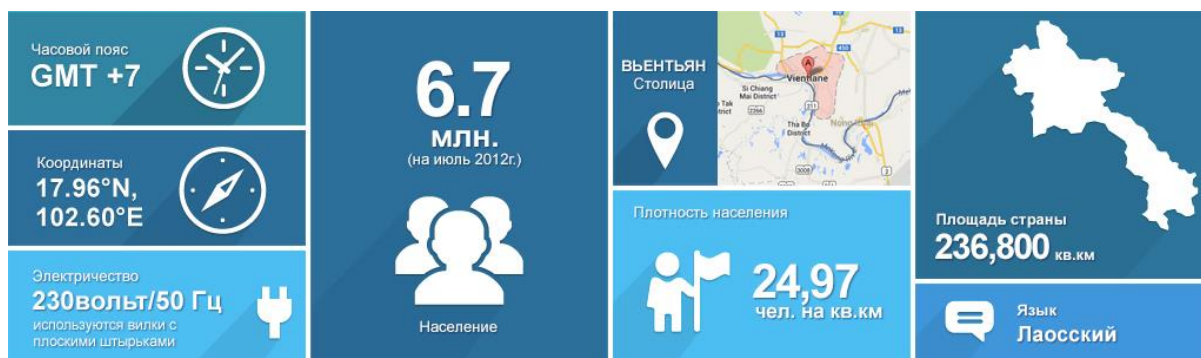


# ЛАОС

ЛАОС



## ФАКТЫ



**Если вы ищете нечто подлинное, нетронутое временем — отправляйтесь в Лаос. Не испорченный цивилизацией Лаос предлагает путешественникам массу приключений.**

Это все еще неизведанная страна, которая в отличие от своих соседей не пострадала от промышленного развития. Лаос, также известный как «Земля Миллионов Слонов»- страна с населением более 6 миллионов человек, проживающих на могущественной реке Меконг. Лаосцы очень дружелюбные и гостеприимные люди.

Вьентьян – столица страны – окаймлена рекой Меконг, которая разделяет Лаос и Тайланд.

Во Вьентьяне обязательно стоит посмотреть храмы Ват Пра Кео, Ват Си Сакет и смотровую площадку наверху «Триумфальной Арки», откуда открывается прекрасный вид на природные красоты. Самый важный храм страны – ступа Тат-Луан, которую просто нельзя пропустить. Если у вас есть время, то загляните в Национальный Культурно-Этнический Парк, на Мост Дружбы и причудливый Парк Будды.

Вторая по значимости достопримечательность Лаоса – Луанг-Прабанг, который внесен в список Всемирного Культурного Наследия ЮНЕСКО. Здесь, помимо прочего, вы можете прогуляться на вершину святой горы Ват-Поуси, откуда открывается потрясающий вид на Меконг и окрестности и на необыкновенный храм Ват Ксиенг Тонг. В былые времена древний храм играл главную роль во время кремации лаосских царей

## ДОСТОПРИМЕЧАТЕЛЬНОСТИ

**Лаос привлекает туристов не только архитектурой, но и природой. Водопады, реки, горы и плато, увиденные вами, навсегда запечатлятся в вашей памяти.**



## **ЛУАНГ-ПРАБАНГ**

Луанг-Прабанг – сердце лаосской культуры, здесь находятся множество древних монастырей, традиционных индокитайских лавочек и художественных мастерских. Город окружают потрясающие природные красоты. Сам по себе Луанг-Прабанг – маленький сонный городок с сотней интереснейших храмов и атмосферой старины. Этот город – один из немногих в Юго-Восточной Азии, который сохранил свою подлинную суть.

Первая столица Лаоса не пострадала ни от войны, ни от модернизации. Горожане ежедневно просыпаются под звук гонгов, колоколов и барабанов местных храмов, которые посылают монахов и послушников на сбор ежедневного подаяния. Луанг-Прабанг – главный центр изучения буддизма и идеальное место для тех, кто склонен к созерцанию. Город расположен между двух рек – Меконг и Хан, и окружен кольцом гор. Главная достопримечательность Луанг Прабанга – сам Луанг Прабанг. По его улочкам можно бродить часами.

Национальный музей раньше был королевским дворцом. Здесь хранится великолепный трон королевства Лансанг и много других сокровищ. Музей расположен на берегу Меконга напротив горы Пуси.

## **ВАНГ ВЬЕНГ**

Ванг Вьенг – небольшой поселок, расположенный в экологически чистом месте. Приятный прохладный климат, открывает огромные возможности для разного рода

активного времяпрепровождения: рафтинг, тубинг, трекинг, изучение пещер. Вас ждет большое количество сталактитовых и сталагмитовых пещер.

Сквозь некоторые пещеры текут подземные реки, по которым можно сплавляться. Подземные залы пещер имеют высоту несколько сотен метров, во многих из них сокрыты подземные храмы, возведенные в честь горных божеств, и расположены статуи Будды.

Спокойная и размеренная жизнь поселка позволяет отдохнуть после дневных прогулок по достопримечательностям.

## **ВЬЕНТЬЯН**

Вьентьян – столица Лаоса, город, основанный королём Сеттхатхиратом в 1560 году, сегодня — резиденция правительства страны и самая маленькая столица в Юго-Восточной Азии. Вьентьян не только является крупнейшим культурным, торговым и административным центром Лаоса, но и богат архитектурными достопримечательностями.

Vientiane is a typically old Indo-Chinese town with a mixture of Asian and French colonial architecture destined to charm you. Not only does the style of the buildings reflect Laos' historical ties with France, but the freshly baked baguettes are often served next to shops selling Lao noodle soup. This capital city is the centre of culture, commerce and administration in Laos.

В 24 км от города расположен парк Будды – парк «ужасов», хотя в нем совсем не страшно, построен он пятьдесят лет назад лаосским мистиком Бунлы Сулилат. Парк не только полон изображениями Будды, но и множеством необычных и интересных построек.

В Суан Ваттана Таме – Национальном Этно-Культурном парке страны вы найдете изображения литературных героев Лаоса и маленький зоопарк. Вьентьян – самая маленькая столица во всей Юго-Восточной Азии.

