# CAMBOGIA
## Informazioni utili

- Denominazione ufficiale: Regno della Cambogia
- Paese del Sud Est asiatico confinante con la Tailandia ad Ovest, Laos a Nord, Vietnam ad Est ed il Golfo di Siam a Sud.
- Area: 181 035 km2
- Popolazione: 15,3 milioni di abitanti, 90 % Khmers ed il resto Musulmani Khmers (Cham), popolazioni di collina, Cinesi, Vietnamiti etc. (2019)
- Religione : Buddismo (religione ufficiale, più del 90%), Islam (2, 5%), Cristiani
- Tasso di alfabetismo: 74 % (2009)
- Lingue: Khmer (ufficiale), Francese (lingua scritta amministrativa), Inglese, Vietnamita, Cinese.
- Valuta: Riel e Dollaro. 1€ = 4937,23 KHR (Febbraio 2021)
- Capitale : Phnom Penh
- Città principali: Phnom Penh (capitale), Battambang, Siem Reap, Sihanoukville, Kompong Cham
- Orario: GMT/UTC + 7h (+ 6h d'estate)

### Validita' del passaporti
Per viaggiare in Cambogia è necessario un passaporto valido.
Il passaporto deve essere valido per almeno sei mesi dalla fine del vostro soggiorno.

### Visto per Cambogia
Per andare in Cambogia è obbligatorio avere un visto. Il visto può essere ritirato presso gli aeroporti internazionali di Phnom Penh e Siem Reap. **Attenzione: ai passeggeri con passaporto appartenente all'Afghanistan, Algeria, Arabia Saudita, Bangladesh, Iran, Iraq, Pakistan, Sri Lanka, Sudan, e Nigeria non e' permesso fare richiesta del Visto al momento dell'arrivo.** Di conseguenza, I possessori di questi passaporti dovranno richiedere un Visto per la Cambogia prima dell'arrivo nel paese. **Ai possessori di questi passaporti sono inoltre richiesti I seguenti documenti di viaggio:**
- Documenti che attestino la conferma di prenotazione di servizi presso il paese ospitante (ad es. Alloggio, biglietti aerei, guide, auto ecc.)
- Un certificato attestante la permanenza dei passeggeri in Cambogia per soli scopi turistici.
- Un documento che attesti che il passeggero vive in un paese che non sia la Cambogia (carta d'identità).
- In ogni caso, ai passeggeri è richiesto di munirsi di foto tessera (4x6 cm) e di controllare la validità del proprio passaporto. Deve essere valido per almeno sei mesi.

Modi per ottenere il visto per la Cambogia:
**1. Direttamente dall'ambasciata cambogiana prima della vostra partenza**.
È necessario compilare il modulo fornito dall'ambasciata e pagare le tasse richieste. I tempi della consegna del visto possono variare a seconda del periodo dell'anno. **Consigliamo di considerare un periodo minimo di 7 giorni lavorativi.**
**2. On-line:** I viaggiatori possono ottenere il visto su internet tramite il sito internet del Ministero degli Esteri www.evisa.gov.kh
**NB: il visto online è accettato solo nei 5 seguenti punti di accesso**:
-Aeroporto di Siem Reap
-Aeroporto di Phnom Penh
- Poipet (confine con Tailandia)
- Cham Yeam - Koh Kong / Had Lek (confine con Tailandia)
- Bavet / Moc Bai (confine con Vietnam)
**3. Direttamente all'arrivo negli aeroporti internazionali di Phnom Penh o di Siem Reap**. Il visto può essere ottenuto direttamente presso gli aeroporti internazionali di Phnom Penh e Siem Reap. (ad esclusione dei passeggeri provenienti dai paesi elencati sopra).

**Documenti necessari:**
- 1 foto recente
- la richiesta di visto compilata reperibile direttamente a bordo dell'aereo tramite la compagnia oppure all'aeroporto.

