

USBEKISTAN

REISECHECKLISTE

Hat Sie das Reisefieber gepackt?

Mit einer guten Urlaubsplanung ist schon der halbe Urlaub gewonnen. Ob Langzeitreise, Badeurlaub oder Rundreise – egal wie lange die Reise dauert, es müssen einige Vorbereitungen getroffen werden. Diese Reise-Checkliste hilft dabei, dass der Koffer oder die Tasche vollständig gepackt ist und die wichtigsten Dokumente nicht zu Hause liegen bleiben.



REISEDOKUMENTE

- Reisepass auf Gültigkeit prüfen
- Passfotos besorgen
- Einreisemodalitäten des Urlaubslandes abklären und Visum beantragen (entweder durch Tai Pan oder direkt)
- Kopien aller wichtigen Papiere machen
- Impfausweis überprüfen und erforderliche Impfungen beachten
- Auslands-Krankenschein
- Reiseführer, Landkarte und Wörterbücher
- Reiseunterlagen vollständig?
Tickets, Hotelreservierung, Polizze, Reiseversicherung, usw.

HANDGEPÄCK

Handgepäck besteht nur aus einem kleinen Gepäckstück, das in die Flugzeugkabine mitgenommen werden kann. Das Gewicht sollte 5 kg nicht überschreiten. Verboten sind elektrische Geräte und gefährliche Gegenstände, wie z.B. Verteidigungssprays, Messer, Schere, Nagelfeilen, Haarsprays, Gas-Campingkocher.

- Gemütliche/wärmere Kleidung und Socken für klimatisierte Räume und das Flugzeug
- Notfall-Paket, falls der Koffer nicht am Urlaubsort mit ankommt
- wichtige Medikamente (Bei eigenen rezeptpflichtigen Medikamenten unbedingt die Zollbestimmungen des jeweiligen Landes beachten, bzw. sich über diese Bestimmungen informieren.)
- Sonnenbrille
- Kontaktlinsen/Pflegemittel
- Bargeld, Reiseschecks
- Kredit- und/oder EC Karte
- Gesichtsschminkt
- Kamera (Ladekabel, Akku)
- Handy (Ladekabel)
- Tablet /Laptop (Ladekabel)
- Kopfhörer
- Reiseunterlagen
- Ausweispapiere
- Führerschein

VOR DER ABREISE BESORGEN

- Reiseapotheke zusammenstellen (auf Zielland abstimmen, Ihr Apotheker berät Sie sicher gerne): Dauermedikamente, Schmerztabletten, Sonnenbrandcreme, Medikamente gegen Übelkeit/Magenbeschwerden, Durchfall, Verstopfung, Erkältung, Fieber, Heftpflaster, elastische Binde, Desinfektionsmittel, Pinzette, Schere, Insektenschutz, Fieberthermometer
- Abfahrts-/Ankunftszeiten der Reise prüfen
- Rezepte für Medikamente besorgen
- Reisepapiere und Pass nicht im Koffer aufbewahren
- Verwandten/Bekannteten die Urlaubsadresse hinterlassen
- Notruf Tel. Nr. (bei längeren Auslandsaufenthalten) hinterlegen
- Reiseversicherungen abschließen (Reiserücktritt-, Gepäckversicherung, etc.)
- Adresse der österreichischen Botschaft notieren
- Tel. Nr. für Kreditkartensperre und Reiseversicherung notieren
- Lebensmittellieferungen abbestellen
- Informationen über die Stromspannung am Urlaubsort einholen
- Wertsachen diebstahlsicher deponieren

FINANZEN

- Eventuell Devisen besorgen
- Kreditkarten/EC-Karte auf Gültigkeit prüfen
- Eventuell Reiseschecks besorgen
- Sperrnummern diverser Karten notieren
- letzte Rechnungen bezahlen

USBEKISTAN

REISECHECKLISTE



VOR DER ABREISE HAUS UND WOHNUNG

- Alle elektrischen Geräte ausschalten, Kühlschrank evtl. abtauen
- Auto sicher abstellen
- Gas, Wasser, Heizung Strom abdrehen bzw. Zeitschalter einstellen
- Fenster und Türen schließen, Mülleimer leeren
- Mülltonnen rund ums Haus entfernen (Einstiegshilfe für Einbrecher)
- Versorgung für Blumen und Garten, Haustiere, Post organisieren
- Schlüssel und Adresse hinterlassen
- Geräte, die auf Stand-by geschaltet sind, ganz ausschalten

AM POOL UND AM STRAND

- Badehose, Badeanzug, Bikini
- Badeschuhe
- Strandmatte/Klappstuhl
- Badetücher und Handtücher
- Schwimmhilfe
- Taucherbrille, Schnorchel und Flossen
- Spiele
- Sonnenmilch

WAS NEHME ICH MIT?

