KAZACHSTAN I KIRGISTAN

Informacje praktyczne dla uczestników wyjazdu



Takimi autami będziemy podróżować po Kazachstanie



Mały plecak idealnie sprawdzi się jako bagaż podręczny do samolotu, przyda się także podczas codziennego zwiedzania i pieszych wędrówek

Charakter wyjazdu - warunki na trasie

Noclegi

• Ałmaty i Biszkek: hotel 3***, pokoje 2-osobowe z łazienkami.

• Basszi: baza turystyczna, pokoje 2-osobowe, łazienki wspólne.

• Saty, Karakoł: pensjonat (pokoje 2-os. z łazienkami).

• W okolicach Bokonbajewa: ośrodki turystycznych jurt, noclegi w jurtach 2-4-osobowych, toalety i prysznice oraz jadalnia w oddzielnych pomieszczeniach.

• Istnieje możliwość zakwaterowania w pokoju jednoosobowym w hotelach i pensjonatach (w pozostałych obiektach w miarę dostępności). Dopłata wynosi 1250 PLN.

Transport

• Przejazdy mikrobusami w Kirgistanie oraz na trasie z Biszkeku do Ałmaty.

• W Kazachstanie samochodami terenowymi (Mitsubishi Delica, Toyota Grand Hiace 4WD albo podobne) - po 4-6 pasażerów w aucie, bagaże na bagażnikach dachowych.

Wyżywienie

• Śniadania, obiady i kolacje - zgodnie z programem.

• W hotelach śniadania w restauracjach hotelowych, zwykle w formie bufetu.

• W dużych miastach obiady i/lub kolacje w sprawdzonych lokalach.

• Na trasie będą organizowane pikniki.

• W bazach turystycznych i pensjonatach domowe jedzenie przygotowywane przez gospodarzy.

• Obiady i kolacje będą okazją do poznania obfitej i różnorodnej kuchni Azji Środkowej, z dużą ilością mięsa, dań mącznych oraz lokalnych warzyw i owoców.



Na ostre słońce najlepsze: czapka, okulary i krem z filtrem

Jeśli chodzi o dolary, należy zabierać tylko najnowsze banknoty (z napisem Series 2009). Starsze nie są przyjmowane przez punkty wymiany walut. Banknoty, które chcemy wymienić na lokalną walutę i wpłacić pilotowi muszą być w idealnym stanie (zarówno dolary jak i euro).

W podróży znakomicie sprawdzają się spodnie z odpinanymi nogawkami, a pasek do spodni z plastikową klamrą bardzo ułatwia życie na lotniskach (nie trzeba go zdejmować przy kontroli bezpieczeństwa).

Pogoda

Należy spodziewać się różnych warunków pogodowych w kolejnych odwiedzanych regionach. Każdego roku pogoda bywa inna.

Najchłodniej może być w górach, z temperaturami spadającymi w nocy do +5 °C. Najgoręcej może być w Ałmatach, PN Altyn Emel i Biszkeku, z temperaturami przekraczającymi w ciągu dnia +30°C.

Według danych klimatycznych, w odwiedzanych miejscach w czasie naszej podróży opady bywają znikome, ale należy być przygotowanym na deszcz, szczególnie w górach.

Pieniądze

Kursy i wymiana

Walutą obowiązującą w Kazachstanie jest tenge, a w Kirgistanie som.

Aktualne (06.11.2026) kursy tenge (KZT):

1 PLN = ok. 114 KZT, 1 USD = ok. 450 KZT, 1 EUR = ok. 500 KZT

Aktualne (06.11.2026) kursy soma (KGS):

1 PLN = ok. 20 KGS, 1 USD = ok. 85 KGS, 1 EUR = ok. 100 KGS

Punkty wymiany walut i bankomaty będą dostępne wyłącznie w dużych miastach.

Na własne wydatki najlepiej zabrać z Polski dolary lub euro i na miejscu wymienić na lokalną walutę. Alternatywnie można wypłacać pieniądze z bankomatu (przed wyjazdem warto sprawdzić prowizje i limity w swoim banku).

Trudności z wymianą będą w czasie pobytu na prowincji.

Płatności kartą są powszechne tylko w większych miejscowościach. Warto wyposażyć się w kartę wielowalutową, aby obniżyć koszty przewalutowania. Z myślą o pobycie na prowincji trzeba mieć zapas gotówki.

Ceny i wydatki

Ceny podstawowych artykułów i usług - uśredniając - są nieco niższe niż w Polsce. Dotyczy to również lokali, w których będziemy zatrzymywać się na posiłki niezawarte w cenie.

