Путеводитель по легким путешествиям



Переведено автоматически

© backpackandsnorkel.com

Полный список вещей для независимого путешествия: экспертное руководство по глобальным приключениям

Чтобы помочь вам подготовиться к беспрепятственному путешествию, мы подробно описали важность каждого предмета в нашем упаковочном списке Backpack and Snorkel Purple Travel Guide. В этом руководстве основное внимание уделяется домашней безопасности, соблюдению законодательства за рубежом и самодостаточности во время путешествий. Если собирать вещи, как мы, все должно поместиться в один рюкзак (за исключением пляжной палатки).

Я использую этотрюкзак, который много лет путешествовал со мной по планете. Он до сих пор выглядит почти как новый, если не считать пары царапин, которые появились, когда мне пришлось его проверять, потому что по весу и габаритам он превышал размеры некоторых бюджетных авиакомпаний Азии и Южной Америки.



- Подготовка к поездке
- Основная документация и электроника
- Здоровье, гигиена и комфорт
- Одежда и специализированное снаряжение
- Утилита и организация
- Особые потребности
- Контрольный список для путешествий
- Защита от мошенничества и кражи карт

Подготовка к поездке: обеспечьте безопасность вашего дома и документов

Управление вашим домом и документацией перед отъездом предотвращает юридические препятствия и домашние катастрофы.

1. **Проверьте срок действия паспорта. Во многих странах требуется, чтобы ваш паспорт был действителен не менее шести месяцев после даты въезда. Если вы сделаете это заранее, вам не откажут в посадке в аэропорту.**
2. Получите визы: проверьте, нужна ли вам виза для въезда в пункт назначения. В большинстве путеводителей Backpack and Snorkel есть ссылки на соответствующие посольства, или вы можете использовать такие сервисы, какiVisa, чтобы найти полный список требований.
3. **Получите международное водительское удостоверение (МВУ). В некоторых странах для управления автомобилем или мотоциклом требуются как ваши домашние права, так и МВУ. Это служит формальным переводом. В США вы можете получить МВУ за несколько долларов от AAA.**
4. Получите туристическую страховку. Обычно мы покупаем годовую туристическую страховку уАльянц. Хотя многие туристические блоги рекомендуют определенные страховки из-за партнерских комиссий, мы выражаем свое честное мнение, не имея партнерского соглашения с Allianz. Чтобы поддержать нас, рассмотрите возможность приобретения одного из наших Backpack and Snorkel Purple Travel Guides (веб-сайт).
5. **Выключите воду: небольшая утечка может привести к затоплению дома и ущербу на тысячи долларов. Отключение главного клапана обеспечивает душевное спокойствие.**
6. **Выключите водонагреватель: нагрев огромного резервуара с водой, пока дом пуст, — это ненужные расходы и потенциальный риск пожара.**
7. **Отрегулируйте термостат: установка системы отопления, вентиляции и кондиционирования воздуха на «выходную» температуру экономит энергию и предотвращает образование плесени или замерзание труб. Если у вас есть умный термостат, вы можете отрегулировать его через приложение перед возвращением.**
8. **Таймеры включения ламп и камер: Темный дом — сигнал для грабителей. Таймеры, которые включают и выключают свет, создают иллюзию присутствия людей. Прежде чем уйти, всегда проверяйте, что ваша домашняя камера активна.**
9. **Отключите вакуумного бота: эти устройства могут активировать сигнализацию движения, застрять или размазать домашние животные, пока вас нет рядом, чтобы вмешаться.**
10. **Вынесите мусор: гниющая еда привлекает вредителей и создает невыносимый запах, который встретит вас по возвращении.**
11. Зарядите автомобильные аккумуляторы. Автомобильная электроника разряжает аккумуляторы даже при выключенном двигателе. Если вы отправляетесь в длительные поездки, особенно если аккумулятор вашего автомобиля старый, есть вероятность, что аккумулятор разрядится до уровня, при котором он не сможет завести автомобиль, не сможет быть подзаряден и его необходимо будет заменить. Всякий раз, когда мы путешествуем зимой или на срок более 2 недель, мы подключаем наши автомобили кзарядное устройство, чтобы предотвратить повреждение аккумулятора.