Этот необычный город окружен пышной зеленью рисовых полей, пока он все еще тихий и спокойный. Во Вьентьяне имеется бесчисленное множество храмов и пагод с реликвиями тайцев и кхмеров – наследие богатого прошлого. Неутомимые любители пеших прогулок несказанно порадуются тому, что этот город легко обойти пешком.

Вьентьян – этот типичный индокитайский городок старых времен, очаровательная смесь азиатской и французской колониальной архитектуры. Историческую связь с Францией можно почувствовать не только в старых зданиях, но и в свежесвеженных багетах, которые продают по соседству с лавчонками, где готовят традиционную лаосскую лапшу.

С вершины Триумфальной Арки (Патусай) открывается великолепный вид на утопающий в зелени город. Арка построена по образцу Триумфальной Арки в Париже и призвана увековечить память всех, кто погиб на войне.

Другой национальный символ – храм Тат-Луанг, или Королевская ступа, датируемая XVI веком, она символизирует союз Лаоса и буддизма. Также посетите Музей Лаосской Революции и Ват Хо Пакео – бывший королевский храм. Ват Сисакет – один из старейших храмов столицы, и пожалуй, самый красивый, здесь находятся сотни изображений Будды.

## ПАКСЕ

Говорим «Сиерип» – подразумеваем «Ангкор-Ват»; говорим «Паксе» – подразумеваем «Ват Поу». Ват-Поу был построен Джайаварманом II – основателем Кхмерской империи. Он меньше, чем Ангкор-Ват, но такой же древний свидетель могущества исчезнувшей империи. Именно на этом месте некогда была первая столица кхмерской империи Ченла.

Паксе – столица провинции Чямпасак, это не затронутое цивилизацией место. Расположенный на самом юге страны, Паксе является важным транспортным центром Лаоса. В Паксе находится самый высокий в Юго-Восточной Азии водопад – Конг-Папенг, а рядом с ним, посреди Меконга, расположена цепь живописных островов. Окрестности Паксе – это прекрасное место для трекинга, катания на лодках по рекам, можно также покататься на слонах.

## ИСТОРИЯ

Первые письменные свидетельства об истории Лаоса относятся к 1353 году, когда царь Фа Нгум объединил страну. Он основал столицу Луанг-Прабанг и правил царством, которое называлось Лане-Ксанг, что значит «Земля Миллионов Слонов» и которое занимало большую часть нынешних Лаоса и Тайланда.

**Археологические раскопки свидетельствуют, что 10 тыс. лет назад, на территории современного Лаоса проживали люди. Вероятнее всего, как и в остальном Индокитае, здесь первоначально обитали представители негро-австралоидной расы, а с 3-2 тыс. до н.э., спустившись с севера по течению Меконга, их сменили австроазиаты, которые разговаривали на мон-кмерских языках.**

В 7 веке территории вдоль реки Меконг занимало государство Ченла, на смену которому, в 9 веке, пришло великое королевство Ангкор.

По некоторым данным, первое лаосское государство возникло здесь в 877 году...

В XVIII столетии королевство Лане-Ксанг вступило в период упадка из-за династических войн и вражды с Сиамом (нынешний Тайланд), Вьетнамом и Кхмерским царством (нынешняя Камбоджа). В XIX веке сиамцы подчинили себе большую часть Лаоса. Этот край был разделен на княжества с центрами в Луанг-Прабанге, Вьентьяне и Чямпасаке.

Позже, в этом же веке, Франция вытеснила сиамцев, и Лаос становится частью Французского Индокитая. Нынешнюю границу Лаоса с Тайландом определил Сиамский Мирный Договор 1907 года.

Во время Второй Мировой войны Япония оккупировала Французский Индокитай, включая Лаос. В сентябре 1945 года Вьентьян и Чямпасак объединились с Луанг-Прабанг чтобы образовать независимое правительство под знаменем Свободного Лаоса.

В 1946 году французские войска снова заняли Лаос. Официально Франция признала независимость Лаоса в рамках Французского союза в 1949 году. Согласно Женевскому соглашению с 1954 году до 1957 года у власти оставалось про-западное правительство, а затем было сформировано первое коалиционное правительство во главе с принцем Суванна Поума. В 1958 году после серьезного расхождения во взглядах коалиционное правительство распалось. Власть захватили правые, но в 1959 году коммунисты подняли мятеж.

В 1960 году командующий воздушно-десантными войсками захватил Вьентьян, устроил государственный переворот и потребовал формирования нейтрального правительства, чтобы положить конец войне. Но правые силы отстранили нейтральное правительство от власти.

Вторая Женевская конференция 1961-1962 годов обеспечила независимость и нейтралитет Лаоса. Вскоре после подписания соглашения стороны обвинили друг друга в нарушении его условий, и гражданская война возобновилась снова, опираясь на колоссальную поддержку враждующих сверхдержав.

В 1973 после Вьетнамского соглашения Народно-Революционная партия Лаоса вошла в новое коалиционное правительство. Тем не менее, борьба между коммунистами, центристами и правыми продолжалась. Падение Сайгона (нынешний Хошимин) и Пномпеня в 1975 году ускорило распад коалиции.

На тот момент в Лаосе была конституционная монархия, но в декабре 1975 король отрекся от престола и передал свою власть народу Лаоса. Однако Народно-революционная партия разогнала коалиционное правительство, и так была создана Лаосская Народно-Демократическая Республика.

Коммунистическое правительство установило централизованную экономику и жесткие меры безопасности, включая контроль над СМИ, арест и заключение многих членов бывшего правительства и военные «лагеря перевоспитания». Эти «драконовские» меры, ухудшение экономических условий и ужесточение политического контроля привели к массовой миграции населения. Многие переселились в другие страны. Только в США нашли убежище около 250 000 человек.

В августе 1991 года принята первая конституция Лаосской Народно-Демократической Республики, в соответствии с которой в декабре 1992 г. проведены выборы в Национальное Собрание.

