Cesta do Indie, Nepálu a Sikkimu

Indie, Nepál

12. 10. 2024 - 8. 11. 2024

Program zájezdu

1. den
letecký přesun do **Dillí**

2. den
výprava do starého města, úzké uličky plné řemeslníků a obchodníků, mohutná **Páteční mešita**, místo zpopelnění a památník Mahátma Gandhího **Raj Ghát**, monumentální **Červená pevnost**, nejrušnější ulice města **Čandni Čouk**, centrum moderního města **Connaught Place**

3. den
okružní prohlídka **Nového Dillí** - sikhská gurudvára **Bangla Sáhab**, Indická brána, třída Rajpath, **Humajúnova hrobka**, areál **Qutab Minar** s nerezavějícím sloupem a obrovským minaretem, odjezd do **Džajpuru**

4. den
„růžové město“ **Džajpur** v pouštní oblasti **Rádžasthánu** (Palác větrů, maharádžův palác a astronomická observatoř Jantar Mantar), pevnost a palác v **Ambéru**

5. den
fascinující stupňovitá studna baórí v **Abhanérí**, bývalá mughalská metropole **Fatehpur Sikri**

6. den
„mramorové město“ **Ágra** (velkolepá hrobka a symbol Indie Tádž Mahal, bohatě zdobená Červená pevnost, dílna na zpracování mramoru)

7. den
zastávka ve městě **Gválijar** (rozlehlá pevnost na náhorní plošině, džinistické sochy vytesané do skály Gopachal Parvat), opuštěné paláce a chrámy s romantickým nádechem ve vesnici **Órčha**, západ slunce nad řekou **Betwa**

8. den
procházka venkovskou krajinou v Órčha, přejezd do **Khadžuráha**

9. den
prohlídka fantastických kamenných chrámů s erotickými motivy v **Khadžuráhu**, odjezd odpoledním vlakem do Váránasí

10. den
nejposvátnější město hinduistů **Váránasí**, uličky starého města plné poutníků a chrámů, procházka po ghátech, večerní bohoslužba Ganga Aarti

11. den
nezapomenutelná ranní plavba po řece **Ganze** kolem ghátů na spalování mrtvých, odpoledne místo prvního Buddhova kázání **Sárnáth**, odjezd nočním vlakem do Gorakhpuru

12. den
přesun do **Nepálu**, cesta do vesnice **Sauraha** na hranici národního parku **Čitvan**, procházka tradiční vesnicí kmene Thar, kulturní vystoupení

13. den
plavba na dřevěné kanoi po řece **Rapti**, pozorování ghaviálů a krokodýlů, pěší safari s průvodcem

(možnost spatřit medvěda, pávy, nosorožce), výprava do džungle na slonech, nebo jeepem s velmi vysokou šancí pozorovat nosorožce

14. den
odjezd do **Pokhary**

15. den
malebné městečko **Pokhara** v podhůří **Himálaje**, nenáročný pěší výlet k vodopádům **Dévi** a **pagodě Míru**, plavba přes jezero **Phewa**

16. den
úžasné výhledy na posvátnou horu **Mačhapučháré**, masiv osmitisícových **Annapuren** a **Dhaulágirí** z vyhlídky **Sarangkot**, odjezd do zapomenutého romantického městečka **Bándípur** na vrcholku kopce s krásnými výhledy

17. den
příjezd do hlavního města **Káthmándú**, návštěva buddhistické svatyně **Svajambhúnáth**

18. den
prohlídka metropole **Káthmándú** (královský palác, náměstí Durbar, příbytek živé bohyně Kumárí, hinduistické stupňovité chrámy), spalovací gháty na řece **Bagmátí** v **Pašupatináthu** a buddhistická stúpa **Bódnáth**

19. den
možnost vyhlídkového letu k **Mt. Everestu** (8848 m), chrámy a královské paláce v **Bhaktapuru** a **Pátanu**

20. - 21. den
dokončení prohlídky **Káthmándú**, volno na nákupy, přelet na východ k indické hranici, čajové městečko **Dárdžiling** v krajině indického **Himálaje**, možnost jízdy po historické horské úzkokolejce

22. den
pěší výlet k čajovníkovým plantážím s překrásnými výhledy na třetí nejvyšší horu světa **Kančendženga** (8586 m), exkurze do čajové továrny, horolezecké muzeum s hrobem šerpy Tenzinga Norgaye