12. УстановитеУдержать почту: груда почты указывает на то, что дом пуст. В США USPS предлагает бесплатное хранение почты на срок до 30 дней, чтобы сохранить вашу личность в безопасности.
13. **Уведомление о поездке для кредитных и дебетовых карт. Хотя многие кредитные карты больше не требуют уведомлений о поездках, для дебетовых карт это по-прежнему является лучшей практикой. Если вы абсолютно уверены, что там, где вы путешествуете, у вас будет подключение к Интернету (данные!), вы можете «заморозить» и «разморозить» свой счет через банковское приложение прямо перед использованием банкомата или оплатой покупок с помощью дебетовой карты.**
14. **Предупреждайте соседей и планируйте техническое обслуживание: попросите соседей проверить ваш дом и растения. Во время длительных поездок запланируйте стрижку газона или уборку снега, чтобы сохранить вид жилого дома.**

Основная документация и электроника

Эти предметы — «мозг» вашего путешествия, управляющий вашей личностью, финансами и воспоминаниями.

15. **Паспорта, визы и международные водительские права: это ваши самые важные вещи. Это единственные документы, удостоверяющие вашу личность и законное право на пересечение границ.**
16. Кредитные и дебетовые карты и карта, блокирующая RFID. Имейте при себе как минимум два типа кредитных карт (в идеале Visa и Mastercard) и одну дебетовую карту. Убедитесь, что на вашей кредитной карте нет комиссий за международные транзакции; мы предпочитаемЧейз Сапфир Резервиз-за его преимуществ во время путешествий, включая доступ в зал ожидания аэропорта. Примечание. Убедитесь, что имя на вашей карте совпадает с вашими водительскими правами, поскольку некоторые компании по прокату автомобилей не предоставят вам автомобиль в аренду, если имена различаются. Примечание. Мошенничество с кредитными и дебетовыми картами широко распространено, и то, когда вы станете жертвой, является лишь вопросом времени. Пожалуйста, прочитайте разделЗащита от мошенничества и кражи карти рассмотрите возможность использованияRFID-блокирующие карты или рукава.
17. **Список путешествий и направлений: мы создаем маршрут в PowerPoint со всеми данными о рейсах и отелях, который конвертируем в PDF. Мы храним копии на наших телефонах, ноутбуках, портативных твердотельных накопителях и в облаке (OneDrive). Цифровые резервные копии необходимы, если устройство потеряно, украдено или выйдет из строя.**
18. **Информация о туристической страховке: сохраните номер своего полиса и номер телефона экстренной помощи на всех цифровых устройствах и в облаке. Это понадобится вам немедленно, чтобы дать разрешение на лечение в случае, если что-то произойдет.**
19. **Ручка: она может вам понадобиться для таможенных форм в самолете или аэропорту, а также для написания открыток друзьям и родственникам.**
20. **Ноутбук и зарядные устройства: необходимы для управления бронированиями и удаленной работы. Мы загружаем фотографии с наших телефонов на наши ноутбуки каждый вечер, чтобы обеспечить их резервное копирование, а затем загружаем их на SSD и в облако (OneDrive) на случай, если наши телефоны или ноутбуки потеряются, украдут или умрут.**
21. Портативныйтвердотельный накопитель: поскольку Wi-Fi в отеле зачастую слишком медленный для резервного копирования в облако, твердотельный накопитель емкостью 1 ТБ — хорошая идея для ежедневного резервного копирования фотографий и видео с высоким разрешением.
22. Сотовые телефоны и зарядные устройства: это ваша карта, переводчик и спасательный круг. Держите зарядные устройства в ручной клади на случай задержки в пути. В аэропортах иногда вам понадобится очень длинный USB-кабель, поскольку ваше сиденье может находиться далеко от розетки. Обычно мы носим с собойзарядное устройство с USB-кабелем длиной 10 футов. Убедитесь, что у вас есть: - карты регионов, в которые вы путешествуете, локально сохраненные в Картах Google - установлен Google Translate и загружены языки стран вашего назначения - телефон и тарифный план для

передачи данных, который позволяет вам использовать свой телефон в пункте назначения без дорогостоящей платы за международный роуминг. Если ваш телефон не заблокирован оператором связи, вы всегда можете купить местную SIM-карту или eSIM-карту, но помните, что во многих странах для этого вам потребуется иметь хотя бы одну фотографию в паспорте.