**NB: saranno necessari dai 10 ai 30 minuti di attesa e che la polizia potrebbe chiedere di dar loro dei dollari americani. Consigliamo caldamente di occuparsi del visto prima della partenza. Attenzione, in alcune località in Cina rilasciano visti falsi.**

**Casi speciali:**
- Il visto turistico vale per un periodo di 30gg e prevede una sola entrata (non sono previsti visti con entrata multipla se non quello per 6 mesi o un anno).
- Il visto turistico può essere prolungato solo per un mese, tramite I nostri servizi.
- Validità del passaporto: per la Cambogia, 6 mesi oltre la data di ritorno nel paese di origine.
- Il visto lavorativo può essere prolungato per un mese (entrata singola), 3 mesi (entrata singola), 6 mesi (entrata multipla) o 1 anno(entrata multipla).

**NB**: Il visto dura 30 giorni. Ogni giorno in eccesso ha un costo di 5USD al giorno per i primi 30 giorni e di 6USD al giorno per i giorni seguenti. I viaggiatori dovranno pagare all'aeroporto o agli uffici doganali nel momento in cui lasceranno il paese.

**Denaro**
Non portare con sé gli assegni turistici poiché non sono accettati nelle attività commerciali.
- Portare con sé alcuni contanti in dollari o in euro (200 USD/Coppia).
- I contanti possono essere prelevati con la carta di credito presso gli sportelli automatici (2,5% di commissioni – è ufficiale e legale).

**ecco i nostri consigli sulla valuta da utilizzare:**

- In **Cambogia**: i dollari americani sono usati e accettati largamente.

Tutti i dollari Americani devono essere in condizione immacolata. Segni di usura, marchi o impronte possono svalutare le banconote all'ufficio di cambio. Il valore del danaro può essere annullato solo sulla base delle sue condizioni fisiche quindi assicurarsi di avere banconote nuove. Assicurarsi, inoltre, che le banconote siano attuali e non vecchie variazioni che ad esempio raffigurino immagini più piccole dei presidenti. Assicuratevi, se trasportate banconote da 100$, che il numero seriale non cominci con CB poiché potrebbe essere motivo di rifiuto della banconota. La banconota da 100$ assicura il tasso di cambio migliore mentre i tagli più piccoli hanno un costo maggiore.
Le carte di credito sono accettate da poche attività commerciali di solito hotel di lusso o alcuni negozi. Solitamente hanno una commissione che varia dal 5 al 10% e non sempre funzionano.
Il sistema bancario è ancora in sviluppo e si consiglia di non fare affidamento troppo sulle Carte di credito e sui distributori automatici come fonte di danaro per la vostra vacanza.

Il Tasso di Cambio aggiornato al 11.2.2021
1 US Dollar ~ 4071 Riels (Cambogia)
1 Euro ~ 4937 Riels (Cambogia)

**Mance**
Malgrado i numerosi anni di esperienza nel turismo, la questione della mance rimane sempre particolare e delicata. Non spetta a noi consigliare gli importi delle mance. Ogni Paese, persino ogni individuo ha abitudini proprie e la mancia inoltre dipende dalla soddisfazione del cliente. Per esempio, nella cultura anglosassone la pratica delle mance è molto più diffusa che nella cultura francese.

**Ecco in poche parole le regole principali per le mance:**

- Per le guide sul posto, la mancia è di circa 3 - 5 dollari americani al giorno per ogni partecipante, in base al livello di soddisfazione.
- Per gli autisti la mancia è di 1 - 2 dollari circa al giorno per ogni partecipante
Vi consigliamo di mettere la somma in contanti in una busta e consegnarla alla guida o all'autista alla fine del viaggio
Per evitare l'imbarazzo alla guida e all'autista di dividersi le mance, si consiglia di stabilire un badget per entrambi. Solitamente all'autista spetta un terzo dell'ammontare delle mance, mentre alla guida i due terzi.
- Inoltre, nella maggior parte degli hotel ci sono facchini che vi aiuteranno a portare le valigie. Per i gruppi, le mance per il facchino sono di 15 USD circa a gruppo in ogni albergo. Per i viaggiatori individuali consigliamo di dare 1 dollaro per ogni stanza in cui verranno portate le valigie.
- Dopo una breve corsa o una gita su una piccola barca, vi consigliamo di prevedere come mancia all'incirca 1 - 2 dollari a persona. Infatti, le mance per le gite e le passeggiate sono già prepagate da noi.
- Dopo una corsa in risciò, in tuk tuk o in piccole moto, occorre prevedere una mancia di 1 - 2 dollari circa per ogni veicolo.