## **ФОРМА ПРАВЛЕНИЯД**

Высшим законодательным органом государственной власти Лаосской Народно-Демократической Республики (ЛНДР) является Верховное народное собрание. В его полномочия входит выработка проекта новой конституции и новой системы законов,

соответствующих народно-демократическому строю, а также оказание помощи правительству и осуществление контроля за его деятельностью.

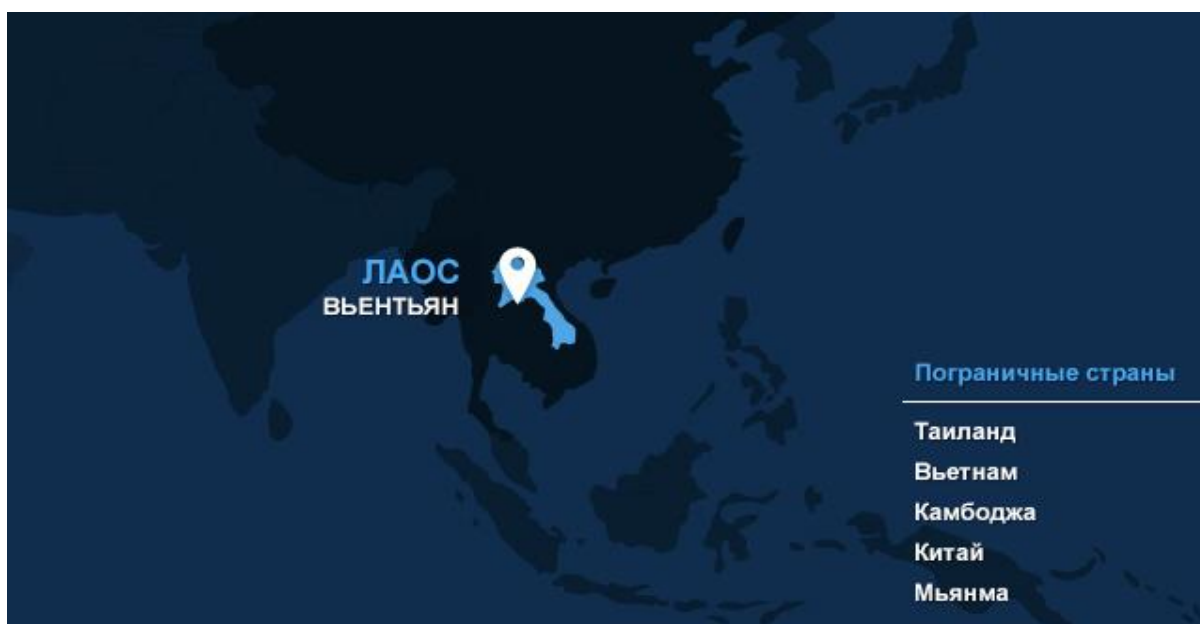
С 2006 года Президентом и Председателем Верховного народного собрания является Тьюммали Сайнясон.

## **ХРОНОЛОГИЯ**

- 10 тыс. лет до н.э.  
Первые поселения на современных территориях Лаоса.
- 877г.  
Первое лаосское государство.
- XVIII век  
Война с Сиамом, Вьетнамом и Кхмерами
- 1945г.  
Объединение административных городов страны под знаменем Свободного Лаоса.
- 1949г.  
Освобождение от колониального режима.
- 1941 – 1945 гг.  
Японская оккупация Камбоджи
- 1949г.  
Франция официально признает Камбоджу независимым государством
- 1959г.  
Мятеж сторонников коммунистической партии.
- 1960г.  
Неудачная попытка прекращения войны с помощью создания нейтрального правительства.
- 1962г.  
Возобновление гражданской войны.
- 1975г.  
Отречение короля Лаоса от престола и передача власти народу страны.
- 1991г.  
Подписана первая конституция страны.
- 1992г.  
Первые выборы.

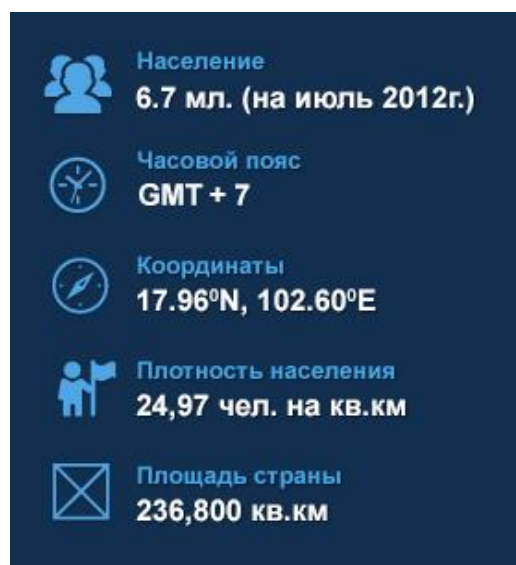
## ГЕОГРАФИЯ

Лаос на севере граничит с Китаем, на востоке с Вьетнамом, на западе с Таиландом и Мьянмой (Бирмой). За исключением долины Меконга, по которой проходит граница с Таиландом, территория страны – это сплошные горы и джунгли, местами совсем непроходимые.



Лаос – государство в юго-восточной Азии, с территорией в 236 800 кв.км. География Лаоса характеризуется холмами и горами, покрытыми густыми лесами, и долинами рек.

Территория Лаоса на две трети покрыта густыми лесами, ландшафт состоит из невысоких холмов и гор. Самая высокая точка Лаоса – Биа (высота – 2817 метров). Самая низкая точка Лаоса расположена вдоль берегов реки Меконг (высота – 70 метров над уровнем моря). В центральной части Лаос отделяется от Таиланда горами.



Из других объектов географии Лаоса можно выделить реки – десятки рек берут свое начало в вершинах гор Лаоса, многие из них являются притоками реки Меконг, которая является самой важной рекой Юго-Восточной Азии.

Река Меконг течёт по границе Лаоса с Таиландом и Мьянмой, границу с Вьетнамом разделяют горы Чыонгшон. Меконг – 12-я по длине река в мире, и 7-я в Азии. Ее длина составляет 4 350 километров.