23. Оборудование для обеспечения безопасности мобильных телефонов. Карманные кражи и кражи телефонов на мотоцикле или пешком представляют собой реальную опасность во многих местах. Вот как мы защищаем наши сотовые телефоны: Наш сотовый телефон крепится к ремню с помощьюметаллический армированный трос, длины которого достаточно, чтобы мы могли делать селфи. Он достаточно прочный, чтобы выдержать выхватывание телефона на мотоцикле, чего не выдерживают большинство недорогих, хрупких цельнопластмассовых привязей, и достаточно маленький, чтобы его можно было легко носить с собой. Для этого требуется чехол для телефона с закрытым дном. Мы используемчехол для мобильного телефона, потому что: - его нижняя часть закрыта, что обеспечивает надежное соединение защитной вставки с тросом - она прозрачна, что снижает риск перегрева вашего телефона. Мой старый сотовый телефон имел черную крышку и постоянно перегревался во время путешествий в теплом климате. У него есть магнит, к которому можно надежно и безопасно прикрепить мой USB-блок питания. У него есть регулируемый угол наклона, который облегчает просмотр фильмов в самолете или где-либо еще без необходимости держать телефон в руках.
24. **Жертвенный кошелек: носите с собой небольшую, но разумную сумму наличных, две кредитные карты с истекшим сроком действия и несколько чеков от покупок в отдельном кошельке. В случае ограбления передайте его, чтобы защитить свою жизнь и свой настоящий основной кошелек. Обычно мы носим с собой 20–50 долларов США в местной валюте и долларах США. Если возможно, используйте купюры меньшего номинала, чтобы они выглядели как большие деньги. Никогда не кладите в этот кошелек никакие удостоверения личности или что-либо еще, что имеет ваш домашний адрес, и убедитесь, что это старый изношенный кошелек. У каждого путешественника в вашей группе должен быть свой жертвенный кошелек.**

25. Защитный кошелек: мы используемкарман из ткани с защитой от пота, который крепится к ремню и прячется под брюками. Это гораздо более незаметно и безопасно, чем традиционный пояс для денег.
26. **Зарядное устройство для умных часов: обычно для этого требуются специальные кабели. Без них вы потеряете навигационные уведомления и отслеживание фитнеса.**
27. **Принадлежности для фотоаппаратов: если вы путешествуете со специальной камерой (например, подводной камерой), не забудьте взять ее с собой, включая запасные батареи, зарядные устройства и, если применимо, подводные чехлы (минимум один и запасной) для подводного плавания.**
28. Аккумулятор USB. Для новых телефонов необходимы аккумуляторы высокой мощности. Убедитесь, что у вас есть правильные порты USB и достаточная мощность для зарядки современных устройств. Мы используем этотUSB-аккумулятор. Сам по себе его магнит

слаб, но в сочетании с правымчехол для мобильного телефонаон держит очень сильно. Для нашего использования прилагаемого USB-кабеля достаточно длины.

29. **Автомобильное зарядное устройство: если вы арендуете автомобиль или забронировали многочасовой автомобильный трансфер, вы можете удобно заряжать свои телефоны (особенно если вы используете его для GPS) и другое электронное оборудование во время вождения. Имейте в виду, что для зарядки новых мобильных телефонов необходимо автомобильное зарядное устройство высокой мощности с соответствующим кабелем.**
30. Адаптеры розеток:Универсальный дорожный адаптерохватывает большую часть мира, хотя в некоторых странах, например в Южной Африке, требуются вилки определенных размеров, которые не поддерживаются многими универсальными дорожными адаптерами.
31. **Удлинитель: в некоторых гостиничных номерах и особенно в круизных каютах часто не хватает розеток, особенно рядом с кроватью. Используйте шнур с несколькими розетками, но помните, что на всех круизных линиях использование сетевых фильтров запрещено, поскольку они представляют серьезную опасность возгорания. Имейте в виду, что некоторые круизные линии запретили использование всех удлинителей (например, Royal Caribbean, Celebrity, Disney, MSC), а некоторые по-прежнему разрешают использование нескольких вилок, таких как настенные кубики, без шнура. Если вам нужен удлинитель, например. Если вам нужен аппарат CPAP, обратитесь в службу поддержки клиентов сразу после посадки, чтобы одолжить его. Некоторые круизные линии по-прежнему разрешают использование удлинителей с несколькими разъемами. На момент написания круизные линии Carnival, Norwegian, Princess и Holland America были одними из наиболее гибких.**

Здоровье, гигиена и комфорт

Сохранение здоровья — это разница между отпуском мечты и жалким пребыванием в гостиничном номере.

