

## Welcome to Amsterdam!

Amsterdam is a multi-faceted city that blends history with a modern, urban flair. Seventeenth century buildings adorn a web of canals and bridges while cafés and restaurants fill corners and squares, making the city one of the most picturesque in Europe.

It is known for its world-famous museums, and must-sees on any visitor's list include the Anne Frank House, the Van Gogh Museum and the Rijksmuseum. You can also lose yourself in the various neighbourhoods, the popular Jordaan and the more classic Oud Zuid. Across the river, the area of Amsterdam Noord (North) hosts many local art initiatives, as well as local breweries.

### **Hotel IBIS budget Amsterdam City South**

Prof J H Bavincklaan 1 1183 AT Amstelveen

T: (+31)20 715 4333

### **Amsterdam RAI Exhibition and Convention Center (AIDS2018)**

Europaplein 24 1078 GZ Amsterdam

T: (+31)20 549 1212

### **AFEW International office**

Van Diemenstraat 48 1013 NH Amsterdam

T: (+31)20 638 1718

### **Tourist information services**

Official Visitor Information Centre VVV at Centraal Station

Noord-Zuid Hollandsch Koffiehuis (white wooden house left from the main entry to the station)

Stationplein 10 1012 AB Amsterdam

T: (+31)20 702 6000

Please note that the Netherlands country code is 0031 / +31

Emergency contact is Janine Wildschut: +31 6 24220122

## Добро пожаловать в Амстердам!

Амстердам – это многогранный город, в котором тесно переплетаются история и современность. Вереницу каналов и мостов украшают постройки XVII века, а на переулках и площадях уютно расположились кафе и рестораны, благодаря чему Амстердам признан одним из самых живописных городов Европы.

В этом городе расположены всемирно известные музеи, и каждый, кто приезжает сюда, обязательно должен посетить Дом Анны Франк, Музей Ван Гога и Государственный музей. Также гости города могут прогуляться по таким разным районам города – знаменитому Йордану и фешенебельному Ауд Зейду. В северном районе города (Норд), расположенном на другом берегу реки, находятся многочисленные арт-объекты, а также местные пивоварни.

### **Отель IBIS budget Amsterdam City South**

Prof J H Bavincklaan 1 1183 AT Amstelveen

T: (+31)20 715 4333

### **Конференц-центр Amsterdam RAI Exhibition and Convention Center (AIDS2018)**

Europaplein 24 1078 GZ Amsterdam

T: (+31)20 549 1212

### **Офис AFEW Интернешнл**

Van Diemenstraat 48 1013 NH Amsterdam

T: (+31)20 638 1718

### **Информационный туристический центр**

Официальный информационный центр VVV на Центральном вокзале

Noord-Zuid Hollandsch Koffiehuis (белый деревянный дом налево от основного входа в вокзал)

Stationplein 10 1012 AB Amsterdam

T: (+31)20 702 6000

Код Нидерландов 0031 / +31

Контактное лицо в экстренных ситуациях – Жанин Вилдсхут, +31 6 24220122

## **PUBLIC TRANSPORT**

AIDS 2018 delegates can purchase an OV-chipcard upon arrival in Amsterdam Schiphol airport. These cards may also be purchased on buses and trams. Money must be added to the empty OV-chipcard at one of the add value machines. All cards must be scanned entering and exiting the public transport. GVB is the public transport company of Amsterdam. Trains are not included within the metro network of GVB. Train tickets can be bought at train stations.

The public transport app **9292** (or website [www.9292.nl/en](http://www.9292.nl/en)) provides detailed travel advice for Amsterdam's public transport network (available for Android, OSX, Blackberry and web version). You can also use **Google Maps** to figure out your route.

### **Tram**

Amsterdam's reliable and frequent tram service is one of the most popular aspects of its public transport network. Many of the city's trams terminate at Amsterdam Centraal Station. There are two tram "stations" at the front of Centraal Station: one on the east side and one on the west side.

When travelling by tram in Amsterdam, most locals make use of the public transport chip card (OV-Chipkaart), checking in and out when entering, exiting and transferring. It is also possible to purchase a one-hour ticket aboard most Amsterdam trams. A ticket attendant sits in a booth towards the rear of most trams; otherwise the driver at the front can assist you. You can also purchase 24-hour and 48-hour tickets aboard the tram (valid only for GVB services, including buses and metro). Other types of tickets can be purchased at GVB tickets & info offices or GVB ticket vending machines.

### **Bus**

The main bus companies include GVB (operating primarily within Amsterdam), Connexxion (R-Net) and EBS, with many routes operating to and from Amsterdam Centraal Station. Single-journey tickets or one-hour tickets can be purchased directly from the driver; however, it is well worth considering options such as 24-hour, 48-hour, 72-hour or 96-hour tickets (valid on GVB bus services). Please note that it is no longer possible to pay by cash on the bus.

