



สาธารณรัฐปานามา

Republic of Panama



| | |
|-------------------------|--|
| สถานที่ตั้ง | ตั้งอยู่บริเวณส่วนที่แคบที่สุดของภูมิภาคอเมริกากลาง พื้นที่ด้านทิศเหนือและใต้เป็นชายฝั่งทะเล - ทิศเหนือติดกับทะเลแคริบเบียน - ทิศใต้ติดกับมหาสมุทรแปซิฟิก - ทิศตะวันออกติดกับประเทศโคลอมเบีย - ทิศตะวันตกติดกับประเทศคอสตาริกา |
| พื้นที่ | 75,517 ตารางกิโลเมตร พื้นที่ส่วนใหญ่เป็นภูเขา |
| ภาษาราชการ | ภาษาสเปน |
| สภาพภูมิอากาศ | ร้อนชื้น เดือนเมษายนจะมีอากาศร้อนที่สุด อุณหภูมิโดยเฉลี่ย 21 – 36 องศาเซลเซียส เดือนมกราคมจะมีอากาศเย็นที่สุด อุณหภูมิโดยเฉลี่ย 20 – 34 องศาเซลเซียส และจะมีฝนตกมากที่สุดในเดือนพฤศจิกายน |
| วันชาติ/วันประกาศเอกราช | 3 พฤศจิกายน (วันประกาศเอกราช) |
| เมืองหลวง | กรุงปานามา |
| ประชากร | 3.868 ล้านคน (พ.ศ. 2557) โดยอาศัยอยู่ในเมืองหลวงประมาณ 8 แสนคน |
| การศึกษา | อัตราผู้รู้หนังสือประมาณร้อยละ 91.9 |
| ศาสนา | ร้อยละ 85 นับถือศาสนาคริสต์นิกายโรมันคาทอลิก และนิกายโปรเตสแตนต์ ร้อยละ 15 |
| สกุลเงิน | บาลโบ (Balboa/PAB) |

อัตราแลกเปลี่ยน

1 บาลโบ = 0.99 ดอลลาร์สหรัฐ และ 1 บาลโบ = 34.83 บาท

ณ วันที่ 21 กรกฎาคม 2559

เวลา

GMT -5 (ช้ากว่าประเทศไทย 12 ชั่วโมง)

กระแสไฟฟ้า

110 V (Voltage) (120 V สำหรับกรุงปานามา)



การเมือง

- ปานามา มีระบอบการปกครองแบบประชาธิปไตยแบบสาธารณรัฐ โดยมีประธานาธิบดีมาจากการเลือกตั้ง เป็นประมุขและหัวหน้ารัฐบาลวาระการดำรงตำแหน่ง 5 ปี (ดำรงตำแหน่งวาระติดต่อกันไม่ได้) ประธานาธิบดีคนปัจจุบันคือนาย **Juan Carlos Varela Rodríguez** พรรค Partido Panameñista (PP) เข้ารับตำแหน่งเมื่อวันที่ 1 กรกฎาคม 2557 และจะมีการเลือกตั้งประธานาธิบดีและสภานิติบัญญัติครั้งถัดไปในเดือนพฤษภาคม 2562 (ค.ศ. 2019)
- ประธานาธิบดีเป็นผู้แต่งตั้งรองประธานาธิบดีและคณะรัฐมนตรี โดยรองประธานาธิบดีคนปัจจุบันคือนาง **Isabel Saint Malo de Alvarado** พรรค Partido Panameñista (PP)
- รัฐสภา (National Assembly) เป็นระบบสภาเดียว มีสมาชิก 71 คนมาจากการเลือกตั้งดำรงตำแหน่งวาระ 5 ปี

- ปานามาแบ่งเขตการปกครองออกเป็น 9 จังหวัดกับ 3 เขตปกครองตนเองของชนพื้นเมืองที่เรียกว่า “comarcas”

ระบบศาล

ปานามา มีระบบตุลาการที่เป็นอิสระ ประธานาธิบดีเป็นผู้เสนอบุคคลที่จะดำรงตำแหน่งผู้พิพากษาในศาลฎีกา โดยได้รับความเห็นชอบจากรัฐสภาและมีระยะเวลาการดำรงตำแหน่ง 10 ปี

ข้อมูลสำคัญทางเศรษฐกิจ (สถิติของปี 2557)

GDP 46.21 พันล้านดอลลาร์สหรัฐ (ไทย 404.8 พันล้านดอลลาร์สหรัฐ)

GDP/Capita 10,970 ดอลลาร์สหรัฐ (ไทย 6,041.1 ดอลลาร์สหรัฐ)

GDP Growth ร้อยละ 6.2 (ไทยร้อยละ 0.9)

อัตราเงินเฟ้อ ร้อยละ 2.6 (ไทยร้อยละ 1.9)

สินค้าส่งออกสำคัญ ผลไม้ ถั่ว สัตว์น้ำ เหล็กและเศษเหล็ก ไม้

ตลาดส่งออกสำคัญ สหรัฐอเมริกา เยอรมนี จีน คอสตาริกา เนเธอร์แลนด์ เวียดนาม

ทรัพยากรธรรมชาติ ทองแดง ป่าไม้ กุ้ง ไม้มะฮอกกานี พลังงานน้ำ

อุตสาหกรรม ภาคการก่อสร้าง ซีเมนต์และวัสดุก่อสร้าง น้ำตาล เครื่องดื่ม

สินค้านำเข้าสำคัญ เชื้อเพลิง เครื่องจักรกล ยานยนต์ เหล็กและเหล็กกล้า เวชภัณฑ์

ตลาดนำเข้าสำคัญ สหรัฐอเมริกา จีน เม็กซิโก

การค้าระหว่างไทยกับปานามา (สถิติของปี 2558)