## **КУЛЬТУРА**

**Лаосцы известны как дружелюбные, улыбчивые и свободолюбивые люди. Типичный пример, подтверждающих их знаменитое дружелюбие – их обычай, согласно которому странников бесплатно кормят.**

В сердцах лаосского народа живут дружба, мир и любовь. Они не приемлют конфликты и угнетателей, их девиз – «Живем мы вместе, порознь – погибаем»..

Они любят литературу и искусство. Большой вклад в лаосскую культуру внесла религия Буддизм Тхеравада. Она находит свое отражение в храмах, языке, искусстве, литературе и драматургии.

Лаосская женщина – это прежде всего мать, и одевается она соответственно. Если имеет место важное мероприятие, то женщины одевают шарфы и собирают волосы в пучок. Лаосские мужчины во время церемоний носят салонг – большие широкие брюки, также называемые «крестьянскими».

Семья очень важна для Лаосцев. Среднее лаосское семейство, по статистике, состоит из семи членов: отец, мать, дети (иногда уже состоящие в браке) и пожилые родители, а также один или два других родственника. Хотя никаких притеснений женщин и ущемления прав женщин нет, главой семьи все же является мужчина. Единственный запрет к женщине – они не имеют права обращаться к монахам, в свою очередь буддийским монахам запрещено прикасаться к женщине или принимать что-либо из её рук. В лаосской культуре воспитание детей кардинально отличается от нашего. Как правило, родители избегают прямого воспитательного процесса детей и делают это через общение с другими родственниками или членами общины.

Так же, большая редкость, чтобы родители вмешивались в выбор супругов, так как легенда гласит: – любовь появляется только у пары, которая была влюблена еще “в прошлой жизни”.

Особенностями сватовства и семейной жизни является то, что родители жениха должны подарить подарки или некую сумму родителям невесты, тем самым показать, что жених достойный. Первые несколько лет после свадьбы, молодые живут с семьей невесты и ведут совместный быт. И только после двух-трех лет могут переехать в собственное жильё.

До 1943 года у лаосцев не было фамилий. Имена подбирались тщательно и со смыслом. Родители обращались за помощью к старейшинам и астрологам.

Традиционное приветствие в Лаосе – сложенные вместе ладони, прикладываемые к голове или груди без прикосновения к телу. Часто жест сопровождается легким поклоном, чтобы выразить уважение к людям более высокого статуса или возраста.



Это не просто жест приветствия, а по большей части статусный ритуал с определенным этикетом.

## ЭТНИЧЕСКИЕ ГРУППЫ

1. Лао-Лум (жители равнин), которые составляют 70% населения и в основном проживают в долине Меконга.
2. Лао-Теунг (горцы), составляющие 20% населения, живут у подножий гор и на склонах, иногда их жилища расположены довольно высоко.
3. Лао-Сонг (племена холмов) составляют 10% населения и живут в горных районах.

Этническая картина Лаоса очень разнообразна – здесь живут хмонги, кхму, яо, акха, лу и другие народности. Большинство из них хранят свои обычаи, язык и традиционную одежду. Всего же существует около 47 этнических групп.



## ЭТИКЕТ

1. Следует уважать религиозные верования лаосцев, у которых считается неприличным прикасаться к лицу и волосам. Не принято пожимать друг другу руки – лаосцы приветствуют друг друга, складывая ладони перед грудью и слегка кланяясь. Постарайтесь не затрагивать в разговоре темы, связанные с политикой, чтобы никого не оскорбить. Посещая храм – оденьтесь скромно, шорты и открытая одежда неуместны. Закон предписывает носить с собой паспорт или удостоверение личности, в противном случае вам может угрожать высокий штраф, если у вас потребуют документы, а вы их не предъявите. Лаосское правительство запрещает сексуальные отношения между иностранными гражданами и лаосцами, если только они не состоят между собой в браке согласно семейному праву Лаоса. Наказание за секс вне брака варьируется от штрафов до тюремного заключения.
2. Прежде, чем фотографировать местных жителей – лучше спросить разрешения.

## РЕЛИГИЯ

Буддизм впервые появился в Лаосе в VIII веке н.э. Объединенное царство Лан-Санг в XIV веке провозгласило буддизм государственной религией и вынудило народ отказаться от анимизма и других верований. Цель такой политики была в том, чтобы лаосская культура развивалась на основе одной общей веры – Буддизма...



Государственная религия Лаоса — буддизм Теравады. Сегодня эту форму буддизма исповедуют 90% лаосцев. Буддизм – неотъемлемая часть повседневной жизни, он оказывает сильное влияние на развитие общества. С буддизмом так же связано появление лаосской письменности и все значимые произведения искусства.

Каждое утро вы можете увидеть, как лаосцы подают милостыню монахам, чтобы уменьшить количество своих последующих перерождений. Для лаосца считается нормальным и правильным хотя бы некоторую часть своей жизни побыть монахом. Традиционно они проводят в буддийском храме три месяца в году во время сезона дождей.

После проведения ряда реформ, связанных с монастырями, коммунистическая партия запретила подаяния монахам и исключило изучение буддизма в начальной школе. Монахам предписывалось содержать скот и работать в поле, что противоречит законам буддизма. В 1976 году был возвращён обычай подаяния монахам.

Большое количество буддийских монастырей сосредоточено в столице Лаоса и в Луанг-Прабанге. Однако даже в небольших лаосских деревнях имеются свои храмы.

## КЛИМАТ

Климат в Лаосе тропический. В году два сезона: сезон дождей – с мая по конец сентября; и сухой сезон – с октября по апрель.

Климат Лаоса — тропический, муссонный. Среднегодовая температура – около 28°C, температурный максимум 38°C приходится на апрель и май.

Самая низкая температура 19°C – наблюдаются в январе. В горных районах зимой столбик термометра падает до 14 – 15°C, а в особенно холодные ночи – опускается до нуля.

Большая протяженность страны с северо-запада на юго-восток и горный рельеф создают довольно значительные климатические различия между северными и южными районами.

## ИНФОРМАЦИЯ

**Небольшая шпаргалка с необходимой информацией, которая поможет вам в момент пребывания в стране.**

## **НАЦИОНАЛЬНАЯ ВАЛЮТА И БАНКИ**

### **Национальная валюта**

Валюта: лаосский кип (LAK) = 100 центам. Выпускаются банкноты номиналом LAK 5000, 2000, 1000, 500 и 100.