The Amsterdam & Region Travel Ticket is excellent value if you plan to explore the region. All buses have check-in and check-out ports, meaning that travellers in possession of a public transport chip card (OV-Chipkaart) can travel more cheaply, only paying for the distance actually travelled.

## **ОБЩЕСТВЕННЫЙ ТРАНСПОРТ**

Участники конференции AIDS 2018 могут приобрести карту OV-chipcard по прибытию в аэропорт Амстердама Схипхол. Ее также можно приобрести в автобусах и трамваях. Такую карту можно пополнить в одном из терминалов. Карты необходимо сканировать, когда заходишь в общественный транспорт и выходишь из него. Работу общественного транспорта в Амстердаме обеспечивает компания GVB. Поезда не входят в сетку метро GVB. Билеты на поезда можно приобрести на вокзалах.

Приложение **9292** (или вебсайт [www.9292.nl/en](http://www.9292.nl/en)) содержит подробные рекомендации по пользованию общественным транспортом Амстердама (подходит для Android, OSX, Blackberry, также есть веб-версия). Кроме того, можно воспользоваться картами **Google Maps** для планирования маршрута.

### **Трамвай**

Трамваи в Амстердаме надежны и часто ходят, а потому пользуются большой популярностью среди гостей города. Многие трамвайные маршруты заканчиваются на Центральном вокзале Амстердама. На вокзале есть две остановки трамвая – на восточной и западной стороне.

Большинство жителей Амстердама в трамваях пользуются чип-картой (OV-Chipkaart), которую необходимо сканировать на входе и выходе из общественного транспорта, а также при пересадке. Кроме того, в большинстве трамваев можно купить билет на один час. Чаще всего в кабине в задней части трамвая сидит билетер, а если в трамвае нет билетера, то купить билет вам поможет водитель. Также в салоне трамвая можно приобрести билеты на 24 часа и на 48 часов (действуют только в сети GVB, в том числе в автобусах и метро). Другие виды билетов можно купить в кассах компании GVB, а также в специальных терминалах GVB.

### **Автобусы**

Основные автобусные компании – GVB (в основном в пределах города), Connexxion (R-Net) и EBS, при этом многие маршруты начинаются и заканчиваются на Центральном вокзале Амстердама. Билеты на одну поездку или на один час можно приобрести непосредственно у водителя, однако часто бывает выгодно покупать билеты на 24, 48, 72 или 96 часов (действуют на автобусы GVB). Обратите внимание, что в автобусах нет возможности оплатить проезд наличными.

Билет Amsterdam & Region Travel Ticket подойдет вам, если вы планируете посетить не только город, но и его окрестности. Во всех автобусах есть сканеры на входе и выходе, благодаря чему пассажиры с чип-картами (OV-Chipkaart) могут путешествовать дешевле, поскольку платят только за то расстояние, которое они проехали.

### **Metro**

All of Amsterdam's metro stations are gated by check-in and check-out ports, accessible only with a public transport chip card (OV-Chipkaart) or another valid travel card. If you are not in possession of a personal chip card, you can purchase a one-hour ticket or a rechargeable non-personalised public transport chip card at public transport company GVB service desks or vending machines at the station. Please note that the metro stations do not have manned service desks, but there may be an assistant on hand to help at ticket machines

### **Ferry**

Amsterdam's ferries provide essential, free connections across the River het IJ for pedestrians, cyclists and mopeds. Many of these blue-and-white ferries can be found directly behind Amsterdam Centraal Station, providing a frequent and free service across the water to and from Amsterdam Noord.

The ride to Buiksloterweg is the most direct (five minutes) and runs 24 hours a day; it is the best way to reach the EYE Film Institute and Tolhuistuin. Another boat runs to NDSM-werf (15 minutes) between 07:00 and midnight (from 09:00 on weekends). Another goes to IJplein (06:30 to midnight). Bicycles are permitted on all ferries.

### **Taxi**

Taxis can be handy when travelling to and from the airport, especially late at night when the trams have stopped running or when you're running late. The taxi meter will always be turned on and you will receive a receipt upon completion of the journey. Always store this receipt carefully as it contains all the information about the trip and the taxi. Taxi drivers must always accept short trips. Taxi drivers must deliver you safely to your destination via the shortest/quickest route.

### **Hailing a taxi**

Because space in the city centre is limited, taxis cannot stop anywhere drivers want to stop. To keep traffic flowing in the city at peak efficiency, stopping is not allowed at various places. This is also one of the reasons why there are so many fixed taxi stands. There are taxi stands at Centraal station, Nieuwmarkt, Leidseplein, Rembrandtplein and other places in the city centre.

### **Метро**

На всех станциях метро в Амстердаме установлены сканеры на входе и выходе, через которые можно пройти при наличии чип-карты (OV-Chipkaart) или другой транспортной карты. Если у вас нет персональной чип-карты, вы можете приобрести билет на один час или пополняемую неперсонализированную чип-карту для пользования общественным транспортом на стойках компании GVB или в специальных терминалах на станциях. Обратите внимание, что на станциях метро нет продавцов билетов, однако могут быть ассистенты, готовые помочь гостям города воспользоваться терминалами для покупки билетов.