23. den
cesta do bývalého horského království **Sikkim** přezdívaného „země orchidejí“, hlavní město **Gángtók**

24. den
výlet k jednomu z nejvýznamějších buddhistických klášterů **Rumtek** a k vysokohorskému jezeru **Čangu** u tibetských hranic

25. den
dopoledne návštěva kláštera **Enčej**, institutu tibetologie a výstavy orchidejí, odpoledne přesun do Šiliguri a odjezd nočním vlakem do **Kalkaty**

26. den
pulzující metropole Bengálska **Kalkata** (Viktoriin memoriál, koloniální architektura, květinový trh, most Howrah)

27. den
návštěva **chrámu krvelačné bohyně Kálí**, misie Matky Terezy a botanické zahrady, v podvečer odlet do Dillí

28. den
návrat do **ČR**

Cena zahrnuje: zpáteční letenku do Dillí včetně všech poplatků, přelet Káthmándú - Bhadrapur a Kalkata - Dillí, místní dopravu, ubytování, program v Čitvanském národním parku včetně 2x plné penze, snídaně a služby průvodce.
Ubytování: 23x turistický hotel (dvoulůžkové pokoje s příslušenstvím), 2x klimatizovaný lehátkový vlak.
Doprava: pronajatý minibus, vlak, autobus, taxi, rikša, loď, slon.
Stravování: 21x snídaně, 2x plná penze, jinak individuální za pomoci průvodce.

Služby za příplatek: 23x jednolůžkový pokoj 14000 Kč, Indické vízum 1000 Kč, Pojištění léčebných výloh 1736 Kč, Pojištění Prémium STORNO 3304 Kč.

Cena nezahrnuje: nepálské vízum 30 USD, vyhlídkový let k Mt. Everestu cca 270 USD, vstupné cca 150 USD.

Poznámka: Zájezd je možné objednat i ve verzi končící v Káthmándú.

1. Příprava na cestu

1.1. Doklady

Platný cestovní **pas** (platnost minimálně **6 měsíců po návratu zpět do ČR**). Je nutné, abyste v pase měli alespoň **2 volné dvojstránky (1x vízum Indie, 1x vízum Nepál)**. Vezměte s sebou také **4 pasové fotografie** (nepálské vízum, permity do Sikkimu a k jezeru Čangu a pro případ ztráty) a **2 vytištěné fotokopie datové stránky cestovního pasu**. Sken této datové stránky pasu doporučujeme také poslat na svůj vlastní email či mít uloženou někde na cloudu.

1.2. Víza

Občané ČR i SR **potřebují pro vstup do Indie a Nepálu platné vstupní vízum**. Tato víza nejsou součástí ceny zájezdu.
Indické vízum je možno zajistit prostřednictvím naší CK za cenu 1 000 Kč. Klienti, kteří si vyřízení víza objednali, tak ho obdrží při odbavení v Praze na letišti, případně ho zašleme na email.

Vízum do Nepálu si klienti hradí individuálně přímo **na indicko-nepálských hranicích** a k jeho zajištění je potřeba **1 fotografie pasového formátu a 30 USD - mějte připravené přesně, problémy s vracením!**

1.3. Pojištění

Protože podmínkou účasti na zájezdu je mít uzavřené platné cestovní pojištění, nabízíme vám jeho sjednání jako službu za příplatek u našeho partnera pojišťovny UNIQA a.s., v rámci uzavření Smlouvy o zájezdu. Více na https://www.alvarez.cz/pojisteni

Upozorňujeme, že případné lékařské ošetření může být požadováno uhradit hotově a zpětně je propláceno pojišťovnou v ČR. Pro tento případ si s sebou vezměte finanční rezervu. V případě návštěvy lékařského zařízení CK nehradí náklady spojené s dopravou.

1.4. Preventivní zdravotní opatření

Doporučujeme:

- ověřit si platnost očkování proti **tetanu, záškrtu a obrně**

- očkování proti **břišnímu tyfu a žloutence typu A, B** (doporučeno)
- preventivní prohlídka u zubního lékaře

Podrobné informace o očkování a cenách jednotlivých vakcín se dozvíte na hygienické stanici a v centrech cestovní medicíny.

