

Przedstawiamy Państwu zestaw informacji praktycznych. Liczymy, że pomogą one prawidłowo przygotować się do udziału w tej wyprawie.

Piszemy m.in. o warunkach podróżowania, klimacie, łączności telefonicznej i kursach walut.

Prosimy ze szczególną uwagą zapoznać się z punktami dotyczącymi ekwipunku niezbędnego podczas tej wyprawy.



Pokój hotelowy w Moskwie

Zdrowie

Nie są wymagane żadne szczepienia obowiązkowe. Zalecane są szczepienia przeciwko dyfterytowi, tężcowi, gruźlicy, żółtaczkę typu A i B oraz kleszczowemu zapaleniu opon mózgowych.

Na wyjazd należy zabrać ze sobą podstawowe leki w małej ilości oraz wszelkie leki zapisane przez Państwa lekarza.

MOSKWA ZIMĄ - 4 dni

Informacje praktyczne dla uczestników wyjazdu

1. CHARAKTER WYJAZDU - WARUNKI NA TRASIE

Noclegi

Zatrzymamy się w hotelu 3***, nowym, położonym blisko centrum miasta. Standard może minimalnie odbiegać od poziomu europejskiego, ale pokoje będą 2-osobowe (1-osobowe) z łazienkami.

Transport

Po mieście będziemy przemieszczać się różnymi środkami transportu, głównie wynajętym busem z kierowcą. Nie zabraknie jednak okazji, żeby przejechać się słynnym moskiewskim metrem, a także podmiejskim pociągiem i autobusem komunikacji miejskiej. Nie gwarantujemy klimatyzacji, za to będzie sprawne ogrzewanie. Jeśli pogoda pozwoli, dużo będziemy także zwiedzać pieszo.

Wyżywienie

Śniadania i kolacje zgodnie z programem. Śniadanie w hotelu w formie bufetu, a na kolacje wybierzemy się codziennie do innej restauracji

2. POGODA

Moskiewska zima wcale nie jest taka straszna, jak sobie zazwyczaj to wyobrażamy. Należy spodziewać się kilku stopni poniżej zera, choć mogą się zdarzyć 15-stopniowe mrozy.

Odczucie mrozu może potęgować zimny wiatr. Na szczęście w mieście nigdy nie brakuje miejsc, gdzie można wypić coś rozgrzewającego i się trochę ogrzać.

3. PIENIĄDZE

Aktualny (05.11.2019) kurs rubla:

1 USD = ok. 64 RUB, 1 EUR = ok. 72 RUB.

Ruble rosyjskie najlepiej zakupić w Polsce. W razie braku takiej możliwości, sugerujemy zabrać z kraju dolary (lub euro), a następnie wymienić je na ruble. Inna opcja to wypłacanie pieniędzy na miejscu z bankomatów (prowizje w zależności od banku).

Jeśli chodzi o dolary, należy zabrać banknoty drukowane po 2011 r. (niebieskie). Starsze nie są przyjmowane przez punkty wymiany walut. Dotyczy to także III raty wpłacanej pilotowi.

Punkty wymiany walut i bankomaty można spotkać na każdym rogu. Płatność kartą jest możliwa praktycznie wszędzie.

Ceny podstawowych artykułów i usług w Moskwie są raczej wyższe niż w Polsce. Dotyczy to również lokali, w których będziemy zatrzymywać się na obiady.

SZEROKIE TOR4

W razie zagubienia czy zaginięcia (o które np. w mieście tak tłoczonym jak Moskwa nie jest trudno) należy:

- nie ruszać się z miejsca
- upewnić się, czy działa telefon komórkowy
- czekać na pilota, który na pewno przyjdzie lub zadzwoni (dlatego telefon trzeba na wszelki wypadek mieć zawsze przy sobie!)



Metro moskiewskie bywa bardzo zatłoczone, przez co łatwo zgubić grupę. Tłum sprzyja także kieszonkowcom.