### **Паром**

Бесплатные паромы в Амстердаме обеспечивают переправу через реку Эй (IJ) для пешеходов, велосипедистов и мопедов. Бело-синие паромы стоят прямо за Центральным вокзалом Амстердама, предлагая частые и бесплатные поездки по реке в район Норд.

Маршрут в Buiksloterweg самый прямой (5 минут) и открыт круглосуточно. Это самый удобный способ добраться до Музея кино EYE и сада Tolhuistuin. Другой паром ходит к верфи NDSM-werf (15 минут) с 07:00 до полуночи (с 09:00 на выходные). Еще один паром отправляется в сторону IJplein (с 06:30 до полуночи). На всех паромах разрешен проезд с велосипедами.

### **Такси**

На такси может быть удобно добраться в аэропорт или из него, особенно поздно ночью, когда уже не ходят трамваи или когда вы опаздываете. Таксометр всегда включен и по прибытии в пункт назначения вам выдадут квитанцию. Храните квитанции, поскольку в них указана вся информация о поездке и о такси. Водители такси должны всегда соглашаться на короткие поездки. Они должны доставить вас в пункт назначения безопасно и по самому короткому/быстрому маршруту.

### **Как поймать такси**

Поскольку в центре города мало места, такси не могут останавливаться где угодно. Остановка в произвольных местах запрещена, чтобы обеспечить максимально эффективное движение транспорта. Это одна из причин наличия большого количества фиксированных стоянок такси. Такие стоянки такси есть на Центральном вокзале, Nieuwmarkt, Leidseplein, Rembrandtplein и в других местах в центре города.

## **DRUG POLICY IN THE NETHERLANDS**

Although the Netherlands is known for its tolerant drug policies, possession of drugs is still officially illegal. The Dutch Narcotics Act distinguishes between:

- “hard drugs”, including heroin, cocaine, ecstasy, amphetamines, magic mushrooms
- “soft drugs”, cannabis and magic truffles.

Drug use itself is not a punishable offence. In the Netherlands, buying and possessing drugs is still illegal. However, a tolerance policy applies for possession of amounts intended for personal consumption:

- You will not be prosecuted if you are found to be in possession of less than five grams of cannabis.
- You will not be prosecuted for the possession of “hard drugs”, provided you do not carry more than 0.5 grams of powder or one pill. In Amsterdam, five pills are the maximum amount for personal use.

### **Drugstestservice**

Even though possession of drugs is officially illegal, you can still get your drugs tested anonymously at an official drug checking service. Please note that you can only test drugs that are bought in the Netherlands. You can use the Drugstestservice at the following places:

Monday - Tuesday 17.30-20.30  
Saturday 13.30-16.30

Wednesday - Friday 17.30-20.30

#### **GGD Amsterdam**

Valckenierstraat 4 1018 XG Amsterdam  
T 088 – 505 1220

#### **Jellinek Amsterdam**

Jacob Obrechtstraat 92 1071 KR Amsterdam  
T 088 – 505 1220

### **Opioid Substitution Therapy (OST)**

In case you need access to OST while in Amsterdam, contact [harmreduction@aid2018.org](mailto:harmreduction@aid2018.org). If you use drugs and need medical assistance (e.g. methadone), please contact Nelda de Grave, narcologist, GGD Amsterdam: tel. +31 20 555 5821, email: [ndgrave@ggd.amsterdam.nl](mailto:ndgrave@ggd.amsterdam.nl)

**In case of an overdose, call 112 immediately.**

**In accordance with Good Samaritan laws, you will not be prosecuted for seeking assistance. Be honest about your own or a friend's drug use; this will make it easier for medical professionals to help.**

## **НАРКОПОЛИТИКА В НИДЕРЛАНДАХ**

Хотя Нидерланды известны своей толерантной наркополитикой, хранение наркотиков все еще официально запрещено. Закон о наркотиках разграничивает:

- «тяжелые наркотики», такие как героин, кокаин, экстази, амфетамин, галлюциногенные грибы
- «легкие наркотики», такие как конопля и галлюциногенные трюфели

Само по себе употребление наркотиков не карается законом. Покупка и хранение наркотических средств в Нидерландах все еще незаконны, однако применительно к хранению веществ в размерах, предназначенных для личного употребления, действует политика толерантности:

- Вас не будут преследовать за хранение меньше чем пяти грамм конопли.
- Вас не будут преследовать за хранение «тяжелых наркотиков» при условии, что у вас с собой будет не больше 0,5 грамм порошка или одной таблетки. В Амстердаме максимальное количество наркотика для личного пользования – пять таблеток.