Tutte queste indicazioni sono semplicemente a titolo informativo, la mancia è sempre a vostra discrezione.

**Alimentazione**

**Per andare alla scoperta dell'Indocina in tutta tranquillità, ecco alcuni semplici consigli sulla nutrizione in Asia sudorientale:**

- Non mangiare verdura per strada.
- Sbucciare bene la frutta.
- Bere unicamente l'acqua minerale. Invece, è possibile lavarsi i denti con l'acqua corrente del rubinetto degli alberghi. Attenzione: non bere quest'acqua.
- Attenzione ai turisti allergici al sodio di glutammato. Questa sostanza è usata in abbondanza nei piatti serviti per strada, come le zuppe.
- Tutti i ristoranti selezionati servono piatti senza glutammato.

**Differenza d'ora**

Differenza d'ora non è un problema tra i paesi dell'Indocina. In effetti, il fuso orario è lo stesso in Vietnam, Laos, Cambogia e Thailandia e la differenza di fuso orario con il Myanmar è minina.

Non vi è alcun cambio d'orario, (vale a dire d'estate / ora legale) per questi paesi, il fuso orario è lo stesso tutto l'anno.

**La differenza viene mostrata nella tabella sotto riportata (a base del GMT orario standard):**

| GMT | Hanoi (Vietnam) | Vientiane (Laos) | Phnom Penh (Cambogia) | Yangon (Myanmar) | Bangkok (Tailandia) |
|---|---|---|---|---|---|
| GMT standard | GMT + 7 | GMT + 7 | GMT + 7 | GMT + 6:30 | GMT + 7 |

**Clima in Cambogia**

**La Cambogia ed il sud del Vietnam hanno un clima abbastanza simile. Ci sono tre principali stagioni in Cambogia** :

- I mesi di gennaio, febbraio, marzo, novembre, dicembre corrispondono alla bella stagione : 20-30°c, bel tempo.
- I mesi di aprile e maggio corrispondono alla stagione calda : 30-35°c, bel tempo.
- I mesi di giugno, luglio, agosto e settembre corrispondono alla stagione delle piogge: 30-35°c, tempo variabile, forti piogge.

**Quando viaggiare in Cambogia?**
Si può viaggiare in Cambogia durante tutto l'anno. L'estate stessa è favorevole per i viaggi se i clienti non temono il forte calore. I paesaggi sono molto più verdeggianti, grazie alle numerose piogge. Il problema principale è l'impercorribilità di alcune strade e sentieri durante l'estate nelle regioni montuose.

| CAMBOGIA | Gen | Feb | Mar | Apr | Mag | Giug | Lug | Aug | Set | Oct | Nov | Dic |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| OVEST | | | | | | | | | | | | |
| *Battambang* *Siem Reap* *Kompong Thom* | Buona stagione 20-30°c, bel tempo | | | | Stagione calda, foschia calda, alta umidita 30 - 40$^0$ C | | Stagione pluviale 30-35°c, tempo variabile, forti piogge, foschia calda | | | Stagione calda | Buona stagione 20-30°c, bel tempo | |
| EAST | | | | | | | | | | | | |
| *Kratie* *Steung Treng* *Kompong Cham* | Buona stagione 20-30°c, bel tempo | | | | Stagione calda, foschia calda, alta umidita 30 - 40$^0$ C | | Stagione pluviale 30-35°c, tempo variabile, forti piogge, foschia calda | | | Stagione calda | Buona stagione 20-30°c, bel tempo | |
| *Rattanakiri* | Buona stagione | | Stagione calda | molto secca e incendi boschivi | | | | | | | | |
| *Mondulkiri* | Buona stagione | | | Stagione calda | | | | | | | | |
| SUD | | | | | | | | | | | | |
| *Phnompen* *Sihanoukville* *Kampot* *Kep* *Koh Kong* | Buona stagione 20-30°c, bel tempo | | | | Stagione calda, foschia calda, alta umidita 30 - 40$^0$ C | | Stagione pluviale 30-35°c, tempo variabile, forti piogge, foschia calda | | | Stagione calda | Buona stagione 20-30°C, bel tempo | |