### **Обмен валюты**

Как и во всей Азии, курс на крупные купюры (50 и 100 долларов) выгоднее, чем на мелкие, именно на купюры, а не на сумму размена. Тайские баты и доллары США – обменять легче всего. Официально в Лаосе в ходу только национальная валюта и все цены и расчеты должны производиться именно в ней. Однако в туристических зонах вы чаще встретите цены в долларах или батах. Рассчитываться в евро не выгодно. В приграничных районах можно так же обменять вьетнамские донги, камбоджийские риелы и китайские юани. Не спешите разменивать большие суммы, так как вы не сможете обменять лаосские кипы нигде за пределами страны, да и в самом Лаосе поменять обратно на доллары их будет довольно сложно. Обмен производится в банках, обменных пунктах, отелях, а так же на почте. Курс обмена в обменных пунктах несколько выше, но там есть шанс оказаться обманутыми (чаще всего подменяют 10 000 купюру на 1000, поскольку они очень похожи).

### **Банкоматы и Банковские Карты**

Пластиковые карты основных международных систем Visa, MasterCard, American Express принимаются только в крупных городах- Вьентьяне и Луангпрананге, а также в некоторых магазинах, отелях и ресторанах. Банкоматы есть только в Вьентьяне и Луанг-Прананге. Если срочно нужны деньги, а банкомат найти не можете, то можно попытаться снять деньги с пластиковой карты через кассу банка, но придется заплатить комиссию 2-5%.

### **Дорожные чеки**

Дорожные чеки не распространены. Чеки в долларах США и Тайских батах можно обналичить только в крупных городах.

### **График работы банков**

Пн.-Пт. с 08:00 до 12:00 и с 13:30 до 17:30. Некоторые банки работают без перерыва на обед. Примерный курс валют 1USD = 8,022 kip 1EUR = 11.120 kip 1GBP = 13.343 kip Точный курс можно узнать, перейдя по ссылке [www.oanda.com](http://www.oanda.com)

## **ЗДОРОВЬЕ И БЕЗОПАСНОСТЬ**

## **Здоровье**

В каждой провинции есть больница или поликлиника. Однако, нужно учитывать, что в стране нехватка профессиональных работников, оборудования и медикаментов. Частные клиники довольно распространены, однако и их уровень заметно ниже, чем в соседних странах. Оплата медицинских услуг осуществляется наличными, лишь в некоторых клиниках столицы оказывают медицинскую помощь по международным полисам. Просим ознакомиться с правилами пользования медицинской страховкой, которые указаны в страховом ваучере. Как правило, вам необходимо связаться с оператором по телефону, указанному в ваучере и зарегистрировать случай. Оператор вызовет вам врача на место или сообщит в больницу, в которую вам необходимо обратиться. Страховые компании сотрудничают не со всеми международными больницами. Убедитесь, что страховка включает покрытие на случай эвакуации воздушным путем.

## **Вакцинация**

Обязательных прививок для посещения Лаоса не предусмотрено. Но, если вы собрались в длительное путешествие в эту страну с посещением джунглей, то лучше заранее пропить препараты от малярии и лихорадки Денге. Обязательно пользуйтесь репеллентом (спрей или мазь от комаров), причем не только вечером но и днем. Рекомендуется использовать репелленты с содержанием диэтилтолуамида (DEET) не менее 25%. Болезни в Лаосе в большинстве случаев связаны с нарушением гигиены, поэтому если вы не планируете выезжать за пределы туристической зоны, достаточно соблюдать элементарные правила:

- Всегда мыть руки, когда есть такая возможность, или же купить антисептик и влажные салфетки.
- Не покупать на улице свежавыжатые соки и шейки со льдом.
- Пить только бутилированную воду.
- Питаться в ресторанах и кафе, а не с уличных лотков.
- Не есть невымытые овощи и фрукты.

## **Безопасность**

Лаос – довольно безопасная страна и преступность в ней минимальна. Но как и во всем мире, бывают случаи воровства в туристских зонах. Несложные меры предосторожности помогут свести риск возможных неприятностей к минимуму:

- Не носите с собой важные документы. Но! Помните, что путешествие по Лаосу без документа удостоверяющего личность приведет к штрафу. Сделайте ксерокопию, а оригиналы храните в сейфе в номере или на ресепшн отеля.
- Не оставляйте ценные вещи без присмотра. Особенно это касается фотоаппаратов/камер, мобильных телефонов, очков и сумок.
- Во время экскурсий не оставляйте сумку в салоне транспорта. Азиаты рассеянные, водитель может отвлечься на минуту и злоумышленник обязательно воспользуется этим моментом.

## **Внимание!**



Мы не советуем путешествовать по стране самостоятельно! Вовремя многочисленных войн на Лаос было сброшено более 2,5 миллионов тонн бомб. Огромное количество бомб до сих пор не обезврежены. Ни в коем случае не проходите через поля, обозначенные знаками и красными флажками. Самый верный способ обезопасить себя от встречи с миной или бомбой – никогда не сходить с троп и дорог и слушаться гида.



## ПЕРЕДВИЖЕНИЕ ПО СТРАНЕ

Передвижение внутри Лаоса		
<p>ПО ВОЗДУХУ</p>  <p>Аэропорт в Вьентьяне расположен 3км от центра города.</p>	<p>АВТОБУС</p>  <p>Автобусное соединение развито по всей стране.</p>	<p>ПО ВОДЕ</p>  <p>По рекам курсируют медленные паромы или более быстрые, но шумные скоростные лодки.</p>

### Авиа

Внутренние рейсы обслуживает компания Laos Airlines, самолеты которой осуществляют полеты почти по всей стране. Так же эта авиакомпания обслуживает и международные перелеты.

### **Главные аэропорты**

Международный аэропорт «Вьентьян» расположен в 3 км от центра города. Международный аэропорт «Луанг Прабанг» расположен в 3 км от центра города. Аэропортовый сбор на вылете из страны 10 долларов США. Дети до 2-х лет не облагаются сбором.