### **Услуги проверки наркотиков**

Хотя хранение наркотиков официально запрещено, тем не менее вы можете бесплатно проверить наркотики на качество в официальных пунктах проверки. Обратите внимание, что можно проверить только наркотические средства, приобретенные в Нидерландах. Такими услугами можно воспользоваться в указанных ниже пунктах:

понедельник - вторник 17.30-20.30  
суббота 13.30-16.30

среда - пятница 17.30-20.30

#### **GGD Amsterdam**

Valckenierstraat 4 1018 XG Amsterdam  
T 088 – 505 1220

#### **Jellinek Amsterdam**

Jacob Obrechtstraat 92 1071 KR Amsterdam  
T 088 – 505 1220

### **Заместительная терапия (ЗТ)**

Если вам необходим доступ к ЗТ во время пребывания в Амстердаме, напишите на почту [harmreduction@aid2018.org](mailto:harmreduction@aid2018.org). Если вы употребляете наркотики и нуждаетесь в медицинской помощи (например, метадоне), пожалуйста, свяжитесь с Нельдой де Грейв, наркологом, GGD Amsterdam: tel. +31 20 555 5821, эл.почта: [ndgrave@ggd.amsterdam.nl](mailto:ndgrave@ggd.amsterdam.nl)

**В случае передозировки немедленно звоните 112. Согласно Закону доброго самаритянина вас не будут преследовать за обращение за помощью. Честно расскажите о том, какие наркотики употребляли вы или ваш друг. Тогда медикам будет проще вам помочь.**

## **INFORMATION ABOUT THE USE OF DRUGS**

### **Harm Reduction Networking Zone**

At the conference, a Harm Reduction Networking Zone (HRNZ) is located in the Global Village and is accessible to the general public. The HRNZ is the key area for People Who Use Drugs or people who want to know more about it. Services that will be provided include:

- Information about medical services for people who use drugs
- Information and guidance from harm reduction experts
- Free drug-use and injecting equipment
- Sharps containers for the safe disposal of equipment for drug use
- Information and advice about overdose prevention and care
- Condoms
- A range of publications on harm reduction in relation to safe drug use (overdose and infection prevention).

### **Safe drug use**

Inform yourself about the effects and risks of the drugs you plan on using. Feel free to ask one of the outreach workers in the HRNZ for advice. In the Netherlands, drugs are likely to be more potent than in your home country:

- For any new drug or new source, always try a small dose first.
- If you are used to injecting your drug, try smoking a little bit first. The purity of a drug might be higher than what you are used to at home.
- Only use in a stress-free, safe environment with people you know and trust. Try not to use when you are alone
- Be aware that the term “soft drugs” refers only to the legal framework and that it does not mean that soft drugs like cannabis and magic truffles are harmless. Some of them are extremely strong and can cause paranoid psychosis and panic attacks. Be careful and aware of the effects of these drugs before using them.
- Street dealers in Amsterdam often sell “drugs” that are fake, not the substance they claim it to be, of dubious quality and sometimes even outright dangerous

### **Doctor available for People Who Use Drugs**

On the first floor of the Global Village, in Room L101 (next to the film screening area), a doctor will be available from Monday to Friday from 10:00 to 12:00 for medical services and information specifically for people who use drugs.

## **ИНФОРМАЦИЯ ОБ УПОТРЕБЛЕНИИ НАРКОТИКОВ**

### **Зона снижения вреда для неформального общения**

Во время конференции в Глобальной деревне будет расположена Зона снижения вреда для неформального общения (HRNZ), доступная для широкой публики. Это основная зона для людей, употребляющих наркотики, и тех, кто хочет больше знать о наркотиках.

Предлагаемые здесь услуги включают:

- Информацию о медицинских услугах для людей, употребляющих наркотики
- Информацию и рекомендации экспертов в сфере снижения вреда
- Бесплатный инструментарий для инъекций и употребления наркотиков
- Контейнеры для безопасной утилизации инъекционного инструментария
- Информацию и рекомендации по профилактике и лечению передозировок
- Презервативы
- Различные публикации по снижению вреда в отношении безопасного употребления наркотиков (профилактика передозировок и инфекций).

### **Безопасное употребление наркотиков**

Узнайте о последствиях и рисках употребления наркотиков, которые вы собираетесь употреблять. Обратитесь за советом к аутрич-работникам в зоне HRNZ. Действие наркотиков в Нидерландах может оказаться более сильным, чем в вашей стране:

- Всегда вначале используйте небольшую дозу, если вы пробуете новый наркотик или знакомый наркотик из нового источника.
- Если вы привыкли к инъекционному употреблению наркотиков, попробуйте вначале немного покурить, поскольку наркотик может оказаться более чистым, чем тот, к которому вы привыкли у себя дома.
- Употребляйте наркотики в спокойном, безопасном месте со знакомыми людьми, которым вы доверяете. Старайтесь не употреблять наркотики в одиночку.
- Помните о том, что термин «легкие наркотики» касается исключительно правовых вопросов и не означает, что легкие наркотики, такие как конопля и галлюциногенные трюфели, безвредны. Некоторые из них очень сильнодействующие и могут вызывать параноидальный психоз и панические атаки. Будьте осторожны и узнайте о действии таких наркотиков перед их употреблением.
- Уличные торговцы наркотиками в Амстердаме часто продают поддельные «наркотики», не содержащие заявленных веществ, сомнительного качества, а иногда и просто опасные.

