

توصیه های ایمنی در عراق | مهر ۱۳۹۸

۱. از انتخاب و استفاده از مسیرهای نشناخته و غیر معمول جدا خودداری کنید.
۲. برای پیاده روی از همان مسیر همیشگی نجف تا کربلا استفاده کنید.
۳. توصیه می شود برای خروج، مرز مهران را انتخاب کنید و با ماشین های نجف، خودتان را به این شهر برسانید.
۴. در حال حاضر با وجود ناآرامی ها، بازدید از شهرهای زیارتی مانند سامرا و کاظمین اصلا توصیه نمی شود. چرا که تمام تمرکز نیروهای امنیتی عراق بر روی آرام کردن اعتراض هاست و ممکن است بقایای نیروهای داعشی در این شهرها، دست به تحرکات بزنند. یعنی سامرا و کاظمین مانند سال های قبل امنیت ندارد.
۵. به هیچ وجه در طول مسیر با عراقی ها بحث سیاسی و مذهبی نکنید.
۶. حتی اگر فردی عراقی تلاش داشت سر صحبت را با اختلافات مذهبی و سیاسی با شما باز کند، شما به این صحبت ادامه ندهید و بگویید همه ما زائران و عاشقان امام حسین هستیم و هدفی جز این ندارید.
۷. تصور نکنید چون عراقی ها عرب هستند از فارسی چیزی نمی دانند و می توانید هر حرفی بزنید. بسیاری حتی اگر عربی حرف بزنند، فارسی هم متوجه می شوند؛ بنابراین مراقب حرف زدنشان باشید.

هزینه ویزای عراق در سال ۱۳۹۸

تا سال پیش برای سفر به عراق و شرکت در پیاده روی اربعین داشتن ویزای عراق الزامی بود. خبر خوب این که امسال می توانید بدون ویزا به عراق سفر کنید. یعنی نیازی نیست مانند پارسال هزینه ۴۰ دلاری ویزا را بپردازید و فقط کفایت در سامانه سماح ثبت نام کنید.

ثبت نام در سامانه سماح

برای شرکت در پیاده روی اربعین باید به [سامانه سماح](#) مراجعه و با ورود اطلاعات خود، ثبت نام کنید. توجه کنید که اگر در این سامانه ثبت نام نکنید، نمی توانید از کشور خارج شوید.

هزینه ثبت نام: برای ثبت نام در سماح باید هزینه ای برابر با ۲۵۰۰۰ تومان برای بیمه حوادث و خدمات درمانی بپردازید.

مدت اعتبار: از تاریخ ۱۳۹۸/۶/۱۹ (۱۰ محرم ۱۴۴۱) تا ۱۳۹۸/۸/۷ (۳۰ صفر ۱۴۴۱)، می توانید بدون ویزا و فقط با ثبت نام در سماح به عراق سفر کنید.

سال گذشته عوارض خروج از کشور برای زائران اربعین حذف شده بود و به احتمال زیاد امسال نیز نیازی به پرداخت عوارض نداشته باشید.

هزینه های پاسپورت

برای سفر به عراق و شرکت در پیاده روی اربعین، باید گذرنامه شما حداقل سه ماه اعتبار داشته باشد. در غیر این صورت لازم است برای دریافت پاسپورت جدید اقدام کنید. هزینه های پاسپورت عبارت است از:

۱. ۱۰۰۰ تومان بابت شناسه
۲. ۳۷۵۰ تومان به حساب شهرداری بابت عوارض شهرداری
۳. ۱۰۰۰۰۰ تومان برای خزانه داری استان بابت تعرفه صدور گذرنامه
۴. ۳۶۹۸۰ تومان بابت خدمات دفاتر پلیس + ۱۰ و هزینه پست

راه های دسترسی به نجف و کربلا

برای آن که در پیاده روی چند روزه اربعین شرکت کنید، ابتدا باید به شهر نجف بروید. برای رسیدن به شهر نجف، دو راه در پیش دارید:

- هوایی: شما از شهرهایی چون تهران، مشهد، اصفهان، تبریز، اهواز، شیراز، ساری، کرمان، یزد و آبادان می توانید به صورت مستقیم به نجف پرواز کنید.
- زمینی: برای سفر زمینی به نجف، می توانید از پایانه های مرزی مهران، شلمچه، چذابه و خسروی عبور کنید. مسافران پیاده عمدتاً از مرزهای مهران و چذابه عبور می کنند. پس از عبور از مرز با استفاده از ماشین های گذری که زیاد هستند، خود را به شهر نجف برسانید.

هزینه سفر از مرز تا نجف چقدر است؟

کرایه اتوبوس، ون و ماشین های سواری از مرز تا پایانه شهر نجف حدود ۱۵۰۰۰ دینار عراق (معادل ۱۶۱،۲۹۰ تومان) تا ۵۰۰۰۰ دینار عراق (معادل ۵۳۷،۶۳۰ تومان) است.

کرایه از کربلا تا مرز چقدر است؟

برای مسیر برگشت (کربلا به مرز) می توانید انتظار هزینه ای در حدود ۱۵،۰۰۰ دینار عراق (۱۶۱،۰۰۰ تومان) تا ۳۰،۰۰۰ دینار عراق (۳۲۲،۰۰۰ تومان) داشته باشید.