**Cosa Indossare**
Dipende dal periodo e dalla regione che si sceglierà di visitare (fare riferimento alla sezione "Clima"). Ad ogni modo qui una lista di che tipologia di vestiti mettere in valigia:

- Dei vestiti leggeri, t-shirt e camice per il giorno e un maglione per la sera
- E' consigliabile portarsi un cappello gli occhiali da sole, creme solari, e repellente per insetti
- Vestiti con maniche lunghe e gambe coperte di sera per via delle zanzare
- Costumi da bagno
- Scarpe leggere e piuttosto sportive
- Durante la stagione fredda sono consigliati vestiti caldi, giacche, cappotti

**NB**: sui voli interni il limite di peso per bagaglio è di 20kg (mentre sui voli internazionali è intorno ai 30kg). I viaggiatori che dovranno prendere voli interni dovranno prestare attenzione a questa regola nel preparare la loro valigia.

**Contrattazione**
La contrattazione è consigliata quando i prezzi non sono esposti ed è praticata maggiormente nei mercati ed in strada.
L'arte della contrattazione deve essere ragionevole e bisogna sempre portare rispetto per il valore degli oggetti cosi come per la persona con cui si sta contrattando.
Ovviamente, non pagare mai più del prezzo che si ritiene un oggetto abbia e non si deve aver paura di passare da un venditore a quello affianco.
Non contrattare se i prezzi sono esposti a meno che non si ritenga che quel prezzo sia esagerato

**Corrente elettrica**
**Vietnam, Laos, Cambogia and Thailand:** 220 Volts

**SALUTE**
Vaccinazione prima della partenza
Ufficialmente, nessuna vaccinazione è obbligatoria per viaggiare in questi Paesi. Tuttavia, si consiglia ai viaggiatori di aggiornarsi sulle vaccinazioni principali: contro la febbre gialla, la difterite, il tetano, poliomielite, le epatiti A e B, la febbre tifoide e la meningite. Il vaccino e la profilassi per la malaria sono consigliati per i viaggiatori che intendono effettuare visite in posti di montagna e remoti.

Un trattamento anti-malarico è spesso consigliato dai medici. Si tratta però di una terapia pesante. Invece di fare tale trattamento, consigliamo ai viaggiatori di coprirsi sempre, indossando dei pantaloni lunghi e maglietta o camice a maniche lunghe anche se leggere applicare regolarmente repellente anti-zanzare durante il giorno e la notte.

ATTENZIONE: solo il vostro dottore può consigliarvi al meglio in materia. Noi diamo semplicemente consigli sulla base di anni di esperienza .

Medicine
Medicine contro la diarrea e il mal di testa
Antisettici e anti-infiammatori in caso di caduta o di bruciature.
Protezione solare
Spray contro le zanzare per la sera

Note : Si consiglia di comprare la crema solare nel vostro paese, dal momento che e' difficile da trovare in Cambogia. Altre medicine come paracetamolo\aspirina sono prontamente disponibili ed accessibili economicamente.
• PREVENZIONE CON LE MALATTIE DA INSETTI
Febbre Dengue: bisogna usare precauzioni in tutto il paese. Questa malattia virale è trasmessa dalle zanzare e raccomandiamo ai viaggiatori di proteggersi ad esempio con maniche lunghe, repellente sia per pelle che per vestiti, diffusori elettrici) in caso di febbre vedere subito un dottore
Malaria: Malattia parassitica trasmessa da insetti e che richiede misure di protezione come repellenti, creme, rete anti insetti, ma anche apposite trattamenti medici. Non dimenticate di indossare maniche e pantaloni lunghi (se possibile applicate il repellente sopra) dall'alba al tramonto e se possibile utilizzare una rete anti insetti impregnata di repellente.
In caso di febbre durante o dopo il viaggio, consultate uno specialista. Utilizzate un repellente efficace (DEET 50%). Ripetere l'applicazione ogni 4 ore.

**SHOPPING**

Souvenir e prodotti locali da comprare sono numerosi e diversi: vestiti, oggetti d'artigianato e deliziosi prodotti culinari.

