

Памятка туриста по Республике Тыва

Республика Тыва, или Тува, – это уникальный регион в самом сердце Азии, с богатой историей, культурой и потрясающей девственной природой. Здесь вас ждут бескрайние степи, горные хребты, кристально чистые озера и реки, а также гостеприимные местные жители, сохранившие древние традиции. Эта памятка поможет вам спланировать незабываемое путешествие в Туву!

1. Почему стоит посетить Республику Тыва.

- **Уникальная культура:** Тува – это центр буддизма и шаманизма, где до сих пор живы древние традиции и обряды.
- **Неповторимая природа:** Здесь можно увидеть степи, тайгу, горы, реки и озера – все в одном месте.
- **Исцеляющая энергия:** Тува славится своими целебными источниками и энергетическими местами.
- **Горловое пение (Хоомей):** Уникальное искусство, признанное ЮНЕСКО.
- **Возможность прикоснуться к шаманизму:** В Туве до сих пор практикуют шаманы, к которым можно обратиться за советом и помощью.
- **Национальная кухня:** Познакомьтесь с традиционными блюдами тувинской кухни, приготовленными из натуральных местных продуктов.
- **Минимальное вмешательство цивилизации:** Тува – это место, где можно отдохнуть от городской суеты и вернуться к природе.

2. Когда лучше ехать.

- **Лето (июнь-август):** Лучшее время для посещения Тувы. Теплая погода, возможность для активного отдыха, купания в озерах и реках. Однако, учтите, что летом в степи много комаров и мошек.
- **Весна (май):** Время цветения степных растений.
- **Осень (сентябрь-октябрь):** Красивые осенние пейзажи в горах и тайге.
- **Зима (ноябрь-март):** Подходит для любителей зимних видов спорта (требуется специальное снаряжение). Учтите, что зимой в Туве очень холодно.

3. Как добраться.

- **Самолет:** Аэропорт Кызыл (KYZ) – основной транспортный узел. Есть рейсы из Москвы, Новосибирска, Красноярска.
- **Автомобиль:** Через Туву проходит федеральная трасса Р-257 "Енисей" (Красноярск-Кызыл-Монголия). Учитывайте плохое состояние дорог на отдельных участках и большие расстояния.

- **Поезд:** Железнодорожного сообщения с Тувой нет. Ближайшая железнодорожная станция находится в Абакане (Республика Хакасия), откуда можно добраться до Кызыла на автобусе или автомобиле.

4. Что посмотреть.

- **Кызыл:** Столица Тувы, Центр Азии (обелиск), Национальный музей Республики Тыва, буддийский монастырь Устуу-Хурээ, набережная Енисея.
- **Озеро Дус-Холь (Сватиково):** Соленое озеро с лечебными грязями.
- **Озеро Азас (Тоджа):** Крупнейшее пресноводное озеро Тувы.
- **Шаманские места:** Гора Буура, долина реки Бий-Хем (Большой Енисей).
- **Археологические памятники:** Курганы "Аржаан-1" и "Аржаан-2" (древние захоронения скифской эпохи).
- **Убсунурская котловина:** Заповедник, включенный в список Всемирного наследия ЮНЕСКО.
- **Крепость Пор-Бажын:** Древняя уйгурская крепость на острове посреди озера Тере-Холь.
- **Тоджинская котловина:** Рай для любителей рыбалки и охоты.

5. Где остановиться.

- **Гостиницы:** В Кызыле есть несколько гостиниц разного уровня комфорта. В других городах и селах выбор гостиниц ограничен.
- **Юрточные городки:** Предлагают аутентичное проживание в традиционных тувинских юртах.
- **Гостевые дома:** В сельской местности можно найти гостевые дома, предлагающие размещение в деревенском стиле.
- **Базы отдыха:** На берегах озер и рек.
- **Кемпинги:** В некоторых местах можно разбить палатку (требуется согласование с местными властями).

6. Что попробовать из местной кухни.

- **Быштак:** Тувинский домашний сыр.
- **Хойглуг шай:** Чай с молоком, солью и маслом.
- **Боорзаки:** Жареные в масле кусочки теста.
- **Кровяная колбаса (Казы):** Традиционное блюдо.
- **Мясо по-тувински (Чочак):** Отварное мясо, нарезанное крупными кусками.
- **Лепешки (Хуужуур):** Жареные лепешки с мясом.
- **Тараа:** Обжаренный ячмень.

7. Что привезти в подарок.

- Изделия из шерсти: Валяные изделия, ковры, шапки, варежки.
- Музыкальные инструменты: Хомус (варган), игил (двухструнный смычковый инструмент).
- Сувениры с шаманской символикой: Обереги, амулеты.
- Изделия из камня: Статуэтки, брелоки.
- Травяные сборы и чай: Тувинские травы обладают целебными свойствами.
- Мед: Горный мед.
- Алкогольные напитки: Арага (молочная водка). Употребление алкоголя должно быть умеренным и ответственным.

8. Правила безопасности и полезные советы:

- **Уважайте местные традиции и обычаи:** Тува – это консервативный регион, поэтому одевайтесь скромно и избегайте вызывающего поведения.
- **При посещении буддийских храмов и шаманских мест снимайте головной убор.**
- **Разузайте о местных правилах поведения в степи:** Не разводите костры в неположенных местах, не мусорите, не тревожьте диких животных.
- **При посещении соленых озер будьте осторожны:** Соль может вызвать раздражение кожи.
- **Берите с собой наличные:** В небольших населенных пунктах может не быть банкоматов или возможности расплатиться картой.
- **Возьмите с собой запас воды и еды:** Особенно если собираетесь в отдаленные районы.
- **Одевайтесь по погоде:** Погода в Туве может меняться очень быстро, особенно в горах.
- **Защититесь от солнца:** Используйте солнцезащитный крем, головной убор и солнцезащитные очки.
- **Защититесь от насекомых:** Комары и мошки могут быть очень назойливыми летом.
- **Прививки:** Уточните у врача, какие прививки могут быть рекомендованы для поездки в регион.
- **Документы:** Паспорт (для детей до 14 лет – свидетельство о рождении), полис ОМС/ДМС.
- **Медикаменты:** Возьмите с собой необходимые лекарства и средства первой помощи.

9. Полезные контакты:

- **Служба спасения: 112**
- **Полиция: 102**
- **Скорая помощь: 103**

Приятного путешествия!