Na własne potrzeby (posiłki niezawarte w cenie, kawę, piwo, pamiątki) należy mieć dodatkowo sumę ok. 150 USD. Albo więcej - w zależności od apetytu, pasji kolekcjonerskich czy szczodrości w obdarowywaniu krewnych i znajomych.

Telefony i internet

W większości miejsc na trasie będzie zasięg lokalnych sieci GSM, z którymi polscy operatorzy mają umowy roamingowe.

Przed wyjazdem warto zapoznać się z taryfami swojego operatora (opłaty za połączenie mogą przekraczać 10 zł/min.).

Zasięgu może brakować w czasie pobytu w górach i poza większymi miejscowościami.

Hotele, w których będziemy się zatrzymywać, na ogół udostępniają gościom bezpłatnie dostęp do internetu.

Będzie możliwość nabycia lokalnych kart SIM, ale trzeba będzie to robić oddzielnie w każdym kraju.

Warto rozważyć skorzystanie z aplikacji pozwalających wykupić karty eSim z dostępem do internetu, np. Airalo albo Revolut.

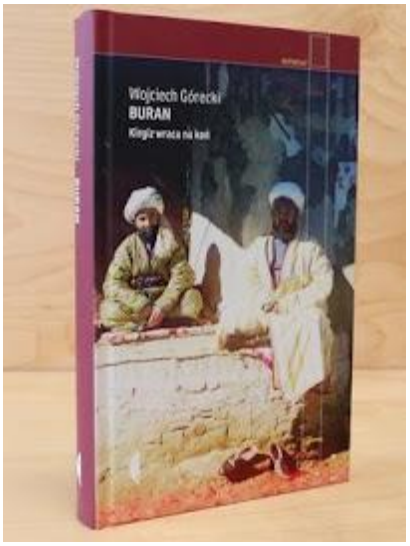
Bezpieczeństwo

Ogólne

W czasie tego wyjazdu nie będziemy podróżować po terenach uznawanych za szczególnie niebezpieczne.

Zdrowie

Zalecane są szczepienia przeciwko błonicy, tężcowi, wirusowemu zapaleniu wątroby typu A i B.



"Buran. Kirgiz wsiada na koń"

Ekwipunek i bagaż

Co zabrać?

Najważniejszy będzie odpowiedni zestaw odzieży “na cebulkę”, który sprawdzi się przy każdej pogodzie, jednocześnie zapewniając nam komfort i wygodę podczas podróży.

Na czas długich przelotów należy ubrać się możliwie wygodnie, żeby zapewnić sobie jak największy komfort podróży. Polecamy zabranie podkolanówek uciskowych poprawiających krążenie.

Zabrania się przewożenia m.in. baterii, e-papierosów, zapalniczek benzynowych oraz zapałek kowbojskich w bagażu rejestrowanym. Listę przedmiotów, których nie wolno przewozić, należy sprawdzić przed każdym przelotem.

Do bagażu podręcznego warto zabrać przybory toaletowe (szczoteczkę i pastę do zębów), bieliznę na zmianę i butelkę filtrującą.

Każdy powinien mieć ze sobą:

• sprawdzone pełne buty trekkingowe sięgające za kostkę

• kurtkę membranową (nieprzemakalną i nieprzewiewną)

• ciepły polar, ewentualnie bluzę lub sweter

• koszulki (najlepiej oddychające)

• wygodne spodnie, np. trekkingowe - najlepiej sprawdzają się takie z lekkich szybkoschnących materiałów

• spodnie zewnętrzne, membranowe (nieprzemakalne oraz nieprzewiewne)

• bieliznę (koszulkę termoaktywną z długim rękawem i kalesony lub legginsy)

• czapkę z daszkiem lub kapelusz

• cieplejszą czapkę, komin na szyję (szalik), rękawiczki

• ciepłe skarpetki, najlepiej wełniane

• strój kąpielowy

W ekwipunku powinny znaleźć się także:

• przybory toaletowe

• krem z filtrem UV

• okulary przeciwsłoneczne

• latarka-czołówka (zakładana na głowę)

• klapki

• ręcznik - najlepiej lekki turystyczny

• kijki trekingowe

• osobista apteczka

Rzeczy, które mogą się przydać:

• powerbank (trzeba go przewozić w bagażu podręcznym, w trakcie lotu musi być odłączony; dopuszczalne są maksymalnie 2 sztuki na osobę, każda o mocy maks. 100 Wh, czyli ok. 27 000 mAh)

Apteczka

Jak się spakować?

Bagaż rejestrowany do 23 kg, maksymalna suma wymiarów (długość, wysokość, szerokość) do 140 cm.

Bagaż podręczny do 8 kg (maksymalne wymiary zależne od linii lotniczych).

Na bagaż podręczny najlepiej zabrać mały plecak, w którym zmieszczą się termos, aparat fotograficzny, butelka wody itp.

