Consigli di Viaggio

THAILANDIA

Aurora Travel & DMC

Locals Know Best

Informazioni Generali

FUSO ORARIO E ORARI DI LAVORO

La Cambogia segue l'ora Indocina (ICT), che è GMT +7 ore. L'orario lavorativo standard è solitamente dalle 8:00 alle 17:00, dal lunedì al venerdì. Molti ristoranti, negozi e servizi nelle zone turistiche rimangono aperti fino alle 22:00 o anche oltre.

LINGUA

Il khmer è la lingua ufficiale della Cambogia. L'inglese è ampiamente parlato nelle principali città, nelle zone turistiche e nell'industria dell'ospitalità. Il francese è parlato da alcune generazioni più anziane, mentre il cinese sta diventando sempre più comune nelle impostazioni aziendali.

PASSAPORTO E VISTO

È richiesto un passaporto con almeno sei mesi di validità per entrare in Cambogia. La maggior parte delle nazionalità necessita di un visto, che può essere ottenuto tramite il sistema e-Visa, all'arrivo nei principali aeroporti e punti di confine terrestri, o in anticipo presso le ambasciate cambogiane. Il visto turistico è solitamente valido per 30 giorni. Si consiglia di verificare i requisiti per il visto in base alla nazionalità prima di viaggiare. Dal 1° maggio 2025, la Thailand Digital Arrival Card (TDAC) sarà obbligatoria per tutti i viaggiatori internazionali in arrivo nel Paese.

TRASPORTI

La Cambogia offre diverse opzioni di trasporto. I tuk-tuk sono i più comuni e convenienti per brevi distanze. I taxi con tassametro sono disponibili nelle principali città come Phnom Penh e Siem Reap, anche se è comune negoziare le tariffe. Le app di ride-hailing come Grab e PassApp operano nelle aree urbane. Autobus e minibus collegano le principali città, mentre voli nazionali servono destinazioni più remote come Sihanoukville. Noleggiare una moto è un'opzione, ma i viaggiatori internazionali devono assicurarsi di avere la patente adeguata.

MONETA

La valuta ufficiale è il Riel cambogiano (KHR), ma il dollaro statunitense è ampiamente utilizzato per la maggior parte delle transazioni. A partire dal 2024, il tasso di cambio è di circa 4.100 KHR per un dollaro statunitense. Le carte di credito sono accettate nei principali hotel, ristoranti e centri commerciali, ma per acquisti di piccole dimensioni, soprattutto nelle zone rurali, è preferibile usare contante. Gli sportelli ATM distribuiscono sia USD che KHR.

ELECTRICITÀ

La Cambogia utilizza una tensione di 230V e una frequenza di 50Hz. I tipi di presa comuni sono A (due spinotti piatti paralleli), C (due spinotti rotondi) e G (tre spinotti rettangolari). È consigliato portare un adattatore universale per i viaggiatori con tipi di presa differenti.

Etichetta

Cosa Fare

- Saluta le persone con un Wai (unendo i palmi delle mani in un gesto simile a una preghiera) invece di una stretta di mano.
- Mostra rispetto verso gli anziani, i monaci e le tradizioni religiose tramite un linguaggio cortese e gesti appropriati.
- Usa entrambe le mani quando dai o ricevi oggetti, soprattutto da persone anziane o funzionari.
- Vesti in modo modesto quando visiti templi o luoghi religiosi (copri spalle e ginocchia).
- Togli le scarpe prima di entrare in case, templi o in alcuni esercizi commerciali.
- Chiedi il permesso prima di fotografare persone, monaci, luoghi religiosi o comunità rurali.

Cosa da Non Fare

- Non toccare la testa di una persona, compresi i bambini, poiché è considerata una parte sacra del corpo.
- Non indicare persone o oggetti con il dito indice; usa invece tutta la mano.
- Non alzare la voce né mostrare rabbia in pubblico; i thailandesi apprezzano la calma e l'evitare i conflitti.
- Le donne non devono toccare i monaci né porgere loro oggetti direttamente: è preferibile posare le offerte su un tavolo o su un panno.
- Evita manifestazioni eccessive di affetto in pubblico.
- Evita di discutere argomenti delicati come la politica, la monarchia o conflitti del passato, a meno che non ti venga espressamente chiesto.