مرزهای مشترک ایران و عراق کدامند؟

ایران و عراق ۴ پایانه مرزی مشترک دارند که محل قرارگیری و دسترسی هر یک به شهر نجف متفاوت است .

- مرز مهران :مهم ترین و شلوغ ترین مرز است که در جنوب استان ایلام قرار دارد. از این مرز تا نجف حدود ۴ تا ۶ ساعت راه در پیش دارید.
- مرز شلمچه :در استان خوزستان قرار دارد و از این مرز تا شهر نجف ۵ تا ۸ ساعت راه پیش روی شماست.
- مرز چذابه :این مرز نیز در استان خوزستان قرار گرفته و با شهر نجف فاصله ای ۴ تا ۷ ساعته دارد .
- مرز خسروی :این مرز در استان کرمانشاه است و با نجف فاصله ای ۵ تا ۷ ساعته دارد .

از کدام پایانه مرزی برای خروج از کشور استفاده کنیم؟

از سال ۹۶، برای عبور زائران از مرزها یک تقسیم بندی بر اساس استان محل سکونت انجام شده است. گرچه اعلام شده بود که زائران فقط بر اساس این دسته بندی می توانند از کشور خارج شوند، اما محدودیت ها برای عبور، چندان جدی به نظر نمی رسید. به هر حال آگاهی از این دسته بندی خوب است که در ادامه می بینید.

نام پایانه مرزی	مهران	شلمچه	چذابه	خسروی
استان ها	تهران، البرز، قزوین، قم، مرکزی، گیلان، مازندران، گلستان، لرستان، ایلام و همدان	تهران، خراسان رضوی، اصفهان، فارس، کهگیلویه و بویراحمد، چهارمحال و بختیاری، سیستان و بلوچستان، کرمان، هرمزگان، بوشهر و خوزستان	تهران، خراسان رضوی، اصفهان، خوزستان، خراسان جنوبی، فارس، کرمان، یزد، سمنان و خراسان شمالی	آذربایجان شرقی، آذربایجان غربی، اردبیل، زنجان، کردستان و کرمانشاه

ساعت کاری مرزها برای پیاده روی اربعین چقدر است؟

چندین سال است که به مناسبت پیاده روی اربعین، ساعت کاری پایانه های مرزی افزایش پیدا می کند و به صورت ۲۴ ساعته فعال هستند .

بهترین ساعت عبور از مرز چه زمانی است؟

برای عبور زمینی از مرز، اغلب با شلوغی و حجم بالای زائران رو به رو خواهید شد، بنابراین توصیه می شود طوری حرکت کنید که صبح زود یا اول شب به مرز برسید. در این حالت تعداد مسافرها کمتر هستند.

مشخصات و توصیه های لازم در مسیر نجف تا کربلا

بیشتر عراقی ها پیاده روی به مقصد کربلا را از شهر خود شروع می کنند که بسته به مسافت، ممکن است بین ۴ تا ۱۲ روز در راه باشند. اما اغلب برای آن که اتحاد را حفظ کنند؛ در نهایت از مسیر نجف تا کربلا عبور می کنند و خود را به مزار مطهر امام حسین (ع) می رسانند. مسیری که اغلب ایرانی ها استفاده می کنند هم همین مسیر نجف تا کربلاست .

پیاده روی اربعین را از چه تاریخی شروع می کنند؟

بیشتر زائران پیاده روی را از روز شانزدهم صفر شروع می کنند و یک روز پیش از اربعین خود را به کربلا می رسانند. اما باز هم بسته به برنامه و دلایل شخصی خود امکان این را دارید که چند روز زودتر پیاده روی را آغاز کنید و یا در روز هفدهم صفر از نجف راه بیفتید. مزیت انتخاب روز شانزدهم، همراهی با جمعیت کثیر، لمس اتحادی بی بدیل و شوری همگانی است. البته اگر ترجیح می دهید از شلوغی و ازدحام دور باشید، یک هفته قبل از اربعین بهترین زمان برای شماست.

شروع مسیر پیاده روی کجاست؟

برای آن که خود را به شروع مسیر پیاده روی برسانید، از در باب الساعه حرم امام علی (ع) خارج شوید و مستقیم در کناره خیابان امام زین العابدین و یا خیابان امام جعفر صادق (ع) حرکت کنید. خود را به بزرگراه کربلا برسانید و در کنار دیگر مشتقان و زائران حسینی به راه خود ادامه دهید. پیدا کردن ادامه مسیر پیاده روی کار چندان سختی نیست و کافیست تا به دنبال نشانه ها و خیل جمعیت بروید.

برای پیدا کردن مسیر چه کنیم؟

از نزدیکی حرم که پیاده روی را شروع کنید، از ابتدا تا آخر مسیر ستون هایی می بینید که شماره گذاری شده اند و به آن ها «عمود» می گویند. از ابتدای نجف تا انتهای شهر ۱۸۲ عمود وجود دارد و از آن پس شماره عمودها دوباره صفر شده و عمودهای بین نجف تا کربلا آغاز می شوند. فاصله عمودها ۵۰ متر است و شماره آخرین عمود در ورودی کربلا ۱۴۵۲ است.