1.5. Kapesné a místní měna

Měna:

indická rupie (INR), orientační kurz: **1 USD = 83 INR, 100 INR = 28 Kč**
nepálská rupie (NPR), orientační kurz: **1 USD = 133 NPR, 100 NPR = 17 Kč**

Doporučuje se směňovat peníze postupně dle potřeby, nicméně zbývající indické rupie vyměníte bez problémů na hranicích za nepálské rupie a použijete po návratu do Indie. Ve všech velkých městech je možnost výběru z bankomatů.

Kapesné: budete potřebovat na nákup potravin, jídla v restauracích, fakultativní akce, vstupné do památek a na případný nákup suvenýrů. Měna, kterou je vhodné mít s sebou, jsou **americké dolary nebo eura**. **Minimální částka** postačující k pokrytí veškerých nákladů spojených s výše uvedeným programem **je 500 USD** či ekvivalent v eurech. Výše kapesného nezahrnuje možnost fakultativního hodinového letu k Mt. Everestu, jehož cena je cca 270 USD. **Mějte s sebou pouze nové USD bankovky s "velkými hlavami".**

Pro neočekávané případy doporučujeme mít s sebou ještě finanční rezervu nejlépe na platební kartě (doporučujeme karty VISA, MasterCard).

2. Informace o zájezdu

2.1. Doprava

Během cesty po Indii a Nepálu budeme cestovat pronajatou dopravou a vlaky. Ve vlacích lze zakoupit jednoduché občerstvení. Svezeme se také rikšou, případně taxíkem. Vzhledem k překonávaným vzdálenostem počítejte se třemi nočními přesuny klimatizovaným lehátkovým vlakem, ve kterém obdržíte lůžkoviny.

2.2. Ubytování

Během zájezdu bude ubytování 23x zajištěno v turistických hotelech + budete mít zajištěný hotel už od rána ihned po příjezdu z letiště. **Jedná se o jednoduše zařízené 2 lůžkové pokoje s příslušenstvím, v Nepálu očekávejte nižší standard ubytování než v Indii**. 3x lehátkový noční vlak (Khadžuráho - Varanásí - Gorakhpur a Kolkata - New Jalpaiguri).

Adresa prvního hotelu: THE SUNCOURT HOTEL YATRI, 8A/33, CHANNA MARKET, WEA, KAROL BAGH, DELHI, tel: 080101 14400

Během zájezdu bude ubytování 23x zajištěno v turistických hotelech. Jedná se o jednoduše zařízené 2 lůžkové pokoje s příslušenstvím. 3x lehátkový noční vlak.

2.3. Stravování

Mimo snídaně a jídla v NP Čitvan není strava zahrnuta v ceně zájezdu. Jídlo v navštívených zemích je relativně levné, proto se budete moci bez problémů stravovat v místních restauracích a kupovat si potraviny na tržnicích či v obchodech. S výběrem jídla vám ochotně pomůže průvodce. Z domova si nemusíte brát velké zásoby, doporučujeme maximálně trvanlivý salám, müsli tyčinky či několik instantních polévek, vhodnou dezinfekci žaludku v podobně oblíbeného alkoholu.

Voda: Raději nepijte vodu z neznámých zdrojů. Doporučujeme kupovat pouze nápoje v uzavřených plastových lahvích s neporušeným uzávěrem. Nikdy nepijte vodu z vodovodu a nevyužívejte ji ani k čištění zubů. Balená pitná voda je běžně ke koupi, stejně jako slazené limonády.

Jídlo: Na ulici si jídlo vybírejte pečlivě. Jezte teplá a čerstvá jídla, vyhněte se salátům, nevařenému masu a rybám. Ovoce a zeleninu si raději před požitím důkladně omyjte nebo oloupejte.

Indie – hlavní jídlo v levné restauraci 100 – 200 INR, v lepší restauraci 300 - 500 INR
Nepál – hlavní jídlo v levné restauraci 200 – 400 NPR, v turistické restauraci 600 - 1000 NPR

Alkohol je v Nepálu a Indii relativně drahý v porovnání s cenami jídla a nealkoholických nápojů.

