

Zemí habešského císaře

Etiopie

14. 11. 2023 - 2. 12. 2023

Program zájezdu

1. - 2. den

odlet z Prahy do **Addis Abeby**, odpočinek na hotelu, minibusem se vydáme na cestu **k domorodým kmenům a za přírodou etiopského jihu**, cestou zastávka u některého z kráterových jezer Debre Zeit, nocleh u jednoho z krásných jezer Velké příkopové propadliny **Ziway**, večer nebo následujícího rána fakult. plavba lodkou po jezeře kolem ptačího ostrova s koloniemi pelikánů a kormoránů, šance na hrochy

3. den

přejezd do **Arba Minch**, výjezd do hor do vesničky kmene **Dorse**, zručných tkalců, stavějících typické vysoké chýše, možnost ochutnat placky z nepravého banánovníku, ev. místní pálenku

4. den

vydáme se směrem do údolí řeky **Omo** ☞, projedeme centra zdejších kultur až do **Turmi**, oblasti obývané kmenem **Hamarů**, zavítáme do **vesnice Hamarů**, kteří si tradičně zdobí hlinkou těla i vlasy spletené do rafinovaných účesů

5. den

dojezd až k řece **Omo** do **Omorate** - plavba člunem či vydlabanou kanoí přes řeku (povinná), setkání s kmenem **Desanech**, přejezd do **Jinky** na území národa **Ari**, pastevců dobytka, na jihu snad i uvidíme úly zavěšené v korunách akácií, v případě tržního dne v některé z vesnic možnost setkání s příslušníky kmenů **Banna** či **Tsamay** v tradičních oděvech

6. den

NP Mago - „zlatý hřeb“ etiopského jihu s vesnicemi kmene **Mursi**, jehož ženy si „zdobí“ spodní ret destičkou z pálené hlíny, prohlídka bydlení na úrovni doby kamenné, cestou národním parkem šance na trpasličí antilopy dikdik, prasata bradavičnatá, paviány, už cestou obvykle potkáváme muže s kalašnikovy, v případě dostatku času v podvečer individuální návštěva etnografického muzea v **Jince**

7. - 8. den

vesnice horského kmene **Konsů** - od místního průvodce si poslechneme vyprávění o dávných tradicích, „vítězných kamenech“, „stromu generací“ olaita i rituálních soškách bojovníků waga, přejezd do města **Hawassa** na pobřeží jezera **Awassa**, individuální pozorování vodních ptáků

9. den

jízda přes Dinsho do **Goba** (2600 m), **NP Bale Mountains** - v oboře u brány parku se dá chodit pěšky a pozorovat zvířata (paviáni, antilopy včetně endemické nyaly horské, prasata)

10. den

náhorní plošina **Sanetti** - v případě štěstí uvidíme endemického vlčka etiopského (zatím byla možnost vždy pozorovat), porosty lobélií, cestou po náhorní planině s výhledy na **Mt. Tullu Dimtu** (4389 m) - druhá nejvyšší hora Etiopie, nocleh Awassa nebo Ziway

11. den

návrat do Addis Abeba, nocleh

12. - 13. den

přelet do odlehlé, legendami opředené **Lalibely** ☞, „etiopské Petry“ s komplexy chrámů vytesanými do skály, tajemné chrámové prostory spojují podzemní chodby, navštívíme i skrytou komnatu (žel

ženám nepřístupnou), jejíž návštěva prý zajistí „přímou cestu do nebe“, důstojní mniši s berlami, mumie poustevníků, nejkrásnější je křížový chrám věnovaný drakobijci svatému Jiří, **Bet Giyorgis**

14. den

přelet do města **Gondar** ☉ s velkolepými paláci císaře Fasilida, architektura středověkých hradů (evropský a osmanský vliv), navštívíme také tzv. **Fasilidovu lázeň** - místo proslulé každoročními masovými křestními rituály během svátku Timkat (podle některých stavba připomíná malý výřez z kambodžského Angkor Watu), či jeden z historicky a umělecky nejhodnotnějších etiopských kostelů **Debre Bihran Selassie**