کاربرد عمودها برای چیست؟

عمودها برای محاسبه مسیر طی شده و آدرس دادن کاربرد زیادی دارند. به طور مثال برای پیدا کردن یک موبک خاص و یا برای قرار گذاشتن از عمودها استفاده می کنند. توصیه می شود برای قرار گذاشتن از عددهای رند عمودها استفاده نکنید، چرا که اغلب افراد همین کار را می کنند و در نتیجه در این عمودها با شلوغی مضاعفی رو به رو خواهید شد. توجه داشته باشید که در فواصل عمود ۱۱۰۰ تا عمود ۱۳۹۰ به علت باریک شدن راه عبوری، تعداد موبک ها کم تر می شوند. بنابراین طوری برنامه ریزی کنید که این فاصله را در شب طی نکنید و برای یافتن محل خواب دچار مشکل نشوید .

پیاده روی بین شهر نجف تا کربلا چقدر زمان می برد؟

طول مسیر دو شهر نجف تا کربلا ۸۵ کیلومتر است که معمولا در سه روز طی می شود.

- یعنی روزی در حدود ۲۶,۵ کیلومتر مسیر در پیش دارید و حدود ۷ تا ۸ ساعت پیاده روی خواهید داشت .
- برای پیاده روی سه روزه، روز اول تا حدود عمود ۴۸۰ تا ۵۰۰ و روز دوم نیز تا حدود عمود ۱۰۰۰ پیاده روی کنید .

بهترین ساعت برای شروع پیاده روی اربعین چه زمانی است؟

چیزی که در چند سال گذشته مرسوم بود، شروع پیاده روی از ساعت ۴ و ۵ صبح و پایان آن قبل از غروب آفتاب بود. اما با توجه به آن که رویدادها در سال قمری تاریخ یکسانی ندارند و متغیر هستند، در حال حاضر سال به سال واقعه اربعین به تابستان نزدیک می شود و در نتیجه تغییرات آب و هوایی نیز مشهود است. همان طور که می دانید فاصله میان نجف و کربلا، فضایی کویری دارد و در نتیجه از سال گذشته برای آن که زائران از گرمای زیاد در طول روز فرار کنند، زمان پیاده روی را تغییر داده اند. به این صورت که پیاده روی را از غروب آفتاب آغاز می کنند و نماز صبح برای استراحت و خواب توقف می کنند. البته اگر بخواهید از این روش استفاده کنید، توجه داشته باشید که شب ها هوا خنک تر است و لباس های لازم را همراه خود داشته باشید.

من بسیار آهسته پیاده روی می کنم. آیا می توانم در این رویداد شرکت کنم؟

اگر سرعت پیاده روی شما کند است و یا کودکانی همراه خود دارید، نگران نباشید؛ چرا که با پیاده روی آهسته هم می توانید در چهار یا پنج روز مسیر را طی کنید. انتخاب این که روزی چقدر پیاده روی کنید و یا در کل، چند روز در راه باشید کاملا به آمادگی جسمانی و توانایی شما بر می گردد. از طرفی توجه داشته باشید، علاوه بر سرعت پیاده روی شما، میزان استراحت و توقف های میان راه هم در طول این سفر تاثیر دارد. بنابراین نگرانی نداشته باشید و با توجه به سرعت خود، برنامه ریزی کنید.

آیا می شود با خانواده و کودکان هم به پیاده روی رفت؟

جواب این سوال مثبت است! لطفا فکر نکنید که پیاده روی اربعین مختص آقایان است. اگر یک بار هم به این پیاده روی رفته باشید، خواهید دید که جمعیت خانم های عرب کمتر از آقایان که نیستند هیچ، بیشتر هم هستند. بسیاری از زائران -ایرانی و عراقی هم ندارد- برای شرکت در پیاده روی اربعین، خانوادگی برنامه ریزی می کنند و به همراه کودکان بزرگ و کوچک راهی می شوند. توصیه می شود برای راحتی بچه های کوچک خود، بردن کالسکه را فراموش نکنید.

اگر نتوانستیم به پیاده روی ادامه دهیم، چه کنیم؟

اگر به هر دلیلی مانند مشکلات جسمی و یا خستگی بچه های کوچکتر نتوانستید به پیاده روی ادامه دهید، نگران نباشید. شما در هر جای مسیر می توانید سوار ماشین های گذری شوید و با پرداخت هزینه، خود را به کربلا برسانید .

غذا و اقامت در طول مسیر

از مزیت های بارز سفر پیاده روی اربعین، هزینه کاملا رایگان آن است! یعنی نه تنها در قبال هیچ امکاناتی از شما پولی دریافت نمی شود، بلکه تماما مورد مهربانی و مهمان نوازی عراقی ها قرار خواهید گرفت. در طول مسیر بارها افرادی را خواهید دید که با اصرار از شما می خواهند غذا یا محل اقامت آن ها را بپذیرید .