มูลค่าการค้ารวม 333.76 ล้านดอลลาร์สหรัฐ เพิ่มขึ้นร้อยละ 14.55 ไทยได้เปรียบดุลการค้า 171.56 ล้านดอลลาร์สหรัฐ

| | |
|-----------------------------------|--|
| สินค้าส่งออกของไทยไปปานามา | (สินค้า 5 อันดับแรก) 252.66 ล้านดอลลาร์สหรัฐ ลดลงร้อยละ 4.73 ได้แก่ 1) รถยนต์ อุปกรณ์และส่วนประกอบ 2) เครื่องรับวิทยุโทรทัศน์ 3) อาหารทะเลกระป๋องและแปรรูป 4) เครื่องนุ่งห่ม 5) คอมพิวเตอร์ อุปกรณ์และส่วนประกอบ |
| สินค้านำเข้าของปานามาไทย | (สินค้า 5 อันดับแรก) 81.10 ล้านดอลลาร์สหรัฐ เพิ่มขึ้นร้อยละ 209.99 ได้แก่ 1) เรือและสิ่งก่อสร้างลอยน้ำ 2) เหล็ก เหล็กกล้าและผลิตภัณฑ์ 3) สัตว์น้ำสด แช่เย็น แช่แข็ง แปรรูป กึ่งสำเร็จรูป 4) อาหารสัตว์และผลผลิตจากสัตว์ 5) เครื่องใช้เบ็ดเตล็ด |
| ชาวปานามาเดินทางเข้าไทย | 810 คน |

ความสัมพันธ์ไทย – ปานามา

ไทยกับปานามาสถาปนาความสัมพันธ์ทางการทูตเมื่อวันที่ 20 สิงหาคม 2525 รัฐบาลไทยได้มอบหมายให้สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงซันติอาโก มีเขตอาณาครอบคลุมปานามา โดยล่าสุด เมื่อวันที่ 28 มีนาคม 2559 รัฐบาลปานามาได้ให้ความเห็นชอบการแต่งตั้ง นายสาโรจน์ ธนสันติ ให้ดำรงตำแหน่งเอกอัครราชทูตวิสามัญผู้มีอำนาจเต็มประจำสาธารณรัฐปานามา ถิ่นพำนัก ณ กรุงซันติอาโก ขณะที่รัฐบาลปานามาได้เปิดสถานเอกอัครราชทูตปานามาประจำประเทศไทย ตั้งแต่วันที่ 6 กันยายน 2538

ความสัมพันธ์ระหว่างไทยและปานามาเป็นไปอย่างราบรื่น มีการแลกเปลี่ยนการเยือนระหว่างไทยกับปานามาอย่างสม่ำเสมอ โดยบุคคลสำคัญของไทยที่เคยเดินทางเยือนปานามา ได้แก่ (1) รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงการต่างประเทศ (ม.ร.ว. สุขุมพันธุ์ บริพัตร) เมื่อเดือนพฤศจิกายน 2541 (2) ผู้แทนการค้าไทย (ดร. กันตธีร์ ศุภมงคล) เมื่อเดือนมิถุนายน 2545 (3) ผู้แทนการค้าไทย (ดร. วัชระ พรรณเชษฐ์) และคณะเมื่อเดือนกรกฎาคม 2553 และมีนาคม 2554 (4) รองปลัดกระทรวงการต่างประเทศ (นายเฉลิมพล ทันจิตต์) และคณะ เมื่อวันที่ 3-6 พฤษภาคม 2555

ฝ่ายปานามามีการเยือนไทยครั้งล่าสุดคือ นายหลุยส์ มิเกล อินคาปิเอ (H.E. Luis Miguel Hincapie) รัฐมนตรีช่วยว่าการกระทรวงการต่างประเทศปานามา ในระหว่างวันที่ 22-25 พฤษภาคม 2559 เพื่อเป็นประธานการประชุมเอกอัครราชทูตและกงสุลใหญ่ปานามาประจำภูมิภาคเอเชียและแอฟริกา โดยได้เข้าเยี่ยม

คาราวะ รัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศและพบหารือทวิภาคีกับปลัดกระทรวงการต่างประเทศ เมื่อวันที่ 23 พฤษภาคม 2559 และพบหารือกับประธานสภาผู้ส่งสินค้าทางเรือแห่งประเทศไทย

การเข้าเมือง

ผู้ที่จะเดินทางไปสาธารณรัฐปานามาควรถือหนังสือเดินทางที่มีอายุไม่น้อยกว่า 6 เดือน ทั้งนี้ ไทยและปานามา มีความตกลงยกเว้นการตรวจลงตรา สำหรับผู้ถือหนังสือเดินทางทูตและราชการ โดยพำนักได้ไม่เกิน 6 เดือน นอกจากนี้ ปานามา ยังมีมาตรการฝ่ายเดียวในการยกเว้นการตรวจลงตราให้กับผู้ถือหนังสือเดินทางธรรมดาของ ไทย โดยพำนักได้ไม่เกิน 6 เดือน ทั้งนี้ สอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่สถานเอกอัครราชทูตปานามาประจำประเทศไทย

