



Conseils de voyage

C A M B O D G E





FUSEAU HORAIRE & HORAIRES DE TRAVAIL

Le Cambodge utilise l'heure de l'Indochine (ICT), soit GMT +7 heures. Les horaires de bureau standard sont généralement de 8h00 à 17h00, du lundi au vendredi. De nombreux restaurants, magasins et services dans les zones touristiques restent ouverts jusqu'à 22h00 ou plus tard.



LANGUE

Le khmer est la langue officielle du Cambodge. L'anglais est largement parlé dans les grandes villes, les zones touristiques et dans l'industrie hôtelière. Le français est également parlé par certaines personnes âgées, et le chinois devient de plus en plus courant dans les milieux d'affaires.



PASSEPORT & VISA

Un passeport valable au moins six mois est requis pour entrer au Cambodge. La plupart des nationalités ont besoin d'un visa, qui peut être obtenu via un système de e-Visa, à l'arrivée dans les principaux aéroports ou aux postes frontières, ou à l'avance auprès des ambassades cambodgiennes. Le visa touristique est généralement valable 30 jours. Il est recommandé de vérifier les exigences en fonction de sa nationalité avant de voyager.



TRANSPORT

Le Cambodge propose plusieurs options de transport. Les tuk-tuks sont les plus courants et pratiques pour les courtes distances. Des taxis avec compteur sont disponibles dans les grandes villes comme Phnom Penh et Siem Reap, bien qu'il soit fréquent de devoir négocier le prix. Des applications comme Grab et PassApp fonctionnent dans les zones urbaines. Les bus et minibus relient les grandes villes, tandis que les vols domestiques desservent des destinations reculées comme Sihanoukville. La location de moto est une option, mais les voyageurs internationaux doivent vérifier qu'ils possèdent le permis approprié.



MONNAIE

La monnaie officielle est le Riel cambodgien (KHR), mais le dollar américain est largement utilisé pour la plupart des transactions. En 2024, le taux de change est d'environ 4 100 KHR pour 1 USD. Les cartes bancaires sont acceptées dans les grands hôtels, restaurants et centres commerciaux, mais l'argent liquide est préféré pour les petits achats, notamment en zones rurales. Les distributeurs automatiques délivrent aussi bien des USD que des KHR.



ÉLECTRICITÉ

Le Cambodge fonctionne avec un courant de 230 V et une fréquence de 50 Hz. Les prises courantes sont de type A (deux broches plates), C (deux broches rondes) et G (trois broches rectangulaires). Il est recommandé d'apporter un adaptateur universel pour les voyageurs disposant d'équipements à prises différentes.





A faire

- Saluez les gens avec une légère inclinaison et un Sampeah (mains jointes en geste de prière) au lieu d'une poignée de main.
- Montrez du respect envers les aînés, les moines et les traditions religieuses. Adressez-vous aux personnes âgées et aux moines avec un langage poli.
- Habillez-vous modestement, en particulier lors de la visite de temples ou de sites religieux (vêtements couvrant les épaules et les genoux).
- Retirez vos chaussures avant d'entrer dans une maison, une pagode ou un temple.
- Demandez la permission avant de prendre des photos de personnes, en particulier les moines, les sites religieux et les communautés rurales.



À éviter

- Ne touchez pas la tête d'une personne, y compris celle des enfants, car elle est considérée comme sacrée.
- Ne pointez pas du doigt les gens ou les objets avec l'index ; utilisez plutôt toute la main.
- Ne criez pas et ne perdez pas votre calme en public : les Cambodgiens valorisent le calme et évitent les confrontations.
- Ne touchez pas les moines et ne leur remettez rien directement si vous êtes une femme. Déposez les offrandes sur une table ou un tissu.
- Évitez les démonstrations d'affection excessives en public.
- Évitez d'aborder des sujets sensibles comme la politique ou l'histoire des Khmers rouges, à moins qu'on vous y invite.