Orientační ceny potravin:

NEPÁL	
balená voda 1l	od 30 NPR
pizza	od 500 NPR
sušenky	od 50 NPR
čaj	od 20 NPR
INDIE	
balená voda 1l	od 20 INR
Coca-Cola 2l	od 100 INR
ovocný džus 1l	od 150 INR
pivo	od 250 INR
místní rum 0,2l	200 INR
mléko	30 INR
chlebová placka	20 INR
jogurt	30 INR
sušenky 100g	od 10 INR
čaj	10 INR
ovoce, zelenina 1kg	50 - 100 INR
rajčata 1kg	50 INR

2.4. Výše vstupného

Indie	**INR**
Quitub Minar + Nerezavějící Sloup	600
Humajunova hrobka	600
Červená pevnost Dillí	600
Jaipur City Palace	1000
Jaipur Hawa Mahal	200
Jaipur Jantar Mantar	200
Amber	500
Fatehpur Sikri	610
Pevnost Agra	650
Taj Mahal	1250
Itimaud ul Daulah	300
Palác Orčha	1000

Khadžuráho	600
Areál Sarnath	300
Muzeum Sarnath	5
vstup čajová továrna	200
Himalájský institut	200
Botanická zahrada	120
Viktoriin memoriál	600
Nepál	**NPR**
Náměstí Durbar	1000
Chrámové náměstí Patan	1000
Chrámové náměstí Bhaktapur	1 800
Stupa Swayambunath	200
Pašupatinath	1 000
Stupa Bodnath	400

Fakultativně výlet lodí Váranasí - 250 INR/os, lodí Pokhara - 360 NPR/os

Celkem cca 150 USD. Let kolem Mt. Everestu cca 270 USD. Plus počítejte cca 60 USD na bakšiš pro řidiče.

2.5. Počasí a časový posun

Indie
Klima v Indii závisí na vzdálenosti od rovníku a konkrétních geomorfologických podmínkách. Na severu v Himalájích je vysokohorské (nepříliš teplá léta a dlouhé chladné zimy), na většině území tropické monzunové (velmi horká léta a mírné zimy) a na západě pouštní (horko bez srážek po celý rok). Obvykle se rozlišují tři roční období: „léto“ od března do června, „období dešťů“ (jihozápadní monzun) od června do konce září a „zima“ (severovýchodní monzun) od září do března. Během října očekávejte teplé až horké počasí, obvykle bez srážek, ale může se ještě objevit nějaký dozvuk monzunů.

Dillí (průměrná maximální teplota): 30 °C (říjen)

Časový posun: oproti ČR +3:30 hodin v době letního času.

Nepál
V Nepálu vládne klasické monzunové počasí. Jih Nepálu je teplejší se subtropickým počasím, s postupem na sever přibývá nadmořská výška a s ní se mění klima na horské až vysokohorské se všemi běžnými znaky. Klima je v Nepálu vzhledem k výškovým rozdílům v jednotlivých oblastech velmi odlišné, ale v zásadě se pravidelně střídají čtyři roční období. Jaro a podzim jsou v jižním a středním Nepálu teplotně velmi podobné našim středoevropským podmínkám, směrem k jihu však teplota a vlhkost stoupá. Letní měsíce jsou ve znamení monzunových dešťů, kdy teploty přesahují i 35 °C. V horských oblastech je o dost chladněji a často fouká velmi studený vítr.

Káthmándú (průměrná maximální teplota): 24 °C (říjen/listopad)

Časový posun: oproti ČR +3:45 hodin v době letního času.

2.6. Jazyk

V severní Indii je úředním jazykem standardní hindština (ovládá ji přes 40 % obyvatelstva), angličtina je druhým úředním jazykem. **Nejdůležitějším jazykem pro národní, politickou a obchodní komunikaci je angličtina.**
Úředním jazykem Nepálu je nepálština. **V turistických oblastech Nepálu se lze dobře domluvit**

anglicky.

2.7. Elektrická síť a komunikace

Indie

Elektřina: elektrické napětí je 230 V, 50 Hz, výjimečně i jiná soustava. Zásuvky jsou několikerého typu – nejčastější podle staré britské normy, na 3 kulaté kolíky, které jsou však o něco silnější než evropské, takže české zástrčky mohou být v zásuvce „volné“ a kontakt nedokonalý. Dalšími typy jsou zásuvky shodné s českými a zásuvky podle nové britské normy se třemi hranatými kolíky. Doporučujeme si přibalit adaptér. Síť je stejně jako v Nepálu přetížená, takže výpadky proudu jsou i zde běžné.