ที่อยู่: อาคารลุมพินีทาวเวอร์ ชั้น 16, 1168/37 ถนน
พระราม 4 แขวงทุ่งมหาเมฆ เขตสาทร กรุงเทพฯ
10120

โทรศัพท์: 0-2679-7988-89

โทรสาร: 0-2679-7991

ไปรษณีย์อิเล็กทรอนิกส์: embajada@panathai.com

เว็บไซต์: <http://www.panathai.com>

นอกจากนี้ ควรมีประกันการเดินทางและประกันสุขภาพซึ่งครอบคลุมค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาลระหว่างเดินทางไปต่างประเทศ และควรมีการรักษาโรคประจำตัวติดตัวไว้อย่างเพียงพอเพื่อป้องกันปัญหาในการหาซื้อยาระหว่างการเดินทาง นอกจากนี้ ผู้ที่จะเดินทางไปปานามาจะต้องฉีดวัคซีนป้องกันโรคไข้เหลืองด้วย

การเดินทางไปปานามา

ไม่มีเที่ยวบินตรงจากประเทศไทยไปยังปานามา โดยจะต้องเปลี่ยนเที่ยวบินในยุโรปหรือสหรัฐอเมริกาเพื่อเดินทางต่อไปยังท่าอากาศยานนานาชาติโตกูเมน (Tocumen) กรุงปานามา

การเดินทางภายในกรุงปานามา

ภายในกรุงปานามา มีระบบการขนส่งสาธารณะที่มีประสิทธิภาพ ซึ่งการเดินทางโดยรถประจำทางเป็นวิธีที่ดีที่สุดในการเดินทางท่องเที่ยวไปรอบเมือง นอกจากนี้ ยังมีบริการเช่ารถอีกด้วย

ที่พัก

แต่ละปีมีนักท่องเที่ยวมาเยือนกรุงปานามาจำนวนมาก ซึ่งมีที่พักตั้งแต่ที่พักราคาประหยัดจนถึงที่พักมาตรฐานระดับ 5 ดาว ถึงแม้ปานามาจะมีที่พักจำนวนมาก แต่ในช่วงฤดูกาลท่องเที่ยวที่พักรักมักจะเต็มอย่างรวดเร็ว ดังนั้นควรพิจารณาสำรองที่พักไว้ล่วงหน้า สำหรับที่พักที่เป็นที่นิยมของนักท่องเที่ยวจะตั้งอยู่ในย่าน

El Cangrejo

สถานที่ท่องเที่ยวแนะนำ

ปานามา มีสถานที่ท่องเที่ยวจำนวนมากและหลากหลายทั้งในกรุงปานามา บริเวณมหาสมุทรแปซิฟิก ทะเลแคริบเบียน และบริเวณป่าที่บเขตร้อน

1. กรุงปานามา (Panama City)

กรุงปานามาเป็นเมืองหลวงที่มีความทันสมัยแต่ผสมผสานความเก่าแก่ทางประวัติศาสตร์ของประเทศไว้อย่างลงตัว อีกทั้งมีสถานที่ท่องเที่ยวน่าสนใจที่หลากหลาย

Casco Viejo หรือบริเวณย่านเมืองเก่า ก่อตั้งขึ้นเมื่อปี ค.ศ. 1673 เป็นสถานที่ท่องเที่ยวซึ่งได้รับการยกย่องให้เป็นมรดกโลกในปี ค.ศ. 1997 และถือเป็นพื้นที่มรดกทางวัฒนธรรมของประเทศ มีซากปรักหักพังของสถาปัตยกรรมดั้งเดิมแบบอเมริกากลางที่คงอนุรักษ์ไว้เพื่อบอกเล่าเรื่องราวเกี่ยวกับความเป็นมาของปานามา เช่น ในจัตุรัสเก่า (Old Quarter) เป็นต้น

El Cangrejo เป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่มีความเป็นสากลและมีความหลากหลายทางวัฒนธรรม นอกจากนี้ ยังมีกิจกรรมที่น่าสนใจต่าง ๆ ให้เข้าร่วมตลอดเวลา

2. คลองปานามา (Panama Canal)

สถานที่ท่องเที่ยวซึ่งถูกยกย่องให้เป็นสิ่งมหัศจรรย์อันดับที่ 8 ของโลกและถือได้ว่าเป็นผลงานสำคัญทางด้านวิศวกรรมของปานามา คลองปานามา มีความยาว 80 กิโลเมตรจากกรุงปานามาทางมหาสมุทรแปซิฟิก

ไปจรด Colón ทางด้านมหาสมุทรแอตแลนติก มีเรือเดินสมุทรขนาดใหญ่จำนวนกว่า 14,000 ลำแล่นผ่านทุกปี โดยได้มีการเปิดส่วนต่อขยายคลองปานามา เมื่อวันที่ 26 มิถุนายน 2559 ซึ่งทำให้สามารถรองรับเรือขนส่งสินค้า ขนาด 14,000 TEUs ได้ นอกจากนี้ คลองปานามายังเป็นเส้นทางกรนำเที่ยวชมสถานที่ท่องเที่ยวที่น่าสนใจอื่น ๆ ของเมือง โดยตลอดเส้นทางจะมีจุดท่องเที่ยวที่สวยงามหลายแห่ง เช่น Miraflores, Pedro Miguel และ Gatún เป็นต้น

