутствии своевременного лечения может привести к смертельному исходу.

Инкубационный (скрытый) период заболевания, от момента инфицирования до появления первых клинических признаков, составляет от нескольких часов до 5 дней.

Возбудители холеры проникают в организм человека при употреблении инфицированных продуктов питания и воды. Наиболее опасными являются продукты, которые не подвергаются термической обработке.

Заражение может произойти также во время купания в случайных водоемах.

Характерные признаки холеры - многократный жидкий стул и рвота, что приводит к обезвоживанию организма. При появлении первых признаков заболевания необходимо немедленно обратиться к врачу.

**ОПАСНЫЕ ВИРУСНЫЕ ГЕМОРРАГИЧЕСКИЕ ЛИХОРАДКИ.** При выезде в страны Африканского и Южно-Американского континентов можно заразиться опасными вирусными геморрагическими лихорадками, к которым относятся желтая лихорадка, лихорадки Эбола, Ласса и Марбург.

**ЖЕЛТАЯ ЛИХОРАДКА** - передается комарами рода "Египти", заразиться которой можно как в природных условиях, так и в городах.

Инкубационный период, от момента заражения до первых признаков заболевания, составляет от 3 до 6 дней.

Заболевание характеризуется высокой лихорадкой, геморрагической сыпью, поражением почек, печени, с развитием желтухи и острой почечной недостаточности. Течение болезни крайне тяжелое и в большинстве случаев имеет смертельный исход.

При выезде в страны Южно-Американского и Африканского континентов, где требуется обязательное проведение профилактических прививок, являющихся единственной мерой предупреждения этого опасного заболевания, необходимо получить однократную прививку, которая проводится не позднее, чем за 10 дней до выезда, иммунитет сохраняется в течение 10 лет, после чего проводится повторная прививка.

Без международного свидетельства о вакцинации против желтой лихорадки выезд в неблагополучные страны запрещается.

**ЛИХОРАДКИ ЭБОЛА, ЛАССА, МАРБУРГ.** Природно-очаговые инфекционные болезни, источниками возбудителей которых являются животные и грызуны, а также больной человек. Данные лихорадки относятся к тяжелым вирусным заболеваниям с почти одинаковой клинической картиной, характеризующейся высокой температурой, геморрагической сыпью, кровотечениями из носа, десен, появлением крови в стуле и рвотных массах, головными болями, общей слабостью, болями в грудной клетке и желудке.

Инкубационный период при всех лихорадках составляет от 3 до 17 дней.

**ПАЗИТАРНЫЕ ЗАБОЛЕВАНИЯ.** Широкое распространение в тропических и субтропических странах имеют опасные для здоровья и другие паразитарные заболевания, заражение которыми возможно через фрукты, овощи и зелень, мясо, рыбу и продукты моря. Личинками некоторых глистов можно также заразиться при контакте с почвой и купании в пресных водоемах через неповрежденную кожу, а через укусы кровососущих насекомых - глистными заболеваниями, возбудители которых паразитируют в лимфатической системе, стенках полостей тела и подкожной клетчатке.

Для многих из этих заболеваний характерны длительный инкубационный период и тяжелое хроническое течение.

**МАЛЯРИЯ.** Тяжелое паразитарное заболеваний, широко распространенное в странах с тропическим и субтропическим климатом.

Заражение происходит при укусах малярийных комаров. Известны 4 формы малярии, из которых наиболее тяжелая - тропическая, распространенная в странах Африки.

Инкубационный период составляет от 7 дней до 1 месяца при тропической малярии и до 3-х лет при других формах.

Симптомы заболевания - повышение температуры, озноб, сильное потоотделение, головная боль, слабость. При тропической малярии без проведения своевременного лечения возможен смертельный исход в очень короткий срок от начала заболевания.

С целью профилактики необходимо регулярно принимать противомалярийные препараты. Прием препаратов надо начинать за 1 неделю до выезда в зарубежные страны, продолжать весь период пребывания и 1 месяц после возвращения.