موکب ها: محل اقامت رایگان

در تمام مسیر ۸۵ کیلومتری دو شهر نجف تا کربلا، خانه ها، اقامتگاه ها و حسینیه هایی به چشم می خورد که برای استراحت زائران ساخته شده و به نام «موکب» شناخته می شود. موکب ها انواع مختلفی دارند. ممکن است تنها یک چادر عشایری باشد و یا حسینیه ای وسیع با گنجایش بیش از هزار نفر. ممکن است یک خانه چندین طبقه باشد و یا خانه ای کوچک با شمایی روستایی. جالب است بدانید که تمام این ساختمان ها برای پذیرایی از زائران اربعین ساخته شده اند و در طول سال استفاده دیگری ندارند. گرچه اغلب موکب ها، عراقی هستند اما صاحبان موکب ها از مکان ها و حتی کشورهای مختلف هستند. شما در طول مسیر موکب هایی ایرانی، لبنانی، پاکستانی، ترکی و ... را هم خواهید دید . خوب است همین جا این نکته را بگویم که در اغلب موکب ها پتوهای تمیز و گلبافتی را می بینید که شاید اصلا انتظارش را نداشته باشید! و البته اگر چندین پتو احتیاج داشته باشید، موکب داران با مهربانی در اختیار تان خواهند گذاشت .

تمام وعده ها در راه

همان طور که گفته شد تمام وعده ها به رایگان و با رویی باز در اختیار شما گذاشته می شود. ایستگاه های غذا به قدری زیاد و متنوع هستند که از ساندویچ فلافل تا پلو ماهی را میانشان می توان دید. در طول پیاده روی مرتب عراقی ها را می بینید که از شما خواهش می کنند مهمانشان شوید و شما نمی دانید از کدام غذا انتخاب کنید. منتها به ساعات غذا توجه داشته باشید، گرچه در تمام ساعات روز در همه موکب ها پذیرایی خواهید شد، اما وعده های اصلی صبحانه، ناهار و شام تنها در همان ساعات خودشان، یافت می شوند. به طور مثال صبحانه را بعد از نماز صبح تا ساعات اولیه روز مانند ۷ تا ۸ و ناهار را از ۱۲ تا ساعات ۱ و ۲ می توانید صرف کنید. اما ساعات سرو شام بازه وسیع تری دارد و از غروب آفتاب تا ساعت ۱۰ شب نیز می توانید در موکب ها شاهد توزیع غذا باشید. به این ترتیب در ساعت هر یک از وعده ها کفایت به یکی از موکب ها مراجعه کنید و غذای خود را بگیرید. جالب آن که اگر در موکبی در حال استراحت باشید، خادمان و مسئولان موکب، غذا را برای شما می آورند .

نوشیدنی ها :از اول تا انتهای مسیر، ایستگاه های چای و قهوه عربی را به وفور خواهید دید که اغلب در استکان های کمر باریک و نعلبکی سرو می شوند. البته در سال های اخیر استفاده از لیوان یک بار مصرف باب شده است. اگر دغدغه بهداشت و محیط زیستی دارید، توصیه می کنیم لیوان خودتان را همراه داشته باشید.

برای نوشیدن آب هم نگران نباشید، در اغلب مسیر می توانید بطری های آب معدنی را به رایگان تهیه کنید. میان وعده ها :البته خوراکی ها و خوشمزه های راه، تنها محدود به وعده های اصلی نمی شود و شما در تمام روز می توانید از پذیرایی موبک داران عراقی و ایرانی بهره ببرید. سینی های بزرگ خرما که با ارده و کنجد تزئین شده اند، به وفور به چشم می خورند که برای پیاده روی نیز بسیار مقوی و مفید هستند. همچنین بارها با افراد متفاوتی برمی خورید که انواع میوه ها را در میان زائران حسینی توزیع می کنند .

وسایل لازم برای سفر و پیاده روی در اربعین

انتخاب وسایل درست برای این پیاده روی چند روزه بسیار اهمیت دارد، به گونه ای که اگر هر کدام از این موارد نباشند، سختی زیادی را برای شما رقم می زند. به طور کلی برای انتخاب تمامی وسایل باید این را در نظر بگیرید که قرار است سه روز و در طی ساعاتی پیاپی، پیاده روی کنید، پس در نظر گرفتن نکاتی که در ادامه می آید، بسیار اهمیت دارند. این وسایل عبارت اند از :

۱. کفش مناسب | دمپایی
۲. لباس مناسب
۳. کوله پشتی و وسایل لازم
۴. وسایل شخصی و وسایل بهداشتی

کفش مناسب یا دمپایی

کفش راحت و مناسب یکی از ضروری ترین بخش سفر پیاده روی است، چرا که نبود کفش مناسب موجب آزرده گی و تاول پا می شود . اشتباه نکنید !لازم نیست کفشی گران قیمت به پا داشته باشید، تنها باید کفش شما کاملا راحت باشد، طوری که در پیاده روی، پای شما کوچک ترین فشار یا ناراحتی را تحمل نکند. نکته ای که می گویم بسیار ضروری است و نباید هیچ فشار کوچکی را نادیده بگیرید. به طور مثال کفشی که برای استفاده روزانه شماس است و هر روز چند دقیقه با آن پیاده روی می کنید؛ الزاما گزینه خوبی نیست. چرا که شما هیچ وقت تجربه چندین ساعت پیاده روی پیاپی با همین کفش را نداشته اید و بنابراین میزان راحتی کفش برای شما مشخص نیست. بهترین نکته برای انتخاب کفش مناسب این است که باید به خودتان یادآوری کنید: قرار است حداقل ۳ روز مداوم، روزی نزدیک ۷ تا ۸ ساعت پیاده روی کنید. بنابراین لازم است راحت ترین کفش را انتخاب کنید .