Najlepszym rozwiązaniem będzie torba na kółkach, którą na dobrej nawierzchni można ciągnąć i którą w razie potrzeby można nieść na ramieniu.

Plecak będzie dobrym rozwiązaniem dla osób przyzwyczajonych do podróżowania z takim bagażem.

Dodatkowe informacje

Osobom mało odpornym na chłód radzimy zabranie specjalnej bielizny termicznej (kalesony, podkoszulka z długim rękawem), najlepiej z materiału z dodatkiem wełny merynosa (np. Icebreaker). Tego rodzaju odzież najściślej izoluje ciało przed zimnem.

W razie jakichkolwiek wątpliwości co do odzieży i ekwipunku, prosimy o kontakt z nami przed wyjazdem. Odpowiedni ekwipunek na tej trasie jest niezbędny, a w trakcie podróży nie będzie możliwości dokupowania brakującego sprzętu.

Warto pomyśleć o zabraniu drobnych prezentów dla ludzi, których będziemy spotykać w podróży. Sprawdzają się lokalne rarytasy (słodycze, nalewki, herbatki...), kosmetyki czy małe pamiątki z Polski (np. magnesy, breloczki itd.).

Polecamy

Polecamy kilka książek, które pozwolą przed wyjazdem zagłębić się w tematykę odwiedzanych terenów i trochę lepiej zrozumieć rzeczywistość, w której będziemy się poruszać.

Lektura nieobowiązkowa

• Ryszard Kapuściński, "Imperium" – znakomite reportaże z radzieckich republik z czasów trwania ZSRR i z momentu jego upadku; dają pewną perspektywę, gdy patrzy się na Rosję dzisiaj.

• Wojciech Górecki, "Buran. Kirgiz wsiada na koń" – jak Azja Centralna i Kaukaz wyglądają dziś, prawie trzydzieści lat po rozpadzie radzieckiego imperium? W jaki sposób Kazachstan, Kirgistan, Tadżykistan, Turkmenistan i Uzbekistan, których granice wyznaczają zasieki, pola minowe i drut kolczasty, odbudowują i przebudowują swoją tożsamość? Jak głęboko pamięć dramatycznych wydarzeń, w które zawsze obfitowała ich historia, odciska się na życiu mieszkańców Gruzji, Armenii i Azerbejdżanu?

• Wojciech Górecki, "Kazachstan. Wieczne państwo" – Ta książka to podróż po ścieżkach przeszłości – do poligonu atomowego w Semipałatyńsku, nad znikające Morze Aralskie, do dawnych łagrów oraz miejsc zesłań Polaków. To próba uchwycenia charakteru i zmieniającej się tożsamości mieszkających tu ludzi, stosunków społecznych, politycznych układów. To

wreszcie poszukiwanie odpowiedzi na pytanie o przyszłość narodu, który usiłuje wydostać się z przygniatającego cienia wielkiego sąsiada, Rosji.

• Emilia Sułek, "Baranie oko. Reportaż z Kirgistanu" - to wielowątkowa podróż do Kirgistanu, serca Azji Środkowej, gdzie mieszkańcy szukają swojej tożsamości w cieniu pomników Lenina i bohatera narodowego eposu Manasa.

Emilia Sułek prowadzi nas przez kraj podzielony na zrusyfikowaną północ i biedniejsze południe. Zagląda do opustoszałych ośrodków wydobycia uranu i na wysokie przełęcze, gdzie czas mierzy się rytmem życia w jurcie.

• Joanna Czeczott, "Cisza nad stepem. Kazachstan i pamięć o Rosji" - autorka odwiedza miejsca, gdzie znajdowały się łagry, poszukuje ich śladów w przestrzeni i w pamięci mieszkańców Kazachstanu. Stara się pokonać ciszę, która unosi się nad kazachskim stepem.

Ta książka zrodziła się z niedowierzania, że o straszliwych zbrodniach XX wieku można zapomnieć. Z niezgody na to, żeby je umniejszać czy relatywizować. Z potrzeby zrozumienia, jak ludzie układają się z traumatyczną przeszłością. Z chęci wysłuchania drugiego, trzeciego pokolenia po sowieckich represjach.

• Przemysław Chwała, "Obłoki Fergany" – ginący świat koczowników, tęsknota za Rosją i marzenia o Zachodzie. To opowieść o ludziach szukających własnego miejsca na gruzach nowej, postradzieckiej rzeczywistości. Rosjanach, którzy po upadku „Imperium" stali się jakby bezdomni, Kirgizach - budujących swą nową tożsamość oraz Uzbekach, dla których brakuje miejsca zarówno we własnej ojczyźnie, jak i zamieszkiwanej przez nich od wieków kirgiskiej części Kotliny Fergańskiej.