- Kleidung für besondere Anlässe
- Regenschutz, Sonnenhut / Sonnenbrille
- Sportausrüstung, Badeschuhe
- Kosmetika / Sonnenschutz
- Kontaktlinsenpflege, Ersatzbrille und Brillenetui
- Kofferanhänger/Kofferschlüssel
- Schreibzeug, Adressenverzeichnis für Ansichtskarten
- Reisewaschmittel, Reisebügeleisen
- Taschenlampe, Taschenmesser/Korkenzieher
- Uhr/Wecker, Fön, Reiseadapter
- Streichhölzer / Feuerzeug, kleines Nähset
- Fotoausrüstung, Ladegerät für Handy
- Reiseliteratur/Kartenmaterial
- Steckdosenadapter für das Reiseziel
- Handy + Ladegerät (Bei Auslandsreisen: Informationen einholen, ob es dort funktioniert oder evtl. eine Freischaltung notwendig ist – insbesondere bei Kartenverträgen)
- Taschenmesser (nicht im Handgepäck!)
- Geldversteck, z.B. Brustbeutel, Bauchtasche oder Geldgürtel
- Sportgeräte
- Toilettartikel
- Haartrockner
- Handtücher, Taschentücher
- ggf. Zahnspange, Zahnspangen-Etui
- Tipp: Alles, was auslaufen kann, in Plastiktüten verpacken
- Spiele und Bücher

GESUNDHEITSVORSORGE

- Durchfallmittel (Kohletabletten)
- Schmerztabletten
- Medikamente gegen Erkältungskrankheiten
- Mittel gegen Reisekrankheit
- Salbe zur Linderung von Insektenstichen, Sonnenbrand, Verstauchungen und Prellungen
- Verbandpäckchen, Mullbinden, Pflaster, elastische Binden
- Desinfektionsmittel
- Einmalhandschuhe
- Fieberthermometer
- Verhütungsmittel
- Gehörschutz
- Sonnenschutz
- Insektenschutz

BABYS UND KIDS

- Spielzeug, Bücher
- Rückentrage/Schwimmhilfe für Kinder
- Spezialnahrung, Medizin, Windeln
- Spezialsonnenschutz für Kinder

WEITERE INFORMATIONEN ZU IHREM USBEKISTAN-URLAUB

 REISEZIELE, HOTELS UND RUNDREISEN IN USBEKISTAN
www.taipan.at/Reiseziel/Usbekistan

 SEHENSWÜRDIGKEITEN IN USBEKISTAN
www.taipan.at/Reiseziel/Usbekistan/Sehenswürdigkeiten

 TAI PAN BLOG: USBEKISTAN-REISEBERICHTE
www.taipan.at/Blog/Reiseberichte-Usbekistan

 VISABESTIMMUNGEN FÜR USBEKISTAN
www.taipan.at/Visainformationen/Visum-Usbekistan

 IMPFUNGEN FÜR USBEKISTAN
www.taipan.at/Reiseimpfungen/Impfungen-Usbekistan

 REISEVERSICHERUNG FÜR USBEKISTAN
www.taipan.at/Reiseversicherung

WAS SIE IN USBEKISTAN UNBEDINGT BEACHTEN SOLLTEN

BEGRÜSSUNG UND UMGANGSFORMEN

Treffen sich zwei befreundete Männer, so geben sie sich meist die Hand. Oft wird dabei auch der Unterarm des Gegenübers umfasst. Während der Begrüßung erkundigt man sich gerne herzlich und ausgiebig nach dem Befinden des anderen, seiner Familie, über Gesundheit, Arbeit und Neuigkeiten.

Frauen begrüßen sich untereinander häufig ähnlich wie Männer, jedoch werden bei Familienangehörigen und Freunden zwei Küsse auf die Wange bevorzugt.

Bei der Begrüßung zwischen Mann und Frau kommt es darauf an, welcher Religion sie angehören. Traditionelle muslimische Frauen geben einem unbekanntem Mann nicht die Hand. Streckt man ihnen als Reisenden allerdings die Hand entgegen, ist es ein Gebot der Höflichkeit, diese auch zu ergreifen. Im Zweifelsfall können sie ihrem Gegenüber auch zunicken oder eine verbale Begrüßung bevorzugen.

