

consiglio di viaggio

C A M B O G I A



LINGUA

Il Khmer è la lingua ufficiale. Inglese e francese sono seconde lingue largamente parlate in Cambogia.



PASSAPORTO E VISTO

Il passaporto deve avere una validità di almeno 6 mesi all'arrivo in Cambogia. Qualora intendiate richiedere un visto all'arrivo vi preghiamo di verificare di avere sufficienti pagine bianche nel passaporto per l'applicazione del visto stesso.



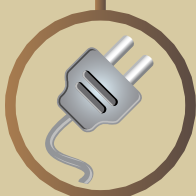
VALUTA

La valuta del Cambogia è il Riel. I dollari americani sono ampiamente accettati.



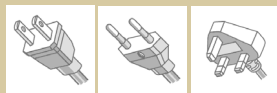
FUSO ORARIO

L'ora locale è GMT + 7 ore.



CORRENTE

La corrente in Laos è di 230V; la maggior parte delle prese richiede una spina con i due estremi piatti. Sono utilizzate le seguenti spine:



TRANSPORTATION

I Tuk-tuks (con una sorta di baldacchino montato nella parte posteriore della moto) sono semplice da trovare e sono un modo molto piacevole per visitare le città e tutte le attrazioni. I bus ed i taxi con tassametro sono disponibili nelle principali città, ma non molto diffuse.



NORME DI COMPORTAMENTO

Cosa fare

Chiedere il permesso prima di fotografare persone Cambogiane o Monaci

Togliere le scarpe quando si entra in luoghi di culto come Pagode o Templi o quando si entra in casa di qualcuno

Vestirsi in modo adeguato e rispettoso quando si visitano luoghi di culto

Un modo rispettoso di salutare l'altra persona è piegare leggermente la testa ed appoggiare entrambe le mani al petto (questo saluto è conosciuto come "Sampeah")

Usare entrambe le mani, o la mano destra, per offrire o accettare qualcosa dai Cambogiani – mai usare la mano sinistra

Coprire la bocca con le mani quando si utilizzano stuzzicadenti oppure quando si starnutisce, tossisce o sbadiglia



Cosa non fare

Non puntare i piedi alle persone

Non toccare in testa una persona Cambogiana

Quando siete invitati a cena non iniziate a mangiare se la persona che vi ha invitato a sua volta non ha ancora iniziato

Le donne non dovrebbero mai toccare i Monaci o consegnare direttamente qualcosa a loro

Evitate eccessive manifestazioni di affetto in pubblico

Non comprate nessun animale selvatico nei villaggi e non supportate in alcun modo l'abuso su animali selvatici



PRIMA DEL VIAGGIO

COSA METTERE IN VALIGIA

Vestiti leggeri di fibre naturali sono l'ideale per questa regione. Prevedere qualche capo pesante durante i mesi di dicembre e gennaio, mentre una giacca leggera è solitamente sufficiente in pianura. In molte città è possibile acquistare giacche e insumenti caldi a prezzi molto vantaggiosi.

EQUISITI SANITARI

Ufficialmente non è richiesta nessuna vaccinazione ad oggi. I viaggiatori sono invitati a consultare il proprio medico o i centri di cure e immunizzazione per i viaggiatori (travel clinic) relativamente a eventuali vaccinazioni contro il tifo, il tetano, l'epatite A e B e la malaria. Si consiglia vivamente ai viaggiatori di stipulare un'assicurazione di viaggio personale per coprire le spese sugli effetti personali, o in caso di incidente o malattia.

DOGANA E DISBRIGO DELLE FORMALITA'

Ogni passeggero deve compilare un form ed una dichiarazione doganale all'arrivo. Qualunque importo di valuta straniera può essere portato in Cambogia, ma l'importo in valuta locale (Cambodia Riel) non deve eccedere i 100.000 riel per persona.

CLIMA

La Cambogia ha un clima tropicale caldo e umido. Nella stagione dei monsoni, piogge abbondanti consentono la coltivazione di una grande varietà di colture e questo clima tropicale tutto l'anno rende ideale la Cambogia per il settore turistico.

Il clima è tropicale e si distingue in tre principali stagioni.

La stagione migliore per i turisti è la stagione secca da Novembre a Marzo, durante la quale la temperatura è fresca e gradevole (mediamente 20°-28°C).

La stagione più calda è nei mesi di Aprile e Maggio (mediamente 30°-35°C).

La stagione delle piogge va da Giugno ad inizio Ottobre durante la quale le temperature sono un po' più fresche (mediamente 25°-30°C). Nonostante sia la stagione delle piogge raramente si verificano precipitazioni al mattino; sporadicamente può accadere che piova nel pomeriggio.

Le precipitazioni variano di area in area. Verso il mare nella parte sud-ovest (nelle province di Sihanoukville e Kampot) cadono oltre 5.000 mm di pioggia all'anno, mentre nelle pianure al centro del Paese la media è di circa 1.400 mm.



DURANTE IL VIAGGIO

SICUREZZA

Le ostentazioni di denaro, gioielli, bagagli e vestiti possono incoraggiare uno spiacevole tipo di attenzione. Quando si viaggia, controllate sempre dove si trova il vostro bagaglio, in particolare la borsa, la macchina fotografica, ecc. Non lasciateli incustoditi o appesi sul retro delle sedie nei ristoranti. Piccoli furti sono piuttosto comuni su treni, autobus affollati e nei supermercati.