3. เกาะ Coiba และสวนสาธารณะแห่งชาติ Coiba (Coiba National Park)

เกาะ Coiba ตั้งอยู่ทางตอนใต้ของจังหวัด Veraguas และเป็นเกาะขนาดใหญ่ที่สุดของประเทศ โดยรัฐบาลได้ประกาศให้เป็นเขตอนุรักษณ์สัตว์น้ำและปะการังเนื่องจากความอุดมสมบูรณ์และความหลากหลายทางชีวภาพของทั้งพืชและสัตว์นานาชนิด นักท่องเที่ยวสามารถเยี่ยมชมธรรมชาติทางบก ดำน้ำ (เป็นกิจกรรมแนะนำเนื่องจากเกาะ Coiba มีปะการังสวยงามและสัตว์น้ำหลากหลายชนิด) หรือนั่งพักผ่อนบริเวณชายหาด นอกจากนี้ องค์การ UNESCO ยังได้จัดให้เกาะ Coiba เป็นมรดกโลกอีกด้วย

4. เมือง Boquete

เป็นเมืองที่รอบล้อมไปด้วยภูเขาไฟ Baru และเทือกเขาแนวยาว มีอุณหภูมิต่ำกว่าเมืองอื่น ๆ ของประเทศจึงมีสภาพอากาศที่เย็นสบาย เมือง Boquete มีชื่อเสียงเรื่องเทศกาลดอกไม้และกาแฟ (Festival of Flowers and Coffee) อีกทั้งยังเป็นแหล่งผลิตกาแฟคุณภาพดี นอกจากนี้ ยังมีกิจกรรมกลางแจ้งที่น่าสนใจจำนวนมาก อาทิ การปีนเขา กิจกรรมกีฬาทางน้ำต่าง ๆ นอกจากนี้ นักท่องเที่ยวจะได้สัมผัสกับธรรมชาติที่อุดมสมบูรณ์และมีความหลากหลายทั้ง แม่น้ำ ภูเขา และป่าไม้

5. เกาะ Colón

เกาะ Colón ตั้งอยู่ทางตอนเหนือสุดและเป็นเกาะหลักของ Bocas del Toro Archipelago ซึ่งตั้งอยู่ในจังหวัด Bocas del Toro เป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่ได้รับความนิยมเป็นอย่างมากจากนักเดินทางและนักเล่นกระดานโต้คลื่น เนื่องจากมีจุดเล่นกระดานโต้คลื่นที่สำคัญหลายแห่ง นอกจากนี้ เกาะ Colón ยังเป็นที่นิยมสำหรับจัดงานสังสรรค์ขนาดใหญ่ที่สุดในปานามา ในช่วงเทศกาลสำคัญ อาทิ วันก่อนวันขึ้นปีใหม่ อีกด้วย

สำนักงานท่องเที่ยวในปานามา

องค์การการท่องเที่ยวแห่งประเทศไทยปานามา (Autoridad de Turismo de Panamá) หรือ ATP

โทรศัพท์: (507) 526-7000 โทรศัพท์เคลื่อนที่: 0816-00672

เว็บไซต์: <http://www.atp.gob.pa>

<http://www.visitpanama.com>

ที่อยู่สำนักงานใหญ่: Avenida Balboa y Aquilino De La Guardia

Edificio BICSA Financial Center, Piso 29 Código Postal 0816

- สามารถติดต่อ ATP ได้ในสาขาอื่น ๆ

(1) สำนักงานบริหาร ณ ท่าอากาศยานนานาชาติโตกูเมน

(Tocumen)

โทรศัพท์: (507) 238-3686

(2) ตำรวจการท่องเที่ยว ที่ย่านเมืองเก่า (Policía de Turismo - Casco Antiguo)

โทรศัพท์: (507) 211-3365

ที่อยู่: Ave. Central Calle 3 Casco Antiguo

- สามารถสอบถามข้อมูลเพิ่มเติมได้ที่ Tourist Office ทุกสาขาทั่วประเทศ

ประเทศปานามา: <https://www.angloinfo.com/panama-city/how-to/page/panama-city-lifestyle-local-tourism-tourist-offices>

ธุรกิจและเวลาทำการในปานามา

ธนาคาร

เปิดทำการวันจันทร์-ศุกร์ เวลา 08:30 น. – 16:00 น. หรือ 17:00 น.

และเปิดทำการวันเสาร์ เวลา 08:30 น. – 13:00 น.

(ธนาคารบางสาขาจะพักกลางวันเป็นเวลา 1 ชั่วโมง)

ไปรษณีย์

เปิดทำการวันจันทร์-ศุกร์ เวลา 6:30 น. – 17:45 น.

เปิดทำการวันเสาร์ เวลา 7:00 น. – 17:00 น.

(ไม่สามารถซื้อแสตมป์ได้ตามร้านค้าทั่วไป การจะส่งพัสดุหรือจดหมายจะต้องทำที่ไปรษณีย์เท่านั้น)

พิพิธภัณฑ์

ส่วนใหญ่เปิดทำการวันอังคาร-เสาร์ เวลา 9:00 น. – 16:00 น.