### **Врач для людей, употребляющих наркотики**

На первом этаже Глобальной деревни в комнате L101 (рядом с кинозалом) с понедельника по пятницу с 10:00 до 12:00 будет работать врач, предлагающий медицинские услуги и консультации специально для людей, употребляющих наркотики.

## **MEDICAL SERVICES**

Bring identification and an insurance pass if possible when you go to the accident and emergency (A&E) department. Everyone in the Netherlands is legally obliged to take out health insurance, and standard coverage will normally cover hospital treatment. In some situations, paying a deductible fee may be necessary.

The A&E department of a hospital is meant for serious situations that require immediate specialist medical treatment. Going to the A&E department for treatment that in normal cases would be done by a GP will probably lead to having to pay from of the deductible portion (eigen risico) of health insurance.

An emergency doctor's office caters for problems outside of regular doctor's hours. The service operates around the clock (24 hours) and is available on nights, weekends and all public holidays.

### **Emergency**

112 is the emergency number for fire, police and ambulance and so is only to be used in cases of **real emergency**, when every second counts. You can call this number for an ambulance. At the hospital, accident and emergency is SEH (Spoedeisende Hulp), or you can go to first aid EHBO (Eerste Hulp Bij Ongelukken).

### **Doctor / General Practitioner**

If you do not need an ambulance, but are in urgent need of medical advice  
088 0030 600 (Huisartsenpost in Amsterdam area), 24-hour medical service  
020 592 3434 Central Doctors' Service, 24-hour medical service

### **Pharmacies**

In a pharmacy (in Dutch, apothek), you can get some drugs which are sold only on prescription by a doctor and some non-prescription medicines. Pharmacies are usually open from Monday to Friday, from 09:00 to 17:30. At night and on the weekends, there is always a pharmacy open on rotating shifts. To find one, call the central number for pharmacies (020 592 33 15).

Recommended pharmacies

#### **Benu Apotheek**

Maasstraat 71 1078 HE Amsterdam  
T 020 6641038

#### **Schinkel Apotheek**

Hoofddorppweg 1 1059 CS Amsterdam  
T 020 615 70 42

## **МЕДИЦИНСКИЕ УСЛУГИ**

При обращении в отделение экстренной медицинской помощи по возможности возьмите с собой идентификационный документ и страховой полис. В Нидерландах по закону все обязаны иметь медицинские страховки, и стандартное покрытие, как правило, покрывает лечение в больнице. В некоторых случаях может потребоваться уплата франшизы.

В отделения экстренной медицинской помощи в больницах следует обращаться в серьезных ситуациях, требующих незамедлительного оказания медицинской помощи. Обращение в такое отделение для предоставления лечения, которое обычно предоставляется врачом общей практики, скорее всего приведет к необходимости уплаты суммы невозмещаемой франшизы (eigen risico).

Пункт оказания неотложной помощи обеспечивает предоставление медицинских услуг в неурочное время. Такие услуги доступны круглосуточно (24 часа), в том числе ночью, в выходные и праздничные дни.

### **Чрезвычайные ситуации**

112 – экстренный номер вызова пожарных, полиции и скорой помощи, поэтому этот номер должен использоваться только в случае **чрезвычайных ситуаций**, когда на счету каждая секунда. По этому номеру можно вызвать скорую помощь. В больнице отделение экстренной медицинской помощи называется SEH (Spoedeisende Hulp). Также вы можете вначале обратиться в отделение первой медицинской помощи EHBO (Eerste Hulp Bij Ongelukken).

### **Доктор / врач общей практики**

Если вам не нужна скорая помощь, однако срочно требуется медицинская консультация, вы можете позвонить по указанным номерам: 088 0030 600 (медицинские услуги в Амстердаме), круглосуточные медицинские консультации; 020 592 3434 Центральная медицинская служба, круглосуточные медицинские консультации

### **Аптеки**

В аптеке (apothek на голландском) можно приобрести препараты по рецепту врача и некоторые лекарства без рецепта. Аптеки обычно работают с понедельника по пятницу с 09:00 до 17:30. Ночью и на выходных работают дежурные аптеки. Узнать адрес дежурной аптеки можно по номеру аптечной службы (020 592 33 15).