Przykładowy komplet odzieży:

- ocieplane spodnie (np. narciarskie) wraz z ciepłymi kalesonami
- podkoszulka + koszula lub cienki polar + gruby polar + kurtka (nieprzepuszczająca wiatru)
- buty ocieplane, nieprzewiewne, na dobrej podeszwie z bieżnikiem (np. trekkingowe) i wełniane skarpety
- gruba czapka, ciepły szalik
- rękawiczki (nieprzepuszczające wiatru)

Na własne potrzeby (posiłki niezawarte w cenie, kawę, piwo, pamiątki) należałoby wymienić ok. 4 000 RUB, czyli **70 USD/60 EUR**. Albo więcej - w zależności od apetytu, pasji kolekcjonerskich czy szczodrości w obdarowywaniu krewnych i znajomych.

4. TELEFONY I INTERNET

Na terenie Moskwy wszędzie jest zasięg rosyjskich sieci komórkowych, z którymi polscy operatorzy posiadają umowy roamingowe. Przed wyjazdem warto zapoznać się z taryfami swojego operatora (zwykle opłaty za połączenie przekraczają 10 zł/min.)

Hotel oferuje bezpłatny dostęp do internetu.

5. BEZPIECZEŃSTWO

Moskwa nie jest uważana za miasto szczególnie niebezpieczne. Na turystów będą czyhały typowe zagrożenia związane z pobytem w wielkim mieście czy poruszaniem się po oblodzonych ulicach.

Dobre rady:

- Dokumenty i pieniądze bezwzględnie muszą być głęboko schowane, najlepiej w specjalnych saszetkach czy pasach pod odzieżą - i należy je nosić zawsze przy sobie. Aparaty fotograficzne czy inne cenne przedmioty również nie powinny znajdować się np. w zewnętrznych kieszeniach plecaków. Złodzieje i kieszonkowcy nie śpią!
- Ruch uliczny w rosyjskiej stolicy jest chaotyczny, a pieszych z reguły się nie przepuszcza. Przy przekraczaniu ulic za każdym razem trzeba zachować szczególną czujność i rozglądać się we wszystkie strony.
- Będzie ślisko: na ulicach, chodnikach, placach! Mimo intensywnej pracy służb miejskich, miasto często pokryte jest warstwą lodu bądź śliskiego śniegu. Dlatego trzeba intensywnie patrzeć pod nogi, by uniknąć poślizgnięcia czy potknięcia.

6. EKWIPUNEK I BAGAŻ

Co zabrać?

Najważniejszy będzie odpowiedni zestaw odzieży „na cebulkę”. Ma nas chronić przed niską temperaturą (kalesony, polar) i ewentualnym wiatrem (nieprzewiewne spodnie i kurtka). W lewej kolumnie zamieszczamy przykładowy komplet.

Szczególną uwagę należy zwrócić na obuwie. W zimowych warunkach znakomicie sprawdzają się buty trekkingowe - będzie w nich ciepło (bo podeszwa jest gruba) i bezpiecznie (bo podeszwa ma dobrą przyczepność). Buty na płaskiej podeszwie (bez bieżnika) nie sprawdzą się! Przed wyjazdem buty warto zaimpregnować (przylepiający się śnieg może tajać od ciepła stopy i but będzie przemakał).

Wyjścia do opery i na koncert nie wymagają zakładania specjalnych kreacji. Wystarczy koszula i spodnie o prostym fasonie (choćby dżinsy).

SZEROKIE TOR4

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

Dobrej jakości odzież i sprzęt turystyczny można kupić m.in. w Sklepie Górskim Avalanche (avalanchesklep.pl) oraz Trekker Sport (trekkersport.com.pl). W obydwu sklepach dla Klientów naszego biura przewidziano zniżki.



Ciepłe buty i odpowiednia odzież to podstawa zimowych wycieczek.

W ekwipunku powinny znaleźć się także:

- tłusty krem na mróz,
- okulary przeciwsłoneczne,
- termos (wystarczy półlitrowy albo dobry kubek termiczny),
- osobista apteczka.

