

Памятка для туристов, выезжающих в Эфиопию

Эфиопия — одно из самых древних и уникальных государств Африки. Начало начал! Родина человека и родина кофе, край африканских замков, Голубого Нила и растафарианства – всё это про Эфиопию. Удивительная страна, у которой 13 месяцев солнца в году, собственное летоисчисление и ощущение, что время остановилось.

Однако путешествие в Эфиопию требует внимательной подготовки: климат, санитарные условия и особенности местной культуры заметно отличаются от привычных нам стандартов. Эта памятка поможет вам безопасно и комфортно провести поездку, избежать неприятных ситуаций и получить максимум впечатлений от знакомства с одной из самых самобытных стран мира.

Часовой пояс и летоисчисление

- Часовой пояс Эфиопии — UTC+3 (время равно московскому).
- В Эфиопии используется местная система отсчёта времени: день начинается в 6:00 по международному времени.
- Эфиопский календарь отстаёт от Григорианского примерно на 7–8 лет, состоит из 13 месяцев.

Въезд и виза

Туристическую визу на срок до 3 месяцев можно получить в аэропорту Аддис-Абебы. Для оформления визы необходимо предоставить следующие документы:

- Загранпаспорт, до истечения срока действия паспорта должно оставаться не менее 6 месяцев.
- 2 цветные фотографии визового формата 3x4 см.
- Подтверждение бронирования отеля и обратный билет (выдаст сопровождающий).
- Наличные доллары нового образца 62-65 USD.

Медицинские требования

- Приветствуются прививки: гепатит А и В, брюшной тиф, дифтерия, столбняк.
- Обязательно возьмите с собой средства защиты от комаров: репелленты в виде спрея и фумигаторы, которые включаются в розетку.
- Следите за гигиеной: мойте руки с мылом и используйте антисептические средства — влажные салфетки, дезинфицирующий гель и листовое мыло, которые лучше взять с собой.
- Не забудьте положить в аптечку все лекарства, которые вы принимаете на регулярной основе, в достаточном количестве на весь срок путешествия.
- Также рекомендуется иметь при себе базовые препараты для решения возможных проблем с желудком и пищеварением, которые могут возникнуть из-за непривычной еды.

Важно: вода из-под крана непригодна для питья. Используйте бутилированную воду не только для питья, но и для чистки зубов. Также избегайте льда в напитках и старайтесь есть только тщательно термически обработанную пищу — так вы сохраните здоровье и не испортите себе поездку.

Деньги и обмен валюты

- Денежная единица - эфиопский быр (ETB). Курс: ~110 ETB за 1 USD (курс ежедневно меняется).
- Карты принимаются **крайне редко**, только в крупных отелях и аэропорту.
- Рекомендуемая сумма наличных: 30–50 USD в день на человека.
- Принимаются только доллары нового образца (2020 года и новее), без следов повреждений.
- Обмен возможен только в банках или официальных обменниках. **Уличный обмен запрещён.**

Чаевые и сервис

- В ресторанах и кафе обычно рекомендуется оставлять чаевые в размере 5–10% от стоимости счета, если сервис не включен в счёт.
- Горничным и носильщикам рекомендуется давать 10–20 ETB.

Связь и интернет

- Основной оператор — Ethio Telecom.
- Сим-карту лучше приобрести в аэропорту (оформляется только по паспорту).
- Вне Аддис-Абебы интернет крайне не стабилен.

Питание

Основы эфиопской кухни:

- Инжера (Injera) — кисловатый, пористый блин из тефовой муки, который служит одновременно и тарелкой, и столовым прибором. На него выкладываются все блюда (Вотс). От инжеры отламывают кусочки и зачерпывают ими еду.
- Вотс (Wot) — густые и ароматные рагу или соусы. **«Кай вот» (ኣይ ወጥ) — это «острое рагу», если видите это в меню — будьте осторожны!**

Напитки:

- Кофе (Buna): Эфиопия — родина кофе, кофе тут очень крепкий!
- Чай (Shai): обычно черный, очень вкусный. Попросите shai lal (без сахара) или shai wuha (с небольшим количеством сахара).
- Тэлла (Tella) — традиционное домашнее пиво из ячменя или кукурузы.

