

Памятка для туриста по Панаме



Общие сведения: Республика Панама расположена в Центральной Америке на Панамском перешейке между атлантическим Карибским морем и Тихим океаном. Граничит с Коста-Рикой на западе и Колумбией на востоке. Столица – город Панама (Сьюдад-де-Панама или Панама-Сити). Почти через всю страну простирается центральная горная цепь, окаймленная с обеих сторон прибрежными низменностями. Высочайшая точка – вулкан Бару (3475 м). Примерно три четверти Панамы покрыто лесами. Фауна богата и разнообразна: пума, оцелот и другие кошачьи, олени, обезьяны, пекари, муравьеды, ленивцы, броненосцы и кинкажу. Кроме североамериканских перелетных птиц, много попугаев, в том числе ара. Исторически территория Панамы была заселена индейскими племенами. Первая встреча с европейцами произошла в 1501 г. Колумб, исследуя Панаму в 1502 г. назвал ее «Новый свет». Нынешнее название республики в переводе с одного из индейских языков значит «место, где много рыбы». Панама входила в колониальную империю Испании, в 1821 г. объявила независимость и вошла в состав Колумбии. Важнейшим геополитическим значением Панаму наградило строительство Панамского канала, связавшего Атлантический и Тихий океаны. Начало строительства канала положена французами в 1879 г., но достроен канал был американскими инженерными войсками к 1914 г. Именно при поддержке США, в расчете на контроль над каналом, Панама вышла из состава Колумбии. Канал с прилегающими землями находился в собственности США до 1999 г. Панама – демократическая президентская республика. Экономически относится к числу стран с высоким уровнем доходов.

Климат Панамы субэкваториальный, жаркий и влажный. Среднемесячная температура круглый год колеблется вокруг отметки в +25..28°C. Температура воды у побережья составляет около +24°C круглый год. Относительно сухой сезон длится с декабря-января до середины апреля, дождливый – с середины апреля до декабря (максимум дождей – с мая по декабрь). Дожди более интенсивны в предгорных районах карибского побережья, несколько меньше осадков выпадает вдоль тихоокеанского берега, где и сосредоточено большинство крупных населенных пунктов. На карибской стороне возможны ураганы.

Население по оценкам более 4 млн чел. Основу составляют потомки испанских колонизаторов XVI в. и более поздней волны преимущественно итальянских мигрантов, частично смешанные с индейцами, то есть метисы, и мулаты, которые вместе составляют 70% населения. Меньшинство составляют индейцы. Еще есть т. н. «лесные негры» – потомки беглых рабов, живущие африканскими традициями и «антильянос» – выходцы с различных Антильских островов. Присутствует компактная американская диаспора, проживающая в зоне канала. От 75 до 85% населения – католики, протестантов разных деноминаций от 15 до 25%. Ок. 2% исповедуют бахаи, более 1% Свидетелей Иеговы, ок. 1 % мормонов. Официальный язык – испанский, у которого в Панаме появились местные особенности; 18% панамцев владеют французским, 14% – английским.

Въезд: гражданам России виза на срок пребывания не дольше 90 дней в течение каждого периода в 180 дней не требуется. Загранпаспорт должен действовать не менее 6 месяцев с момента въезда. В самолете или в аэропорту нужно заполнить миграционную форму (*Tarjeta de Turista*), ее вторую часть нужно сохранять до вылета. Может потребоваться обратный билет, ваучер и подтверждение финансовой состоятельности. Ввоз и вывоз валюты не ограничен. Декларировать требуется лишь суммы более \$10 000. При ввозе золота и золотых изделий декларация обязательна. Запрещен ввоз плодов, овощей и изделий животного происхождения (включая креветок), скоропортящихся продуктов, оружия и боеприпасов, а также наркотиков.

Выезд: запрещено вывозить редкие виды растений и представители фауны.

Время: часовой пояс – UTC-5. Разница с Москвой – минус 8 ч. Перехода на летнее/зимнее время нет.

Деньги: валюта – бальбоа (PAB), равный 100 сентиссимо. Курс привязан к доллару США: 1 бальбоа за \$1. Бумажных купюр бальбоа не существует, их роль выполняют доллары США. В обращении находятся монеты в 10 и 1 бальбоа, а также 50, 25, 10, 5 и 1 сентиссимо. Банки работают с понедельника по пятницу с 08:00 до 15:00, по субботам – с 08:30 до 12:00. Валюту можно обменять во всех отделениях Национального банка, в т. ч. в аэропорту, а также в многочисленных обменных пунктах (*Casa de cambio*). В столице можно обменять практически любую международную валюту, в провинции предпочтение отдается доллару и евро. Повсеместно принимаются зарубежные кредитные карты. В ресторанах принято оставлять чаевые – 10% от счета.