Telefonování: Čeští operátoři Telefonica O2, T-Mobile i Vodafone mají v Indii partnera. Na ceny a aktuální dostupnost sítě se informujte u poskytovatele služeb. Mobil musí být třípásmový.

Internet: Ve většině hotýlků a v turistických restauracích j k dispozici WI FI. S jejím rozvojem v podstatě vymizely internetové kavárny.

Nepál

Elektřina: napětí 220–240 V, frekvence 50 Hz. V hotelech ve velkých městech i ve větších vesnicích je k dispozici el. proud o napětí 220 V. Různé typy zásuvek. Adaptéry se dají koupit v ČR nebo na místě. Většinou se dají použít naše zástrčky. Síť je přetížená a Nepál nemá dostatek elektřiny, takže výpadky proudu jsou časté; je dobré se vybavit baterkou.

Telefonování: Čeští operátoři Telefonica O2, T-Mobile i Vodafone mají v Indii partnera. Na ceny a aktuální dostupnost sítě se informujte u poskytovatele služeb. Mobil musí být třípásmový.

Internet: Ve většině hotýlků a v turistických restauracích j k dispozici WI FI. S jejím rozvojem v podstatě vymizely internetové kavárny.

Doporučené mobilní aplikace: Whatsapp (komunikace), Mapy.cz (stáhněte si offline mapy navštívené země přímo do telefonu), XE.com (aktuální kurzy měn), Překladač Google (offline slovníky, při online připojení překládá na živo texty pomocí fotoaparátu)

2.8. Důležitá upozornění

- Nedoporučujeme na sebe upozorňovat ukazováním peněz na veřejnosti, nevhodným chováním a oblečením.
- Nikdy nechoďte raději sami, zvláště v rizikových oblastech.
- Dobrou psychologickou zábranou proti nenechavcům jsou i visací zámky na zipu batohu.
- Po celou dobu zájezdu s vámi bude přítomen český průvodce znalý místních poměrů, proto je vhodné dbát jeho rad a pokynů.
- Každý turista - cestovatel by si měl uvědomit, že je v zemi pouze hostem a očekává se, že se přizpůsobí místním zvykům.

Pokyny pro předcházení krádežím:
Přestože životní podmínky místního obyvatelstva nejsou většinou jednoduché, nehrozí V Indii a Nepálu akutní nebezpečí okradení. Proti možným drobným krádežím doporučujeme se zabezpečit takto: ukládáním cenných věcí (pas, peníze, letenka) do tzv. „money beltu“. Jedná se o speciální ledvinku, která se umístí pod oblečení. Lze ji koupit v prodejnách sportovních potřeb; https://www.4camping.cz/c/batohy-a-tasky/doplnky-k-batohum/penezenky/. Pro případ přepadení je dobré mít na lehce dostupném místě malou sumu peněz (např. 20 USD), se kterou by se zloděj spokojil.

V Sikkimu platí zákaz používání jednorázových PET lahví a dalších PET výrobků. Nelze tam zakoupit balenou vodu, je pouze možné si doplnit vlastní, ideálně neplastovou lahev z barelů s pitnou vodou!!!

2.9. Celní předpisy

Indie:

Existují omezení dovozu a vývozu valut nad 10 000 USD a nesmí se dovážet ani vyvážet indická měna.

Dovoz: Beze cla je možno do Indie dovézt **věci osobní potřeby** zahrnující: používané věci, fotoaparát či videokameru, notebook, dalekohled, radiopřijímač apod. pokud tyto věci budou zase vyvezeny. Dále je možno dovézt jiné předměty či **dárky v hodnotě do 750 Rs, 200 cigaret nebo 50 doutníků a 1 litr alkoholu**. V případě, že se jedná o předměty, jež by mohly být sporné při vývozu z Indie, vyplatí se je vyplnit na formuláři TBRE (Tourist Baggage Re-Export Form) a nechat si jej potvrdit celníky. Ostatní věci podléhají clu. Přísný zákaz dovozu a používání satelitních telefonů!!!