15. den

přejezd do Bahir Daru

16. den

výlet lodí ke klášterům na jezeře **Tana**, ve kterých se údajně skrývala Archa úmluvy, v kostelech staleté fresky, umně zdobené kříže, poplujeme i ke **zdrojnici Modrého Nilu**, kdysi dráždivé hádance pro všechny zeměpisce, domorodci na jezeře stále ještě používají lodě spletené ze stonků papyru, stejně jako v dobách starověkého Egypta, večer odlet do Addis Abeby

17. - 18. den

Addis Abeba - seznámení s městem zvaným „Nová Květina“, bulváry i slumy, vznešené kostely, špičkové Národní muzeum s kopií kostry „pramáti lidského druhu“, slavné Lucy (Australopithecus afarensis, originál starý přes tři miliony let), Etnografické muzeum v někdejší paláci císaře Haile Selassieho, odlet a návrat do ČR

Cena zahrnuje: zpáteční letenku do Addis Abeby včetně všech poplatků, přelety Addis Abeba-Lalibela, Lalibela-Gondar a Bahir dar-Addis Abeba, plavbu po jezeře Tana, místní dopravu, ubytování, „vstupné“ do domorodých komunit v údolí Omo, služby českého a místního průvodce.

Ubytování: 16x turistický hotel, penzion (dvoulůžkové pokoje, většinou s příslušenstvím).

Doprava: pronajatý minibus, loď, taxi, MHD.

Stravování: 8-10x snídaně, jinak individuální za pomoci průvodce.

Služby za příplatek: 16x jednolůžkový pokoj 6000 Kč, etiopské e-vízum 2300 Kč, Pojištění léčebných výloh 936 Kč, Pojištění Prémium STORNO 1782 Kč.

Cena nezahrnuje: etiopské e-vízum 2300,- Kč, poplatky za fotografování, vstupy do NP a památek, vstup do vesnice kmene Dorze, loďku přes řeku Omo a na jezero Awasa (cca 200 USD).

Poznámka: CK si vyhrazuje právo absolvovat jednotlivé body programu v jiném pořadí v závislosti na aktuálních podmínkách. Zájezd není vhodný pro osoby s omezenou schopností pohybu. Na cestě je několik delších přejezdů. Pro cestu je nutná přiměřená fyzická zdatnost.

1. Příprava na cestu

1.1. Doklady

Budete potřebovat platný cestovní pas (s alespoň jednou volnou dvoustránkou a platností ještě minimálně 6 měsíců po návratu zpět do České republiky) a fotokopii jeho datové stránky (pro případ ztráty cestovního pasu).

1.2. Víza

Občané ČR potřebují vízum pro vstup do Etiopie. Aktuálně nelze zakoupit po příletu na letišti v Addis Abebě. Musí se vyřídit elektronické vízum, jeho cena při vyřízení od CK je 2000,- Kč.

Další podmínky vstupu (Covid-19):

bez omezení

Návrat do ČR:

bez omezení

Aktuální informace naleznete na www.mzv.cz Výše uvedené se může kdykoliv změnit. V případě změny vás budeme informovat.

1.3. Pojištění

Cena zájezdu nezahrnuje cestovní pojištění. Nabízíme vám jeho sjednání jako službu za příplatek od pojišťovny Uniqa a.s., které kryje i léčbu a karanténu spojenou s onemocněním COVID-19.

Součástí ceny zájezdu je také pojištění pro případ úpadku CK.

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

Před cestou doporučujeme:

- ověřit si platnost očkování proti **tetanu**, obrně a záškrtu
- očkování proti **břišnímu tyfu**
- očkování proti **meningitidě**
- očkování proti **žloutence typu A a B**
- očkování proti **žluté zimnici (je vyžadováno, pokud jste před příletem do Etiopie navštívili oblast zasaženou ŽZ)**
- zkonzultovat vhodnou **antimalarickou profylaxi**
- **preventivní prohlídku u zubního lékaře.**

Etiopii navštívíme v suchém období s nejnižším výskytem komárů a tudíž i malárie, případnou profylaxi konzultujte se svým lékařem. V současné chvíli se malárie téměř nevyskytuje. Doporučuje se důsledná ochrana oděvem a repelenty.