32. **Беруши: незаменимы для сна в шумных самолетах или в городских отелях с оживленной ночной жизнью.**
33. **Нить: жизненно важна для гигиены полости рта и полезна в качестве экстренной нити при ремонте.**
34. **Лекарства (обезболивание и диарея): Необходимо иметь под рукой базовую помощь, поскольку аптеки могут быть закрыты или их будет трудно найти в чрезвычайной ситуации. У нас всегда есть небольшая «дорожная аптека», где можно немедленно справиться с распространенными недугами. У некоторых путешественников в течение первых 48 часов возникает «диарея путешественника». Наличие собственного запаса означает, что вам не придется покидать номер в отеле, когда вы чувствуете себя хуже всего. Обычно рекомендуется хранить лекарства в оригинальной упаковке на случай, если вас допросят на таможне. Тем не менее, я путешествовал по всему миру более 30 лет, и меня ни разу не допрашивали. Убедитесь, что в ваш комплект входит: - Средство от боли и лихорадки: возьмите с собой любимые таблетки от головной боли и мигрени и убедитесь, что у вас есть ибупрофен и/или парацетамол (ацетаминофен) в качестве жаропонижающего средства. Некоторые люди считают, что чередование ибупрофена и ацетаминофена каждые 4-6 часов дает наилучшие результаты по снижению температуры. Никогда не превышайте максимальную суточную дозу каждого препарата, особенно ацетаминофена, поскольку он может вызвать серьезное повреждение печени. Избегайте приема ибупрофена натощак, так как он может вызвать боль, тошноту, рвоту или что-то еще хуже. Диарея и здоровье кишечника: носите с собой лоперамид (Имодиум) для немедленного облегчения симптомов и соли для пероральной регидратации для предотвращения обезвоживания. Жевательные таблетки пепто-бисмола (субсалицилата висмута) занимают очень мало места в вашем багаже и эффективны при общем расстройстве желудка, изжоге или тошноте. Морская болезнь: если вы страдаете укачиванием и планируете морские прогулки, длительные поездки на автобусе или извилистые горные дороги, полезно иметь небольшой запас драмамина или аналогичных таблеток от «путешествующей болезни». Персональный совет: мы всегда носим с собой таблетки По Чай (или Бао Цзи Ван) нас. Это китайское лекарство, которое, как мы обнаружили, чрезвычайно эффективно против диареи. Эти таблетки продаются в пластиковых флаконах: вы запиваете содержимое двух пластиковых флаконов теплой водой, и диарея, скорее всего, вскоре прекратится. Примечание. Во многих версиях этих таблеток используется лечебная закваска (Massa Fermentata), содержащая пшеничную муку. Если у вас тяжелая аллергия на глютен или глютеновая болезнь, вам следует избегать их. Примечание. Как и в случае с любыми травяными добавками, разумно проконсультироваться с**

профессионалом, если вы беременны или принимаете другие конкретные лекарства, поскольку сложная смесь трав может взаимодействовать с некоторыми западными лекарствами. ВАЖНОЕ ПРИМЕЧАНИЕ: Как и в случае с каждой рекомендацией для любого лекарства: всегда проконсультируйтесь со своим врачом, если препарат подходит вам.

