

توصیه های سفرهای خارجی

به خارج از کشور برای افرادی که به طور مکرر سفر می کنند، ممکن است چندان مشکل ساز نباشد، چرا که آنان با مشکلات و مسایل این قبیل سفرها نسبتاً آشنا هستند، لیکن افرادی که برای بار اول سفر می کنند، ممکن است با موانع، مشکلات و مسایلی مواجه گردند که می توان با مطالعه، کسب آگاهی و برنامه ریزی قبلی آنها را تا حدودی برطرف ساخت.

ملزومات سفر:

- تهیه گذرنامه (پاسپورت): بر اساس قوانین معاهده بین المللی، گذرنامه م درکی است که از طرف دولت صادر می گردد و در آن خطاب به کشورهای خارجی عنوان شده که فرد دارنده این مدرک تبعه کدام کشور است و تقاضا شده تا زمانی که در خارج از کشور به سر می برد از حمایت و کمک های قانونی آن کشورها برخوردار گردد. گذرنامه یک مدرک مسافرتی ضروری و ق ابل کنترل برای مقامات امنیتی و مهاجرت است که در مرزها شما را متوقف و در صفحات داخلی آن تاریخ ورود و خروج را ثبت می نمایند.
- اخذ ویزا (روادید): ویزا مجوز ورود شما به کشور مقصد می باشد که قبل از سفر باید از کنسولگری، سفارت یا کاردار سفارت کشور مقصد اخذ می گردد متناسب بودن ویزا با نوع فعالیت مسافر (تجاری، توریستی، دانشجویی، علمی و...) جهت اخذ آن باید با بخش کنسولی کشور مقصد تماس گرفت. در این خصوص کسب اطلاعات ذیل حائز اهمیت است.
 - شرایط و مدارک مورد نیاز اخذ ویزا و مدت زمان صدور آن.
 - واکسیناسیون در مقابل بیماریها و ارائه مدرک مربوط به سلامت جسمانی جهت ورود یا عبور از یک کشور.
 - موانع و محدودیت های ارزی (آیا مجاز به ورود با پول محلی هستید؟ آیا مجاز به ورود با ارز دلار یا یورو هستید؟)
 - برای تبدیل ارز از چه محلی باید اقدام کرد؟
 - گواهی پزشکی مورد نیاز برای هر گونه نسخه دارویی که قصد دارید با خود حمل کنید و اطلاع از خدمات بهداشتی و درمانی در مواقع ضروری.
 - از ورود چه کالاها یا وسایلی جلوگیری بعمل می آید؟
 - مجوز و محدودیت مسافرت داخلی در کشور مربوطه چگونه می باشد؟



توصیه های قبل از سفر:

- اگر نیاز به مسافرت بعدی دارید، به خاطر اینکه مجبور نباشید برای دیدار بعدی ویزا بگیرید سعی نمایید ویزایی با مدت اعتبار طولانی تر بگیرید.
- از تمامی صفحات گذرنامه و ویزا دو سری فتوکپی تهیه نموده و یک سری را در منزل گذاشته و یک سری را با خود حمل نمایید تا در صورت سرقت یا مفقود شدن گذرنامه از آن استفاده نمایید.
- به منظور جلوگیری از اتلاف وقت، مقداری پول رایج کشور مورد نظر برای تأمین مخارجی از جمله هزینه تاکسی فرودگاه تا محل اقامت و مانند آن تهیه کنید.
- شماره ی تلفن سفارت جمهوری اسلامی در کشور مورد نظر و شماره ی تلفن هتل، محل اقامت و شماره ی تلفن همراه همسفران و سرپرست گروه را در دسترس داشته باشید.
- تلفن همراه خود را جهت استفاده در کشور مورد نظر با مراجعه به مخابرات رومینگ کنید و رعایت موارد حفاظتی در صحبت با تلفن همراه ضروری است (از ذکر مسایل اداری و نتیجه مأموریت و ملاقات ها و برنامه های دیدار خود و... جداً پرهیز شود).
- ارز مورد نیاز خود را از بانک و یا صرافی های معتبر تهیه نمایید (شماره های سریال ارز خود را یادداشت نمایید).
- همراه داشتن سوابق پزشکی در صورت داشتن بیماری خاص.