Рекомендованные

аптеки

#### **Benu Apotheek**

Maasstraat 71 1078 HE Amsterdam  
T 020 6641038

#### **Schinkel Apotheek**

Hoofddorppweg 1 1059 CS Amsterdam  
T 020 615 70 42

### HIV treatment centres

OLVG, locatie Oost  
Oosterpark 9 1091 AC Amsterdam  
T: 020 599 91 11

VUmc  
De Boelelaan 1117 1081 HV Amsterdam  
T: 020 444 44 44

MC Jan van Goyen  
Jan van Goyenkade 1 1075 HN Amsterdam  
T: 020 305 58 00

MC Slotervaart  
Louwesweg 6 1066 EC Amsterdam  
T: (020) 512 93 33

### Dentist

020-555 8282 (Amsterdam Dental365)

### Helplines / counselling

0900 204 2040 (AIDS infoline – You can reach them in English on weekdays 14:00 – 22:00)

020 625 6057 (Alcoholics Anonymous – 24hr)

0900 222 2377 (ACCESS Counselling Service Network –Counsellor on Call 24/7)

088 357 1357 (24hr Mental health and Drugs Advice at The Hague – Parnassia)

020 611 6022 (Sexual Abuse)

020 675 7575 (SOS Distress)

### Центры лечения ВИЧ-инфекции

OLVG, locatie Oost  
Oosterpark 9 1091 AC Amsterdam  
T: 020 599 91 11

VUmc  
De Boelelaan 1117 1081 HV Amsterdam  
T: 020 444 44 44

MC Jan van Goyen  
Jan van Goyenkade 1 1075 HN Amsterdam  
T: 020 305 58 00

MC Slotervaart  
Louwesweg 6 1066 EC Amsterdam  
T: (020) 512 93 33

### Стоматолог

020-555 8282 (Amsterdam Dental365)

### Горячие линии / консультации

0900 204 2040 (Информационная служба по вопросам СПИДа, доступна на английском языке в рабочие дни с 14:00 до 22:00)

020 625 6057 (Анонимные алкоголики - круглосуточно)

0900 222 2377 (Консультационная служба ACCESS – круглосуточные телефонные консультации)

088 357 1357 (Круглосуточные консультации по вопросам психического здоровья The Hague – Parnassia)

020 611 6022 (Консультации по вопросам сексуального насилия)

020 675 7575 (Срочная помощь в стрессовых ситуациях)

## **POLICE**

The Dutch police exist to maintain public order, offer assistance to those under threat, and to enforce the criminal law. To achieve those objectives, the Netherlands police fulfil several core roles including, but not limited to:

- Being visible on the street: preventing offences and crimes.
- Basic detective work: investigating petty thefts and burglaries is part of basic police work; when the case takes up too much time, it is transferred to the special branch.
- Giving advice to the public on preventing crime: how to deter burglaries, keeping safe at night, etc.
- Providing assistance to those who ask for it but also to game wardens, municipalities etc.
- Dealing with traffic issues: traffic surveillance, handling traffic accidents, advising citizens and municipalities, traffic congestion reduction etc.
- Maintaining laws and regulations. For example checking if foreigners are in possession of the right documents (visa, residence permit, work permit etc.) in cooperation with the immigration service.
- National, (inter)regional investigations: serious crimes such as murder, drug trafficking, trafficking in human beings, youth delinquency, arms trade, fraud, big environmental cases and sexual offences.
- Note that in these cases, the detectives are often supported by specialists.

### **Use of force and weapons**

To maintain public order, each police officer in the Netherlands has been issued with a 9 mm service pistol, short baton and pepper spray.

However, there are stringent regulations that restrict the use of force and weapons by the police. The Netherlands police force is monitored by a general public survey every two years, which evaluates the experiences of people who have come into contact with police force members. It is also audited every four years by an independent government body.

### **Police stations**

0900 8844. You will be connected to your local police station

### **Emergency**

112 is the emergency number for fire, police and ambulance and so is only to be used in cases of **real emergency**, when every second counts.

## **ПОЛИЦИЯ**

Голландская полиция обеспечивает правопорядок, помогает людям, которым грозит опасность и следит за исполнением уголовного права. Для выполнения этих задач на полицию возложен ряд функций, в том числе:

- Присутствие на улицах: предупреждение преступлений и правонарушений.
- Базовые расследования: полиция занимается расследованием мелких краж и ограблений, если расследование требует много времени, дело передается в специальный отдел расследований.
- Предоставление рекомендаций людям о том, как предупредить ограбление, как обезопасить себя в ночное время и т.д.
- Оказание помощи нуждающимся, а также егерям, представителям муниципальной власти и т.п.
- Обеспечение безопасности на дорогах: наблюдение за дорожным движением, реагирование на дорожно-транспортные происшествия, консультации для граждан и муниципальных властей, сокращение транспортных пробок и т. д.
- Обеспечение соблюдения законов и правил, например, проверка наличия у иностранцев необходимых документов (визы, вида на жительство, разрешения на работу и т.д.) в сотрудничестве с иммиграционной службой.
- Национальные (меж)региональные расследования в случае таких серьезных преступлений, как убийство, незаконный оборот наркотиков, торговля людьми, совершение преступных действий несовершеннолетними, торговля оружием, мошенничество, серьезные преступления против окружающей среды и преступления сексуального характера.
- В перечисленных выше случаях следователи часто пользуются поддержкой экспертов.