### **Водный транспорт**

Жизненно важная часть транспортной системы страны – это Меконг и другие реки. По ним вы можете передвигаться на нерегулярных (и весьма примитивных) паромах или на впечатляющих, но очень шумных и небезопасных быстроходных катерах. И те и другие ходят из Вьентьяна в Луанг-Прабанг, и из Луанг-Прабанга в Хуэйсай. Паромы часто уходят рано утром, путешествие на них может занять несколько дней, скоростные катера ходят более регулярно и добираются до каждого пункта примерно за 8 часов. Время и цены варьируются в зависимости от спроса. Также можно в частном порядке нанять какое-нибудь судно.

### **Ж/Д Транспорт**

Своих железных дорог в Лаосе нет, но тайская железнодорожная сеть тянется от Бангкока через Након-Ратчасима в Нонг-Кай по границе Лаоса и Тайланда.

### **Автобус**

Автобусное сообщение связывает большинство городов и населенных пунктов. Автобусы, предоставляющие транспортные услуги, могут быть весьма достойными, однако встречаются и очень скромные, как по внешнему виду, так и по предоставляемому сервису.

### **Дороги**

Движение в Лаосе правостороннее. В последнее время активно прокладываются скоростные трассы, в том числе по основным маршрутам от Тайской границы у Саваннакхета до Вьетнама. Тем не менее, далеко не по всем главным дорогам можно добраться до основных достопримечательностей этой дивной страны.

### **Передвижение по городу на транспорте**

В основном передвигаются на тук-туках – местных грузовичках. О стоимости поездки стоит договариваться заранее.



## **СВЯЗЬ**

### **Телефон**

Международная связь доступна, но ограничена. Код страны: 856. Главпочтамт (GPO) предоставляет общественные телефоны для звонков внутри страны и за рубеж. Также на улицах имеется множество телефонов-автоматов, которые работают по карточкам. С несколькими международными компаниями мобильной связи заключены роуминговые соглашения. Уточните у вашего оператора: входит ли он в их число.

Большинство отелей высокого уровня предоставляют в номерах телефоны с выходом на международную связь. Но предупреждаем, что в большинстве отелей такие услуги стоят не дешево; пожалуйста, уточните этот вопрос до совершения звонка. В удаленных районах не всегда возможно сделать международный звонок.

### **Интернет**

В большинстве отелей имеются бизнес-центры с компьютерами, подключенными к сети Интернет. В некоторых есть беспроводное подключение, которое доступно в номерах или на площадях общего пользования. В большинстве городов и городков вы легко сможете найти интернет-кафе, они становятся все более популярными. Цена разумная, обычно не превышает \$1 в час. Во многих интернет-кафе вы можете купить телефонные карты, чтобы позвонить с компьютера на городской телефон, или с мобильного по всему миру.

### **Почта**

Главпочтамт (GPO) находится во Вьентьяне рядом с утренним рынком. Обычные почтовые услуги стоят недорого, и почта работает хорошо. Для срочных и ценных писем и посылок рекомендуем воспользоваться курьерской службой. Авиа-почта в Европу доставляется, по меньшей, мере неделю.

## НАЦИОНАЛЬНЫЕ КАНИКУЛЫ

Праздники в Лаосе, как и во всей Азии, проходят красочно и интересно. Большинство Лаосских фестивалей происходит по лунному календарю. Нужно учитывать, что во время национальных каникул почти все учреждения закрыты. Некоторые торговые лавочки будут работать, но продавцы будут сонными...

Просто расслабьтесь и присоединяйтесь к веселью и эти праздничные дни подарят вам незабываемый букет красочных впечатлений.

В конце января начале февраля отмечают **Китайский Новый Год (Тет)**, а так же **Бун Па Вет**—этот фестиваль ознаменовывает Джатака, историю жизни Будды, как Принца Вессантары. В этот день люди приглашают друг друга в гости, чтобы присоединиться к торжеству. Во всех храмах читают историю жизни Будды.

Февраль отмечен празднествами **Макха Пуджа** в честь первой проповеди Будды – “Овада патимока”, а также религиозными праздниками **Сикхоттабонг и Ват Пу**. Макха Пуджа – фестиваль проводится в ночь полной луны и отмечается грандиозными парадами, когда люди несут свечи вокруг своего храма, играет религиозная музыка, и звучат песнопения.

В марте, помимо празднования **Бун Кон Као** – проходит фестиваль урожая, в национальном масштабе, с парадами и многочисленными культурными мероприятиями, отмечается **Международный женский день**. В Апреле проходит самый яркий и запоминающийся праздник года – **Бун Пимай** или **Пи Май** – традиционный лаосский Новый Год. В течении нескольких дней, а иногда и недель, лаосцы медитируют, посещают храмы, строят песчаные пирамиды. Везде звучит музыка, веселье, люди танцуют, поливают друг друга водой и обсыпают мукой. 1 Мая, как национальный праздник, празднуется **День Труда**. В столице страны и в других городах проходят парады.

Но главное событие мая – **Висака Пуджа** – праздник, посвященный рождению, просвещению и смерти Будды. По всей стране проводятся религиозные церемонии, отдается дань уважения религиозным святыням, и проходят процессии людей со свечами.

На май, так же, выпадает один из самых древних праздников страны – **Бун Банг Фай** или “Праздник ракет”. История праздника тянется еще с добуддийского времени. Танцы и песнопения заканчиваются грандиозными запусками в небо самодельных ракет из бамбука, тем самым напоминая богам, что земля нуждается в дожде. В этот период во Вьентьяне проходит конкурс на самую лучшую ракету, а по всей стране проводится множество театрализованных представлений. Для ракетных мастеров большая честь, если их творения летают высоко.



1 июня отмечают **День детей**, но особых шествий и празднований в этот праздник нет. В июне-июле вся страна отмечает Као Панса – начало трехмесячного поста, когда молодые люди становятся монахами, а по рекам пускают тысячи плавающих фонариков.