• Colin Thubron, "Utracone serce Azji" – Azja Środkowa - serce mongolskiego imperium Tamerlana i cel stalinowskich zsyłek, kraina ogromnych przestrzeni, niezliczonych tajemnic i niezwykłych opowieści. Odległy i fascynujący region, w którym bieg zdarzeń zmienia się gwałtownie i zaskakująco jak krajobraz - stepy przechodzą w pustynie i wypiętrzają się w wysokie góry, burzliwa historia obala i wznosi imperia.

• Erika Fatland, "Sowietstany. Podróż po Turkmenistanie, Kazachstanie, Tadżykistanie, Kirgistanie i Uzbekistanie" – piękno i absurdy najdalszych zakątków byłego ZSRR. Jakie ślady pozostawił tam ZSRR? Znikające Jezioro Aralskie, gigantyczny meczet nieczynny z powodu braku prądu oraz jedno z największych muzeów rosyjskiej sztuki współczesnej pośrodku pustyni. Autorka ze swadą i humorem przedstawia intrygujący obraz odległego świata.

Filmy

• "Nomad", reż. Iwan Passer, Siergiej Bodrow, 2005 - obraz historyczny o wielkiej koczowniczej cywilizacji, o narodzie kazachskim, jego walce o niezależność, o powstawaniu i umacnianiu się świadomości państwowej Kazachów w XVIII wieku. U podstaw filmu legły wydarzenia historyczne, które wstrząsały kazachskim stepem w XVIII wieku - walka o niepodległość toczona przez Kazachów z dżungarskimi najeźdźcami.

• "Tomiris", reż. Akan Satayev, 2019 - Sargap, król Saków, próbuje zjednoczyć stepowe plemiona i wychowuje swoją młodą córkę Tomiris,

która właśnie przyszła na świat. Zdradzieccy rywale Kurtun i Kawaz spiskują, by zamordować władcę. Jego córce udaje się uciec. Dorasta w lesie i poluje, przygotowuje się do wymierzenia sprawiedliwości i odzyskania tronu. Jednak co, jeśli istnieje jeszcze większe zagrożenie?

• "Rzeka", reż. Emir Baigazin, 2018 - historia rodziny mieszkającej w małej, oddalonej od świata, kazachskiej wiosce. Spośród pięciorga rodzeństwa najstarszy jest 13-letni Aslan. Ojciec często wyjeżdża i to jemu powierza opieką nad braćmi. Chłopcy darzą Aslana podziwem i szacunkiem należnym starszemu bratu. Aslan zabiera ich nad tytułową rzekę. Dla surowo wychowywanych chłopców to idealna ucieczka od codziennych obowiązków. Pewnego dnia odwiedza ich daleki kuzyn z miasta, Kanat, który przywozi ze sobą tablet, "okno" do zupełnie nowego świata. Chłopiec szybko kradnie sympatię młodszych braci, a stateczny, przewidywalny świat rodziny zaczyna się rozpadać.

• "Uciekaj, ile sił", reż. Maria Brendle, 2022 - dziewiętnastoletniej Sezim marzy się, by studiować w stolicy Kirgistanu. Nim do tego dojdzie, zostaje porwana przez grupę młodych mężczyzn, którzy chcą ją przymusić, by zgodnie z tradycją, wyszła za mąż za nieznajomego.

• "Centaur", reż.Aktan Arym Kubat, 2017 - Centaur jest skromnym ojcem rodziny, który wiedzie spokojne życie w małej kirgiskiej wiosce. Jego żona Maripa i pięcioletni synek są niemowami. Mężczyzna szanowany jest przez wszystkich członków społeczności. Skrywa jednak pewną tajemnicę – nocami zajmuje się kradzieżą koni wyścigowych. Kiedy jego sekret wychodzi na jaw, sprawy przybierają dramatyczny obrót.

• "Ajka", reż. Siergiej Dwortsjewoj, 2018 - młoda Kirgizka Ajka mieszka w Moskwie, gdzie pracuje na czarno. Jest samotna, nie ma przyjaciół, ani chłopaka, z którym mogłaby się związać na stałe. Młoda imigrantka jest w zaawansowanej ciąży i trafia do szpitala. Po porodzie ucieka jednak z oddziału położniczego, zostawiając nowo narodzonego syna. Ma długi i zdaje sobie sprawę, że nie będzie mogła utrzymać dziecka. Kiedy ochłonie, zaczynają ogarniać ją wątpliwości, doskwiera matczyna tęsknota. Ajka żałuje swego desperackiego kroku i rozpaczliwie zaczyna szukać porzuconego syna.