Транспорт: в Панама-Сити удобнее и безопаснее пользоваться такси (в том числе сервисами *Uber* и *Cabify*), чем переполненными городскими автобусами («красными дьяволами»). Для аренды автомобиля нужны международные водительские права и кредитная карта. Возраст водителя должен быть более 23 лет.

Безопасность: всегда носите с собой оригинал или заверенную копию паспорта – это требование закона. Уровень преступности в Панаме довольно высок. В Панама-Сити избегайте прогулок по районам Эль-Чоррильо, Сан-Мигелито, Ла-Чоррера, Бохио Солано, а также по Колону; избегайте посещения провинции Дарьен и других приграничных районов из-за высокого уровня преступности. Не демонстрируйте крупные суммы наличных и ценные вещи. Не доверяйте багаж незнакомцам без униформы носильщиков или сотрудников отеля. За пределами крупных городов, а лучше и в них не пейте водопроводную воду – используйте бутилированную. Тщательно мойте руки перед едой, очищайте овощи и фрукты от кожуры. При поездках в джунгли или на вулканы обязательно регистрируйтесь у рейнджеров на входе в национальный парк. Рекомендуется использовать меры предосторожности против малярии. Рекомендуется иметь при себе солнцезащитные средства, головные уборы и средство от насекомых. Вдоль тихоокеанского побережья, часто на незначительном расстоянии от берега, проходят мощные течения, которые могут служить источником опасности для дайверов и серферов. Опасных морских животных у побережий страны относительно немного. Риск землетрясений, цунами, тропических ураганов и других стихийных бедствий в Панаме невысок.

Кухня Панамы – микс из кулинарных традиций Испании и Африки с коренными американскими особенностями, рецептурами и техниками приготовления. Велико кулинарное влияние соседних стран Латинской Америки и Карибского бассейна. Основой растительной пищи в Панаме являются маис, рис и фасоль, существуют десятки способов их приготовления. Самыми популярными в кухне Панамы являются блюда из свежей рыбы и морепродуктов, что обусловлено близостью океанов. Обязательно попробуйте: жареные бананы, арос кон пойо – рис с курицей, кокосовый рис, севиче – сырая острая подмаринованная рыба, тамаль – кукурузный пирожок, и, конечно, кофе.

Электричество: в сети обычно составляет 110 В, частота 60 Гц. Большинство розеток американские, двух- и трехконтактные (типы «А» и «В»), понадобится адаптер.



Особенности: уважайте местные обычаи и традиции, особенно при посещении религиозных и исторических мест. Не обсуждайте в разговорах с местными темы политики и расовых проблем – это «больные» темы для многих. При разговоре с панамцами смотрите им в глаза, но не задерживайте взгляд надолго. Дотрагиваться до собеседника не принято.

При возникновении проблем туристический офис (IPAT) – 226-7000, 226-4614, 226-3164 или 226-3544, справочная – 102, полиция – 104, туристическая полиция – 226-7000 или 269-8011, пожарная – 103, скорая – 269-9778.

Посольство России в Панаме:

Embajada de la Federación de Rusia, Calle San Petersburgo, Albrook Panamá, República de Panamá

Тел.: (507) 264-14-08, (507) 264-16-35

Email: emruspan@mail.ru, panama@mid.ru

Сайт: panama.mid.ru

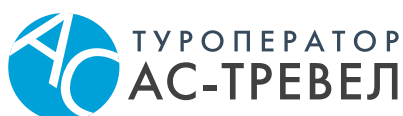
Консульский отдел:

Тел.: (507) 382-25-82

Email: conruspan@mail.ru, consuladopanama@mid.ru

Подробнее о Панаме на сайте: <http://actravel.ru/panama.html>

Компания  **АС-ТРЕВЕЛ** желает приятного отдыха и хороших впечатлений!



РТО №001262 в Едином федеральном реестре туроператоров
Вернадского просп., д. 37 корп. 1Б, Москва, 119415, Россия
тел.: +7 495 740-29-89; сайт: actravel.ru; mail: ac@actravel.ru