Август знаменуется национальным праздником – **День освобождения Лаоса**, который проходит каждый год 13 августа. Так же, в соответствии с лунным календарем, празднуется Као **Падап Дин** – день, посвященный поминанию и отдаче дани уважения усопшим. Он отмечается жуткой церемонией эксгумации ранее захороненных тел, промывкой костей и их кремацией. Монахов, которые выступали проводниками между уже усопшими и родственниками, одаривают подарками.

В сентябре-октябре вся страна празднует **Бук ок Панса** – окончание трехмесячного поста и буддийского послушания. Монахам, наконец-то, разрешено покинуть храм. Одним из наиболее красивых аспектов является традиция Лай Хуа Фай, это когда накануне Ок Панса люди собираются у ближайшего водоема, чтобы выпустить десятки небольших лодок из банановых листьев, украшенных свечами, ладаном и маленькими цветами.

Водный фестиваль **Бун Нам** проводится в тоже время, что и Ок Панса. В городах находящихся на реке, таких как Вьентьян, Луанг Прабанг и Саваннакет, в условиях высокой конкуренции, проходят гонки на лодках.

Ноябрь, пожалуй, самый насыщенный событиями месяц в жизни Лаоса. В это время проходит фестиваль **Бун Тат Луанг**, который отмечается во многих храмах по всей стране и посвящен он самому большому памятнику Лаоса – Тат Луанг. Центром этого фестиваля традиционно является «Храм Большой Ступы» – Тат Луанг во Вьентьяне. Выставки, конкурсы красоты, музыка и красочные фейерверки проходят в течение недели полнолуния. Кульминация праздника, «крестный ход» со свечами вокруг храма Тат Луанг. 2 декабря отмечают **День Независимости** – общенациональный праздник с многочисленными военными парадами. В этот день улицы украшены национальными флагами и транспарантами.



**НАЦИОНАЛЬНЫЕ ПРАЗДНИКИ**

- **1 Января** Новый Год по европейскому календарю
- **1 Июня** День детей
- **Январь-Февраль (Китайский Новый Год (Тет))** Бун Па Вет (фестиваль истории жизни Будды)
- **Июнь-Июль** Као Панса (начало поста)
- **Февраль Макха Пуджа (фестиваль первой проповеди Будды)** Сикхоттабонг и Ват Пу (религиозный праздник)
- **13 Августа** День освобождения Лаоса
- **8 Марта** Женский День
- **Август** Као Падап Дин (дань усопшим)
- **Март** Бун Кон Као (фестиваль урожая)
- **Сентябрь-Октябрь** Фестиваль Бук Ок Панса
- **Март** Бун Кон Као (фестиваль урожая)
- **Бун Кон Као (фестиваль урожая)** День освобождения Лаоса от французской колонизации
- **Апрель** Бун Пимай (Лаосский Новый Год)
- **Ноябрь** Фестиваль Бун Тат Луанг
- **1 Мая** День Труда
- **Май** Бун Банг Фай (вызов дождя)

## ПОКУПКИ

**Как и из других стран Юго-Восточной Азии, из Лаоса хочется привезти что-то оригинальное и удивительное, что бы напоминало о посещении Лаоса долгие годы. Лаосские прилавки полны необычных сувениров.**

Лаос глубоко верующая буддийская страна и сувениров на буддийскую тематику здесь очень много. Практически у каждого храма сидят местные художники, рисующие тематические картины из жизни Будды и его окружения. Множество фигурок Будды, выполненные из различных материалов, это и гравюры с ним, и прочие статуэтки на религиозную тематику. Приобретать такие предметы стоит только в специализированных магазинах и лавках, так как вам должны выдать сертификат с регистрационным номером, который дает право вывоза предмета из страны. В противном случае, при отсутствии надлежащих документов, предмет конфискуют, а в случае исторической ценности предмета, могут даже забрать возникнуть разбирательства с полицией.



На прилавках вы найдете огромное количество изделий ручной работы, таких как: текстильные изделия, изделия из дерева, кожи и камня. Это разнообразные статуэтки, куклы, вазы, шкатулки и прочие изделия, несущие свою легенду.

Местные жители верят, что поделки из дерева манго, являются оберегом и отпугивают злых духов.

Мужчин интересуют всевозможные настойки на рептилиях, мышах и скорпионах. Местные продавцы говорят, что они помогают при весьма широком спектре заболеваний, однако пробовать или нет, решать каждому отдельно. Остерегайтесь подделок, так как часто случаются отравления.

Мы советуем приобрести лаосский кофе. Этот кофе обладает изумительным вкусом и ароматом. Лучше всего покупать зерновой кофе в специальных упаковках, снабженных специальным клапаном (на упаковке кружочек с жестким ободком и небольшим отверстием). Это поможет избежать подделок, которые, увы, попадаются на местных рынках.

В столице страны Вьетна, в центре города, расположен, так называемый «утренний рынок» Талат Сао. Двухэтажное здание объединяет под своей крышей большое количество мелких магазинов и кафе. Здесь можно купить практически все: технику, одежду, часы, ювелирные изделия, ремесленные изделия и множество сувениров. Рынок работает с 07:00 до 16:00. В нескольких кварталах от Талат Сао, расположен рынок Куадин. В отличие от «утреннего» рынка, Куадин рассчитан на местных жителей. Антураж и ассортимент этих рынков значительно отличаются. На набережной реки Меконг в вечернее время работает большое количество сувенирных лавочек. Но, если, ваше путешествие по Лаосу не ограничивается только столичным регионом, то есть смысл отложить шоппинг до посещения менее крупных городов, например Луанг-Прабанг. Там и цены дешевле, и вещи более экзотичные и интересные.

## **СОВЕТЫ ОТ ФОКУС АЗИЯ**

1. Мы советуем воздержаться от покупок драгоценностей, так как велика вероятность, что вы приобретете подделку.
2. На рынках необходимо торговаться. При хорошем торге, продавец скинет цену в 2-3 раза.
3. Помните, что даже в торговых центрах не везде принимают кредитные карты, поэтому лучше заготовить наличные.
4. Во время похода за покупками, сумку лучше держать перед собой. Карманные воришки оперируют повсюду.
5. Самым идеальным городом для шоппинга в Лаосе считается Луанг-Прабанг.