- พิพิธภัณฑ์ในปานามาใช้เวลาทำการที่แตกต่างกัน จึงจำเป็นต้อง
ตรวจสอบเวลาทำการของแต่ละพิพิธภัณฑ์ได้ที่:

<https://www.angloinfo.com/panama-city/how-to/page/panama-city-lifestyle-local-tourism-museums>

- พิพิธภัณฑ์ที่มีชื่อเสียง อาทิ Biomuseo เปิดทำการวันอังคาร-ศุกร์
เวลา 10:00 น. – 16:00 น. และวันเสาร์-อาทิตย์ เวลา 10:00 น. –
17:00 น.

สำนักงานธุรกิจ

เปิดให้บริการในวันจันทร์-ศุกร์ เวลา 08:00 น. – 12:00 น. และ
14:00 น. – 17:00 น. หรือ 18:00 น.

หน่วยงานราชการ

เปิดให้บริการวันจันทร์-ศุกร์ เวลา 7:30 น. – 16:30 น. (ควรแต่งกาย
สุภาพและเหมาะสมกับสถานที่ราชการ)

หมายเหตุปานามามีวัฒนธรรมการพักผ่อนวันเช่นเดียวกับประเทศ
อื่น ๆ ในภูมิภาคอเมริกากลางและลาตินอเมริกา

การติดต่อในกรณีฉุกเฉิน

หมายเลขโทรศัพท์ฉุกเฉิน

ศูนย์รวมการจัดการเหตุการณ์ฉุกเฉินประจำประเทศปานามา
(SUME): 911

ตำรวจ: 104 หน่วยดับเพลิง: 103

ประกันสังคม (Social Security)

503-2532

สภากาชาด (Red cross)

*455

หน่วยปกป้องสิทธิพลเมือง

*335

(Civil Protection)

ท่าอากาศยาน

ท่าอากาศยานนานาชาติโตกูเมน (Tocumen): 238-2700

ท่าอากาศยาน Marcos A. Gelabert (Albrook): 501-9272

ศูนย์การแพทย์ฉุกเฉินสาธารณะ

Santo Tomás: 507-5600

นอกจากนี้ ชาวต่างประเทศยังสามารถติดต่อศูนย์การแพทย์ คลินิก หรือโรงพยาบาลโดยตรงในกรณีฉุกเฉินได้ซึ่งสถานพยาบาลส่วนใหญ่ในปานามามีเครื่องมือที่มีมาตรฐานและแพทย์ที่มีประสิทธิภาพ รวมถึงมีความพร้อมในด้านภาษาและเครื่องมือสำหรับการรักษาชาวต่างประเทศ อาทิ

Punta Pacifica Hospital

โทรศัพท์ฉุกเฉิน: 204-8184

ที่อยู่ทางไปรษณีย์: Boulevard Pacífica and Vía Darién

เว็บไซต์: <http://www.hospitalpuntapacificacom/eng/>

Paitilla Medical Center

เป็นศูนย์การแพทย์ที่เจ้าหน้าที่เกือบทั้งหมดสามารถสื่อสารด้วยภาษาอังกฤษได้

โทรศัพท์ฉุกเฉิน: 265-8888

ที่อยู่ทางไปรษณีย์: Ave. Balboa and 53rd Street, Panama City

เว็บไซต์: <http://www.centromedicopaitilla.com>

Santa Fe Hospital

ปัจจุบันเป็นโรงพยาบาลที่มีความเชี่ยวชาญพอสมควรในการดูแลคนไข้จากต่างประเทศ

โทรศัพท์: 507-2274799

ที่อยู่ทางไปรษณีย์: Avenue Frangipani and Simón Bolívar, Panama City, República de Panamá

Centro Metropolitano de Salud

มีบริการฉีดวัคซีนโรคไข้เหลืองให้กับชาวต่างชาติ และมีใบรับรองประกอบวิชาชีพทางการแพทย์ในระดับนานาชาติ

เว็บไซต์: http://www.hospitalsantafepanama.com/index_eng.html

ข้อมูลเพิ่มเติม: <http://www.visitpanama.com/about/medical>

ข้อควรปฏิบัติและข้อพึงระวัง

หากหนังสือเดินทางถูกโจรกรรม ขอให้แจ้งความกับเจ้าหน้าที่ตำรวจและแจ้งสถานกงสุลกิตติมศักดิ์ไทยเพื่อให้ประสานกับสถานเอกอัครราชทูตฯ ในการออกเอกสารการเดินทางใหม่ หรือความช่วยเหลือที่จำเป็นในเบื้องต้น

