

# ПРЕДВАРИТЕЛНА ПОДГОТОВКА ПО ЗДРАВΟΣЛОВНИ И БЕЗОПАСНИ УСЛОВИЯ НА ПЪТУВАНЕ И ПРЕБИВАВАНЕ В ТУРЦИЯ

за обучение на бенефициентите по проект 2013-  
1-BG1-LEO1-08855

*Секторна програма „Леонардо да Винчи”,  
дейност „Мобилност”- IVT*

## Съдържание

Инструктаж за пътуване – багаж, документи.  
Инструктаж при локално придвижване.

Инструктаж за пребиваването в хотела, местата за хранене, други обществени и културни места.

Въпроси свързани с личната безопасност на участниците

## Инструктаж за пътуване – багаж, документи.

При пътуване със самолет е разрешен следния багаж:

- Един куфар / пътна чанта за багажното отделение на самолета „регистриран багаж“ (в рамките на нормален обем с тегло до 23 кг.);
  - Ръчен багаж за салона на самолета (в рамките на нормален обем с тегло до 8 кг.).
- Препоръчва се ръчният багаж да бъде сведен до минимум.





# Забранени предмети за ръчен багаж

Самобръсначки, ножчета за бръснене в насипно състояние

Джобно ножче, ножичка

Спринцовки и игли

Шило за лед, тирбушон

Преса за коса, сешоар, маша за коса

Малки инструменти с остри краища

Туристическа бутилка с пропан-бутан

Куфарче с монтажни инструменти

Нож с автоматично острие

Свредели, отвертки

Газови Факли

Оръжия за бойни изкуства

Запалка с въглен таблетки

Водолазна екипировка

Дартс комплект



## Позволени предмети в ръчния багаж

- Паспорт и ксерокопие на паспорт;
- Декларация за пътуване зад граница и ксерокопие на декларация за пътуване зад граница;
- Автобусен билет;
- Списък с важни телефони – учител, координатор, съученици, важни учреждения в чужбина, ЦРЧР;
- Застраховка и ксерокопие на застраховката;
- 2 шишета по 1,5 л. вода;
- 5 - 6 сандвича;
- 2 – 3 броя плодове;
- Най - необходими лекарства;
- Мобилен телефон.

## **Инструктаж при локално придвижване**



- Движете се с групата;
- Не вдигайте шум – не говорете гръмко и не слушайте силно музика;
- Внимавайте за маршрута, местата на слизане и прекачване, номерата на рейсовете, трамваите, метрото и др.
- Носете със себе си адреса на хотела в които сте отседнали.

## Валутен курс:

1 евро се обменя  
за 2.45 турски  
лири

(информация на Министерство на  
външните работи)





## Валута

Препоръчва се наличната валута да се обменя на малки суми. Турската валута е в банкноти от 1, 5, 10, 20, 50 и 100 лири (TL) и монети: 1, 5, 10, 25 и 50 куруша (kuruş) и 1 лира (TL). Обикновено парите се обменят без комисионна в обменни бюра, банки или хотели. Почти навсякъде в градовете са на разположение банкомати, които приемат и основните кредитни и дебитни банкови карти. Валутните курсове се публикуват ежедневно в турските вестници. Ако се обменя голяма сума валута или се прави голяма покупка с обменена валута, която ще се декларира на митницата, е необходимо запазване на бордерото от извършената обмяна на валута, като доказателство пред митническите органи за законовия произход на паричните средства.



## Обмяната на валута

**Бъдете внимателни при обмяната на валута –** По възможност се постарйте да имате достатъчно обменена валута в наличност, ако пътувате за чуждестранна страна. Ако се налага пък да се спрете в CHANGE – бюрото, **не носете със себе си много багаж, за да са ви свободни ръцете.** Два пъти пребройте парите, които давате и които получавате. Бъдете много внимателни с курса на валутата, защото именно при него можете да станете жертва на измама.

## Инструктаж за пребиваването в хотела

- Преди настаняване се прави оглед на стаята и ако има нередности и повредени неща се уведомява придружаващия учител;
- Забранява се вдигането на шум по какъвто и да е повод;
- Стриктно се спазват часовете за тръгване от хотела и вечер – прибирането;
- Бялата и черна техника се използват внимателно.