EXIGENCES SANITAIRES

Les voyageurs se rendant au Cambodge sont invités à consulter leur médecin ou un spécialiste de la médecine du voyage pour s'assurer qu'ils sont à jour dans leurs vaccins de routine et pour discuter des vaccinations nécessaires. Les vaccins recommandés peuvent inclure:

- **Rougeole-Oreillons-Rubéole (ROR):** Assurez-vous d'être pleinement vacciné contre la rougeole, des épidémies ayant été signalées dans plusieurs régions.
- **Diphtérie et Tétanos:** Il est essentiel de maintenir les vaccins à jour en raison de flambées épidémiques périodiques.
- **Hépatite A et B:** Recommandée en raison du risque potentiel d'exposition.
- **Typhoïde:** Advised for travelers, especially those planning to consume local or street food.
- **Rage:** À envisager si vous prévoyez des activités pouvant entraîner un contact avec des animaux, notamment les chiens.
- **Encéphalite japonaise:** Recommandée pour les voyageurs séjournant longtemps en zones rurales ou durant la saison de transmission.
- **Paludisme & Dengue:** Risque de maladies transmises par les moustiques, notamment en zones forestières ou reculées.

Il est fortement recommandé à tous les voyageurs de souscrire une assurance voyage personnelle complète avant le départ. Celle-ci devrait couvrir les frais médicaux, y compris les évacuations sanitaires, ainsi que la perte ou le vol d'effets personnels. Avoir une assurance depuis votre pays d'origine peut faciliter les démarches en cas d'accident ou de maladie, et éviter des procédures complexes à l'étranger.

QUE PRENDRE AVEC VOUS

Pour un voyage confortable et sécurisé au Cambodge, tenez compte des conseils suivants pour préparer votre valise :

- **Vêtements:** Prévoyez des vêtements légers et respirants adaptés à un climat tropical. Emportez une veste légère ou un pull pour les soirées plus fraîches ou les lieux climatisés.
- **Essentiels Santé:** Crème solaire, chapeau à large bord, lunettes de soleil et répulsif anti-moustiques contenant du DEET.
- **Médicaments:** Une trousse de premiers soins de base et tout médicament prescrit, accompagné de l'ordonnance.
- **Documents:** Conservez des copies de vos documents importants (passeport, visa, assurance voyage, carnet de vaccination) dans un lieu séparé et sécurisé.
- **Divers:** Une bouteille d'eau réutilisable, un parapluie de voyage et un adaptateur pour prises électriques cambodgiennes peuvent s'avérer très utiles.





DOUANE & FORMALITÉS

Les voyageurs arrivant au Cambodge doivent en général remplir une carte d'arrivée et un formulaire de déclaration en douane. Ces formulaires sont généralement distribués à bord des vols ou disponibles à l'arrivée aux comptoirs d'immigration. Les titulaires d'un visa électronique doivent présenter une copie imprimée de leur lettre d'approbation eVisa avec leur passeport.

Franchise douanière

- Le Cambodge autorise les voyageurs à importer certains biens en franchise de droits, notamment :
- Alcool : Jusqu'à 2 litres de boissons alcoolisées.
- Tabac : Jusqu'à 200 cigarettes, 50 cigares ou 250 grammes de tabac.
- Autres biens : Effets personnels et cadeaux pour une valeur totale ne dépassant pas 300 USD.

Articles interdits ou restreints

Il est interdit aux voyageurs d'importer au Cambodge les articles suivants :

- Stupéfiants et substances psychotropes.
- Armes à feu, explosifs et munitions (sauf autorisation préalable du gouvernement).
- Matériel obscène, publications et contenus politiquement sensibles.
- Espèces animales menacées et produits dérivés (y compris l'ivoire, certaines peaux animales et médicaments traditionnels contenant des parties animales).

Médicaments & déclarations spéciales

- Les voyageurs transportant des médicaments prescrits doivent les garder dans leur emballage d'origine, accompagnés d'une ordonnance ou d'une note médicale pour éviter tout problème à la douane.
- Les sommes importantes en espèces (dépassant 10 000 USD) doivent être déclarées à l'arrivée et au départ.

Départ du Cambodge

- Les objets anciens et les pièces du patrimoine culturel nécessitent des permis spéciaux pour l'exportation. Achetez uniquement auprès de vendeurs agréés fournissant les documents requis.
- Il est interdit de sortir du pays avec de grosses sommes en riels cambodgiens (KHR). Il est préférable de convertir toute devise restante avant le départ.
- Respecter ces règles douanières contribuera à garantir une arrivée et un départ sans encombre du Cambodge. N'hésitez pas à me contacter si vous avez besoin de précisions supplémentaires!





CLIMAT & MÉTÉO

Le Cambodge bénéficie d'un climat tropical de mousson, caractérisé par deux saisons distinctes:

Saison fraîche et sèche (novembre à février)

- Températures agréables comprises entre 22 et 30°C.
- Faible humidité et ciel dégagé, ce qui en fait la meilleure période pour voyager.