หมายเลขโทรศัพท์สถานกงสุลกิตติมศักดิ์ไทยประจำปานามา หมายเลข +507 270544

หมายเลขโทรศัพท์สถานเอกอัครราชทูต ณ กรุงซันติอาโก ประเทศชิลี +56 2 717 3959

และหมายเลขฉุกเฉินนอกเวลาราชการ + 56 9 7898 2460

Casco Viejo หรือย่านเมืองเก่าเป็นสถานที่ท่องเที่ยวที่มีความสวยงาม เป็นย่านที่สามารถอนุรักษ์ความเก่าแก่ไว้ได้อย่างดี จึงมีผู้คนและนักท่องเที่ยวพลุกพล่านอยู่ตลอดเวลา ดังนั้นจึงควรระมัดระวังตัวพยายามอยู่ในบริเวณที่สว่างและบริเวณที่มีผู้คนอยู่รอบ ๆ เสมอ ย่านปลอดภัยสำหรับนักท่องเที่ยวคือ Calle 10 Este และ Calle 11 Este เนื่องจากมีเจ้าหน้าที่ตำรวจเดินลาดตระเวนอยู่ตลอดเวลา ในบางพื้นที่ อาทิ บริเวณบางส่วนทางด้านเหนือของสวนสาธารณะ Herrera และ Santa Ana มีแหล่งชุมชนแออัดกระจุกตัวอยู่หนาแน่น บริเวณย่าน Curundú, Chorrillo, Santa Ana, San Miguelito, Río Abajo และ Panama Viejo มีความเสี่ยงด้านโจรกรรมและอาชญากรรมสูง จึงควรหลีกเลี่ยงหรือใช้ความระมัดระวังเป็นพิเศษหากมีความจำเป็นต้องเดินทางไปยังพื้นที่ดังกล่าว

Calle Uruguay เป็นศูนย์กลางของสถานที่ท่องเที่ยวกลางคืน (clubbing) ซึ่งไม่แนะนำให้นักท่องเที่ยวพกเงินสดติดตัวเป็นจำนวนมาก นอกจากนี้ นักท่องเที่ยวชายควรระมัดระวังตัวเป็นพิเศษจากการถูกลักทรัพย์ กระเป๋าตังค์และทรัพย์สินมีค่าในระหว่างการออกทัศนศึกษาหรือเที่ยวช้อปปิ้ง นอกจากนี้ เมื่อเดินไปตามถนนในกรุงปานามาให้ระมัดระวังรถยนต์ที่มักจะขับขึ้นมาบนทางเท้า เมื่อประสบกับเหตุการณ์ดังกล่าวควรรีบมุ่งตรงไปยังสี่แยก อาทิ Panamanians และพยายามหลีกเลี่ยงจากรถยนต์ที่ขับขึ้นมาบนทางเท้าให้เร็วที่สุด

โดยปกติแล้วรถรับจ้างหรือรถแท็กซี่ในปานามาจะอนุญาตให้ผู้โดยสารที่ต่างไม่รู้จักกันมาก่อนสามารถโดยสารรถรับจ้างพร้อมกันได้ แต่การโจรกรรมมักเกิดขึ้นบ่อยครั้งจึงต้องใช้ความระมัดระวังเป็นพิเศษ หากสามารถสื่อสารด้วยภาษาสเปนก็สามารถขอโดยสารรถรับจ้างแต่เพียงผู้เดียวได้ โดยอาจเสนอราคาเพิ่มเติมให้แก่คนขับเพื่อไม่ให้เปิดรับผู้โดยสารคนอื่น ๆ นอกจากนี้ ก่อนขึ้นรถรับจ้างทุกครั้งต้องตรวจสอบสภาพของรถ

อาทิ ที่เปิด-ปิดประตูและทะเลเบียนรรับจ้าง เป็นต้น ทั้งนี้เป็นเรื่องปกติที่คนขับรถรับจ้างจะปฏิเสธผู้โดยสาร เพียงเพราะความสะดวกสบายของตน

ปานามาถือเป็นประเทศที่มีความเข้มงวดในเรื่องยาเสพติด นักท่องเที่ยวจึงต้องพกหนังสือเดินทางอยู่ เสมอเพื่อใช้ยืนยันตนเองกับเจ้าหน้าที่ตำรวจเมื่อถูกสุ่มตรวจ

วัฒนธรรม

ปานามา มีวัฒนธรรมที่หลากหลายซึ่งทำให้ปานามากลายเป็นประเทศที่มีเอกลักษณ์ในภูมิภาค ประชากรจำนวนหลายล้านคนที่อาศัยอยู่ในประเทศและประกอบไปด้วยหลากหลายเชื้อชาติ โดยร้อยละ 67 เป็นชาว mestizo (เชื้อชาติผสมระหว่างคนพื้นเมืองกับคนยุโรปผิวขาว) และ mulatos (เชื้อชาติผสมระหว่างคนผิวขาวกับผิวสี) ชาวผิวสีร้อยละ 14 ชาวผิวขาวร้อยละ 10 ชาวพื้นเมืองร้อยละ 6 และกลุ่มเชื้อชาติอื่น ๆ อีกร้อยละ 3 แม้ปานามาจะมีความหลากหลายทางเชื้อชาติแต่ประชาชนสามารถอาศัยอยู่ร่วมกันได้อย่างสงบสุข

ปานามาให้เสรีภาพในการนับถือศาสนา อย่างไรก็ตาม ประชาชนส่วนมากนับถือศาสนาคริสต์นิกายคาทอลิก ซึ่งได้หยั่งรากลึกผูกพันกับจารีตประเพณีและวัฒนธรรมของประเทศ เห็นได้จากเทศกาลงานเฉลิมฉลองสำคัญต่าง ๆ ในปานามาจะมีความเกี่ยวข้องกับความเชื่อในศาสนาคริสต์นิกายคาทอลิกทั้งสิ้น