Vývoz: Bez vývozního povolení lze z Indie vyvézt všechny věci, jež byly do Indie dovezeny jako věci osobní potřeby a dále veškeré nakoupené suvenýry. Zakázán je vývoz zvířecí kůže, slonoviny, loveckých trofejí, zlatých mincí, zlata a drahých kovů v jiné formě než klenoty (na vývoz zmíněného zboží lze získat povolení od příslušných indických orgánů). Rovněž je zakázán vývoz starožitností starších 100 let, rukopisů a dokumentů starších 75 let.

Nepál:

Je zakázán dovoz a vývoz nepálských rupií.
Platí zákaz dovozu i vývozu narkotik, zbraní, lihovin. Povoluje se pouze dovoz věcí osobní potřeby, **200 ks cigaret**, 50 ks doutníků, max. **1,15 litru alkoholického nápoje**, 12 plechovek piva, dalekohled, kamery s max. 12 filmy, fotoaparátu s max. 15 filmy. Jiné předměty jsou zpravidla bezcelně propuštěny v případě, že jejich hodnota nepřesahuje 800 NPR.
Při odletu (odjezdu) ze země jsou prováděny prohlídky turistů s cílem zamezit a odhalit vývoz a pašování drog, starožitností a drahých kamenů. Bezcelně lze vyvézt ze země jen to, co bylo do Nepálu dovezeno, a suvenýry.
Častokrát jsou však turistům nabízeny jako suvenýry starožitnosti, na jejichž vývoz platí přísný zákaz. V případě pochybností, zda nejde o starožitnost, je možné se obrátit na nepálský archeologický úřad (Department of Archeology, National Archives Building, Ram Shah Path, Kathmandu, telefon: 009771/215358).
Vedle starožitností **je** dále **zakázáno vyvážet** drahokamy a polodrahokamy, **jakékoli předměty ze živočichů** (včetně kůží, loveckých trofejí).
Cla se pohybují v rozmezí 10-20% z hodnoty zboží.

Informace ohledně létání s dronem naleznete zde:https://drone-laws.com/drone-laws-in-india/ a https://drone-laws.com/drone-laws-in-nepal/

3. Před cestou

3.1. Jak se zabalit

Na lehko. Vhodné zavazadlo pro tuto cestu je **nepromokavá cestovní taška Ortlieb s kolečky a popruhy**, kterou je možné případně nést i jako baťoh. Bližší informace naleznete zde: **https://www.alvarez.cz/zavazadla**, batoh, kufr či cestovní taška, vše o velikosti do 60 l a menší batůžek. Velké zavazadlo bude většinu času na hotelích nebo v zavazadlovém prostoru při

přesunech, zatímco s malým batůžkem budete podnikat výlety.

Hlavní zavazadlo (max váha 30 kg na lety z Prahy/Vídně do Dillí a zpět, ale pouze 20 kg na let Kathmandu - Kalkata a pouze 15 kg na přelet Bagdogra - Dillí), které je přepravováno v zavazadlovém prostoru letadla a odbaveno až do finální destinace, doporučujeme před odbavením nechat zabalit do ochranné folie (cca 250 Kč na Letišti Praha), a **zamykat pouze zámky s certifikací TSA. Doporučujeme nabalit zavazadlo tak, abyste ho na kratší vzdálenost (cca 500 m) unesli!**
V příručním zavazadle (max. 7 kg, povolené rozměry: 55x35x25 cm) mějte připraveny věci, které budete potřebovat během cesty, **všechny cennosti, doklady, životně důležité léky, baterie a elektroniku, která musí být nabitá a funkční**, jinak hrozí její zabavení při bezpečnostních kontrolách na letištích. Do příručního zavazadla také patří **všechny lithiové baterie (telefony, laptopy, e-cigarety, powerbanky…)**.

Nezapomeňte, že bezpečnostní předpisy nepovolují vzít s sebou na palubu letadla nůžky, nožíky a jiné ostré předměty. Dále vodu, nápoje, polévky, sirupy, krémy, pleť. mléka, oleje, parfémy, spreje, gely, šampóny, nádoby pod tlakem (laky na vlasy, pěn. tužidla, pěna na holení), pasty, směsi tuhých a tekutých materiálů a jakékoliv další přípravky podobné konzistence. Ty prosím umístěte při balení do hlavního zavazadla. Do kabiny letadla je pouze povoleno malé množství tekutin (do 100 ml). Všechna tato balení musí být umístěna v jednom průhledném znovuuzavíratelném průhledném plastovém sáčku o maximálním objemu 1 litr na osobu.