1.5. Kapesné a místní měna

Měna: měna: birr (ETB), orientační kurz: 1 USD = 53 ETB, 1 ETB = cca 0,50 Kč

Kapesné: v Etiopii je relativně levně, většinu potravin a jídlo zakoupíte za nižší než české ceny. Za stravování, vstupné do muzeí, klášterů a kostelů, poplatky za zhlédnutí domorodých „rituálů“ a tanců, případné fakult. akce, fotografování domorodců a nákupy suvenýrů byste rozhodně neměli utratit více než **600-700 USD** za celý program (byť záleží na Vašich nárocích), ale je lepší mít finanční rezervu.

Doporučuje se uschovat si veškeré doklady prokazující výměnu peněz pro případ opětovné výměny místní měny na zahraniční či případnou kontrolu původu peněz při odjezdu ze země.

2. Informace o zájezdu

2.1. Doprava

Pronajaté minibusy, lodky na jezeře Tana.

2.2. Ubytování

16x turistický hotel nebo penzion (dvoulůžkové pokoje, většinou s příslušenstvím, na jihu velmi jednoduchého typu).

Jednotlivě se hlásícím klientům doporučujeme připlatit si samostatný pokoj. Na většině míst nelze zajistit u dvoulůžkových pokojů oddělené postele, ve většině případů jsou pouze matrimony (double) a nepřiliš široké.

Z hygienických důvodů doporučujeme mít sebou slabou vložku do spacáku nebo slabý spacák (cyklospacák). Na některých místech, zvláště na cestě k domorodým kmenům jihu, je třeba připravit se na spartánštější podmínky, především v Turmi. Občas se stává, že nemusí téct voda.

2.3. Stravování

8-10x snídaně. S výběrem jídla a restaurací vám ochotně poradí průvodce. Dostupná jídla jsou v místních jídelnách, za nízké ceny. Kozí či hovězí maso, u jezer ryby, překvapivě vzácná je drůbež, všudypřítomné placky inžara. Silně kořeněné omáčky, kaše z luštěnin a vegetariánská jídla v častých postních dnech („fast-food“). Ve větších městech jsou možné i gurmánské zážitky. Všude k dostání balená pitná voda, nealko nápoje, pivo a vynikající káva!

Orientační ceny potravin:

| | |
|------------------------------|-----------|
| Pivo | 30 ETB |
| Čaj | cca 5 ETB |
| Coca-cola | 20 ETB |
| Voda 1,5 l | 15-20 ETB |
| Inžara se zeleninou | 30 ETB |
| Čiroková kaše | 40 ETB |
| Špagety | 50 ETB |
| Hovězí maso | 50 ETB |
| Kuřecí guláš | 60 ETB |
| Kuřecí kebab | 65 ETB |
| Rýže se zeleninou nebo masem | 50 ETB |
| Káva | 10 ETB |

Ceny potravin jsou pouze orientační, v hlavním městě jsou ceny vyšší.

2.4. Výše vstupného

Orientační ceny vstupného (v ETB):

| | |
|---|---------|
| Národní muzeum v Addis Abebě | 50 |
| Etnologické muzeum (bývalá rezidence císaře Haile Selassie) | 200 |
| Kostely v Addis Abbeba | 0 - 100 |
| Národní park Bale | 180 |
| Národní park Mago | 530 |
| Etnologické muzeum v Jince | 160 |
| Lodka přes řeku Omo ke kmeni Desanech | 400 |
| Focení Mursi vesnice | 200 |

| | |
|--|-------------------|
| Awasa - loď na jezero | 2000 (5 osob) |
| Dorze vesnice | 500 |
| Kláštéry na jezeře Tana | cca 200 / klášter |
| Vodopád Tis Isat na Modrém Nilu | 100 |
| Paláce Gondaru | 200 |
| Kostel Debre Derhan Selassie v Gondaru | 200 |
| Lalibela | 100 USD |

Na některých místech je nutno počítat s nelogicky vysokými poplatky za fotoaparát či videokameru.

Fotografovat a natáčet vojenské objekty a ozbrojené síly a některé citlivé lokality, jako jsou vládní budovy v Addis Abebě a veškeré mosty a přehrady a jejich okolí, je výslovně zakázáno (zabavení filmu je nejmenším trestem). Fotografování a filmování lidí je lepší domluvit předem (a počítat se symbolickým bakšišem pro "objekt", cca 10 ETB) a po případném projevu nesouhlasu raději dále nepokračovat.