- کسب اطلاعات بهداشتی و آگاهی از جدول مربوط به بیماری های موجود در کشور مقصد (به سایت بهداشت جهانی www.who.int/countries/en/: مراجعه نمایید).
- از چمدانی استفاده نمایید که دارای بند برای انداختن روی شانه است یا دارای چند دسته است و به دست شما آسیب نمی رساند. برای حمل بارهای سنگین از چمدان چرخدار استفاده کنید.
- از لباسهایی که راحت بوده و جلب نظر نمی کنند استفاده نمایید.
- برای دریافت آخرین اطلاعات در مورد راحت ترین برنامه ها و محل های سکونت، تسهیلات مسافرتی و برنامه ریزی دقیق از افرادی که به تازگی از آن کشور برگشته اند ارتباط برقرار کنید.
- قبل از سفر سعی کنید یک دید کلی از کشور مقصد بدست آورید. بدین منظور می توان از سایت وزارت امور خارجه (www.mfa.gov.ir) استفاده نمایید و یکسری اطلاعات کلی از جمعیت، وسعت شهرهای مهم، آب و هوا آداب و رسوم، رهن حکومت، سیاست، مقررات، زبان، مذهب، نژاد، روزهای ملی، واحد پول و ... کسب کنید.
- اطلاعات کلی راجع به مسیر پرواز، نوع و شماره ی پرواز، مدت زمان احتمالی سفر و زمان تقریبی برگشت را در اختیار یک عضو خانواده یا فامیل یا آشنای مورد اعتماد قرار دهید.

فهرست اقلام ضروری:

- فرهنگ لغت جیبی یا کتاب مکالمات روزمره خارجی (از نحوه پیدا کردن واژه هایی مثل کمک، پلیس، آتش و ... اطمینان حاصل کنید) .
- نقشه کوچک و راهنمای توریستی.
- دفترچه یادداشت، دفترچه آدرس، قطب نما و مهر نماز.
- به منظور استفاده از وسایل برقی با ولتاژهای خارجی یک آداپتور نیاز خواهید داشت.
- باتری برای دوربین، ساعت مچی، چراغ قوه کوچک، ماشین حساب.
- سشوار کوچک، اتوی مسافرتی و ساعت کوکی مسافرتی کوچک.
- مسواک، خمیر دندان، ماشین ریش تراش، شانه، صابون، جای صابون پلاستیکی، اسپری یا مواد ضد بوی بدن (غیر مایع باشد بهتر است)، کرم ضد آفتاب، سنجاق قفلی، سوزن و نخ با تعدادی دکمه اضافه پیراهن.
- مسکن تجویز شده توسط پزشک، داروی ضد اسهال، قرص سرماخوردگی، تعدادی لیوان یک بار مصرف، آنتی بیوتیک ها مانند: تتراسایکلین، اریترومایسین، سفالکسین، چسب زخم، پماد یا مرهم برای گزیدگی نیش حشرات، عینک آفتابی، چند بسته شکلات و یک بسته چای کیسه ای.



توصیه های لازم در حین سفر:

- اسم و شماره ی تلفن و آدرس خود را نوشته و در جای مخصوص ساک قرار دهید . مدارک خود را در ساک دستی که با خود به داخل هواپیما حمل می نماید، قرار دهید. از قرار دادن پاسپورت و مدارک مهم در ساک بزرگ که تحویل بار هواپیما می دهید، خودداری نمایید.
- مواظب بارهایی که جهت بارگیری هواپیما می دهید باشید، دقت کنید برچسب بارها به آنها چسبیده و ته برگ برچسب ها نیز به بلیط شما الصاق شده باشد و از حضور در جاهای شلوغ فرودگاه دوری نمایید.
- قفل کردن چمدانها یک اقدام احتیاطی خوب در جهت مقابله با سرقت و یا اشتباه باز شدن چمدانهاست.

- سعی کنید روز قبل از پرواز غذای زیاد نخورید و در داخل هواپیما غذای سبک میل نمایید و به جای کفش نو از کفش راحت استفاده کنید.
- به محض رسیدن به هر کشوری بلافاصله ساعت خود را با ساعت محلی تنظیم نمایید تا بتوانید به موقع به برنامه های مورد نظر برسید.
- وقتی به مقصد رسیدید گذرنامه و ویزای خود را برای ارائه در دسترس داشته باشید و بعد از کنترل گذرنامه به مهر ورود و خروج و نیز تاریخ های مربوطه که در گذرنامه شما ثبت می شود توجه کنید. در صورت وجود اشکال سریعاً موضوع را پیگیری کنید.
- هنگام رفتن به گمرک جزو اولین یا آخرین نفرات صف نباشید.
- در فرودگاه باجه اطلاعات و تابلوهای راهنما پاسخگوی نیاز شماست.
- اگر برای رفتن از فرودگاه به محل اقامت وسیله ای از قبل مهیا نشده، حتماً از تاکسی فرودگاه استفاده کرده و از کرایه وسایل نقلیه متفرقه بپرهیزید و هنگام سوار شدن به تاکسی دقت بیشتری نموده و سوار اولین تاکسی که هنگام خروج شما از مقابل شما عبور می کند نشوید چرا که ممکن است راننده از قبل منتظر شما بوده باشد. هرگز از پیاده شدن از تاکسی که در آن احساس امنیت نمی کنید و یا راننده آن مشکوک به نظر می رسد هراسی نداشته باشید، قبل از رسیدن به مقصد با راننده در مورد کرایه صحبت کنید نه بعد از آن.



