



Albatros

Reis med hjerte, hjerne og holdning



Verdt å vite om
Kambodsja

Fakta Kambodsja



Khmer



Phnom Penh



15,9 mill.



**Theravada-
buddhisme**



Riel



181.035 km²

Les mer om klima, vaksinasjoner og andre praktiske opplysninger i forbindelse med din reise til Kambodsja.

Håndbagasje

Vi anbefaler at du pakker håndbagasjen slik at du har for hånden det du skal bruke ved en eventuell bagasjeforsinkelse. Videre anbefaler vi at du har med deg verdigjenstander og viktig medisin i håndbagasjen. Hvis du har med deg reseptpliktig medisin som er nødvendig på flyreisen, skal navnet på resepten og flybilletten stemme overens.

Tidsforskjell

Tidsforskjellen mellom Norge og Kambodsja varierer alt etter om Norge har sommer- eller vintertid:

Sommertid + 5 timer

Vintertid + 6 timer

Transport i Kambodsja

Buss

Busser i Kambodsja har ikke helt den samme standarden vi kjenner fra Europa. Vi har naturligvis valgt den beste kategorien med aircondition der det er mulig. Vi må likevel nevne at flere busser er beregnet på orientalere, og derfor kan setene være mindre og benplassen begrenset.

Fly

På rundreisene våre i Kambodsja, der vi ofte benytter oss av innenriksfly, vil reiselederen orientere reisedeltakerne om de praktiske forholdene ved innsjekking i lufthavn og flytiden på den aktuelle strekningen.

Økonomi

Man kan få et godt måltid for ca. 40–50 kr, og hva lommepenger angår, er det vår erfaring at man kan klare seg for minimum 100–120 kr per dag. Et slikt beløp kan dekke drikkevarer, postkort, frimerker, is og drikkepenger, men ta med litt ekstra hvis du planlegger å kjøpe med deg noe hjem.

Driks

På reisene våre kommer du i kontakt med hverdagsliv og skikk og bruk. Det kan være forhold du ikke synes om eller ikke er vant til, som for eksempel skikken med driks. I mange land er drikssystemet mer organisert enn vi som nordmenn er vant til, og det ventes at lokalguider og sjåførere i løpet av reisen mottar en viss sum som driks. Vi angir et beløp i reiseprogrammet vårt, slik at du kan ta høyde for dette før du reiser. Reisens pris inkluderer ikke personlige driks, ettersom det er et individuelt anliggende, og drikssystemet er en del av den kulturen man velger å besøke, og som man derfor bør følge og respektere.

I Kambodsja er driks alminnelig praksis i turistbransjen. Det er normalt at man som reisende betaler driks til bussjåfør, "bus-boy", lokalguider, hotellpikkoloer, på restauranter osv. Hver reisedeltaker bør regne med et beløp på 20–25 kr per dag til fordeling mellom sjåførere og lokalguider. Den/de guiden(e) som reiser med på hele eller deler av turen, får typisk en litt høyere sats enn de lokale guidene, sjåførene og "bus-boys".

For den alminnelige reisende kan det være vanskelig å vite hvor mye de enkelte personer skal ha. Men med 1–2 USD kommer man langt! I praksis kan det ordnes slik at reiselederen samler inn pengene for hele turen og sørger for at de riktige personene får de riktige beløpene.

Valuta og bankkort

Den kambodsjanske valutaen heter riel og finnes i 50-, 100-, 200-, 500-, 1000-, 2000-, 5000-, 10 000-, 20 000-, 50 000- og 100 000-riel-sedler. Mynter finnes ikke.

Den beste valutaen å ta med er amerikanske dollar (i mindre sedler). De kan veksles til riel overalt. Dessuten kan man stort sett alle steder også betale med dollar.