V Africe se za každou úsluhu očekává spropitné. Na tyto výdaje průvodce vybere na začátku zájezdu od všech účastníků 10 USD, které budou použity na tyto platby. Je třeba počítat s cca 30 USD/os. na spropitné řidičům.

2.5. Počasí a časový posun

Nejvhodnějším obdobím pro cesty do Etiopie je zimní, suché období, ale srážky v horách během severního „památkářského“ okruhu nejsou vyloučené. Na většině území počítejte s teplotami přes den 25–35 °C. V horských oblastech (například Lalibela) může být v nočních hodinách naopak citelně chladno (proto je třeba se na tuto skutečnost připravit vhodným oblečením – mikina, svetr či flíška).

Obecně lze zemi rozdělit do tří podnebných zón. V oblastech přes 2600 m nad mořem panuje chladné klima. Teploty kolísají od 16 stupňů až téměř k bodu mrazu. Ve výškách od 1500 do 2600 m n.m. se teploty pohybují od šestnácti ke třiceti stupňům. Právě v této klimatické zóně žije většina obyvatel země. Poslední je horká oblast, do 1500 m n.m. Panují tu tropické suché podmínky s teplotami od 27°C do 50°C. Období dešťů trvá obvykle od poloviny června do půlky září, přičemž na jižních vrchovinách bývá delší. Nejlepší doba pro návštěvu Etiopie je od října do května.

Posun času oproti ČR: +2 h (zimní čas), +1 h (letní čas)

Ke zmatkům může přispět odlišné počítání času (dvanáctihodinové cykly počítané nikoliv od půlnoci a poledne, ale „od úsvitu do soumraku“ a „od soumraku do úsvitu“) a jiný, juliánský kalendář.

2.6. Jazyk

Úředním jazykem je amharština. V oblastech navštěvovaných turisty se většinou domluvíte anglicky.

2.7. Elektrická síť a komunikace

Elektřina: 220 V, zásuvky většinou **použitelné bez adaptéru**. Do fotoaparátu či kamery je dobré mít 1 náhradní baterii. **Časté výpadky el. proudu.**

Telefon: Ve všech velkých městech je dostupný telefon, fax a poštovní služby. Existuje zde místní mobilní síť, kvalitní signál je však pouze v okolí velkých měst. Podrobnější informace žádejte u svého operátora.

Internet: Je možné připojení v hlavním městě a na historických místech, na jihu až po město Arbaminch. Připojení, je ale velmi často pomalé, počítače jsou často zavirované.

Pošta: Pošta je většinou pomalá, nejlépe je posílat dopisy z Addis Abeby.

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

Členění programu do dnů je pouze orientační. Vzhledem k obtížnějším „africkým“ podmínkám a nepředvídatelným událostem může dojít k prohození jednotlivých bodů programu. Máme však časovou rezervu, abychom stihli navštívit všechny uvedené lokality.

Pokyny pro předcházení krádežím:

K drobným krádežím a pouličním loupežím dochází zejména v Addis Abebě ve středu města, na Piazza a v Merkatu. Lze jim však předejít nezbytnou opatrností - nechodit sám po ulicích po setmění, nenechat věci bez dozoru, šperky a jiné cennosti nechat raději doma. Preventivně se lze proti krádežím bránit takto: nošením peněz a dokladů odděleně, ukládáním cenných věcí malých rozměrů do pevné ledvinky u pasu nebo do taštičky pověšené na krku či uložením finanční hotovosti na několika relativně bezpečných místech.

Pro případ loupeže je dobré mít na lehce dostupném místě malou sumu peněz (např. 10 USD), se kterou by se zloděj spokojil. Nedoporučujeme na sebe upozorňovat ukazováním peněz na veřejnosti, nevhodným chováním a oblečením. Snažte se spíš svým zevnějškem a sympatickým chováním zapadnout mezi místní obyvatelstvo.

Nikdy nechodte sami, zvláště v rizikových oblastech. Po celou dobu zájezdu s Vámi bude přítomen český průvodce znalý místních poměrů, proto je vhodné dodržovat jeho rady a pokyny.

