

# UZBEKISTAN

Informacje praktyczne dla uczestników wyjazdu

## Charakter wyjazdu - warunki na trasie

### Noclegi

- Uchum: pensjonat (pokoje 2-os., łazienki wspólne)
- Nad Jeziorem Aralskim: ośrodki turystycznych jurt, noclegi w umeblowanych jurtach 2-osobowych, toalety i prysznice oraz jadalnie w oddzielnych budynkach.
- Miasta na trasie: hotele 3\*\*\*, pokoje 2-osobowe z łazienkami.
- Istnieje możliwość zakwaterowania w pokoju jednoosobowym. Dopłata wynosi 1500 PLN.

### Transport

- Przejazdy między miejscowościami mikrobusami.
- Transfery podczas zwiedzania miast mikrobusami.
- Przejazd z Taszkientu do Samarkandy - ekspresowym pociągiem.
- Podróż koleją z Buchary do Chiwy w wagonach kupiejskich z 4-osobowymi przedziałami sypialnymi (miejsca leżące na dwóch piętrach naprzeciw siebie, a pod oknem stolik).
- Przejazd z Nukus nad Jezioro Aralskie samochodami terenowymi.

### 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.
- Podczas pobytu w Uchum domowe jedzenie przygotowywane przez gospodarzy.



Wnętrze pokoju hotelowego w Taszkencie



Czteroosobowy przedział w wagonie kupiejskim



Specjalność kuchni tego regionu - płow

**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!**

## Pogoda

Maj to czas przed nastaniem fali letnich upałów. Z kolei na przełomie września i października temperatury stają się znów znośne. W ciągu dnia należy spodziewać się 20-30°C. W nocy będzie robić się chłodniej: 15°C, a na pustyni temperatura może spaść poniżej 10°C. Opady deszczu są bardzo mało prawdopodobne.

## Pieniądze

### Kursy i wymiana

Walutą obowiązującą w Uzbekistanie jest sum uzbecki.

Aktualne (09.10.2023) kursy suma (UZS):

1 PLN = ok. 2800 UZS, 1 USD = ok. 12200 UZS, 1 EUR = ok. 12800 UZS

Do Uzbekistanu 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 podczas pobytu w mniejszych miejscowościach.

Na własne wydatki najlepiej zabrać pieniądze w gotówce w USD lub EUR. Możliwość wymiany będzie przede wszystkim w Taszkencie (oraz pozostałych dużych miejscowościach). Dostęp do bankomatów będzie bardzo ograniczony, podobnie jak możliwość płacenia kartą.

### Ceny i wydatki

Ceny podstawowych artykułów i usług w Uzbekistanie są zbliżone do tych w Polsce. Dotyczy to również lokali, w których będziemy zatrzymywać się na posiłki.

Na własne potrzeby (posiłki niezawarte w cenie, kawę, piwo, pamiątki) należy mieć dodatkowo sumę 400 USD. Albo więcej - w zależności od apetytu, pasji kolekcjonerskich czy szczodrości w obdarowywaniu krewnych i znajomych.

## Telefony i internet

W dużych miastach jest zasięg lokalnych sieci komórkowych, 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 podczas przejazdów i pobytu na prowincji.

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

Wiele kawiarni i restauracji udostępnia klientom bezpłatnie dostęp do internetu.



Sum uzbecki - warto wyposażyć się w pojemny portfel

## Bezpieczeństwo

### Ogólne

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

Poza tym na turystów będą czyhały typowe zagrożenia związane z pobytem w miastach (kieszonkowcy, ruch uliczny, nierówne chodniki).

W razie zagubienia czy zagięcia (o które np. w mieście tak tłoczonym jak Taszkient 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!)

### Zdrowie

Nie są wymagane żadne szczepienia obowiązkowe.

## 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.

### Każdy powinien mieć ze sobą:

- sprawdzone pełne buty sportowe/turystyczne
- kurtkę przeciwdeszczową, która ochroni także od wiatru
- ciepły polar, ewentualnie bluzę lub sweter
- wygodne spodnie, np. trekkingowe - najlepiej sprawdzają się takie z lekkich szybkoschnących materiałów
- przewiewne koszulki, najlepiej tzw. oddychające
- strój kąpielowy
- piżamę lub dres

### W ekwipunku powinny znaleźć się także:

- przybory toaletowe



Na targach trzeba zachować wzmoczoną czujność i pilnować swoich rzeczy

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



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

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

- krem z filtrem UV
- okulary przeciwsłoneczne
- czapka z daszkiem lub kapelusz
- cienka czapka i szalik
- latarka-czołówka (zakładana na głowę)
- klapki
- ręcznik - najlepiej lekki turystyczny
- chusta na głowę (dotyczy pań, które chcą zwiedzać świątynie)
- kijki trekkingowe (dotyczy osób mających problemy z kolanami)
- osobista apteczka

### Rzeczy, które mogą się przydać:

- powerbank (trzeba go przewozić w bagażu podręcznym, w trakcie lotu musi być odłączony; dopuszczalne jest przewożenie jednego powerbanku o mocy maks. 300 Wh lub dwóch – do 160 Wh każdy)
- przedłużacz z listwą (liczba gniazdek w pociągach ograniczona)
- wilgotne chusteczki lub myjkę do ciała Raypath.

### Apteczka

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

### Jak się spakować?

Bagaż główny do 20 kg, maksymalna suma wymiarów (długość, wysokość, szerokość) do 158 cm.

Bagaż podręczny do 8 kg, o maksymalnych wymiarach 55x40x23 cm.

Bagaż główny można spakować dowolnie: do walizki, torby czy plecaka.

### Dodatkowe informacje

Warto pomyśleć o zabraniu drobnych prezentów dla ludzi, których będziemy spotykać w podróży. Sprawdzają się buteleczki polskich alkoholi czy małe pamiątki z Polski (np. magnesy, breloczki itd.).

### Polecamy

#### Lektura nieobowiązkowa

- Przemysław Chwał, "Obłoki Fergany" – ginący świat koczowniców, 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

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



Obłoki Fergany

**Duży wybór literatury podróżniczej znajdziecie w naszym sklepie internetowym na stronie [sklep.szerokietory.pl](http://sklep.szerokietory.pl).**

których brakuje miejsca zarówno we własnej ojczyźnie, jak i zamieszkiwanej przez nich od wieków kirgiskiej części Kotliny Fergańskiej.

- Bartek Sabela, "Może (morze) wróci" – wciąż widać je na wszystkich mapach. Możemy je znaleźć w atlasach i na globusach. W rzeczywistości jednak już go nie ma, umarło. Przez czterdzieści ostatnich lat Jezioro Aralskie, zwane przez miejscową ludność Morzem, niegdyś czwarte największe jezioro świata, zostało zamienione w jałową, bezkresną pustynię. A stało się to w imię rozumianego na sowiecki sposób postępu, napędzanego materialistyczną wizją „wszechmogącego” człowieka. Książka ta to opowieść o jednej z największych zbrodni dokonanych przez człowieka – o ludzkiej arogancji, niszczycielskiej sile naszych pomysłów.

- 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 pustynię i wypiętrzają się wysokie góry, burzliwa historia obala i wznosi imperia.

- Erika Fatland, "Sowieckostany. 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

---