Zwischen Personen gleichen Geschlechts gibt es wenig Berührungängste. Viele Usbeken nähern sich im Gespräch ihrem Gegenüber auf relativ kurze Distanz. Auch das Halten der Hände ist zu beobachten. Zwischen Männern und Frauen, selbst zwischen verheirateten Paaren, sollte stets ein gewisser Abstand gewahrt bleiben. Unterhalten sich Frauen untereinander, so unterstreichen sie ihre Emotionen gerne mit kleinen Stupsen auf die Hand oder den Arm. Zwischen Männern ist auch üblich, sich gegenseitig die Arme auf die Schultern zu legen, vor allem beim Genuss von Wodka.

Die Trennung zwischen Männern und Frauen ist in Usbekistan, wie in den meisten Teilen Zentralasiens, relativ strikt. Den Frauen ist meist die Rolle der Hausfrau zugeordnet, die sich um Kinder und Haushalt kümmern. Gehen sie darüber

hinaus einer Arbeit nach, so handelt es sich meist um traditionell weibliche Berufe wie Grundschullehrerinnen oder Krankenschwestern.

Von Frauen wird ein zurückhaltendes Verhalten erwartet, sie sollen wenig Alkohol trinken und zu Hause sein, bevor es draußen dunkel ist.

Ab und zu gehen Frauen alleine aus dem Haus, beispielsweise zum Einkaufen, im Normalfall werden sie jedoch begleitet. Eine alleinlebende Frau ist in Usbekistan eine Seltenheit. Die Wahl ihres Ehemannes trifft traditionell Ihre Familie. Haben Frauen Kinder zur Welt gebracht steigt ihr gesellschaftliches Ansehen. Aus diesem Grund sind Ehen in sehr jungen Jahren weit verbreitet. 16-jährige verheiratete Mädchen sind in Usbekistan keine Seltenheit.

Es ist Sitte, dass Frauen Röcke tragen und ihr Haar lang wachsen lassen. Das Tragen von Hosen würde sie dem Gespött der Nachbarschaft ausliefern.

Diese Regeln haben für usbekische Frauen in traditionellen ländlichen Gebieten ein wesentlich schwereres Gewicht, als das in den Städten der Fall ist – dort geht der Trend durchaus zu etwas westlicheren Werten.

Das ausländische Frauen einem anderen Werteschema folgen und vielleicht auch Hosen tragen, alleine leben und Karriere machen findet problemlos Akzeptanz. Wenn sie abends alleine unterwegs sind, sollten sie allerdings darauf achten, nicht zu viel zu trinken.

KLEIDUNG

In der usbekischen Öffentlichkeit ist traditionelle und konservative Kleidung üblich. Zu besonderen Anlässen und Feierlichkeiten wird erwartet, dass Männer Anzüge tragen.

Frauen achten auf stilvolle, aber ebenfalls eher konservative Kleidung, welche wenig Haut freilässt.

Ihrem äußeren Erscheinungsbild sollte man ansehen, dass sie dafür Zeit und Sorgfalt aufgewendet haben. Jeans, T-Shirts oder schulterfreie Oberteile finden dagegen wenig Akzeptanz.

EINLADUNGEN UND TISCHSITTEN

Gastfreundschaft ist in Zentralasien eine äußerst wichtige Tradition und es kommt nicht selten vor, dass man Reisende ins Haus einer usbekischen Familie auf eine gemeinsame Mahlzeit einlädt. Verfügen sie über eine solche, vergessen sie nicht, ein kleines Gastgeschenk mitbringen, beispielsweise Süßigkeiten. Wenn sie alkoholische Getränke schenken möchten, sollten sie wissen, das dieser auch getrunken wird. Seine Schuhe lässt man vor Betreten des Hauses vor der Tür stehen.

Es wird sie vielleicht überraschen, dass bei ihrem Eintreffen der Tisch bereits komplett gedeckt ist, obwohl sie pünktlich zu ihrer Einladung erschienen sind. Es ist Tradition, den Tisch vollständig zu decken, bevor man sich zum Essen hinsetzt. Dürfen sie als Gast die Mahlzeit beginnen, so ist dies eine große Ehre. Reicht man ihnen vorab ein Getränk, sollten sie es aus Höflichkeit annehmen, selbst wenn es sich um eine hochprozentige Spirituose handelt, die sie normalerweise nicht trinken. Bedanken sie sich mit einem höflichen Trinkspruch für die Gastfreundschaft. Möglicherweise wird der Herr des Hauses persönlich bestimmte Fleischstücke auswählen, welche er seinen Gästen serviert. Auch diese sollten sie annehmen, auch wenn es sich um den Kopf eines Schafes handelt oder sonstige Stücke, die in der europäischen Küche eher nicht zu finden sind. Fragen sie im Kreise von Muslimen nicht nach Schweinefleisch oder Alkohol und verwenden sie zum Essen die rechte Hand, da die linke als unrein gilt.