شاید بخواهید همین کفش همیشگی را بردارید و تصور کنید این ناراحتی کوچک به راحتی قابل اغماض است، اما توصیه دوستانه من را بپذیرید و از این کار دست بکشید. چرا که هر نوع ناراحتی روی پای شما در ساعات مداوم پیاده روی و سه روز پشت سر هم، به هیچ وجه قابل چشم پوشی نیست. در نهایت یک پای زخمی و تاول زده روی دستتان می ماند و ممکن است از ادامه سفر محروم شوید .

چطور کفش مناسب انتخاب کنیم؟

کفش های مورد نظر خود را بپوشید و ۵ دقیقه با آن ها پیاده روی کنید. در طی این مدت تمام توجه خود را کاملا بر روی انگشتان، سینه و پشت پای خود معطوف کنید. اگر در این مدت هیچ گونه فشار و ناراحتی حس نکردید، کفش شما برای پیاده روی مناسب است.

اگر کفش من راحت نبود چه کنم؟

اگر کفش راحتی ندارید، غصه نخورید! می توانید خیلی راحت انواع صندلی طبی و دمپایی پلاستیکی را جایزینگ کنید. چرا که پای شما به هنگام پیاده روی طولانی مدت، تحت فشار نیست. ضمن این که در گرمای هوا، پای شما بیشتر هوا می خورد . در مجموع سعی کنید صندل یا کفشی را انتخاب کنید که نو نباشد و امتحان خودش را پس داده باشد، چرا که سه روز پیاده روی مداوم، بیش از چیزی که به نظر می آید طولانی است و نبود کفش یا صندل خوب، می تواند کل سفرتان را تحت تاثیر قرار دهد .

لباس مناسب

عراق اقلیمی بیابانی دارد، بنابراین اربعین امسال با آب و هوای گرمی مواجه خواهید شد. با این همه خوب است پیش از سفر، به [پیش بینی آب و هوای کربلا](#) نگاهی بیندازید و با توجه به آن برنامه ریزی دقیق تری داشته باشید. برداشتن این لباس ها توصیه می شود:

- لباس زیر
- شلوار راحت
- تیشرت طبیعت گردی یا لباس نازک: مزیت تیشرت طبیعت گردی آن است که پس از عرق، بو نمی گیرد، سفیدک نمی زند و در صورت شستن، سریع خشک می شود.
- پارچه (به جای حوله): از آن جا که حوله جای زیادی می گیرد و بر وزن کوله پشتی شما اضافه می کند، توصیه می شود به جای حوله از پارچه ای بزرگ و سبک استفاده کنید.

کوله پشتی و وسایل لازم

در سفری که چند روز پیاده روی دارد، حمل چمدان اصلا آسان نیست. بی برو برگرد بهترین گزینه برای حمل وسایل سفر، کوله پشتی است. انتخاب کوله پشتی مناسب هم به اندازه کفش مناسب اهمیت دارد، پس نکات زیر را از قلم نیندازید:

۱. پیش از همه، کوله پشتی انتخابی شما باید به خوبی بر روی دوش قرار بگیرد، به گونه ای که خودش روی کتف فشار وارد نکند و باعث خستگی شانه های شما نشود .
۲. برای اطمینان از راحتی کوله، وسایل خود را داخلش بگذارید و کمی با آن قدم بزنید. اینجا هم کوچک ترین فشار را نادیده نگیرید و در صورت آزرده گی به فکر کوله ای بهتر باشید .
۳. من بار اولم، روزهای آخر پیاده روی دلم می خواست کوله ام را یک جا گم و گور کنم و دست خالی به پیاده روی ادامه بدهم 😊! شاید عجیب باشد اما باید بگویم در طی این سه روز پیاده روی مداوم، حتی وزن کوچک ترین وسیله خود را حس می کنید. بنابراین در انتخاب کوله و وسایل درون آن دقت زیادی داشته باشید.