35. **Дезинфицирующее средство и салфетки: используйте их для зон, к которым часто прикасаются, например, в лотках самолетов, чтобы снизить риск заболеваний.**
36. **Крем с кортизоном или бенадрилом: полезен для лечения неожиданных аллергических реакций или зуда от укусов насекомых.**
37. **Солнцезащитный лосьон: возьмите с собой высококачественный водостойкий SPF30 или SPF50. Если вы занимаетесь подводным плаванием, убедитесь, что это безопасно для рифов. Храните жидкости объемом менее 3 жидких унций (100 мл) в ручной клади в самолете.**
38. **Chap Stick с УФ-излучением: предотвращает болезненные ожоги губ в условиях соленой, ветреной или низкой влажности.**
39. **Кольдкрем или алоэ вера: необходим для успокоения кожи, подвергшейся стрессу в результате солнечных ожогов или экстремальных погодных условий. Храните в ручной клади жидкости объемом менее 3 жидких унций (100 мл).**
40. **Спрей от комаров: профилактика — лучшая защита от денге и малярии. Используйте спрей с содержанием ДЭТА не менее 25%, чтобы отпугнуть комаров и болезненных москитов. Храните в ручной клади жидкости объемом менее 3 жидких унций (100 мл).**
41. **Другие туалетные принадлежности: носите с собой свои, чтобы обеспечить качество и избежать кожных реакций. Храните в ручной клади жидкости объемом менее 3 жидких унций (100 мл). Обычно я беру с собой одну маленькую бутылочку шампуня из предыдущего отеля, так как не в каждом отеле есть шампунь. Многие отели и круизные компании предоставляют кондиционер, но я слышал, как люди жалуются, что их шампунь обычно не очень хорош, поэтому возьмите с собой свой.**

42. Электробритва. Несмотря на то, что электробритвы не требуют много места в вашем багаже, использование небольшойэлектрическая бритва для путешествий, которую

можно заряжать с помощью USB-кабеля, все равно может сэкономить вам немного места. Выбор модели с перезарядкой через USB устраняет необходимость в громоздких фирменных блоках питания. Поскольку эти устройства содержат литий-ионные аккумуляторы, их хранение в ручной клади гарантирует соответствие международным стандартам пожарной безопасности.

43. **Машинка для стрижки ногтей. Хотя во многих аэропортах разрешены ножницы для ногтей с лезвиями менее 6 см, в некоторых странах запрещены острые предметы независимо от их фактической длины. Машинка для стрижки ногтей — безопасный выбор для ручной клади. Этот небольшой инструмент очень полезен для ухода за ногтями и предотвращения инфекций. Использование машинки для стрижки вместо ножниц гарантирует, что сотрудники службы безопасности не конфискуют ваш набор для ухода за волосами из-за различий в региональных интерпретациях термина «острые предметы».**

предоставляют их бесплатно, поэтому я не беру их с собой, чтобы сэкономить место в рюкзаке.

57. Плавательный буй:надувной буйделает вас видимым для лодок, помогает держаться на плаву в случае бедствия и включает в себя водонепроницаемый карман (сухой мешок) для ваших ценных вещей, пока вы находитесь в воде. Дополнительную информацию см. в нашем руководстве по подводному плаванию Backpack and Snorkel (веб-сайт).



Особые потребности

68. **Резервные очки. Если вы носите очки, наличие дополнительной пары очков по рецепту является жизненно важной защитой. Общий опыт подсказывает, что неудачи часто случаются тогда, когда найти замену труднее всего. Если вы зависите от корректирующих линз, обязательно возьмите с собой запасной комплект, чтобы сохранить зрение и независимость на протяжении всего путешествия.**
69. USB-резак для волос в носу и ушах: в длительных поездках растущие волосы в носу или ушах могут стать неприятностью. ВыбирайтеUSB-перезаряжаемая модель, чтобы избавиться от необходимости использовать громоздкие фирменные кабели или одноразовые батарейки. Хранение его в ручной клади гарантирует соответствие самым строгим стандартам безопасности. Этот небольшой инструмент обеспечивает высокую эффективность ухода за волосами, не добавляя при этом значительного веса или объема вашему дорожному набору.
70. Дорожный аппарат CPAP: если вы путешествуете с аппаратом CPAP, вы всегда должны иметь его в ручной клади, чтобы предотвратить повреждение или потерю. Аппараты CPAP обычно поставляются с резервуаром для воды, что делает аппарат громоздким для путешествий. Если вы можете себе это позволить, рассмотрите вариантмашина CPAP для путешествийменьшего размера, который будет поставляться без резервуара для воды и который будет занимать значительно меньше места в вашем багаже. Имейте в виду, что недостающий водяной пар из резервуара для воды может привести к пересыханию носа у некоторых людей, что может быть очень неудобно, а некоторые люди не могут этого терпеть.наборы, которые перерабатывают влагу из вашего дыханияпредлагает некоторое облегчение, но не может компенсировать отсутствие резервуара для воды. Если вы путешествуете в регионы с частыми отключениями электроэнергии или планируете использовать CPAP в самолете, вы можете купитьбатарея, но убедитесь, что он соответствует требованиям авиакомпании, а это означает, что Втч (ватт-часы) должны быть ниже 100 Втч (на момент написания не требуется одобрение) или 160 Втч (необходимо получить разрешение авиакомпании для перевозки на борту). Даже в бизнес-классе источник питания самолета не всегда способен непрерывно подавать достаточную мощность на аппарат CPAP, что приводит к кратковременным перебоям в подаче электроэнергии, которые останавливают аппарат CPAP на время, достаточное для того, чтобы вас разбудить.