La Pollera เป็นชื่อชนิดของกระโปรงหรือชุดกระโปรงในลาตินอเมริกาและสเปน ซึ่งมีลักษณะเป็นชุดกระโปรงยาวบาน ออกแบบตกแต่งอย่างสวยงามด้วยเทคนิคต่าง ๆ เช่น การประดับตกแต่งด้วยดอกไม้ไม้ขนาน ชนิด และผลิตมาจากวัสดุที่หลากหลาย อาทิ ฝ้าย ขนสัตว์ และยังเป็นชุดประจำชาติสำหรับผู้หญิงชาวปานามาอีกด้วย (สำหรับผู้ชายจะมีการใส่หมวกสานมือที่เรียกว่า Montuno) ชาวลาตินอเมริกาเชื่อว่า La Pollera ได้รับอิทธิพลมาจากสเปนในยุคศตวรรษที่ 16 หรือ 17 สำหรับประเทศปานามา La Pollera เป็นชื่อเรียกชุดกระโปรงทั้งชุด ซึ่งอาจถูกเรียกแตกต่างกันในแต่ละประเทศในภูมิภาคลาตินอเมริกา

การทักทาย

ชาวปานามาใช้การจับมือทักทายทั้งในการพบปะและการอำลา สำหรับผู้ที่มีความสนิทสนมคุ้นเคย อาทิ ครอบครัว มิตรสหาย จะทักทายด้วยการกอดและจูบแก้มข้างหนึ่ง ซึ่งพบได้โดยทั่วไปทั้งผู้ชายและผู้หญิง

การแต่งกาย

ชาวปานามานิยมแต่งกายด้วยชุดลำลองสบาย ๆ เนื่องด้วยสภาพอากาศร้อนชื้นแบบแคริบเบียน ดังนั้น การแต่งกายด้วยเสื้อยืด กางเกงขาสั้น เสื้อกั๊ก ในพื้นที่สาธารณะจึงไม่ถือเป็นการเสียมารยาท โดยเฉพาะสถานที่ท่องเที่ยวและชายหาด สำหรับสุภาพสตรี การแต่งชุดว่ายน้ำแบบบิกินีในพื้นที่ชายหาดไม่ถือเป็นการเสียมารยาทเช่นกัน อย่างไรก็ตาม การแต่งกายเพื่อให้เกียรติสถานที่ต่าง ๆ และตามกาลเทศะยังคงยึดถืออยู่ตามธรรมเนียมสากล อาทิ การห้ามใส่รองเท้าแตะเข้าหน่วยงานราชการ เป็นต้น

วัฒนธรรมการเต้น

การเต้นประจำชาติของประเทศปานามาเรียกว่า Tamborito ซึ่งหมายถึงกลองขนาดเล็ก การเต้นชนิดนี้ได้รับความนิยมอย่างมากจากชาวปานามา เพราะเป็นการแสดงออกถึงความมั่งคั่ง ความหวัง ความเชื่อ และจิตวิญญาณของชาวปานามา ดนตรีประกอบการเต้นเป็นจังหวะที่เร้าใจ สื่อสารความรู้สึกต่าง ๆ ไปยังผู้ชมได้จากอารมณ์และจิตวิญญาณของการเต้น ทั้งฝ่ายหญิงและฝ่ายชายจะแต่งกายด้วยชุดประจำชาติ ฝ่ายหญิงจะใส่เครื่องประดับเป็นที่ติดผมเรียกว่า Tembleques เพิ่มเติม นอกจากนี้ ปานามายังมีวัฒนธรรมการเต้นอื่น ๆ อาทิ การเต้น The Diablicos Sucios เป็นการเต้นประจำจังหวัด Los Santos และ Chitre และการเต้น Reggaeton ซึ่งพัฒนามาจากการเต้น Reggae ของประเทศจาเมกา

มารยาทในการรับประทานอาหาร

อาหารประจำชาติสำคัญของปานามาคือ Patacones หรือกล้วยทอด นอกจากนี้ ส่วนประกอบสำคัญของอาหารในปานามาส่วนใหญ่คือ ถั่ว ข้าว และแผ่นขนมปัง (tortillas)

การรับประทานอาหารในปานามาจะแตกต่างเล็กน้อยเมื่อเทียบกับประเทศอื่น ๆ ในภูมิภาคอเมริกา กลาง คือจะมีความเป็นทางการมากกว่า อย่างไรก็ตาม การมีปฏิสัมพันธ์ การพูดคุยกันระหว่างมืออาหารยังคงเป็นสิ่งสำคัญที่สุดสำหรับชาวปานามา ในมื้ออาหารร่วมกับเพื่อนหรือชาวปานามาทั่วไป การมาสายเล็กน้อยประมาณ 15 นาทีถือเป็นเรื่องปกติและเป็นที่ยอมรับได้ ยกเว้นในมื้ออาหารที่เป็นทางการแบบธุรกิจ และมื้ออาหารร่วมกับชาวอเมริกันมีความจำเป็นต้องตรงต่อเวลา

ในมื้ออาหารของปานามา เครื่องดื่มจะยกบริการก่อนเป็นอย่างแรก ชาวปานามานิยมการดื่มฉลอง (toast) แบบไม่เป็นทางการโดยทั่วไปมักกล่าวว่า “salud” หมายถึง “เพื่อสุขภาพที่ดี” จุดประสงค์ของการดื่มฉลองคือเพื่อสร้างบรรยากาศให้ทุกคนผ่อนคลาย ทั้งนี้ หากมื้ออาหารนั้นเป็นการเลี้ยงรับรองที่มีเจ้าภาพ (host) เจ้าภาพจะเป็นผู้เชื้อเชิญให้ทุกคนรับประทานอาหารโดยกล่าววลี “buen provecho” ซึ่งหมายถึง “ขอให้เจริญอาหาร”