بازگشت به میهن:

- توجه داشته باشید بلیط برگشت را قبلاً به تأیید برسانید حتی اگر بلیط برگشت شما OK است باز هم از به تأیید رساندن بلیط غفلت نکنید. زیرا برخی از شرکتهای هواپیمایی از مسافرانی که بلیط خود را تأیید نکرده اند کرایه اضافی درخواست می نمایند. همچنین برخی از شرکتهای هواپیمایی می خواهند که شما ۲۴ ساعت مانده به پرواز، بلیط خود را مجدداً تأیید نمایید.
- از آوردن اشیای ممنوعه به فرودگاه خودداری نمایید چرا که ممکن است عوامل امنیتی فرودگاه به شما مشکوک شوند.
- از قبول هر گونه بسته ای از افراد ناآشنا جهت انتقال به کشور (یا برعکس) خودداری نمایید چرا که ممکن است یک کالای ممنوع یا قاچاق تحویل شما شود و این امر می تواند به بازداشت شما منجر گردد.
- از خریداری اجناس حجیم از قبیل یخچال و تلو یزیون خودداری نمایید. بار مجاز برای هر مسافر حداکثر ۲۰ کیلوگرم می باشد و جهت اضافه بار به ازای هر کیلوگرم مبلغی دریافت می شود.
- در هنگام بازگشت، اشیای ممنوعه از قبیل چاقو، قیچی، ناخن گیر، تفنگ اسباب بازی، آتاری و اسباب بازیهای کنترل دار و باتری دار، سرویس کلد و چنگال و بطری شیشه ای را حتماً داخل بارهای تحویلی قرار دهید.



آسیب های اخلاقی:

- عدم توجه به فضایل انسانی، تقوای فردی و شرافتمندی ایرانی می تواند منجر به عدول از الزامات اخلاقی و شرعی گردیده و ضمن انحراف از اهداف سفر باعث اعمال بزهکارانه دیگر و امکان سوء استفاده از فرد در موضوعات مختلف، بازداشت و حبس، صدمات جانی و مالی و... را فراهم آورد. محورهای غالب این نوع آسیب ها به شرح ذیل می باشد:

- - تبعات ناشی از برقراری روابط نامشروع.
- - تبعات ناشی از شرکت در قمار و فعالیتهای مشابه از قبیل بلیط بخت آزمایی و...
- - تبعات ناشی از استعمال مواد مخدر یا استفاده از مشروبات غیرمجاز.
- - تبعات ناشی از حضور در اماکن خوشگذرانی که از نظر قوانین جمهوری اسلامی ایران ممنوع می باشد.



- تبعات ناشی از همراه داشتن یا قاچاق مواد مخدر و دیگر اقلام ممنوعه

از قبیل ارز، اشیای عتیقه، داروهای غیرمجاز

...و

آسیب های امنیتی:

اصولاً مسافرت فرد یا گروهی از کشوری به کشور دیگر به عنوان یک فرصت مناسب برای سرویسهای اطلاعاتی و امنیتی کشور میزبان تلقی می شود

سرویس های اطلاعاتی و گروههای معاند با نظام، مترصد تخلیه اطلاعاتی و یا جذب مسافران به عنوان یک منبع خبری می باشند. موضوعات مورد علاقه آنان می تواند مواردی باشد که برای هموطنان مسافر، اطلاعات عادی و معمولی تلقی می شود و در این راستا رؤسای دانشگاه ها، معاونین، مدیران، اساتید، دانشجویان و کارکنان دولت برای سرویس های اطلاعاتی،