Doporučujeme používat tenkou ledvinu (moneybelt: <http://www.4camping.cz/p/ledvinka-pinguin-waist-security-pocket-l/>), či kapsu pod oblečení, kde lze větší sumu peněz nosit bezpečněji.

Místní zvyklosti:

- Cizinci bývají překvapeni odlišným označením času. Etiopie stále používá juliánský kalendář (podobný ruskému), v textech značený jako Ethiopian Calendar (E.C.). Ve srovnání s naším kalendářem je zpožděn zhruba o sedm let a osm měsíců.
- Za používání videokamery se na řadě turisticky zajímavých míst vybírají vysoké poplatky, často několikrát převyšující vstupy do objektu.
- Doporučuje se konzervativní oblečení, raději tedy žádné šortky, ani trička bez rukávů. Místní ženy například nerady ukazují nohy na veřejnosti. Krátké sukně nad kolena, stejně jako velké výstřihy nosí prakticky výhradně ženy lehčích mravů.
- Pro vstup do chrámů je vyžadováno decentní oblečení (dlouhé kalhoty, nejsou přípustná trička bez ramínek), do některých křesťanských klášterů je zakázán vstup ženám.
- Kouření na veřejnosti není příliš rozšířené. Alkohol místních i zahraničních značek je volně k dostání, na venkově převládají tradiční místní nápoje např. tella (slabé pivo z ječmene nebo z kukuřice) a medovina zvaná tej (tedž). Na vzestupu je žvýkání lehce stimulační drogy listů kátu.
- Z hygienického hlediska je nezávadné stravování ve slušných restauracích. Jinak je dobré řídit pravidlem, že se nemá jíst nic, co se nedá uvařit nebo oloupat.
- Voda z kohoutku se nedoporučuje pít, ale všude se dá sehnat balená voda a je levná.
- V Etiopii se jí pravou rukou, nepoužívají se příbory.
- Jedním z typických rysů etiopské kuchyně je extrémní používání koření.

Náboženství:

60 % křesťané (z toho 50 % specifické etiopské pravoslaví), 30 % muslimové, 6 % animisté
Pro vstup do chrámů je vyžadováno decentní oblečení (dlouhé kalhoty, nejsou přípustná trička bez ramínek), do některých křesťanských klášterů je zakázán vstup ženám.

Prošba / upozornění:

Neberte s sebou sladkosti, tužky, sešity a vůbec dárky všeho druhu pro děti. I místní dospělí, především učitelé, upozorňují na fakt, že děti místo chození do školy raději „pronásledují“ turisty a žebrají tužky nebo bonbóny. Tím není myšleno nic proti charitě, právě naopak. Je ovšem vhodnější řešit charitu méně partyzánským způsobem. Třeba osobními, předem dohodnutými dary konkrétním důvěryhodným institucím nebo osobám. Nikdy nedávejte žádné peníze dětem !

2.9. Celní předpisy

Dovoz valut není omezen. Návštěvníci by však měli deklarovat veškerou dovezenou měnu přesahující částku 3 000 USD v devizovém prohlášení (Ethiopian Customs and Revenue Authority declaration form). Stejně tak při odjezdu ze země musejí návštěvníci prokázat původ zahraniční měny přesahující částku 3 000 USD (tj. doklad o směně). Při odjezdu ze země není povolen vývoz větší částky než 200 ETB. Překročení povoleného limitu se přísně trestá (a to až vězením).

Etiopské předpisy povolují dovoz 2 kartónů cigaret, 250 gramů tabáku, 2 litrů tvrdého alkoholu. Elektronika (např. videokamera, počítač) se při vstupu do země přihlašuje a zpětný vývoz je kontrolován.

Platí zákaz vývozu: historických artefaktů (včetně kožených štítů, historických stolic a mincí), vzácných kulturních památek a etnických předmětů (zbraní, nádobí, nábytku, oděvů, hudebních nástrojů, šperků, sošek apod.), archeologických a paleontologických nálezů, církevních a náboženských památek (rukopisů, oděvů, křížů apod.), historických uměleckých děl, **jakýchkoliv kamenů a minerálů** (včetně polodrahokamů a drahokamů), přírodnin (rostlin, hmyzu, zvířat včetně jejich částí, vyčiněných kůží).