Вам необходимо помнить, что во время пребывания в стране, неблагополучной по малярии и в течение 3-х лет после возвращения, при любом повышении температуры следует немедленно обращаться в лечебное учреждение и сообщать врачу, что Вы были в «тропиках».

**ЧУМА** - природно-очаговая инфекция, которой болеют люди и животные, переносчиками являются блохи, паразитирующие на грызунах и других животных.

Заражение чумой происходит при укусах инфицированными блохами, контакте с больными животными и грызунами, а также воздушно-капельным путем при общении с больным легочной чумой.

Время, которое проходит с момента попадания возбудителя чумы в организм человека до появления первых симптомов заболевания, составляет от нескольких часов до 6 дней.

Заболевание начинается с высокой температуры, сильного озноба, головной боли, увеличения лимфоузлов и кашля с кровью.

При появлении указанных признаков заболевания необходимо немедленно обратиться к врачу.

**ГРИПП ПТИЦ** - острое инфекционное заболевание, возбудителем которого является вирус.

Заражение человека происходит при тесном контакте с инфицированной и мертвой домашней и дикой птицей. В ряде случаев возможно заражение человека при употреблении в пищу мяса и яиц больных птиц без достаточной термической обработки.

Опасны выделения зараженных птиц, которые, попадая на растения, в воздух, в воду, затем могут заразить человека через воду при питье и купании, а так же воздушно-капельным, воздушно-пылевым путем, и через грязные руки.

Инкубационный период составляет от нескольких часов до 5 дней.

Заболевание гриппом птиц начинается остро с озноба, повышения температуры до 38°C и выше, мышечных и головных болей, болей в горле. Возможен водянистый жидкий стул, многократная рвота. Состояние быстро ухудшается. Через 2-3 дня появляется влажный кашель, часто с примесью крови, одышка. Затем может возникнуть затруднение дыхания. Возможно поражение печени, почек и мозга.

При появлении первых признаков заболевания необходимо срочно обратиться к врачу для установления диагноза и назначения адекватного и своевременного лечения, так как позднее начало лечения неизбежно приводит к развитию осложнений.

Меры профилактики. Необходимо избегать контакта с домашней и дикой птицей в домашних хозяйствах, рынках и мест массового скопления птицы на открытых водоемах. Выгул домашней птицы должен проводиться только на частных подворьях граждан.

**СЕКСУАЛЬНЫЕ КОНТАКТЫ...** При случайных половых связях можно заразиться такими опасными инфекциями, как СПИД, сифилис, вирусный гепатит В и другими, передающимися половым путем заболеваниями. Эти болезни могут серьезно повлиять не только на Вашу жизнь, но и на жизнь Вашей семьи.

Для предупреждения указанных заболеваний всегда имейте при себе и пользуйтесь индивидуальными средствами защиты.

Избегайте сомнительных сексуальных контактов!

**ВИЧ-инфекция.** Хроническая медленная вирусная инфекция, скрытый период которой составляет от нескольких месяцев до нескольких лет.

Основными путями передачи инфекции являются: половой, парентеральный (при использовании загрязненных кровью медицинского инструментария и шприцев при введении наркотиков), донорские органы и ткани от больных ВИЧ-инфекцией. Это особенно необходимо знать при выезде в страны, где еще не налажена система контроля за донорской кровью и существует опасность использования нестерильного медицинского инструментария при оказании медицинской помощи, особенно в стоматологии.

Заразившись ВИЧ-инфекцией, человек становится вирусоносителем и, оставаясь в течение длительного времени практически здоровым, может инфицировать своих половых партнеров.

Конечной стадией течения ВИЧ-инфекции является СПИД - синдром приобретенного иммунодефицита человека, при котором происходит прогрессирующее разрушение иммунной системы человека, не поддающееся лечению и в течение года заканчивающееся смертью.

Для профилактики заражения ВИЧ-инфекцией Вам необходимо позаботиться о запасе одноразовых шприцев и презервативов, перед выездом посетить стоматолога.

Помните - Ваше здоровье в Ваших руках!

**ЖЕЛАЕМ ВАМ ПРИЯТНОГО ОТДЫХА!**