وسایل شخصی و بهداشتی

- سیم کارت موقت عراقی: پس از عبور از مرز می توانید سیمکارت های عراقی را بخرید.
- دینار عراقی
- ماسک: به دلیل بروز مکرر گرد و غبار، داشتن ماسک بسیار کاربردیست .
- عینک آفتابی
- کرم ضد آفتاب
- کلاه آفتابگیر
- اسپری ضد عرق
- لوازم بهداشتی مثل پد روزانه، دستمال مرطوب، دستمال الکلی، دستمال آنتی باکتریال
- مایع دستشویی: بهتر است مایع دستشویی را در ظرفی کوچک با خود ببرید. بسیاری از مکان ها فاقد صابون و مایع دستشویی هستند.
- شامپو: شامپو را هم در ظرف کوچکی بریزید تا در کوله پشتی جای زیادی نگیرد.
- شارژر موبایل
- پاوربانک
- سه راهی و سیم سیار: این دو شما را از پریزهای شلوغ برق نجات می دهند! ضمن این که با داشتن سیم سیار، می توانید موبایل در حال شارژ را کنار خودتان نگه دارید.
- پماد زینک اکساید و یا پودر بچه: برای جلوگیری از عرق سوز شدن و یا درمان آسیب های پوستی
- دستمال کشی، تعدادی قرص سرماخوردگی

هزینه ها در سفر به عراق

در مجموع و همان طور که متوجه شدید، بیشتر سفرتان در مسیر بین دو شهر کربلا و نجف می گذرد. بنابراین در این سفر هزینه چندانی ندارید و اغلب هزینه های شما به مسیر رفت به نجف و برگشت از کربلا به سمت مرز محدود می شود. بنابراین اگر می خواهید زمینی سفر کنید و یا به هر دلیل دیگری همراه خود پول ببرید، داشتن دینار و حتی دلار به صرفه تر از داشتن اسکناس های وطنی است. به دلیل آن که در سال های اخیر ارزش پول ما به نسبت دینار پایین تر آمده است. همچنین برخی از عراقی ها در این باره رفتار خوبی ندارند و اگر بخواهند هزینه ها را به تومان دریافت کنند، بیش از میزان واقعی خواهند گرفت.

بنابراین به صرفه است که برای سفر به عراق در همین جا دینار عراقی بخرید و یا با خود دلار ببرید و در صرافی های عراق، دلار را به دینار تبدیل کنید.

تعرفه های رومینگ در عراق

حتما می دانید که در صورتی که بخواهید خارج از مرزهای ایران تماس تلفنی داشته باشید، نرخ هزینه های مکالمه، دریافت تماس و ارسال پیامک متفاوت از داخل ایران هستند. در این جا ریز هزینه های رومینگ هر یک از اپراتورهای معروف ایرانی در عراق را برای شما آورده ایم. توجه داشته باشید که تمام هزینه ها به تومان و برای یک دقیقه مکالمه هستند .

ارسال پیامک	تماس با ایران	تماس دریافتی	تماس داخل عراق	اینترنت هر مگابایت	ایرانسل
۱،۵۰۰ تومان	۳،۸۰۰ تومان	۳،۸۰۰ تومان	۳،۸۰۰ تومان	۱،۵۰۰ تومان	ایرانسل
۱،۵۰۰ تومان	۴،۵۰۰ تومان	۳،۰۰۰ تومان	۲،۵۰۰ تومان	۲،۳۰۰ تومان	همراه اول
۱،۵۶۰ تومان	۴،۶۸۰ تومان	۳،۵۰۰ تومان	۴،۶۸۰ تومان	۱،۴۶۵ تومان	رایتل باKorek
۶،۰۰۰ تومان	۳۹،۰۰۰ تومان	۱۸،۰۰۰ تومان	۱۲،۰۰۰ تومان	۱۴۶،۰۰۰ تومان	رایتل با Zain و Asiaccell

دریافت دینار عراقی از خودپرداز در عراق

خوشبختانه از سال پیش تمهیداتی در نظر گرفته شده تا زائران حسینی بتوانند از خودپرداز بانک های ایرانی و با هر نوع کارت بانک متصل به سیستم شتاب، دینار عراقی دریافت کنند .

آدرس خودپردازهایی که می توانید از آن ها دینار بگیرید عبارت اند از:

- خودپرداز شماره ۱: شارع العباس عمود ۱۴۱۵
- خودپرداز شماره ۲: شارع العباس متنزه الحسين الكبير
- خودپرداز شماره ۳: میدان الطف موكب امام رضا عليه السلام
- خودپرداز شماره ۴: باب البغداد شارع علمي هتل الشرق الاوسط

- خودپرداز شماره ۵: باب البغداد شارع میثم تمار بالاتر از پارکینگ هتل ابراج الاشراق
- خودپرداز شماره ۶: باب البغداد جنب درمانگاه هلال احمر
- خودپرداز شماره ۷: قبله الحسین کنسول گری ایران
- خودپرداز شماره ۸: باب الخان شارع علقمی هتل شمس الکربلا الدولی
- خودپرداز شماره ۹: پارک حی الحسین علیه السلام
- خودپرداز شماره ۱۰: شارع قبله العباس هتل آفاق کربلا
- خودپرداز شماره ۱۱: شارع علقمی هتل فجر البدیع

امنیت در مسیر نجف تا کربلا

گرچه سال هاست در کشور عراق شاهد ناآرامی ها و درگیری های بسیار بوده ایم و درست است که فاصله دو شهر نجف تا کربلا فضایی بیابانی و خالی از سکنه بوده، اما جالب است بدانید تا به حال در مسیر پیاده روی اربعین، موردی از انفجار، درگیری و هر نوع ناامنی نبوده است. چرا که نیروهای امنیتی ایرانی و عراقی، هر دو امنیت کامل این مسیر را تضمین می کنند. به جرات می توان گفت مسیر نجف تا کربلا یکی از امن ترین مسیرهای موجود در عراق است.