• IL KRAMA

Il Krama è l'abito simbolo della Cambogia. Differenzia I cambogiani dai vicini laotiani, Thai e vietnamiti. Questo drappo di stoffa in cotone a scacchi bianco e blu o bianco e rosso. Potrete trovarlo anche sotto forma di sciarpa di seta ed in altri colori.

Il Krama è direttamente collegato alla vita quotidiana del cambogiani, è parte dell'artigianato locale. I più famosi sono cuciti nella provincia di Kampong Cham province (cotone) ed in quella di Takéo (seta).

• ARGENTO

In Cambogia, gli artigiani usano l'argento per produrre svariati articoli e oggetti d'arte. Il villaggio Tul Mau è famoso per queste produzioni. Si trova sulla riva del Tonle Sap giusto a 30 km a nord di Phnom Penh.

Potrete trovare le produzioni in argento nei diversi mercati a Phnom Penh: scodelle, cucchiai per il riso, posate, gioielli e piccole scatoline che rappresentano animali, oppure fiori.

I punti vendita si trovano su Monivong Boulevard proprio di fronta al Mercato central (Psar Thmey), intorno al mercato russo (psar Tuol Tom Pong) ed al Sothearos Boulevard, vicino al Cambodiana Hotel.

• PEPE DAL KAMPOT

Nel Sud della Cambogia, nella regione Kampot, piccolo contadini coltivano un pepe che è considerato uno dei migliori al mondo. Alcuni lo coltivano anche in maniera organica e cioè senza fertilizzanti chimici. I grani di pepe colti direttamente dalla pianta (pepe verde) sono frutti non ancora maturati e solo solitamente serviti freschi o conservati in salamoia.

PEPE NERO KAMPOT: grani quasi maturi ed essiccati al sole

PEPE ROSSO KAMPOT: frutti maturi

PEPE BIANCO KAMPOT: frutti maturi spogliati dal guscio rosso ed essiccati al sole

Potrete trovare dei falsi tipo di pepe al mercato. Per essere sicuri della qualità e delle origini, cercate la marca FarmLink

**SICUREZZA**

• FURTI ED AGGRESSIONI

Anche se la Cambogia è un paese sicuro, nella capitale in particolare è aumentato il numero di aggressioni, scippi e furti.

Tra la fine del 2013 e l'inizio del 2014, diversi stranieri sono stati vittime di agguati con pistola. Siate sempre vigili durante il vostro soggiorno in Cambogia.

Sia a Phnom Penh che a Siem Reap o Sihanoukville/ Kompong Som, fate attenzione quando camminate di sera, sia a piedi che su biciclette o mototaxi:

- Evitate di portare o mostrare grandi ammontare di denaro o oggetti di valore;
- Lasciate il vostro passaporto e biglietti aerei in un luogo sicuro e tenete una copia con voi;
- In caso di aggressione non opponete resistenza;
- Non date mai il passaporto ai negozi di motorini o allo staff dell'albergo;
- Siate sempre positive e cordiali con la polizia

• MINE ANTI-UOMO

È sicuramente il dramma più grande di questo paese: le mine piazzate dalla guerrilla dei Khmer Rossi in ogni parte del paese per 15 anni insieme a quelle piazzate dal governo in risposta ai Khmer. La French Assistance Company (Cofras) cerca di ripulire il paese formando esperti in sminamento. Hanno già bonificato la zona di Angkor. Phnom Penh non ha più mine ancora sepolte e tutti I maggiori temple di Angkor sono bonificati. Un consiglio, rimanete sulle strade e percorsi principali.

• TRAFFICO DI BAMBINI

Anche la prostituzione infantile è una problematica grave. La mafia locale ha subito intuito I benefici provenienti dalla vendita di bambini .

Essendo un'azienda Childsafe, Easia Travel non può accettare tutto ciò quindi qualsiasi persona sia testimone di situazioni sospette è pregato di contattare Friends International.

ChildSafe Hotline: 012 311 112 (hotline 24/24 - 7 giorni su 7) per denunciare qualsiasi situazione pericolosa per i bambini. Sarà possibile rimanere con I bambini fino all'arrivo di un membro di ChildSafe. Si prenderanno cura dei bambini assicurando loro la protezione necessaria.