### **Применение силы и оружия**

Для поддержания общественного правопорядка каждому полицейскому в Нидерландах выдается 9-миллилитровый служебный пистолет, дубинка и газовый баллончик. Вместе с тем, применение силы и оружия со стороны полиции регулируется строгими правилами. Каждые два года в стране проводится мониторинг применения силы полицией путем проведения общественного опроса для изучения опыта людей, у которых был опыт взаимодействия с представителями полиции. Кроме того, каждые 4 года независимым государственным органом проводится аудит.

### **Полицейские участки**

0900 8844. По этому телефону вы можете связаться с местным полицейским участком.

### **Чрезвычайные ситуации**

112 – экстренный номер вызова пожарных, полиции и скорой помощи, поэтому этот номер должен использоваться только в случае **чрезвычайных ситуаций**, когда на счету каждая секунда.



## **PRACTICAL INFO**

### **Banking**

Exchange bureaus can be found throughout central Amsterdam, particularly in the more tourist-oriented districts. Dutch banks are usually your best option for a fair rate. Another choice is the chain of GWK exchange offices scattered throughout the city, including a branch in Amsterdam's Centraal Train Station, open 24 hours a day. Withdrawing euros from ATMs is not only convenient, but will also often give you the best exchange rate.

Most places in Amsterdam accept credit cards. However, make sure that you check with your bank before arrival in Amsterdam to be aware of any extra fees that may be charged to your account for using ATMs and credit cards in the Netherlands. If your bank is in the Eurozone, you should not be faced with extra fees for ATM withdrawals or credit card charges.

### **Business hours**

Regular shopping hours in Amsterdam are as follows.

Monday 13:00-18:00

Tuesday, Wednesday, Friday & Saturday 09:00-18:00

Thursday 09:00-21:00 (late-night shopping)

Sunday 12:00-17:00 (This applies primarily to the shops on and near the Nieuwendijk and Kalverstraat. In some of the other shopping streets, you may find that only a selection of shops is open on Sundays.)

Museums open at 09:00 or 10:00 and close between 17:00 and 18:00. The main museums are open daily, with a few exceptions. Many museums have a late-night opening once a week until 21:00 or 22:00.

### **Lost and Found**

Go to [Verlorenofgevonden.nl](http://Verlorenofgevonden.nl), register what you lost and see if it is found. Always do a theft online declaration via [www.politie.nl](http://www.politie.nl) in case of theft or visit the policiebureau (police station).

#### **Lost Credit Cards**

Europass/Eurocheques: 0800 0313 / Eurocard: 030 283 5555

Visa Card issued outside the Netherlands: 08000223110

Lost something on a taxi or public transport?

Taxi Amsterdam: 020 677 7777 / In public transport or places: 0900 9292

## **ПРАКТИЧЕСКИЕ ВОПРОСЫ**

### **Банки**

Пункты обмена валют расположены в центральной части Амстердама, преимущественно в туристических районах. Как правило, самый выгодный обменный курс в банках. Также можно менять валюту в сети обменных пунктов GWK, которые разбросаны по всему городу. Такой круглосуточный обменный пункт есть на Центральном вокзале Амстердама. Также можно снять евро в банкомате – это не только удобно, но часто и выгодно.

В большинстве случаев в Амстердаме можно расплатиться кредитной картой. Однако перед поездкой узнайте в своем банке, какие дополнительные комиссии будут сниматься с вашей карты в случае пользования банкоматами и картой в Нидерландах. Если ваш обслуживающий банк находится в еврозоне, с вас не должны снимать дополнительные комиссии за снятие наличных в банкоматах или расчет банковской картой.

### **График работы**

Стандартное расписание работы магазинов в Амстердаме:

понедельник 13:00-18:00

вторник, среда, пятница, суббота 09:00-18:00

четверг 09:00-21:00 (дополнительные часы работы вечером)

воскресенье 12:00-17:00 (По такому графику работают в основном магазины в районе улиц Nieuwendijk и Kalverstraat. На других туристических улицах по воскресеньям могут работать только отдельные магазины.)

Музеи открываются в 09:00 или 10:00 и закрываются в 17:00 или 18:00. Основные музеи работают ежедневно, с небольшими исключениями. Многие музеи в один из дней недели работают до позднего вечера – до 21:00 или 22:00.

### **Потерянные вещи**

Зайдите на сайте [Verlorenofgevonden.nl](http://Verlorenofgevonden.nl), зарегистрируйте свои потерянные вещи и проверьте, не нашлись ли они. В случае кражи вещей оставьте заявление на сайте [www.politie.nl](http://www.politie.nl) или обратитесь в полицейский участок (policiebureau).

#### **Потеря кредитных карт**

Европаспорта/Еврочеки: 0800 0313 / Еврокарты: 030 283 5555

Карты Visa, выданные за пределами Нидерландов: 08000223110

Потеряли что-то в такси или в общественном транспорте?