Prima di Viaggiare

REQUISITI SANITARI

Si consiglia ai viaggiatori di consultare il proprio medico o uno specialista in medicina dei viaggi per assicurarsi di essere aggiornati sulle vaccinazioni di routine e per discutere le immunizzazioni necessarie. Le vaccinazioni raccomandate possono includere:

- **Morbillo, Parotite, Rosolia (Measles-Mumps-Rubella - MMR):** Assicurarsi di essere completamente vaccinati, poiché si sono verificati focolai nel Sud-Est asiatico.
- **Difterite e Tetano:** È importante mantenere aggiornate le vaccinazioni contro queste malattie a causa dei focolai occasionali.
- **Epitate A e B:** Raccomandata la vaccinazione a causa del rischio di esposizione.
- **Tifo:** Consigliato soprattutto per i viaggiatori che intendono consumare cibo locale o da strada.
- **Rabbia:** Considerare la vaccinazione se si prevede di entrare in contatto con animali, in particolare cani.
- **Encefalite Giapponese:** Raccomandata per i viaggiatori che trascorrono periodi prolungati in aree rurali o durante la stagione di trasmissione.
- **Malaria e Dengue:** Malattie trasmesse da zanzare presenti soprattutto in aree remote, boschive o costiere. Si consiglia l'uso di repellenti per insetti, abbigliamento a maniche lunghe e zanzariere se si soggiorna in zone rurali.

Si raccomanda vivamente a tutti i viaggiatori di acquistare un'assicurazione di viaggio personale completa prima della partenza. Questa dovrebbe coprire le spese sanitarie, compreso il rimpatrio medico, nonché la perdita o il furto di effetti personali. Avere un'assicurazione del proprio Paese d'origine può semplificare notevolmente le procedure in caso di incidente o malattia, evitando lungaggini burocratiche all'estero.

COSA PORTARE

Per garantire un viaggio confortevole e sicuro in Thailandia, considera i seguenti consigli per il bagaglio:

- **Abbigliamento:** Porta con te abiti leggeri e traspiranti, adatti a un clima tropicale. Includi anche una giacca leggera o un maglione per le serate più fresche o per ambienti con aria condizionata.
- **Essenziali per la salute:** Porta crema solare, un cappello a tesa larga e un repellente per insetti contenente DEET per proteggerti dalle zanzare.
- **Medicinali:** Porta con te un kit di primo soccorso di base e tutti i farmaci da prescrizione di cui hai bisogno, insieme a una copia della prescrizione.
- **Documentazione:** Conserva fotocopie dei documenti importanti, come passaporto, visto, assicurazione di viaggio e certificati di vaccinazione, in un luogo sicuro e separato dagli originali.
- **Varie:** Una borraccia riutilizzabile, un ombrellino da viaggio e un adattatore di corrente compatibile con le prese elettriche thailandesi possono rivelarsi molto utili.

Prima di Viaggiare

DOGANA E FORMALITÀ

I viaggiatori in arrivo in Thailandia devono compilare una scheda di arrivo (TM6) e, se trasportano beni soggetti a dazio o merci soggette a restrizioni, un modulo di dichiarazione doganale. Questi moduli vengono solitamente distribuiti a bordo dei voli o sono disponibili ai banchi dell'immigrazione. I visitatori con eVisa o visto all'arrivo devono presentare una copia stampata della lettera di approvazione insieme al passaporto.

Franchigie doganali

- **Alcolici:** Fino a 1 litro di liquori.
- **Tabacco:** Fino a 200 sigarette, 250 grammi di tabacco o 50 sigari.
- **Altri beni:** Oggetti personali e regali per un valore massimo di 20.000 THB.

Articoli vietati e soggetti a restrizioni

- Stupefacenti e droghe illegali (assolutamente vietati, con pene severe).
- Armi da fuoco, esplosivi e munizioni, se non autorizzati dal governo.
- Materiale osceno, merce contraffatta e pubblicazioni politicamente sensibili.
- Specie animali in via d'estinzione e prodotti derivati (es. avorio, alcune pelli animali).