Bankkort som f.eks. MasterCard, Visa og American Express kan brukes som betalingskort på de fleste store hoteller og i visse butikker. Bankkort kan bare sjelden brukes til å heve kontanter i minibanker. Siden kursen på riel har svingt mye, kan vi ikke angi en kurs, og riel kan heller ikke kjøpes i Norge. I Kambodsja kan man veksle i lufthavnen, i banker, vekslingskontorer og på de fleste hoteller. Husk å telle pengene omhyggelig. Det er en god idé å ha en passende mengde av små sedler (riel eller USD) til å betale drosjer, lokale innkjøp og måltider med, for folk har sjelden vekslpengen.

Husk også at riel sjelden kan veksles tilbake til utenlandsk valuta (norske kroner eller USD).

Elektrisitet

Kambodsja bruker som Norge 220 volt. Normalt er støpslene som i Norge, men til tider kan det være forskjellige typer. Det er derfor tilrådelig å ta med et adaptersett med mange valgmuligheter.

Telefon og Internett

Den internasjonale landskoden for Kambodsja er +855. Det er dyrt å ringe hjem fra Kambodsja. Sjekk eventuelt med mobilselskapet ditt om dekning og priser for å ringe fra Kambodsja.

Internettkafeer finnes etter hvert mange steder i Kambodsja, men det er vår erfaring at det kan være vanskelig å finne tid til å besøke slike steder unntatt på fridager eller etter endt program. Mange hoteller i Kambodsja har Internett-service, men forbindelsen er ikke alltid like rask som hjemme.

Hygiene

I Kambodsja er hygienene ikke alltid helt på topp, og slett ikke på nivå med Vest-Europa. Hoteller og større restauranter har moderne/vestlige toalettforhold. Ute i byen og på landet kan man komme ut for såkalte pedaltoaletter og manglende toalettpapir. Standarden på offentlige toaletter eller ute på landet kan forekomme primitiv. Ta selv med toalettpapir eller en pakke våtservietter og eventuelt hånddesinfeksjonsmiddel (fås på apoteket). Da er ikke behovet for vann så påtrengende.

Røyking

Under all flyging og busstransport er det røykeforbud.

Takt og tone

Kambodsjanerne er generelt svært åpne og tar imot turister med et smil og et "hello sir/madam". Det er ikke naturlig for dem å rette på folk, og de går ut fra at man som gjest selv har satt seg inn i hvordan man oppfører seg ved ankomsten til landet.

Det forventes at man som turist respekterer helligdommer og skikker med ærbødighet og korrekt påklledning. Man tar av seg skoene før man går inn i et tempel, og husk å holde føttene ned og aldri vendt mot buddhafigurer eller helligdommer, ettersom føttene blir betraktet som urene. Man berører ikke buddhafigurer og historiske monumenter. Det er ikke tillatt å fotografere alle steder, så vær oppmerksom på forbud. Man poserer heller ikke foran buddhafigurer.

Som i nabolandene blir det betraktet som uverdigg og uanstendig oppførsel hvis man ikke er i stand til å kontrollere seg selv og følelsene sine. Det vil si at man som turist ikke bør vise sinne eller bli opphisset. Kommer du i en situasjon der du føler deg dårligg behandlet, kan du henvende deg til reiselederen, som kan hjelpe til med å ordne opp.

Offentlige kyss og kjærtegn blir betraktet som upassende. Kroppskontakt og det å holde hverandre i hendene er heller ikke velsett, selv om det er alminneligg at personer av samme kjønn sees hånd i hånd. Man bør også alltid være anstendig kledd. Bare i de store turistområdene er det akseptert å avvike fra normene inne på hotellområdene. Rør aldri en kambodsjaner på hodet. Det blir betraktet som uhøfligg, fordi håret er hellig.

Man ser ofte tiggere i gatebildet, og man kan naturligvis gi en skilling til gamle og invalidiserte, men ikke til barn og unge mennesker – for å unngå å skape et marked for barnetiggigg. Hvis du vil gi barna noe, så gi dem sjampo, såpe, blyanter eller kladdehefter.