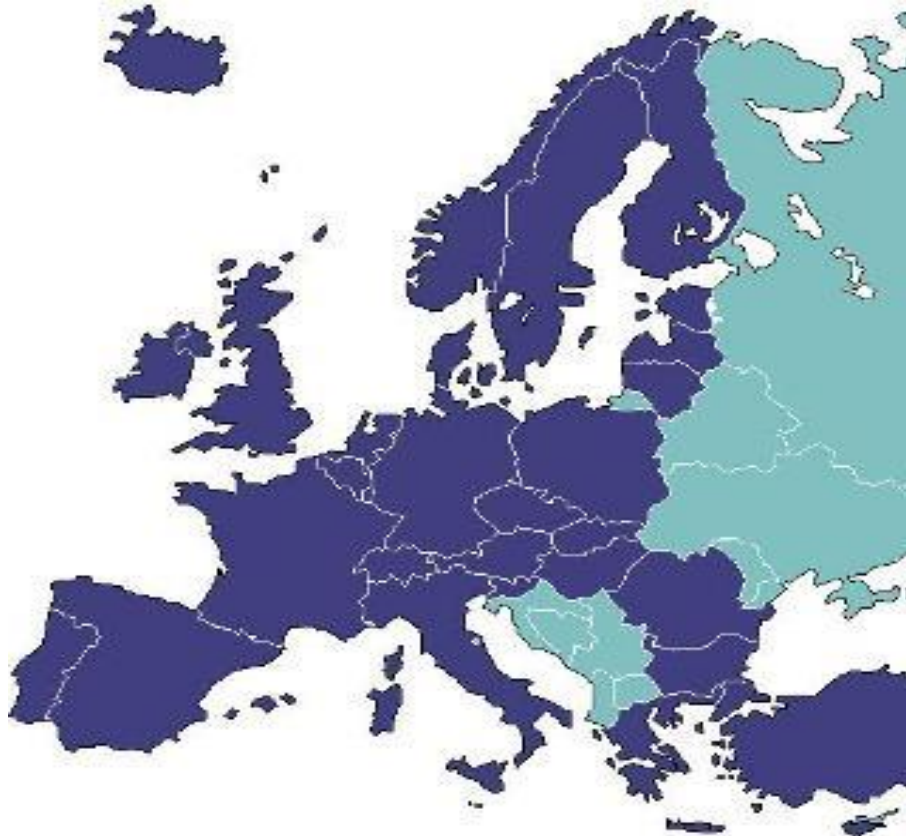
## Инструктаж при посещение на обществени и културни места

- ✓Препоръчително е да се уважават местните нрави и обичаи. При посещение на джамии обувките се събуват, а жените покриват главите и откритите части на тялото с кърпа. Мъжете не трябва да носят къси панталони (в някои по-големи и известни джамии са предвидени покривала за тези, които не се подходящо облечени). Не е препоръчително посещение на джамии в петък и по време на молитвите.
- ✓Обидни думи и действия по отношение на турската нация, националния флаг и основателя на републиката - Мустафа Кемал Ататюрк, се считат за тежки престъпления.
- ✓Снимането с фотоапарати и камери да се извършва само в туристически райони и на местата, където това не е изрично забранено

# Лична безопасност



## Проучване и план за пътуването



- Запознаване с:
- страната и града на вашата дестинация;
  - популярните туристически атракции;
  - обичаи, традиции, туристически капани, предупреждения;
  - важни фрази на разбираем език за извънредни ситуации;

## Не се дръжте туристически



Туристите винаги се открояват в тълпата. Преди да се отправите към вашата дестинация, разберете това, което местните жители носят и как действат те, така че да можете да сте по-незабележими. Не е добра идея да се взирате със страхопочитание в забележителности или да изглеждате така, сякаш сте изгубени и объркани. Освен това, дръжте фотоапарата си вътре в чантата, вместо да виси на шията ви. Бъдете дискретни, така че да не привличате престъпници, които са винаги нащрек за нищо неподозиращите туристи.

## Застраховка

Пътническата застраховка може да ви защити от широк спектър на нещастни сценарии, включително бърза медицинска помощ, аварии, изгубени багажи и забавени пътувания. Носете ксерокопие от нея винаги с вас.





## Документи и пари



Пазете документите за пътуване (ксерокопията от паспорта, билета декларацията и др.) където и да отидете. Ще бъде най-добре да не носите ценни бижута по време на пътуването. Що се отнася до пари, сложете ги на сигурно и по-труднодостъпно място, като отделите малка сума за дневни разходи. **Бъдете внимателни и не изпускайте от поглед личните си вещи..** Джебчиите дебнат навсякъде.

**Дръжте очите си отворени –** Когато сте на летището, не оставяйте нито за миг без надзор багажа си. Като допълнителни предпазни мерки, **нека част от чантите ви бъдат постоянно в ръцете ви или да имате пряк допир с тях**, дори да е само презрамка или каишка през ръката ви. Така, ако някой се опита да отмъкне някоя чанта, ще трябва да повлече и вас.



## При кражба



на лични документи се обърнете към най-близкото полицейско управление за съдействие, както и за издаването на документ, който да послужи пред българските власти.

## Списък на багаж

Направете списък с всичко, което взимате със себе си. Това включва пари, бижута, техника и документи. Списъкът ще ви е нужен пред полицията, ако наистина станете обект на кражба. Освен това, **когато стигнете до крайната си цел, можете да сравните вещите от списъка с онези, които имате в наличност.** Ако всичко съвпада, нямате повод за притеснение.





## Полезни връзки:

### Генерално консулство на Република България в Истанбул, Турция:

Истанбул, кв. Улус-Левент  
бул. "Ахмет Сайгун" № 44  
Тел.: 0090-212 / 281 01 14/15/16  
Факс: 0090-212-264-1011 / 270 0089  
e-mail: [Consulate.Istanbul@mfa.bg](mailto:Consulate.Istanbul@mfa.bg)

### Посолство на Република Турция в София, България:

Гр. София, бул. "Васил Левски" № 80  
Тел.: 935 55 00, факс.: 9819358  
Работно време: от 09.00 до 12.30 часа и от 14.00 до 18.00  
часа.

# Център за развитие на човешките ресурси

София 1000

ул. "Граф Игнатиев" 15, ет. 3,

Тел.: +359 2 9155 010

Факс: +359 2 9155 049

[hrdc@hrdc.bg](mailto:hrdc@hrdc.bg)

Приемно време на ЦРЧР:

Вторник и Четвъртък от 14.00ч. до 17.00 ч.

**Екипът по реализация на проекта ви  
пожелава приятно обучение и пребиваване  
в Истанбул!**