بهداشت در سفر اربعین

حمام و دستشویی: در طول راه، اغلب موکب ها دستشویی و حمام دارند و با خیال راحت می توانید از این امکانات استفاده کنید .
لباس شویی: اغلب موکب های بزرگ در کنار سایر امکانات، لباس شویی هم دارند. به راحتی می توانید لباس های خود را بشویید و در فاصله خواب شب، لباس های تان خشک می شوند .

تاول پا: در پیاده روی سه روزه، تاول پا یکی از اتفاقات شایع است که به علت نبود کفش و یا پاپوش مناسب اتفاق می افتد. در صورتی که پای شما تاول زد، پس از اقدامات لازم آن را با باند پیوشانید و باقی مسیر از دمپایی استفاده کنید. اگر آزرده گی پای شما شدید شد، حتما به بخش های درمانی موجود در مسیر مراجعه کنید .

وجود ایستگاه های امدادی: خوب است بدانید در تمام مسیر میان دو شهر نجف تا کربلا، بخش های درمانی و ایستگاه های امدادی به چشم می خورند. همچنین ایستگاه های هلال احمر را می توانید در این مسیر ببینید. به این ترتیب در صورت بروز هر گونه ناراحتی و بروز مشکلات جسمی، حتما به این بخش ها مراجعه کنید. همان طور که می توانید حدس بزنید، تمام خدمات رایگان هستند .

لیوان فراموش نشود: در اغلب موکب های عراقی برای شست و شوی لیوان ها و استکان ها، یک ظرف پر آب وجود دارد که آب آن دیر به دیر تعویض می شود! یعنی در این مورد بهداشت چندان را نخواهید دید. به همین دلیل توصیه می شود در طول سفر داشتن لیوان شخصی را فراموش

نکنید. البته در چند سال اخیر تعداد موکب های ایرانی در طول مسیر بیشتر شده و اغلب موکب های عراقی، در کنار لیوان های همیشگی، لیوان یک بار مصرف هم دارند.

ظروف غذا: در رابطه با ظروف غذا، در اغلب موکب ها از ظروف یک بار مصرف استفاده می شود. اما برای جلوگیری از استفاده بی رویه از ظروف پلاستیکی، داشتن ظرف شخصی، پیشنهاد خوبی است. ترجیحا ظروف پلاستیکی و سفری همراه داشته باشید.

نکات فرهنگی

هنگام سفر به کشوری دیگر، وارد منطقه ای با فرهنگ متفاوت می شوید و بنابراین لازم است ضمن احترام گذاشتن، طوری رفتار کنیم که باعث پدیده رنجش در گردشگری و آزردهی خاطر مردمان بومی منطقه نشویم. به این ترتیب نه تنها می توانیم دوستان جدیدی در قومیت های دیگر پیدا کنیم، بلکه تصویر زیباتری از مردمان کشور خودمان ارائه می دهیم.

- در این سفر کاملا مهمان عراقی ها محسوب می شوید، بنابراین فراموش نکنید حفظ شان مهمان واجب است.
- هنگامی که در موکبی منتظر هستید تا غذایی دریافت کنید، از دست زدن به غذاهای در حال پخت و یا دخالت در نحوه سرو غذا، خودداری کنید.
- هدایای کوچکی مانند پیکسل، کتاب های جیبی، سربند و یا شکلات به همراه خود داشته باشید و برای تشکر به موکب داران و یا کودکان آنها هدیه بدهید.
- هرگز نخواهید در ازای کمک خادمان عراقی، به آن ها پول بپردازید. این کار بسیار زشت و توهین آمیز است.
- در نهایت خودتان را جای میزبان بگذارید، به راحتی متوجه می شوید چه نوع رفتاری برای عراقی ها ناخوشایند است.

کارناوال از تجربه های شخصی اش می گوید:

-از آن جا که هر ساله جمعیت زیادی در پیاده روی اربعین شرکت می کنند و احتمال گم کردن دوستان و آشنایان خود را دارید، بهتر است نقاطی را برای قرار گذاشتن و پیدا کردن یک دیگر مشخص کنید. می توانید از شماره ستون ها (عمودها) استفاده کنید. همچنین خیلی روی موبایل و زنگ زدن به یک دیگر حساب نکنید، چرا که احتمال آنتن ندادن و عدم توانایی برقراری ارتباط به دلایل مختلف زیاد است.

-از آن جا که در حال حاضر هوا به نسبت سال های پیش گرم تر شده است، اگر از مسیر معروف نجف-کربلا حرکت می کنید؛ توصیه می کنیم پیاده روی خود را برای شب هنگام بگذارید و روزها استراحت کنید تا از گرما در امان بمانید.