## **НАЦИОНАЛЬНАЯ КУХНЯ И НАПИТКИ**

### **Кухня**

Кухня Лаоса – типичная юго-восточная, она собрала в себя кулинарные пристрастия и основные ингредиенты кухонь соседствующих стран: Вьетнама, Таиланда и Камбоджи. По вкусовым ощущениям пища здесь острая, пряная и очень ароматная. Сами же лаосцы в своем рационе имеют даже блюда с горьким вкусом, по их мнению – горечь способствует оздоровлению. В большинстве случаев лаосскую кухню сравнивают с тайской.

Основу рациона составляет рис (хао), приготовленный разными способами: вареный, жареный и на пару. Особо стоит отметить самый распространенный его вид – клейкий



рис, который лаосцы очень любят и едят его руками, обмакивая в соус, а потому одной из особенностей кухни является то, что подаваемые на стол блюда должны быть комнатной температуры. В основном рис употребляют в качестве гарнира с овощами, мясом или рыбой. Наряду с рисом повседневной едой считается рисовая лапша.

Вместо соли повсеместно используют рыбный соус «нампа» или более густую рыбную пасту «падек» с кусками рыбы, которые подаются ежедневно к рису или любому другому блюду.

Здесь принято есть хлеб, он прочно закрепился со времен колонизации страны Францией. Сегодня французские багеты и другую выпечку можно повсюду встретить на улицах и в пекарнях. Быстро перекусить «сэндвичем» из багета с начинкой из мяса или рыбы, овощами и всякой всячиной, прогуливаясь до очередной достопримечательности – неплохой вариант.

### Десерты

Десертные пристрастия лаосцев несколько необычны, и на вкус совсем не сладкие. Сладких блюд в Лаосе совсем немного, основу их составляет все тот же клейкий сладкий рис на кокосовом молоке или с мякотью манго. Стоит попробовать печенье из рисовой муки. На уличных лотках можно встретить разноцветные желе с молоком и мякотью кокоса. В специализированных кафе можно отведать вкусное мороженое.

Фруктов много, их можно купить всюду на фруктовых лотках, как на вес, так и уже почищенные и уложенные в контейнеры.



### НАПИТКИ

Из безалкогольных напитков очень распространены свежевыжатые фруктовые соки, фруктовые шейки с мякотью, льдом и сгущенным молоком, кокосовый и тростниковый соки. В Лаосе популярен и любим местный кофе, который выращивают в районе г. Паксонг – это местечко славит, как самое лучшее в юго-восточной Азии для выращивания кофейных зерен. Чай также достаточно распространен и выращивается в том же местечке. Лаосцы предпочитают зеленый чай, сортов которого множество, но и черный чай здесь в почете. В Лаосе популярен и любим местный кофе, который выращивают в районе г. Паксонг – это местечко славит, как самое лучшее в юго-восточной Азии для выращивания кофейных зерен. Чай также достаточно распространен и выращивается в том же местечке. Лаосцы предпочитают зеленый чай, сортов которого множество, но и черный чай здесь в почете. Еще стоит отметить местное пиво – Beer Lao, наравне с Лао-лао оно очень популярно в Азии и также считается самым лучшим и недорогим.

### СОВЕТЫ ОТ ФОКУС АЗИЯ

1. Лед, как правило, делают из неочищенной воды, просто попросите напиток без льда.
2. Нужно помнить, что нашим желудкам не привычна экзотическая еда, поэтому начинайте пробовать по чуть-чуть, чтобы понять, как ваш желудок реагирует на еду или напиток.
3. Лаосцы едят липкий рис руками. Просто наблюдайте за местными жителями и повторяйте за ними.
4. Национальная кухня довольно острая, поэтому просите официанта, при заказе, чтобы добавляли меньше чили. Просто скажите «но спайси».

### ПУТЕШЕСТВИЕ В / ИЗ ЛАОСА

Путешествие в / из Лаоса		
<p><b>ПО НЕБУ</b></p>  <p>осуществляется перелет из Таиланда, Китая, Камбоджи и Вьетнама</p>	<p><b>ДОРОГИ</b></p>  <p>На машине или на автобусе можно добраться до граничащих государств.</p>	<p><b>ПО ВОДЕ</b></p>  <p>Можно добраться до Таиланда</p>

#### По небу

Осуществляются рейсы из Вьетнтьяна в Ханой и Хошимин (Вьетнам), Бангкок и Чанг Май (Таиланд), Пном Пенъ (Камбоджа) и Кунмин (Китай). Из Луанг-Прабанга в Ханой.

Прямых перелетов из Европы нет.

Аэропортовый сбор на вылете из страны 10 долларов США. Дети до 2-х лет не облагаются сбором.

### **По земле**

В Лаос можно попасть из Таиланда на границе Нонг Кай, в районе моста «Дружбы». Другие пограничные переходы:

Чанг Конг (Таиланд) – Хоуэй Сай (Лаос) на севере

Макдахан (Таиланд) – Саваннакет (Лаос)

Накорн Пном (Таиланд) – Та Кек (Лаос)

Так же, в Лаос можно попасть через Вьетнам и Китай.

### **По воде**

Из Вьентьяна, по воде, можно добраться в пограничные районы Таиланда.

## **ВИЗОВЫЕ ФОРМАЛЬНОСТИ**

Информация по визе и сроку действия паспорта может быть изменена. Просим вас отслеживать изменения на сайте миграционной службы.

Для граждан РФ, сроком пребывания в стране не превышающий 15 дней, виза в Лаос не требуется.

Это правило распространяется и на тех, кто прилетает в международные аэропорты Лаоса, и на тех, кто прибывает в страну из соседних государств по суше.

Гражданам стран СНГ, а так же россиянам на срок пребывания более 15 дней, требуется оформление визы заранее в посольстве или получение визы по прибытию.

## **ВАЖНАЯ ИНФОРМАЦИЯ**

1. Паспорт должен быть действителен, по меньшей мере, 6 месяцев на момент окончания тура.
2. В паспорте должно быть не менее 3-х свободных страниц на момент подачи паспорта на визу.