Importante: prendetevi sempre cura in prima persona dei vostri effetti personali; non lasciate questa responsabilità alle guide o agli autisti in quanto il loro compito è assistervi, aiutarvi ed accompagnarvi durante il viaggio e non prendersi cura degli effetti personali. Gli oggetti smarriti non sempre vengono ritrovati dalla polizia locale e le procedure sono spesso complesse e richiedono tempo. In caso di oggetti smarriti non fate reclamo presso l'agenzia locale o il Tour Operator, in quanto non sono responsabili per questo tipo di problematica ma cercheranno di aiutarvi ed assistervi il più possibile mentre effettuerete una segnalazione presso la vostra compagnia assicurativa.

MONETA, CAMBIO & ATM

La moneta locale è il Riel, sebbene i dollari Americani siano largamente accettati nei maggiori mercati e negozi del Paese. Negli anni recenti, il cambio si è attestato attorno ai 4.000 Riels per 1 USD.

La valuta locale si divide in tagli da 500, 1000, 2000, 5000 e 10.000 Riel.

ORARIO DI LAVORO

La maggior parte degli uffici sono aperti dalle ore 8.00 alle 12:00 e dalle 13:00 alle 17:00, dal lunedì al venerdì. Le banche in sono aperte dalle 8:00 alle 16:00.

VOLI DOMESTICI E TASSE AEROPORTUALI

In Cambogia ci sono 3 aeroporti internazionali Phnom Penh, Siem Reap e Sihanoukville. Le tasse aeroportuali di partenza per i voli domestici ed internazionali sono incluse nei biglietti emessi.

INTERNET

E' semplice ed economico accedere ad internet in Cambogia. Ci sono moltissimi internet cafes aperti fino a tarda sera. Attualmente i costi oscillano tra i 50 centesimi e 1 USD all'ora.

POSTE E TELECOMUNICAZIONI

Per chiamate internazionali verso la Cambogia, digitate i prefissi internazionali previsti dal vostro operatore seguiti dal prefisso Cambogiano 855 e dal numero in Cambogia che si intende chiamare. Ci sono inoltre 4 gestori telefonici GSM che offrono tariffe convenienti, per questo sempre più Cambogiani utilizzano il telefono cellulare. Chiamate internazionali e fax sono disponibili.





CIBO E BEVANDE

Phnom Penh, Siem Reap e Sihanoukville sono tre posti speciali per gli amanti della cucina Khmer. Riso e pesce, insieme a una serie di erbe, salse e spezie, caratterizzano la tipica cucina Khmer. Curry, zuppa di manzo, maiale, pollo e frutti di mare si possono acquistare dai venditori lungo le strade. In Cambogia è anche molto diffusa la cucina internazionale, con oltre 100 ristoranti che si ispirano al cibo europeo, americano, messicano, indiano, cinese, giapponese, thailandese, coreano, vietnamita e molti altri, che offrono ai turisti una vasta scelta.

SOUVENIRS

Il Krama (una sciarpa di cotone tradizionale) è uno dei più popolari, souvenir tipici cambogiani. Questo indumento polivalente, simile ad un sarong, viene utilizzato per fare il bagno, per la pulizia, la protezione dal sole e per molti altri usi nella vita Khmer. E' anche uno dei simboli nazionali che distingue il popolo Khmer dai loro vicini. Sia il Krama in cotone che quello in seta sono disponibili in tutti i mercati locali e nei negozi di souvenir. Chiedete al venditore di mostrarvi come indossare il Krama in modo da poterlo indossare autonomamente, per un look più elegante e tradizionale.

MANCE

Le mance non sono obbligatorie ma enormemente apprezzate soprattutto nel settore dell'ospitalità.

Resta inteso che la mancia è sempre proporzionata al grado di soddisfazione per i servizi ricevuti.

Staff dell'hotel e del ristorante

La maggior parte degli hotel e dei ristoranti prevedono un'aggiunta di costi di servizio pari al 5%, che tuttavia non saranno a favore dello staff. E' gradita una mancia del 5-10% del conto totale. Se si soggiorna per un paio di giorni nello stesso hotel è possibile prevedere una mancia per il servizio di pulizia di circa US \$ 2/giorno/camera. Per il servizio di facchinaggio negli hotel, potrete calcolare circa US \$ 1-2/ camera.

Personale di crociera in barca

Se si viaggia su una barca locale una mancia di US \$ 5-10 per barca, a seconda delle dimensioni del gruppo, è consigliata.

Guide e autisti

Se siete soddisfatti con i servizi forniti dalla vostra guida e autista, poi un bonus per il loro duro lavoro e di essere lontano da casa per lunghi periodi di tempo sarà molto apprezzato.

Qui di seguito sono alcuni suggerimenti per dare la mancia (sono soltanto i suggerimenti, le mance si basano sempre sulla soddisfazione dei clienti, e possono essere di più o di meno)

Gruppo di 1-5 persone	: 07-15 USD/ giorno per guida
Gruppo di 6-9 persone	: 15-20 USD/ giorno per guida
Gruppo di 10-14 persone	: 20-30 USD/ giorno per guida
Gruppo di 15-19 persone	: 30-50 USD/ giorno per guida
Gruppo di 20 persone in su	: 50-70 USD/ giorno per guida

Normalmente, gli autisti si aspettano di ricevere la meta delle guide.

Per biking / trekking: dal momento che per le guide e gli autisti c'è un dispendio di energie maggiore rispetto ai normali tour culturali, suggeriamo di prevedere una mancia maggiore rispetto a quella indicata nell'apposita sezione.