Jak się spakować?

Bagaż główny do 23 kg i podręczny do 5 kg.

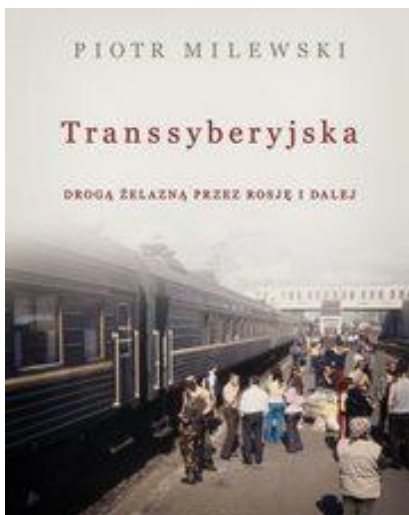
Najlepszym rozwiązaniem będzie torba na kółkach, która najlepiej się sprawdzi na lotnisku. Radzimy unikać twardych, plastikowych walizek - ciężko je spakować w minibusie.

Bagaż powinien ważyć tyle, by każdy uczestnik mógł go samodzielnie nosić.

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

PS. Lektura nieobowiązkowa

Polecamy kilka książek, które pozwolą przed wyjazdem zagłębić w tematykę Rosji i trochę lepiej rozumieć rzeczywistość, w której będziemy się poruszać:



Transsyberyjska. Drogą żelazną...



Jądro dziwności. Nowa Rosja

- Lew Gumilow *Od Rusi do Rosji* - szkice przedstawiające historię Rosji w aspekcie etnicznym, ukazują m.in. wpływ koczowniczych ludów Wielkiego Stepu na jej przebieg
- Jacek Hugo-Bader *Biała gorączka* oraz *W rajskiej dolinie wśród zielska* - zbiory reportaży ze współczesnej Rosji (i sąsiednich krajów); czytając, trzeba uwzględnić, że autor poszukiwał w Rosji tematów strasznych, ludzkich nieszczęść, i taki, a nie inny wycinek obrazu kraju przedstawił w książkach.
- 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.
- Piotr Milewicz *Transsyberyjska. Drogą żelazną przez Rosję i dalej*. Relacja z kolejowej podróży, wzbogacona znakomitymi opisami historii budowy Transsybu i masą cytatów z rozmaitych źródeł.
- Peter Pomerantsev *Jądro dziwności. Nowa Rosja* - przystępnie napisany, reporterski opis dzisiejszej Rosji, a szczególnie świata polityki, biznesu i mediów; autor - dziennikarz urodzony w ZSRR, wychowany i żyjący w Wielkiej Brytanii
- Wacław Radziwiłowicz *Gogol w czasach Google* - wybór artykułów byłego moskiewskiego korespondenta Gazety Wyborczej, w których opisuje wszelakie aspekty rosyjskiej rzeczywistości.
- Jakub Rybicki *Po Bajkale* - szeroka relacja z zimowej rowerowej wyprawy na zamrożony Bajkał autorstwa człowieka, który ruszył tam „w poszukiwaniu dobra, prawdy i piękna”; opisuje Rosję i Rosjan z zupełnie innej perspektywy niż większość reporterów i publicystów.
- Olgierd Świerzewski *Zapach miasta po burzy* - to „tylko” powieść, a do tego o szachistach i ich świecie - ale niewiele książek tak dobrze opisuje atmosferę życia w Rosji od lat 70. do współczesności.
- Mariusz Wilk *Wołoka* - poetycko-filozoficzne opowieści o rosyjskiej północy; pozwalają spojrzeć na Rosję z pewną głębią.

Księgarnia

Duży wybór literatury okotopodróźniczej posiada Księgarnia Bookowski. Działa w internecie - www.bookowski.eu - oraz na żywo, w Poznaniu w Centrum Kultury Zamek.