

Ce trebuie să știți atunci când urmează să călătoriți cu autocarul



Chiar dacă un drum lung poate fi obositor, mersul cu autocarul va fi mereu confortabil și de ce nu, amuzant. Cunoști oameni noi, socializezi și admiri peisaje.

Pentru ca deplasarea să nu fie stresantă, cu puțină organizare, inconveniente pot fi eliminate, sejurul devenind plăcut și agreabil. În acest sens avem câteva sfaturi.

- *Ajunzi la timp la punctul de plecare.* Trebuie să respecti ora de plecare specificată în program. Indicată ar fi să ajungi mai devreme, pentru a vedea care îți este locul destinat sau pentru a-ți depozita bagajele în siguranță. Bagajul pe care ți l-ai pregătit pentru autocar trebuie să aibă un semn distinctiv, pentru a-l recupera cu ușurință în momentul în care ajungi la destinație. În funcție de numărul de ore care vor fi de parcurs, se fac pauze atât pentru călători, cât și pentru șoferi.

- *Evita alimentele nesănătoase și de băuturile acidulate!* Sunt de evitat înainte de călătorie sau în timpul acesteia, mâncare plină de grăsimi, cafea și sucuri acidulate. Acestea îți vor crea un disconfort pentru stomac. Ia o gustare rapidă, dar sănătoasă. Legumele și fructele, batoanele din cereale sau un sandwich sunt soluții la îndemână.

- *Poarta îmbracaminte comoda!* Drumul cu autocarul poate fi incomod, dacă stai timp îndelungat, în aceeași poziție. De aceea, evită rochiile mulate sau costumul și cămașa, în cazul bărbaților. Alege o ținută lejeră, cu haine mai largi. Dacă ai probleme cu sistemul circulator, poți purta ciorapi speciali compresivi.

- *Pastrează banii și documentele personale în siguranță.* Actele și banii trebuie să fie tot timpul ținute cât mai aproape de tine. Pentru că în timpul unui popas, autocarul va opri și în locuri aglomerate și un moment de neatenție poate costa destul de scump.

- *Nu te îndepărta de grup!* Stai cât mai aproape de cei care te însoțesc și respectă intervalul de pauză menționat de ghid.

- *Protejează-te de zgomot.* Nu strica să pui în bagajul de mână un dispozitiv pentru ascultat muzică și o pereche de casti audio. Poți asculta muzică preferată și toate sunetele deranjante vor fi blocate.

- *Cum dormi în autocar?* Este posibil să te ia somnul în timpul călătoriei, iar din acest motiv ai putea să îți pui în bagajul de mână o pernă pentru gât. Pe piață există modele care sunt gonflabile și ocupă puțin loc în bagaj. Un astfel de accesoriu te poate ajuta să tragi un pui de somn, dar și să îți ții capul într-o poziție stabilă. Dacă nu ai fost prevăzător, poți înlocui pernă cu o eșarfă mare, un accesoriu care poate fi folosit și pentru acoperirea corpului, în cazul în care ți se pare prea rece în autocar.

Ce îți pui în bagaj când călătorești cu autocarul

Scurte recomandări cu ce poți să iei, atunci când pleci la drum:

- Haine și încălțăminte confortabile, potrivite anotimpului în care te afli. Alege obiectele vestimentare potrivite unei astfel de călătorii: hanoracul cu glugă tip polar, pelerine sau umbrela sunt indispensabile, indiferent de sezon.
- Lucrurile considerate a fi fragile ar trebuie transportate în bagajul de mână. Tot în bagajul de mână pune ochelari de soare, servetele umede, lotiune pentru dezinfectare a palmelor, crema pentru mâini, balsam pentru buze, revistă/carte.
- Gustări care îți vor oferi energie. Batoanele cu cereale sau mixurile de fructe sunt ideale pentru un drum lung. Nu uita de apă, dar preferabil este să optezi pentru băuturi cu săruri. Astfel vei fi mai bine hidratat și nu vei fi nevoit să mergi la toaletă prea frecvent.
- Medicamente, în caz de nevoie. Dacă suferi de o anumită afecțiune sau pur și simplu ai rău de mașină, pune în bagaj la îndemână medicamentele necesare.

Nu în ultimul rând, profita de opriri. Chiar dacă nu ai nevoie să folosești toaleta, coboară din autocar și plimba-te puțin, pentru a te dezmorți. Dacă stai prea mult timp pe scaun, tot corpul este afectat, de la coloana vertebrală la sistemul circulator.

Ai grijă să nu te îndepărtezi prea mult de locul unde este parcat autocarul și fii atent la indicațiile șoferului.

Respectarea indicațiilor ghidului și ale șoferului privind durata pauzelor și orele de plecare din diverse locuri (hotel, obiective turistice), programul de condus al șoferilor este foarte importantă pentru buna desfășurare a programului.