Такси Амстердама: 020 677 7777 / Общественный транспорт и другие места: 0900 9292

## NATIONAL CONTEXT

The Dutch are very open and straightforward. In terms of interpersonal relations, this openness leads to extreme candidness, which is dazzling for foreigners. Dutch people are very punctual. It is bad manners to be late for meetings. Every Dutch person has a strict agenda for both business and personal meetings. They make appointments to meet not only friends but also family members. If you cannot come on time, you should make a call and say you are sorry.

In the Netherlands, people at formal meetings shake their hands and introduce themselves. This is a rule not only for men but also for women. The atmosphere in academic institutions and at work is rather informal. In the workplace, Dutch address not only each other but also a professor or a director by first name. The latter may easily make some coffee for the junior colleagues. In the business context, it is better to follow the dress code: trouser suits, jackets, dresses or skirts. Jeans are acceptable only in informal settings.

Dutch have their own attitude to food. For instance, they have a “one cookie per one cup” rule, which they still follow. They do not eat “leftover” food so they usually cook as much as they are going to eat. Both in restaurants and at home Dutch usually serve meals in portions. In the Netherlands, food is simple and eaten with a lot of bread. It is worth trying the Dutch national product – herring, which can be bought in mobile cabins in the streets or in fish markets.

It is not mandatory to leave tips in the Dutch restaurants but if you want to thank the restaurant or the waiter for services, you can leave a tip. In some restaurants, tips are included in your order. It is not customary to dance in the restaurants.

You can drink tap water in the Netherlands. It is clean and safe. Even in many restaurants and cafes, if you ask to bring you some water, usually they will bring you tap water. You will not have to pay for it.

Although the Netherlands is said to have one of the lowest crime rates in Europe, our advice would be to watch your things, especially in crowded places.

According to the statistics, Amsterdam is the most “bicyclized” city in Europe. It has about 900 thousand bikes per 825 residents of the city. The biggest bike parking lot in Europe is located in Amsterdam near the Central Train Station. There are bike lanes, which have red colour and special marking. Pedestrians are not recommended to walk on the bike lanes as cyclists may get very emotional when “protecting” their right to use their lanes. When you cross a road in the Netherlands, you need to check not only if there are any cars but also if there are any bikes.

## НАЦИОНАЛЬНЫЕ ОСОБЕННОСТИ

Голландцы - очень открыты и прямолинейны. В сфере межличностных отношений эта открытость оборачивается чрезмерной откровенностью, которую иностранцы находят обезоруживающей. Голландцы очень пунктуальные. Считается плохим тоном опаздывать на встречи. Каждый голландец четко планирует свое время: рабочие и личные встречи. По расписанию встречаются не только с друзьями, но и с членами семьи. Если прийти во время не получается, то предупредительный звонок с извинениями обязателен.

В Голландии на официальных встречах протягивают руку и представляются. Так делают не только мужчины, но и женщины. В учебных заведениях и на рабочих местах достаточно неформальная обстановка. Голландцы на работе обращаются по имени не только друг к другу, но и к доценту или директору, которые также могут запросто приготовить сотруднику чашечку кофе. Для деловых встреч лучше соблюдать строгости в одежде: брючные костюмы, пиджаки, платья или юбки. Джинсы допустимы в неформальной обстановке.

В Голландии свое отношение к процессу принятия пищи. К примеру, в их культуре есть правило «на одну чашку – одно печенье», и они до сих пор его соблюдают. Они не употребляют в пищу «вчерашнюю» еду, поэтому готовят обычно ровно столько, сколько смогут съесть. Как в ресторанах, так и дома, голландцы практикуют порционную подачу блюд. Еда в Голландии отличается простотой и обилием хлеба. В Голландии стоит попробовать национальный продукт – селедку, которую можно купить в мобильных киосках, которые вы увидите на улицах голландских городов или в рыбных магазинах.

В голландских ресторанах не обязательно оставлять чаевые, однако в случае, когда посетитель хочет поблагодарить заведение или персонал за сервис, можно оставить некоторую сумму. В некоторых ресторанах чаевые уже входят в стоимость заказа. В нидерландских ресторанах не принято танцевать.

В Голландии можно пить воду из крана. Она считается чистой и безопасной. Даже во многих ресторанах или кафе, если вы попросите принести вам воду, обычно она будет из-под крана. Стоимость этой воды в ваш счет не включают.

Хоть и считается, что в Голландии один из самых низких уровней преступности в Европе, мы советуем вам следить за своими вещами, особенно в людных местах.

По статистике, Амстердам является самым «велосипедированным» городом Европы. На 825 тысяч жителей приходится около 900 тысяч велосипедов. Самая крупная стоянка велосипедов Европы - в Амстердаме возле Центрального вокзала. Для велосипедистов выделены дорожки, с покрытием красного цвета и разметкой. Пешеходам не рекомендуется гулять по велодорожкам, так как велосипедисты могут очень эмоционально «защищать» свое право пользоваться ими. Переходя дорогу в Голландии, нужно смотреть не только, не едет ли автомобиль, но также и не едет ли велосипедист.