Medicinali e dichiarazioni speciali

- I farmaci soggetti a prescrizione devono essere conservati nella confezione originale ed essere accompagnati da una prescrizione o nota medica per evitare problemi alla dogana.
- Importi in contanti superiori a 20.000 USD (o equivalente) devono essere dichiarati sia in entrata che in uscita dal Paese.

In partenza dalla Thailandia

- Gli oggetti antichi e immagini del Buddha richiedono permessi speciali per l'esportazione. Acquistare solo da rivenditori autorizzati che forniscano la documentazione ufficiale per l'esportazione.
- Il trasporto di Baht thailandesi (THB) superiori a 50.000 THB (o 450.000 THB se si viaggia verso Paesi confinanti) deve essere dichiarato prima della partenza.

Prima di Viaggiare

CLIMA E METEO

La Thailandia ha un clima tropicale con tre stagioni principali:

Stagione fresca e secca (novembre - febbraio)

- Le temperature variano tra 18–30°C, con bassa umidità e cieli sereni.
- È il periodo migliore per visitare il Paese, soprattutto per attività all'aperto e destinazioni balneari.
- Le regioni settentrionali come Chiang Mai e Chiang Rai possono essere fredde di notte, con temperature sotto i 15°C.

Stagione calda (marzo - maggio)

- Le temperature possono salire fino a 35–40°C, con alta umidità, specialmente a Bangkok e nella Thailandia centrale.
- Aprile è il mese più caldo, durante il quale si celebra il Songkran (Capodanno thailandese) con feste dell'acqua per rinfrescarsi.
- Le località balneari nel Golfo della Thailandia (come Koh Samui) offrono sollievo grazie alla brezza marina.

Stagione delle piogge (giugno - ottobre)

- Le temperature variano tra 25–35°C, con piogge intense ma brevi, soprattutto nel pomeriggio o alla sera.
- I paesaggi diventano verdi e rigogliosi, e vi sono meno turisti, rendendo questo periodo ideale per gli amanti della natura.
- Alcune isole nel Mare delle Andamane (come Koh Phi Phi e Phuket) possono avere mari agitati e disagi nei collegamenti via traghetto.
- In alcune aree urbane, inclusi Bangkok e Chiang Mai, possono verificarsi allagamenti.

Durante il Viaggio

COMUNICAZIONI

Telefono / Scheda SIM

- La Thailandia offre piani telefonici economici e una buona copertura di rete
- Acquistare una scheda SIM locale è un modo conveniente per restare connessi. Le SIM prepagate con traffico dati 4G/5G partono da circa 5–10 USD.
- I principali operatori telefonici sono AIS, TrueMove H e dtac. Le SIM sono disponibili negli aeroporti, nei minimarket e nei negozi di telefonia mobile.
- È facile ricaricare il credito nei negozi 7-Eleven, FamilyMart o tramite le app di mobile banking
- Per le chiamate internazionali si consiglia l'uso di servizi VOIP come WhatsApp, Skype o Zoom.

Internet

- Il Wi-Fi gratuito è ampiamente disponibile in hotel, ristoranti, caffetterie e centri commerciali, anche se la velocità può variare.
- La connessione 4G/5G è affidabile nelle città, mentre nelle aree rurali il segnale può essere più debole.
- Dispositivi Pocket Wi-Fi sono disponibili a noleggio negli aeroporti e nei principali centri turistici.

Servizio postale

- Il sistema postale thailandese è efficiente e affidabile. Thailand Post offre spedizioni nazionali e internazionali.
- Il servizio EMS (Express Mail Service) garantisce consegne internazionali più rapide
- Le principali filiali postali si trovano nelle città e alcuni hotel offrono servizi di spedizione.