ارزشمند محسوب می شوند. دستگاه های امنیتی و اطلاعاتی کشور میزبان از زمان مراجعه افراد برای اخذ روادید و مصاحبه در سفارت به آنها به دید تهدید و فرصت می نگرند و پس از آنکه از طریق مراقبت، مصاحبه و تحقیق، صحت اظهارات افراد مبنی بر اهداف عادی (تحصیل، بازدید علمی، زیارت، شرکت در همایش علمی و ...) احراز گردید، باز هم با توجه به میزان اهمیت شخص و دسترسی وی به اطلاعات تا مدت زمان لازم او را تحت مراقبت و توجه سرویس های مذکور، مانند اقداماتی از قبیل نصب میکروفن یا دوربین مخفی در محل اقامت، واریسی مخفیانه لوازم شخصی، کنترل مکالمات تلفنی، شناسایی نقاط ضعف جهت استفاده مقتضی (پول، جنس مخالف، مقام و ...)، استفاده از تهدید یا تطمیع (از طریق درست کردن پاپوش، درگیری ساخنگی و شکایت و احضار توسط پلیس، جاسازی مواد ممنوعه داخل وسایل و ...)، تعقیب و مراقبت غیرمحسوس و ... قرار می دهند.

توصیه های امنیتی و حفاظتی در کشور بیگانه:

- نشان ندادن مدارک و پول در جوامع عمومی و مکان های پرجمعیت.
- جلب توجه نکردن و اجتناب از رفت و آمد به تنهایی در شب و یا در مکانهای خلوت یا مشکوک و خودداری از سوار شدن به غیر از خودروهای نقلیه عمومی.
- خودداری از فروش گردنبند، انگشتری، ساعت و زینت آلات و دوری کردن از اشخاصی که برای خرید به شما مراجعه می نمایند و در خرید دقت نمایید که تنها کالای مجاز را خریداری نمایید.
- مراقبت از مدارک، پول، اشیای پر ارزش و ...
- عموماً در هنگام ورود به کشور مقصد، افراد ناشناس و بعضاً ایرانی، با عناوین مختلف از جمله مترجم، راهنما و ... به شما مراجعه نموده و پیشنهاد مساعدت به شما را دارند، توصیه می گردد به آنها اعتماد ننموده و حتی هدف از مسافرت خود را نیز به ایشان بازگو ننمایید.
- با توجه به آگاهی نمایندگی های جمهوری اسلامی از مقررات کشور مقصد، در صورت بروز هر گونه مشکل یا نیاز به هر گونه راهنمایی بلافاصله و بدون تردید با مراجعه به نمایندگی ها از راهنمایی و مساعدت آنها استفاده نمایید.
- مدارک هویتی و مسافرتی خود مثل گذرنامه، شناسنامه و ... را به هیچ عنوان و تحت هیچ شرایطی در اختیار افراد ناشناس قرار ندهید، چرا که در صورت وقوع هر گونه مشکل یا سوء استفاده از این مدارک توسط هر شخص دیگر، مسئولیت آن بر عهده شما خواهد بود.
- چنانچه گذرنامه خود را برای انجام سفر در اختیار شرکت مسافری قرار داده اید حتماً نسبت به اخذ رسید آن با درج زمان تحویل گذرنامه اقدام نمایید.
- چنانچه به هر دلیل توسط پلیس محلی بازداشت شدید بلافاصله از مأمورین بخواهید به استناد ماده ۳۶ کنوانسیون وین ناظر بر امور کنسولی، مراتب را سریعاً به سفارت یا نزدیکترین سرکنسولگری جمهوری اسلامی ایران اطلاع دهند و چنانچه زبان محلی را نمی دانید، از امضای هر گونه اوراق و اسناد خودداری فرمایید.
- اگر با افراد مستی مواجه شدید، سعی کنید که به او توجهی نکنید، اگر انجام چنین کاری غیرممکن است حواس او را پرت کرده و به راه خود ادامه دهید و به خاطر داشته باشید که ممکن است که او حقیقتاً مست نباشد، بلکه سارق یا جیب بر باشد.
- ملیت خود را فاش نکرده و از خیابانهایی که تردد وسایل نقلیه بیشتر است استفاده کرده و به صورت گروهی سفر نمایید.
- اطاعت از دستورات سرپرست گروه یا رئیس ه یأت همراه را در طول سفر در نظر داشته باشید.
- از قرار دادن کارت شناسایی، گذرنامه و پول خود در جیب عقب شلوار بپرهیزید و آنها را در جیب داخل که دارای دکمه و زیپ باشد قرار دهید. در صورت امکان از کیف های کمربند یا کیف هایی که از گردن آویزان می شود و داخل لباسها جای می گیرد، استفاده کنید.
- سعی نمایید تنها به بازار یا خیابان نروید، گشت و گذار دسته جمعی امنیت شما و دوستانتان را افزایش می دهد.