Saison chaude et sèche (mars à mai)

- Les températures peuvent atteindre 35 à 40°C.
- Avril et mai sont les mois les plus chauds, notamment dans les zones intérieures comme Phnom Penh et Siem Reap.

Saison des pluies (juin à octobre)

- Températures comprises entre 24 et 33°C.
- Fortes pluies, principalement l'après-midi ou en soirée, apportant un soulagement face à la chaleur.
- Paysages verdoyants et affluence touristique réduite dans les sites.





COMMUNICATIONS

- **Téléphone / Carte SIM**

Le Cambodge applique des tarifs d'appels internationaux relativement élevés, il est donc conseillé de vérifier avec votre hôtel avant de passer des appels directs. Utiliser des services VOIP comme WhatsApp, MS Teams ou Zoom peut considérablement réduire les coûts.

Des cartes SIM prépayées avec internet mobile (4G/5G) sont largement disponibles dans les grandes villes comme Phnom Penh et Siem Reap. Si votre téléphone est débloqué, acheter une carte SIM locale est une option économique, à partir d'environ 5 USD. Vous pouvez facilement recharger du crédit dans les supérettes, les boutiques de téléphonie mobile ou via des applications bancaires mobiles.

Les principaux opérateurs télécoms sont Cellcard, Smart et Metfone.