оплаты транспорта, еды и чрезвычайных ситуаций, независимо от технических сбоев или вмешательства преступников.

Чтобы защитить свой кошелек и мобильный телефон, прочтите:
23. Оборудование для обеспечения безопасности мобильных телефонов
24. Жертвенный кошелек
25. Кошелек безопасности
Вы также можете использоватьRFID-блокирующие карты или рукавадля защиты своих карт от мобильных скиммеров в людных местах.



Заключительные замечания

О РУДИ ИЗ РЮКЗАК И ШНОРКЕЛЬ

Я родился в Германии и эмигрировал в США в 2003 году. Мы с женой — поистине многонациональная пара: я с моим немецким происхождением, а она с ее китайским происхождением. Мы оба живем в США.

К сожалению, работа в США означает, что у нас гораздо меньше дней отпуска по сравнению с другими странами, например, США. Германия, и поэтому мы не можем путешествовать очень часто.

Путем проб и ошибок мы нашли свой идеальный стиль путешествий и отдыха. Наши приоритеты — создание памятных моментов, сосредоточение внимания на важных направлениях, планирование времени для встреч с местными жителями и, конечно же, для отдыха.

Мы также научились ценить местную еду и стараться есть как можно больше местных блюд. Просто ради развлечения мы стараемся питаться в одном китайском ресторане в каждой стране, которую посещаем. Совершенно удивительно, насколько различна китайская еда по всей планете.



СОЗДАВАЙТЕ ПАМЯТНЫЕ МОМЕНТЫ
Вы можете сделать 10 000 фотографий во время отпуска, носиться от одной достопримечательности к другой, но в сердце вы будете помнить, как создавали памятные моменты.

Для меня это было, например. Паучья скала в Каньоне де Челли (слышали когда-нибудь об этом национальном парке США?). Когда я впервые увидел его, я был поражен этим величественным природным обелиском и прекрасным каньоном, в котором он расположен. Я был там еще два раза и до сих пор чувствую то же самое.

Или подумайте об Исла-Мухерес, небольшом острове недалеко от Канкуна, Мексика. На первый взгляд Плайя-Норте считается самым красивым пляжем Мексики, здесь всегда многолюдно, а лодки, стоящие там на якоре, играют громкую музыку.
Под поверхностью Исла-Мухерес очень спокойная, по ней легко ходить, здесь дружелюбные местные жители, хорошая настоящая мексиканская кухня и хорошая интернациональная кухня, и зачастую она очень доступна по цене.

Исла Мухерес — наш личный рай!



СОБРАЙТЕ РЮКЗАК И ТРУБКУ И ПОЕХАЛИ

Наш стиль путешествий менялся с годами. В наши дни, когда мы путешествуем, мы собираем вещи налегке, и обычно на человека нам нужен только небольшой рюкзак — см.Путешествуя налегкеГид.

С помощью этого руководства я хочу принести вам пользу и помочь вам спланировать собственный расслабляющий отпуск с целью оставить незабываемые моменты!

Пожалуйста, свяжитесь со мной, если у вас есть какие-либо вопросы или комментарии.