LA CUCINA THAILANDESE

La cucina thailandese è famosa in tutto il mondo per il suo equilibrio armonioso tra sapori dolci, aspri, salati e piccanti.
Il riso è un alimento base dei pasti thailandesi, spesso accompagnato da curry aromatici, piatti saltati in padella e erbe fresche.
Influenzata dalle tradizioni culinarie cinesi, indiane e malesi, la cucina thailandese offre una vasta gamma di opzioni, dallo street food alla gastronomia di alto livello

Piatti tipici

- Pad Thai – Tagliatelle di riso saltate in padella con gamberi, tofu, uova e arachidi.
- Tom Yum Goong – Zuppa piccante e aspra con gamberi, citronella, lime e peperoncino.
- Som Tam – Insalata di papaya verde con un mix di sapori dolci, piccanti e aciduli.
- Massaman Curry – Curry ricco e delicatamente speziato con patate e arachidi.

Bevande

- Tè freddo thailandese (Thai Iced Tea) – Tè dolcificato con latte condensato e ghiaccio, famoso per la sua consistenza cremosa.
- Birra – Le birre locali più popolari sono Singha, Chang e Leo.
- Whisky di riso (Lao Khao) – Un distillato tradizionale forte, prodotto dalla fermentazione del riso.

Sicurezza dell'acqua

- L'acqua del rubinetto non è potabile.
- Si consiglia di bere acqua in bottiglia o filtrata, facilmente reperibile a prezzi accessibili.
- Molti hotel e ristoranti offrono rifornimenti gratuiti di acqua filtrata.

Durante il Viaggio

MONETA, CAMBIO VALUTA E BANCOMAT

La valuta ufficiale della Thailandia è il Baht thailandese (THB).
Le banconote sono disponibili nei tagli da 20, 50, 100, 500 e 1.000 THB, mentre le monete sono da 1, 2, 5 e 10 THB, oltre alle più piccole monete in satang (25 e 50 satang).
Nel 2024, il tasso di cambio oscilla intorno ai 35 THB per 1 dollaro statunitense, ma può variare.

Carte di credito

Le carte Visa e MasterCard sono ampiamente accettate in hotel, ristoranti di fascia alta, centri commerciali e attrazioni turistiche.
American Express e UnionPay sono accettate in alcune località selezionate.
Tuttavia, i piccoli commercianti, i mercati di strada e le zone rurali accettano solo contanti.
Alcuni esercizi possono applicare una commissione del 3%–5% per i pagamenti con carta.

Bancomat (ATM)

I bancomat sono facilmente reperibili in tutta la Thailandia, anche nelle principali città, aeroporti e zone turistiche.
La maggior parte eroga solo Baht thailandesi e impone un limite di prelievo tra 20.000 e 30.000 THB per transazione.
Le commissioni per i prelievi internazionali vanno da 150 a 220 THB per operazione, quindi è consigliabile prelevare importi maggiori per ridurre i costi.

Cambio valuta

Le valute straniere, in particolare dollari statunitensi, euro e sterline britanniche, possono essere cambiate presso banche, uffici di cambio e alcuni hotel.
I tassi di cambio sono solitamente più vantaggiosi presso sportelli di cambio dedicati, rispetto a quelli di aeroporti o hotel.
È consigliabile portare con sé banconote di piccolo taglio in Baht per comodità, poiché alcuni venditori potrebbero non avere resto per tagli grandi.

Durante il Viaggio

SICUREZZA

Effetti personali

- La Thailandia è generalmente una destinazione sicura per i viaggiatori, ma è importante rimanere vigili.
- Evita di mostrare oggetti di valore come gioielli, grosse somme di denaro o apparecchiature elettroniche costose in pubblico.
- Usa una cintura porta soldi o una borsa antifurto per custodire gli oggetti di valore, soprattutto nelle zone affollate.
- Molti hotel offrono casseforti in camera o depositi sicuri alla reception per passaporti e documenti importanti.

Furti minori

- Il borseggio e lo strappo di borse possono capitare occasionalmente in luoghi affollati come mercati notturni, mezzi pubblici e siti turistici popolari.
- Quando usi tuk-tuk o moto, tieni la borsa ben assicurata al corpo e evita di usare il telefono vicino alla strada, poiché possono verificarsi furti fulminei.
- Fai particolare attenzione di notte, specialmente in aree meno popolate o su spiagge isolate.