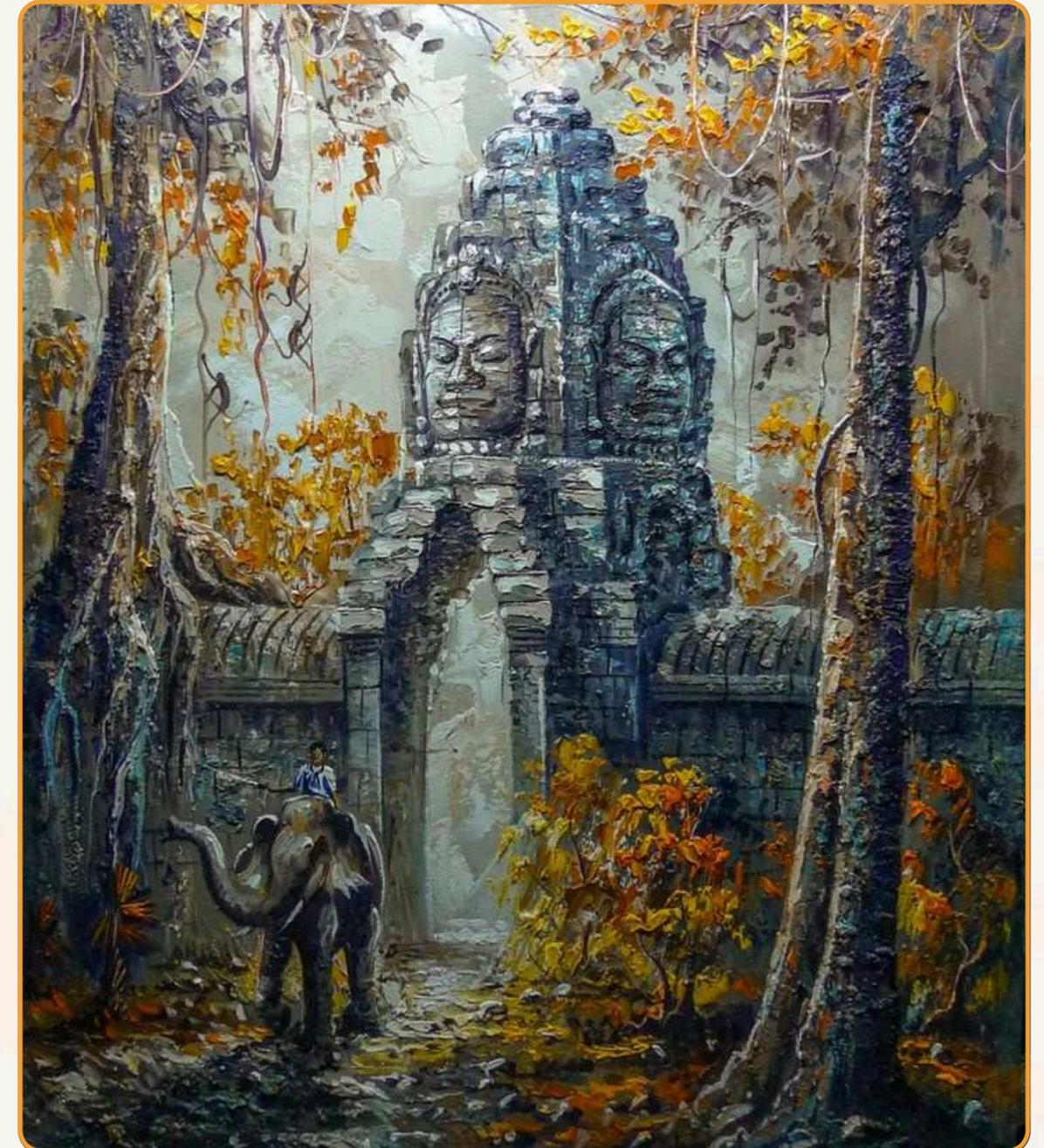
- **Internet**

L'accès à Internet est largement disponible dans les hôtels, restaurants, cafés et centres de services Internet. Le Wi-Fi gratuit est couramment proposé dans les hôtels, les aéroports et les zones touristiques populaires, bien que la vitesse puisse varier selon l'emplacement. Le Cambodge développe progressivement son réseau 5G à haut débit dans les centres urbains, offrant ainsi une meilleure connectivité aux voyageurs.

- **Service Postal**

Le service postal cambodgien propose des services de courrier international standard, avec un service de courrier express (EMS) disponible dans plus de 50 pays à travers le monde.

Les délais de livraison pour le courrier international varient généralement de 3 à 10 jours, selon la destination. On trouve des bureaux de poste dans les grandes villes, et certains hôtels proposent également des services d'envoi pour plus de confort.





CUISINE CAMBODGIENNE

La cuisine cambodgienne, aussi appelée cuisine khmère, est connue pour ses saveurs subtiles, ses ingrédients frais et ses herbes aromatiques. Bien qu'elle partage des similitudes avec les cuisines thaïlandaise et vietnamienne, elle est généralement moins épicée et plus douce, offrant souvent un équilibre entre le sucré, le salé, l'acide et l'umami.

Le riz est un aliment de base, présent à presque tous les repas, et le poisson d'eau douce issu du Mékong et du Tonlé Sap joue un rôle important dans l'alimentation.

Plats à ne pas manquer

- Amok – Plat emblématique cambodgien à base de poisson, poulet ou tofu, cuit à la vapeur dans des feuilles de bananier avec du lait de coco et une pâte de curry à la citronnelle.
- Lok Lak – Plat de bœuf sauté savoureux, souvent servi avec une sauce citronnée et au poivre noir.
- Bai Sach Chrouk – Plat populaire de porc grillé accompagné de riz, souvent servi au petit-déjeuner avec des légumes marinés.

Boissons

- Khmer Café khmer – Café noir cambodgien corsé, généralement servi glacé avec du lait concentré sucré ou du lait frais.
- Vin de palme – Boisson locale fermentée à base de sève de palmier, souvent artisanale et légèrement sucrée.
- Jus de canne à sucre – Jus de canne fraîchement pressé, servi avec de la glace, rafraîchissant et populaire dans la rue.
- Bière – Angkor Beer et Cambodia Beer sont les bières locales les plus populaires.
- Eau – Évitez de boire l'eau du robinet. L'eau en bouteille ou filtrée est largement disponible et recommandée pour les voyageurs.





CURRENCY, MONEY EXCHANGE & ATM

La monnaie officielle du Cambodge est le riel cambodgien (KHR), mais le dollar américain (USD) est largement utilisé dans les transactions quotidiennes, notamment dans les zones touristiques. La petite monnaie est souvent rendue en riels, le taux de change étant généralement fixé à 4 000 KHR pour 1 USD.

Cartes de crédit

Les cartes Visa, MasterCard et UnionPay sont largement acceptées dans les hôtels, restaurants et centres commerciaux, bien que certains établissements appliquent des frais de transaction de 2 à 4 %. La carte American Express (AMEX) est moins couramment acceptée.

Distributeurs automatiques (ATM)

Des distributeurs automatiques sont facilement accessibles à Phnom Penh, Siem Reap, Sihanoukville et dans les autres grandes villes. Ils délivrent aussi bien des dollars américains que des riels cambodgiens.

Les limites de retrait varient de 250 à 500 USD par transaction, avec des frais de 3 à 6 USD pour les cartes internationales.

Change de devises

Les dollars US et les euros peuvent être échangés dans les banques, bureaux de change et certains hôtels. Les changeurs de rue peuvent offrir des taux légèrement plus intéressants, mais doivent être utilisés avec prudence. Les billets abîmés ou déchirés sont souvent refusés, alors assurez-vous que vos billets soient en bon état.