Více o bezpečnostních pravidlech naleznete na https://prg.aero/bezpecnostni-pravidla

Zřídka se stává, že zavazadlo dorazí do místa příletu opožděno o několik dní. Pro tyto mimořádné situace je dobré mít s sebou v příručním zavazadle také základní hygienické potřeby a prádlo na dobu cca 3 dní.

3.2. Co s sebou

Základním pravidlem je brát toho s sebou co nejméně, neboť většinu věcí si lze v případě nutnosti na místě dokoupit. Navíc počítejte s tím, že vám do zavazadla budou přibývat suvenýry a dárky.

Volba oblečení závisí na vašem teplotním komfortu a místě pobytu. Do Indie i Nepálu jsou v tomto období vhodné především rychleschnoucí oděvy zakrývající tělo před sluncem, hmyzem a případnými zvědavými pohledy. Doporučujeme také **funkční prádlo**, které se snadno udržuje a rychle po vyprání usychá, **mikina s dlouhým rukávem** (například fleece) a rozhodně **dlouhé kalhoty**. Vše si samozřejmě můžete i dokoupit na místě - Káthmándů a Pokhara jsou nákupní ráj turistického oblečení a vybavení, kde lze napodobeniny značkového zboží koupit za velmi výhodné ceny. Na nohy budete potřebovat především **lehkou otevřenou obuv** (sportovní sandály či žabky) a **kvalitní tenisky**.

Na ochranu proti slunci vezměte **sluneční brýle** s UV filtrem, **pomádu na rty** a **krém na opalování** taktéž s UV faktorem, **pokrývku hlavy**. Nezapomeňte s sebou **repelent** proti komárům. Z našich zkušeností je nejlepší Autan, běžně dostupný v lékárnách či drogeriích. Na místě lze zakoupit běžné toaletní potřeby (šampon, mýdlo, zubní pasta). Vhod přijdou také **špunty do uší**, desinfekce na ruce či zvlhčené ubrousky. Pro případ výpadků proudu doporučujeme **baterku**, dále kryt na zavazadlo (zabrání ušpinění či zaprášení věcí a chrání je před případným průnikem vody do zavazadla). Bude se hodit také **kapesní nůž** a **šňůra** na pověšení prádla.

3.3. Doporučené vybavení lékárničky

Vaši osobní lékárničku doporučujeme vybavit těmito léky:

- proti průjmu – Immodium kapsle, Ercefuryl tablety, živočišné uhlí, Hylak forte
- proti bolestem kloubů, hlavy – Ibuprofen tablety
- proti zvýšené teplotě – Paralen tablety
- na povrchová poranění – Framykoin zásyp, Septonex spray, obinadla, náplasti
- proti alergické reakci při bodnutí hmyzem – Dithiaden tablety, Fenistil gel
- proti nevolnosti v dopravních prostředcích – Nokinal tablety
- léky, které pravidelně užíváte, si vezměte s sebou v dostatečném množství
- užívání antibiotik konzultujte s lékařem

5.1. Kontaktní český úřad

Velvyslanectví Dillí - Embassy of the Czech Republic
50-M, Niti Marg, Chanakyapuri, 110 021 New Delhi

Telefon: +91/11 2415 5200
Fax: +91-11-2415 5270
Nouzová linka: +91 9910999460
E-mail: newdelhi@embassy.mzv.cz
Konzulární úsek: delhi.consular@gmail.com
Web: www.mzv.cz/newdelhi
Vedoucí úřadu: PhDr. Eliška ŽIGOVÁ (funkce VZÚ)
Provozní hodiny úřadu: pondělí - pátek 07.45 - 16.15, pondělí - čtvrtek 09.00 - 11.00
Úřední hodiny pro veřejnost: úterý 09.00 - 11.00, 13.30 - 15.00

Nepál - Honorární generální konzulát Káthmándú
Building No. 494, Ganeshman Singh Path, Tripureshwor, Káthmándú
Tel.: +977 142 595 28
Email: kathmandu@honorary.mzv.cz
Vedoucí úřadu: Vishnu Kumar Agarwal (funkce honorární generální konzul)
Provozní hodiny úřadu: pondělí - pátek 10.00 - 18.00