Historické a církevní suvenýry (včetně oblíbených stříbrných křížů) se doporučuje kupovat pouze v kamenných obchodech, které jsou schopny vystavit účet.

3. Před cestou

3.1. Jak se zabalit

Na lehkou. Vhodné zavazadlo pro tuto cestu je nepromokavá cestovní taška Ortlieb s kolečky a popruhy, kterou je možné případně nést i jako batoh. Bližší informace naleznete zde: <https://www.alvarez.cz/zavazadla>, popřípadě batoh, ideálně do 60 litrů a menší batůžek. Hlavní zavazadlo bude většinu času na hotelích nebo v zavazadlovém prostoru při přesunech, zatímco s malým batůžkem budete podnikat výlety. **Nepřípustné jsou objemné skořepinové kufry,** Ideální je velikost kabinového kufru plus malý batůžek. Každý musí své zavazadlo zvládnout odnést třeba do 1-2. patra.

Hlavní zavazadlo, max. 20 kg které je přepravováno v zavazadlovém prostoru letadla a odbaveno až do finální destinace. Doporučujeme nabalit zavazadlo tak, abyste ho na kratší vzdálenost unesli! Zavazadlo doporučujeme před odbavením nechat zabalit do ochranné folie (cca 200 Kč na Letišti Praha), **a zamykat pouze zámky s certifikací TSA.**

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, nožičky 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 v jednotlivých baleních nepřesahujících 100 ml. Všechna tato balení musí být umístěna v jednom průhledném, opakovaně uzavíratelném plastovém sáčku o maximálním objemu 1 litr na osobu.

Více informací o bezpečnostních pravidlech na: <https://www.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

Botasky, sandály, větrovka, svetr či flíška, dlouhé kalhoty (kraťasy se nedoporučují, ale v odlehlých oblastech je možná využijete), trička, klobouk nebo jiná pokrývka hlavy proti slunci, opalovací krém s vyšším faktorem (30 a více), brýle proti slunci, baterka nebo čelovka (počítejte s častými výpadky proudu v hotýlcích), hygienické potřeby, deštník, budík, mapa, fotoaparát (kamera), zavírací nůž, šicí potřeby, kopie pasové stránky, náhradní fotografie, vlastní lžice (ne všude jsou k dispozici, místní jedí rukama), špunty do uší, nafukovací polštářek, repelent, dostatečný počet roušek. Pokud jste alergičtí na prach, kvůli přesunům po prašných silnicích (především na jihu) je možné přibalit roušku proti prachu a též i ochranný obal na zavazadlo. Dále z hygienických důvodů doporučujeme vzít sebou slabou vložku do spacáku, nebo lehounký spacák a vhodná je i vlastní neporušená moskytiéra (na jihu na některých místech jsou moskytiéry s dírami, případně si vzít lepící textilní pásku na zalepení děr).

3.3. Doporučené vybavení lékárničky

Vaši osobní lékárničku doporučujeme vybavit těmito léky:

- proti průjmům - Immodium kapsle, Ercefuryl tablety, živočišné uhlí, Hylak forte
- proti bolestem kloubů, hlavy - Ibuprofen tablety
- proti zvýšené teplotě - Paralen tablety
- na povrchová poranění - Framykoin zázyp, Septonex spray, obinadla, náplasti
- proti alergické reakci při bodnutí hmyzem - Dithiaden tablety, Fenistil gel
- proti nevolnosti v dopravních prostředcích - Avioplant
- při spáleninách od slunce - Panthenol
- při alergii - Zyrtec
- oční kapky - Ophtalmo-septonex
- pružné obinadlo, obvaz, náplast
- léky, které pravidelně užíváte, si vezměte s sebou v dostatečném množství a zabalte do příručního zavazadla
- užívání antibiotik konzultujte s lékařem

Těm, kteří trvale užívají nějaké léky, doporučujeme, aby si tyto léky vzali s sebou v dostatečném množství a měli je s sebou při letecké přepravě v příručním zavazadle (minim. na celou dobu pobytu pro případ zpožděného či ztraceného hlavního zavazadla).