SAFETY

Objets personnels

Évitez de montrer des objets de valeur tels que des bijoux, de grosses sommes d'argent ou des appareils électroniques en public. Utilisez une ceinture de voyage ou un sac sécurisé pour protéger vos effets personnels, en particulier dans les lieux fréquentés.

Voi à la tire

Soyez vigilant dans les endroits bondés comme les marchés, les transports en commun et les sites touristiques, car les vols à la tire et les arrachages de sacs peuvent se produire. Lorsque vous êtes en tuk-tuk ou à moto, gardez votre sac bien attaché à votre corps et évitez d'utiliser votre téléphone près de la route.

Objets perdus

Déposer une plainte pour un objet perdu ou volé peut prendre du temps et n'offre aucune garantie de récupération. Pour limiter les pertes, conservez des copies de vos documents importants et utilisez le coffre de l'hôtel. Une assurance voyage est fortement recommandée pour couvrir le vol ou la perte de biens.





VOLS INTÉRIEURS & TAXES D'AÉROPORT

Airport Tax

- Les taxes d'aéroport pour les vols domestiques et internationaux sont incluses dans le prix du billet. Aucun paiement supplémentaire n'est requis à l'aéroport.

Check-in Recommendations

- Vols internationaux : arrivez au moins 3 heures avant le départ.
- Vols domestiques : arrivez au moins 2 heures avant le départ.
- L'enregistrement en ligne est disponible pour la plupart des compagnies, mais certains aéroports exigent une carte d'embarquement imprimée.

Baggage Allowance

- Vols internationaux : arrivez au moins 3 heures avant le départ.
- Vols domestiques : arrivez au moins 2 heures avant le départ.
- L'enregistrement en ligne est disponible pour la plupart des compagnies, mais certains aéroports exigent une carte d'embarquement imprimée.

ACHATS & MARCHANDAGE

Le Cambodge est réputé pour son artisanat, ses produits en soie, bijoux en argent, sculptures sur bois, poivre de Kampot et ses épices de qualité. Les options vont des boutiques haut de gamme et ateliers d'artisans aux marchés locaux animés et aux stands de rue.

Marchés locaux

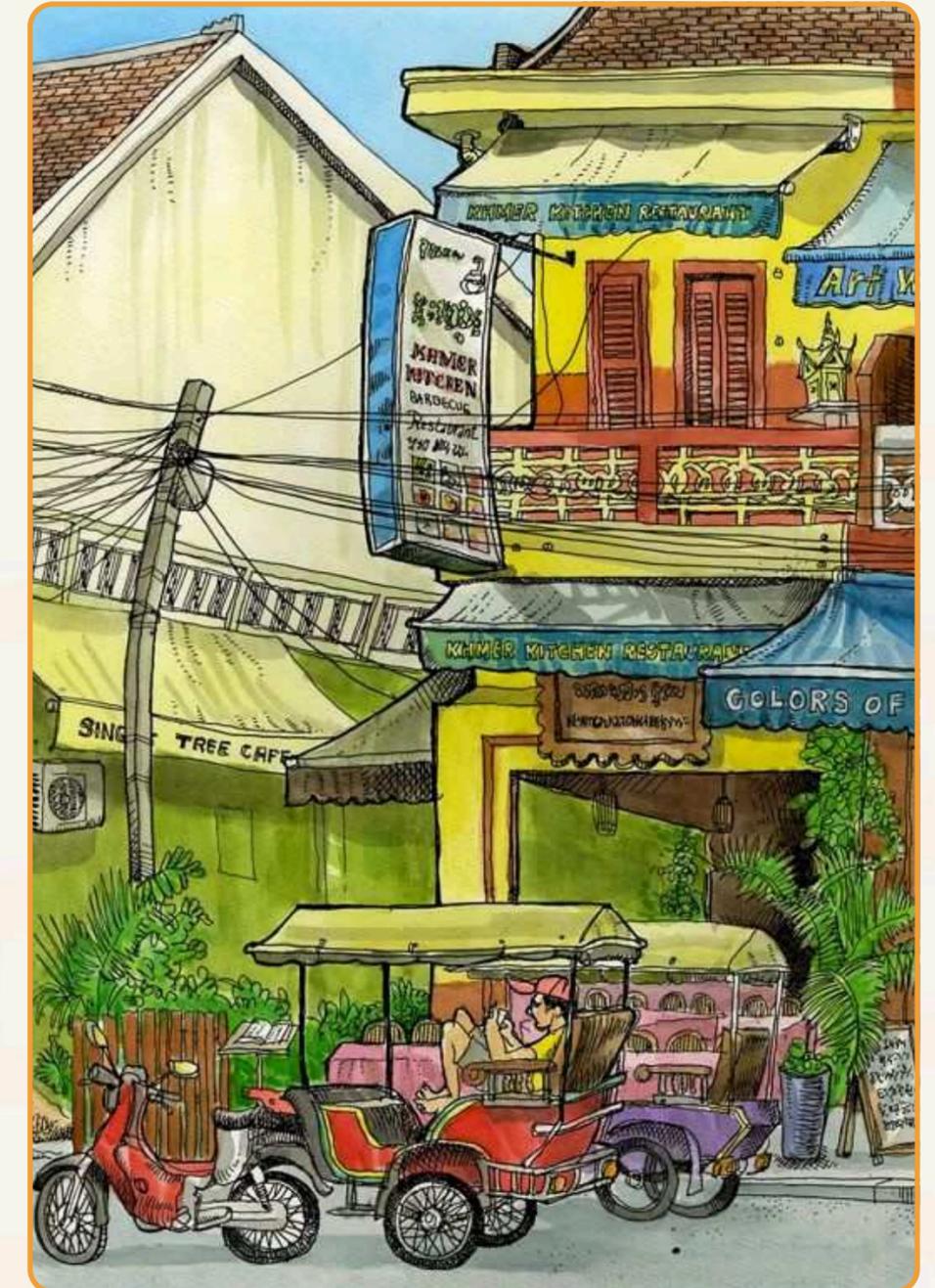
- Phsar Thmey (marché central) – Phnom Penh : célèbre pour les bijoux, souvenirs et vêtements.
- Marché russe – Phnom Penh : idéal pour l'artisanat, les antiquités et les textiles.
- Angkor Night Market – Siem Reap : idéal pour les produits artisanaux locaux et les souvenirs.