- در سفرهای علمی یا ورزشی، کارت هویتی از سوی برگزارکنندگان به شما ارائه می گردد، سعی کنید همیشه آن را همراه داشته باشید.
- قبل از اینکه از هتل خارج شوید کارت هتل را از پذیرش بگیرید، چرا که در صورت گم شدن می توانید با نشان دادن کارت هتل به پلیس یا راننده تاکسی، به هتل برگردید.
- اسم هتل، خیابان اصلی هتل، نام ایستگاهی که در آن اتوبوس یا مترو پیاده یا سوار شده اید را به زبان محلی بخاطر بسپارید.
- از برقراری ارتباط با گروههای معاند با نظام و عناصر ضد انقلاب خودداری کنید.
- تبدیل ارز در بانکهای رسمی کشور مقصد و خودداری از تبدیل ارز در بازار آزاد (بازار سیاه).
- گذرنامه خود را همراه خود به شهر نبرید، مگر آنکه به آن نیاز داشته باشید . سرقت گذرنامه از سرقتهای معمولی خیابانی است.
- سعی کنید اگر جایی می روید حتماً یک نفر از رفت و برگشت شما اطلاع داشته باشد تا در صورتی که اتفاقی برای شما افتاد، آن فرد نگران تأخیر شما شود.
- از نزدیک شدن به صحنه هایی نظیر تصادفات، درگیری، تجمع، تظاهرات خیابانی، آتش سوزی و... خودداری کنید.
- مقررات عدم عکس برداری از اماکن ممنوعه را همواره رعایت نمایید. هنگامی که به بعضی از مراکز با تابلو و بی تابلو مانند مراکز پلیس، ارتش، مذهبی، فرهنگی، وزارت خانه ها و ... روبرو می شویم بایستی در نظر داشته باشیم که تهیه عکس از آنها ممنوع بوده و عکسبرداری از آن منجر به دستگیری و پرداخت جریمه می شود.
- عدم ابراز هر گونه همدردی با اتباع کشور میزبان در مواقعی که به علل گوناگون از کشور متبوعه خود اظهار نارضایتی می نمایند و دخالت در امور سیاسی و کشاندن افراد کشور مزبور به بحث سیاسی و...
- عدم تماس بلافراد غیر مجاز (افرادی که شغل خاصی ندارند).
- در خیابان های شلوغ شهر و محله های بدنام وارد نشوید . گاهی حتی پلیس نیز جرأت وارد شدن به این محله ها را ندارد.
- عدم تماس با اتباع سایر کشورهایی که در کشور میزبان اقامت داشته و ناشناس هستند.
- عدم خروج از حداکثر شعاع تعیین شده در کشور میزبان.



مسائل ایمنی در هتل:

- به محض ورود به هتل سعی کنید دربهای خروج اضطراری و محیط های امن را مرور و شناسایی کنید.
- بعد از ورود به اتاق، حتماً درب را از داخل قفل نمایید.
- هنگام استفاده از دستشویی و حمام اگر در اتاق تنها هستید، درب دستشویی را باز بگذارید.
- در اغلب موارد، درون یخچال هتل پر از نوشیدنی است که در صورت مصرف، پول آن هنگام تحویل هتل، حساب می شود.
- پس از خروج از اتاق درب آن را قفل نموده و کلید را به پذیرش تحویل دهید.
- در صورتی که هتل دارای سونا و استخر مختلط بود، از رفتن به این مکان ها خودداری نمایید.
- هنگام خروج از هتل، از جا گذاشتن اسناد و مدارک، پاسپورت، پول و جواهرات در اتاق خودداری نمایید و سعی کنید آنرا به صندوق امانت هتل تحویل داده رسید دریافت نمایید . (به یاد داشته باشید که خدمه هتل برای نظافت حتماً به اتاق شما سر خواهد زد.)
- در صورتی که اسناد مهم علمی یا اداری به همراه دارید، هرگز آنرا از خود دور نکنید و اگر دارای طبقه بندی بود آنرا حتی به صندوق امانت هتل هم تحویل ندهید، چرا که ممکن است مورد بهره برداری قرار بگیرد.

از دعوت افراد خارجی به اتاق خود اجتناب نمایید.