Truffe e frodi ai turisti

- Corse in taxi o tuk-tuk a prezzi gonfiati: insisti sempre per l'uso del tassametro per i taxi o concorda il prezzo prima di salire su un tuk-tuk.
- Truffe con gioielli falsi o negozi di sartoria: evita offerte troppo allettanti e acquista solo da negozi affidabili.
- Truffe nei noleggi: se noleggi moto o jet ski, fotografa il veicolo prima dell'uso per evitare di essere accusato di danni preesistenti.

Oggetti smarriti e assicurazione viaggio

Denunciare la perdita o il furto alla polizia può richiedere tempo, e le possibilità di recupero sono basse. Per ridurre i rischi:

- Tieni copie fotostatiche di passaporto, visto e assicurazione di viaggio in un luogo separato.
- Porta con te solo ciò che ti serve quando esci e lascia denaro extra e oggetti di valore custoditi in hotel.
- È altamente consigliata un'assicurazione viaggio che copra furto, smarrimento ed emergenze mediche.

Durante il Viaggio

VOLI NAZIONALI E TASSE AEROPORTUALI

Tassa aeroportuale

- Le tasse aeroportuali per i voli nazionali e internazionali sono incluse nel prezzo del biglietto. Non è richiesto alcun pagamento aggiuntivo all'aeroporto.

Consigli per il check-in

- Voli internazionali – Arrivare almeno 3 ore prima della partenza.
- Voli nazionali – Arrivare almeno 2 ore prima della partenza.
- Il check-in online è disponibile per la maggior parte delle compagnie aeree, ma alcuni aeroporti nazionali potrebbero richiedere la stampa della carta d'imbarco per i controlli di sicurezza.

Franchigia bagagli

- Thai Airways, la compagnia di bandiera, permette 1 bagaglio da stiva (20–30 kg) e 1 bagaglio a mano (7 kg) per i passeggeri in classe economica.
- Le compagnie aeree low-cost come Thai AirAsia, Nok Air e Thai Lion Air spesso applicano costi aggiuntivi per il bagaglio da stiva, quindi è consigliabile verificare le politiche bagagli prima di prenotare.
- Le tariffe per il bagaglio in eccesso possono essere elevate, quindi si consiglia di prenotare in anticipo eventuali franchigie bagagli aggiuntive, se necessario.

SHOPPING E CONTRATTAZION

La Thailandia è famosa per i tessuti di seta, i gioielli in argento, le intagliature in legno, la ceramica, i prodotti artigianali fatti a mano e le spezie e tè locali. I souvenir più popolari includono balsami alle erbe thailandesi, prodotti a base di cocco e articoli per la cura della pelle di alta qualità