Négocier au Cambodge

- La négociation est courante sur les marchés et avec les vendeurs de rue, mais elle n'est pas acceptée dans les centres commerciaux ou magasins à prix fixes.
- Garder une attitude amicale peut aider à obtenir de meilleurs prix.
- Si le prix reste élevé, vous pouvez partir – le vendeur peut alors proposer un tarif plus bas.

Vendeurs ambulants & colporteurs

- Les vendeurs peuvent être insistants, surtout dans les zones touristiques. Un "Non, merci" poli mais ferme (ou "Ot te, orkun" en khmer) suffit généralement à mettre fin à la discussion.
- Soyez prudent lors de l'achat de pierres précieuses ou d'objets anciens, car certains peuvent être contrefaits.





POURBOIRES

Donner un pourboire au Cambodge est apprécié mais non obligatoire. Bien que cela ne fasse pas partie d'une forte tradition culturelle, cela devient de plus en plus courant dans le secteur du tourisme. Voici les montants suggérés (en USD) :

Guides & Chauffeurs

- Visite privée : 5 à 10 \$ par jour et par personne pour un guide local ou de ville.
- Visite en groupe : 4 à 7 \$ par jour et par personne pour un guide accompagnateur ; 2 à 5 \$ pour un guide local.
- Chauffeurs : En général, ils reçoivent environ la moitié du pourboire donné aux guides (2 à 5 \$ par jour et par personne).
- Excursions ou treks d'aventure : Un pourboire supplémentaire est recommandé, environ 3 à 5 \$ par guide et par jour.

Personnel d'hôtel & de restaurant

- Restaurants: 5-10% of the bill if a service charge is not included.
- Housekeeping: \$2-3 per day per room.
- Porters: \$1-2 per trip, depending on luggage size.

Personnel de croisière

- Excursion en bateau à la journée : 1 à 3 \$ par personne.

Autres prestataires de services

- Spa & massages : 2 à 5 \$ par séance, surtout si le service est de qualité.
- Chauffeurs de tuk-tuk : Le pourboire n'est pas obligatoire, mais il est apprécié d'arrondir le montant ou de donner 1 à 2 \$ pour les trajets plus longs.



Thank You



Head Office: Vinare building, 141 Le Duan street, Cua Nam Ward, Hanoi, Vietnam
Tel: +84 24 3747 2597 | www.auroratravel.asia | sale@auroratravel.asia