Pass og visum Kambodsja

Les om pass og visum ved reiser til Kambodsja.

Passet ditt må være gyldig i minst seks måneder etter hjemreise fra Kambodsja. Norske statsborgere kan ved innreise få et 30-dagers turistvisum (husk å ta med 1 passbilde og 30 USD i kontanter). Dessuten skal du sende inn en kopi av passet ditt til Albatros Travel

Vi anbefaler at du som ekstra sikkerhet tar med deg en fotokopi av passet på reisen. Ved innreise til Kambodsja får du et sett inn- og utreisepapirer samt en tollerkjøring. Det er viktig å ta vare på utreisepapirene, som du skal avlevere når du forlater landet.

Vaksinasjon Kambodsja

Les mer om vaksinasjoner i forbindelse med reiser til Kambodsja.

Nedenfor kan du se gode råd og anbefalinger fra lege Mogens Rishøy som driver Albatros Vaksinasjonsklinikk ved hovedkontoret i København. Anbefalingene er veiledende og kan brukes til å gi deg et overblikk over hvilke vaksiner som kan vise seg å være aktuelle. Din egen lege eller nærmeste vaksinasjonsklinikk vil gi de endelige anbefalinger.

Gul feber

Gul feber-vaksinasjonssertifikat kreves av reisende som kommer fra et gul feber-område. Tidligere måtte en vaksine mot gul feber fornyes hvert 10. år. Det er forandret nå, så en vaksine gjør deg immun mot gul feber hele livet.

Malaria

Det er malaria i hele Kambodsja, men i de områdene turistene kommer til er risikoen for å bli smittet med malaria meget liten. Du trenger derfor ikke å ta forebyggende malariamedisin, men du bør være meget omhyggelig med å forebygge myggstikk. Bruk myggspray med DEET eller AUTAN, hvis du oppholder deg utendørs etter mørkets frembrudd, bruk impregnert myggnett eller bo på hoteller med aircondition. Malariamyggen stikker først etter mørkets frambrudd.

Hvis du får feber opp til 5 måneder etter hjemkomsten fra Kambodsja må du kontakte legen din med det samme.

Denguefeber

Det er denguefeber i hele Kambodsja, også i byene. Det finnes ingen vaksine eller medisin man kan ta forebyggende. Man skal være omhyggelig med å beskytte seg mot myggen med myggspray med DEET eller AUTAN. Denguemyggen stikker hyppigst akkurat rundt soloppgang og solnedgang.

Klima og vær Kambodsja

Her kan du lese mer om Kambodjas klima. Se også gjennomsnittstemperaturer i hovedstaden Phnom Penh og Siem Reap

	JAN	FEB	MAR	APR	MAI	JUN	JUL	AUG	SEP	OKT	NOV	DES
Phnom Penh												
Dagstemperatur	32	33	35	35	34	34	33	33	32	31	30	30
Nattemperatur	22	23	24	25	25	25	25	25	24	24	23	22
Nedbør (mm)	26	12	58	101	112	177	196	172	249	319	135	80

Siem Reap

Dagstemperatur	32	33	35	36	35	34	33	32	32	31	31	31
Nattemperatur	20	21	26	25	25	25	25	25	25	24	22	20
Nedbør (mm)	1	4	28	61	176	221	237	151	276	248	82	10

Kilde: World Weather Information Service

Kambodjas klima domineres av to monsunesesonger. Den kjølige nordøstlige monsunen, som bare bringer litt regn, ligger fra november til mars med gjennomsnittstemperaturer omkring 20—25 grader. Fra mai til oktober kommer den sørvestlige monsunen med hard vind, høy luftfuktighet, regn og temperaturer på omkring 30 grader. Den mest behagelige måned å besøke Kambodsja i, er januar, selv om kambodsjanerne selv er glade for den regnvåte sommerperioden og feirer monsunregnets medfølgende fruktbarhet ved den årlige "vannfesten".