มารยาทในการรับประทานอาหารของชาวปานามาจะยกมือขึ้นเหนือโต๊ะอาหาร ใช้ส้อมด้วยมือซ้าย และใช้มีดด้วยมือขวา ทั้งนี้ ให้สังเกตและปฏิบัติตามเจ้าภาพ เมื่อรับประทานอาหารเสร็จทุกครั้งให้ทำความสะอาดจานของตน รวมน้ำกับส้อมเข้าด้วยกันไว้ทางด้านขวาของจาน การเรียกบริการในร้านอาหารให้ใช้วิธีสบตา หลีกเลี่ยงการโบกมือหรือเรียกชื่อ โดยปกติแล้วเจ้าภาพจะเป็นผู้จ่ายเงินค่าอาหารแต่โดยมารยาทแขกจะต้องเสนอที่จะจ่ายเงินด้วยเช่นกัน ในกรณีที่ต้องจ่ายเงินค่าอาหารด้วยตนเองให้ดูว่าการคิดราคาอาหารนั้นรวมค่าบริการ (service charge) หรือไม่ ในกรณีที่ร้านอาหารไม่ได้คิดค่าบริการรวมไว้ควรให้ทิปเป็นจำนวนร้อยละ 10 – 15 ของค่าอาหาร ทั้งนี้ ขึ้นอยู่กับระดับของร้านอาหาร

ในมื้ออาหารที่บ้านของชาวปานามา ให้ตักอาหารในจำนวนน้อยก่อนในครั้งแรก เพื่อที่การตักในครั้งที่สองจะถือเป็นการชื่นชมอาหารของเจ้าบ้านไปในตัว

ความหลากหลายทางเพศ

ปานามาไม่ได้เปิดรับความหลากหลายทางเพศมากนัก จะมักไม่พบเห็นกลุ่มเพศทางเลือก (LGBT) แสดงความรักในที่สาธารณะอย่างเปิดเผย อย่างไรก็ตาม ปัจจุบันถือได้ว่าปานามาเป็นประเทศที่มีความเท่าเทียมกันระหว่างเพศชายและเพศหญิง เหตุผลหลักประการหนึ่งคือความคิดที่ทั้งสองเพศต้องช่วยเหลือและต้องพึ่งพาซึ่งกันและกันทั้งในด้านการงานและงานบ้าน ผู้หญิงในปานามาสามารถขึ้นสู่จุดสูงสุดทางอาชีพได้เช่นเดียวกับผู้ชายโดยเฉพาะในด้านการบริการและการศึกษา ตัวอย่างที่ชัดเจนคือการที่รองประธานาธิบดีและรัฐมนตรีว่าการกระทรวงการต่างประเทศคนปัจจุบันของปานามาเป็นเพศหญิง

วันสำคัญและเทศกาล

วันที่ / เดือน

กลางเดือนมกราคม

ปลายเดือนมกราคม

กุมภาพันธ์

ช่วง Holy Week ในเดือนมีนาคม

กลางเดือนมีนาคม

กลางเดือนเมษายน

40 วันหลังจากอีสเตอร์ ในเดือนมิถุนายน

20-22 กรกฎาคม

*20-22 สิงหาคม 2016

*28-30 สิงหาคม 2016

สัปดาห์ที่สองในเดือนกันยายน

สัปดาห์สุดท้ายของเดือนกันยายน

21 ตุลาคม

3 พฤศจิกายน

4 พฤศจิกายน

10 พฤศจิกายน

28 พฤศจิกายน

สัปดาห์สุดท้ายของเดือนธันวาคม

วันสำคัญและเทศกาล

Flower and Coffee Festival ที่เมือง Boquete

Jazz Festival ที่กรุงปานามา

Carnival แห่งปีที่ยิ่งใหญ่ที่สุดในปานามา ที่เมืองแถบคาบสมุทร
Azuelo

Semana Santa

Feria de David ที่เมือง Chiriquí

Orchid Festival ที่เมือง Boquete

Feria Internacional del Azuelo ที่เมือง La Villa de Los Santos

Festival Corpus Christi ที่เมือง La Villa de Los Santos

Festival Patronales de La Virgen de Santa Librada
ที่เมือง Las Tablas

Panama Ink Fest

Panamá Gastronómica

International Festival of the Sea ที่จังหวัด Bocas del Toro

Festival de la Mejorana ที่เมือง Guararé

Black Christ Festival ที่เมือง Portobelo

Independence Day from Colombia

Flag Day มีการเฉลิมฉลองยิ่งใหญ่ที่สุดในเมืองใหญ่ของปานามา

First Call for Independence from Spain

Independence Day from Spain

Feria de las Tierras Altas ที่เมือง Volcán

*กำหนดการงานเทศกาลต่าง ๆ สามารถเปลี่ยนแปลงได้ตลอดเวลา ดังนั้นจึงควรตรวจสอบผ่านทาง ATP
Tourism Board โทรศัพท์ (507) 526-7000 ก่อนการวางแผนท่องเที่ยวทุกครั้ง