Mercati locali

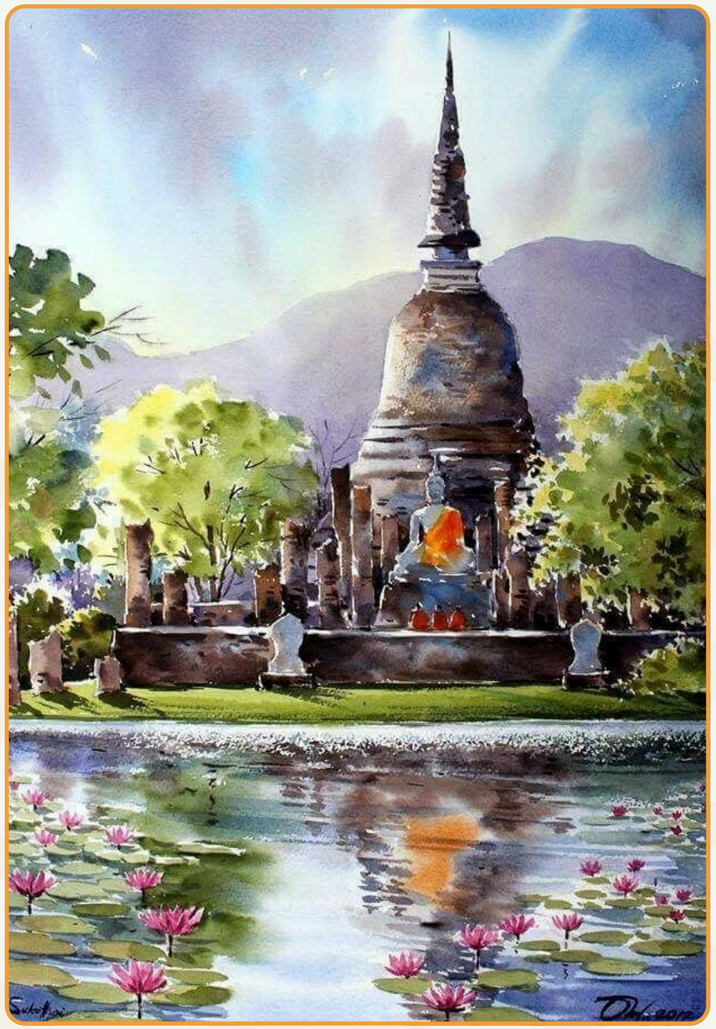
- Bangkok – Chatuchak Weekend Market (uno dei mercati più grandi al mondo) e Pak Khlong Talad (mercato dei fiori).
- Chiang Mai – Sunday Night Market e Warorot Market, ideali per artigianato tradizionale e tessuti.
- Phuket & Pattaya – Mercati notturni locali con souvenir, moda e cibo di strada.
- Molti villaggi e centri artigianali vendono prodotti autentici fatti a mano direttamente dagli artigiani locali.

Contrattazione in Thailandia

- La contrattazione è comune nei mercati e con i venditori ambulanti, ma non nei centri commerciali o nei negozi con prezzi fissi.
- Un atteggiamento amichevole aiuta; si può iniziare offrendo circa il 30-50% in meno rispetto al prezzo richiesto e negoziare da lì.
- Allontanarsi educatamente a volte incoraggia un'offerta migliore.
- È importante essere rispettosi durante la contrattazione — trattare troppo su cifre molto basse può essere considerato scortese.

Venditori ambulanti e commercianti

- I venditori nelle zone turistiche possono essere insistenti; un cortese ma fermo "Mai ow khrap/kha" ("No, grazie" in thailandese) è sufficiente per rifiutare.
- Fai attenzione quando acquisti argento, pietre preziose o oggetti d'antiquariato, poiché possono esserci prodotti contraffatti. Acquista sempre da negozi affidabili per avere garanzia di qualità.



Durante il Viaggio

MANCE

Le mance non sono una tradizione profondamente radicata nella cultura thailandese, ma sono diventate più comuni nel settore turistico. Sebbene non obbligatorie, una piccola mancia è sempre apprezzata per un buon servizio. Di seguito le cifre consigliate (in Baht thailandesi – THB):

Guide turistiche e autisti

- Tour privati: ฿200–฿500 per ospite al giorno per una guida locale o di città.
- Tour di gruppo: ฿150–฿300 per ospite al giorno per una guida accompagnatrice; ฿100–฿200 per una guida locale.
- Autisti: Generalmente ricevono circa la metà delle guide (฿100–฿250 per ospite al giorno).
- Tour trekking o avventura: Si consiglia una mancia aggiuntiva di circa ฿100–฿200 per guida al giorno.

Personale di hotel e ristoranti

- Ristoranti: 5–10% del conto se non è inclusa la tassa di servizio.
- Personale delle pulizie: ฿50–฿100 al giorno per camera.
- Facchini: ฿20–฿50 per bagaglio, a seconda della dimensione.

Personale delle crociere in barca

- Escursioni in barca diurne: ฿50–฿100 per ospite per un buon servizio.

Altri fornitori di servizi

- Spa e massaggiatori: ฿50–฿150 per trattamento, soprattutto per un servizio eccellente.
- Autisti di tuk-tuk e taxi: La mancia non è obbligatoria, ma arrotondare la corsa o aggiungere ฿20–฿50 per tragitti più lunghi è apprezzato.

Thank You

Aurora
Travel & DMC

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