-یکی از خدمات رایجی که در طول مسیر می توانید ببینید، مشت و مال پاها و ماساژ بدن زائران است. پس از یک پیاده روی طولانی، یک ماساژ دلچسب نه تنها خستگی را از بدن شما می زداید که با قدری استراحت نیز انرژی مضاعفی برای طی باقی مسیر پیدا می کنید. البته باید بدانید اغلب ایستگاه ها، مخصوص مشت و مال بدن آقایان می شود و ایستگاه های انگشت شماری را برای خانم ها می توان یافت.

-شماره های ضروری زیر را در گوشی ذخیره کنید .

- اورژانس: ۱۰۴
- افراد گمشده: ۰۷۸۰۱۳۰۰۵۶۱
- احکام شرعی: ۰۷۸۱۴۶۵۱۳۵۳
- اداره مرکزی: ۰۷۸۰۱۰۰۴۷۵۸

-هدف از راهپیمایی اربعین، شرکت کردن در گردهمایی چند میلیونی و تجربه شوری حسینی است. اگر در هر نقطه از مسیر احساس کردید نمی توانید ادامه دهید، خودتان را اذیت نکنید و با گرفتن ون و یا دیگر ماشین ها به کربلا بروید. البته باید بدانید که از ۱۰ کیلومتری کربلا، مسیر ماشین رو کاملا بسته است.

-خوب است بدانید در ستون های ۷۲، ۳۳۵، ۶۰۲، ۱۱۰۳ و حرم حضرت عباس (علیه السلام) مراکز افراد گمشده قرار دارد و همچنین هر ۳ کیلومتر مرکز گزارش گمشدگان واقع شده است.

-اگر دوست داشتید غذای جدیدی را امتحان کنید، برای آن که از اسراف جلوگیری کنید، بار اول یک غذا بگیرید و چند نفری آن را امتحان کنید تا اگر دوست نداشتید تنها یک غذا دور ریخته شود .

-اگر با وجود تمام تدابیر، همراهان تان را گم کردید و نتوانستید با یک دیگر ارتباط برقرار کنید، قرار نهایی خود را حرم حضرت عباس بگذارید .
-علاوه بر تمام امکانات رایگان و رفتار خوشایندی که در طول مسیر نجف تا کربلا خواهید دید، خدمات رایگان دیگری نیز وجود دارد. به طور مثال ایستگاه هایی را خواهید دید که افرادی به تعمیر کیف و کفش زائران مشغول می شوند و یا در مکان هایی امکان برقراری ارتباط تلفنی را در اختیار شما می گذارند .

-اگر در کربلا جایی برای ماندن ندارید و یا از پیش جایی را هماهنگ نکرده اید، پس از ورود به شهر و زیارتی مختصر، از کربلا خارج شوید و یا در دروازه های شهر سلام بدهید و به سوی مقصد بعدی حرکت کنید. در ایام اربعین جمعیت زائران به قدری زیاد است که به سختی می توان جایی را برای اقامت چند شب پیدا کنید، خصوصا اگر چندین نفر باشید .

-بسیاری از عراقی ها در بعدازظهر اربعین به سوی خانه و کاشانه خود باز می گردند، در نتیجه برای جلوگیری از برخورد با آن حجم بالای جمعیت، از بازگشت در آن ساعات خودداری کنید .

-اغلب موبک ها پس از اربعین جمع آوری می شوند، پس اگر قصد دارید تعداد روزهای بیش تری در عراق بمانید، باید برای باقی روزهای خود به فکر محل اسکان باشید. همچنین ارزش داشتن ارز کافی غفلت نکنید .

-اگر می خواهید به صورت هوایی برگردید و پرواز شما قبل از اربعین، روز اربعین و یا فردای پس از آن است، به سبب شلوغی و قوانین فرودگاه عراق باید حداقل ۸ ساعت پیش از پرواز از شهر خارج شوید. همچنین خوب است بدانید که در همین سه روز خیابان های بیرون کربلا بسته هستند و برای رسیدن به فرودگاه، لازم است نزدیک ۱۰ تا ۲۰ کیلومتر را پیاده روی کنید .

-ثبت نام در سامانه سماح و پاسپورت معتبر مسافران و زائران الزامی است. در صورت نبود این مدارک مهم، با این گونه افراد برخورد جدی می شود و حبس هایی ۱ تا ۳ ساله در انتظار افراد خاطی است. همان طور که می دانید چند سال قبل موارد زیادی به چشم می خورد که افراد بدون ویزا یا پاسپورت از مرز رد می شدند، اما به تازگی روند متفاوتی در پیش گرفته اند و توصیه می کنیم ریسک نکنید و قوانین را جدی بگیرید.

دغدغه زبان نداشته باشید

یکی از متداول ترین سوال های اخیر کاربران کارناوالی در کامنت ها، مسئله زبان و چگونگی برقرار کردن ارتباط در کشوری خارجی است. به همین دلیل مقاله ای کامل درباره انواع و اقسام راه های برقراری ارتباط را برای شما تهیه کردیم و نشان دادیم چگونه می توان زبان کشوری را بلد نبود، به آن کشور سفر کرد و از سفر خود هم لذت برد.