Этикет и культурные особенности:

- Едим вместе: Эфиопы едят из общего блюда (gebeta). Это символ доверия и дружбы.
- Правая рука: едят только правой рукой. Левая рука считается нечистой.
- «Гурша» (Gursha): высший знак уважения и дружбы — положить кусок еды прямо в рот другому человеку.

Для иностранцев в ресторанах предоставляются столовые приборы. Стоимость блюд: 1–3 USD в уличных кафе, 5–10 USD в туристических ресторанах. Избегайте уличной пищи без термической обработки, особенно в первые дни — адаптация к местной микрофлоре может занять время.

Безопасность

- В городах остерегайтесь карманников и уличных воришек.
- **Не носите** украшения и часы.
- Держите рюкзак спереди, сумку — через плечо.
- По вечерам и ночью **не выходите** из отеля.
- Держитесь подальше от митингов и массовых мероприятий.
- Всегда имейте при себе копию паспорта, оригинал лучше хранить в безопасном месте.
- Не доверяйте незнакомцам, которых встречаете на улице.
- Не покупайте антикварные вещи. Большинство из них не являются подлинными и могут вызвать проблемы в аэропорту.
- Не принимай напитки от незнакомцев.
- Не оставляйте багаж без присмотра в аэропорту.
- В городах **избегайте групп детей**, продающих конфеты, жвачку, сигареты, журналы или просящих о помощи на улице. Это обычная тактика для отвлечения внимания карманниками.
- Ни в коем случае **не давайте детям деньги!** Лучше запастись конфетами, шоколадками. Давать подарок нужно каждому конкретному ребенку, пачкой на всех не стоит.

Климат и одежда

Эфиопия — страна с сильными религиозными традициями. В христианских и мусульманских районах не принято носить открытую одежду: лучше закрывать плечи, колени и избегать чрезмерно обтягивающих нарядов.

- Средняя температура в Аддис-Абебе составляет 18–25°C, в горах и ночью прохладно, в низменностях и пустынях температура может достигать 40°C.
- Рекомендуется лёгкая одежда, ветровка, головной убор и солнцезащитные средства.
- Хорошо иметь с собой лёгкий платок или накидку — пригодится в разных ситуациях, от солнца до церкви. Мужчинам кепку, бандану или панаму.
- Рекомендуется носить удобную обувь для пеших прогулок и трекинга
- Для сна рекомендуем противושумные вкладыши (беруши).

Сувениры

Популярные сувениры: кофе (Yirgacheffe, Sidamo, Harrar), традиционные ткани и шарфы (шама), серебряные кресты и украшения, изделия из дерева и камня, пряности, благовония, кожаные изделия. **Важно:** Проверяйте качество кофе и серебряных изделий перед покупкой.

Запрещённый к вывозу товар

- Антиквариат, археологические находки, исторические и религиозные предметы.
- Предметы, сделанные из костей, рогов и шкур диких животных.
- Зеленый кофе.

Полезные контакты

Посольство РФ: Аддис-Абеба, район Kazanchis, тел. +251-11-551-0416, сайт <https://ethiopia.mid.ru>.

Экстренные службы: полиция — 911, скорая — 907, туристическая полиция — 991.

Полезные фразы на амхарском

Основной язык общения с населением в городах - английский. А вот за их пределами - амхарский. Эфиопы очень тепло относятся к иностранцам, пытающимся говорить на их языке. Не бойтесь ошибаться, улыбайтесь и используйте эти фразы — это станет ключом к сердцам местных жителей!

Здравствуйте	Сэлам
Спасибо	Амэсэганáллéху
Да	Áво
Нет	Ай-дэлэм
До свидания	• Быхна́ хун (скажите вы) • Быхна́ ху́ньи (вам скажут в ответ)
Не острое, пожалуйста	Т'ык'амí ай-дэлэм
Сколько это стоит?	Сыны́т нуу?
Есть скидка	К'ына́м алé?
Хорошего дня	Мэлка́м к'ын

Важно: не рекомендуется высказывать свое мнение о существующем порядке и стиле жизни местных жителей, особенно говорить о религии. Теологические дискуссии вызывают у жителей страны сильные эмоции, не всегда дружелюбные по отношению к туристу. Эфиопы считают себя и свою веру древнейшей и единственной верной, что подразумевает неуместность дальнейшего разговора на эту тему.