

# Cambodge



## FORMALITÉS

Passeport en cours de validité obligatoire et valide 6 mois après la date de retour. Pensez à en faire une photocopie, car en cas de perte, cela facilite les démarches.

**Visa obligatoire** ( Avec participation, nous vous proposons de nous charger de son obtention).

Entre 60 et 50J avant le départ, votre agence vous demandera les pièces suivantes :

- L'**original du passeport** valide 6 mois après le retour
- **1 photo d'identité** couleur récentes

**Un formulaire officiel de demande de visa** à compléter en ligne impérativement et à signer manuellement



## SANTÉ

Il n'y a aucun vaccin obligatoire pour ces deux pays, cependant, un traitement antipaludéen est recommandé mais pas obligatoire. Une mise à jour des vaccins est toujours utile (DTpolio, hépatites A et B, fièvre typhoïde).

Emportez vos médicaments avec vous car sur place il est très difficile de s'en procurer (type Immodium ou Ercefuryl contre la turista). Prévoyez des traitements pour les dérèglements intestinaux, un répulsif contre les moustiques. Il est déconseillé de boire l'eau du robinet, achetez des bouteilles d'eau minérale capsulées. Il est conseillé de manger des fruits lavés et pelés, évitez les glaçons, les glaces des marchands dans les rues.... Reposez-vous bien le premier soir car la « turista » est surtout due au décalage horaire et à la fatigue.



Plus 6 heures par rapport à la France en hiver.  
Plus 5 heures en été.

## DÉCALAGE HORAIRE

---



## POURBOIRE

Il dépend de votre satisfaction des services rendus. Il reste avant tout une récompense. Le pourboire constitue souvent un bon complément de revenus, compte tenu de la faiblesse des salaires.

Prévoyez en moyenne par jour et par personne :

- 2 € pour le guide
  - 1 € pour le chauffeur
  - 20 à 30 centimes d'euros pour les porteurs. A noter que les pièces étrangères ne sont pas acceptées, seuls les Euros en billets, les dollars US et la monnaie locale le sont.
- 



## MONNAIE CARTE DE CREDIT

La devise cambodgienne est le Riel (KHR).

1 USD = 4 010.72 KHR et 1 € = 4 577 KHR et 1 000 KHR = 0.22 € (au 30/11/2018).

Cependant, c'est le dollar américain qui vous sera le plus utile. On vous rend la petite monnaie en riels. Le change riels/dollars est à peu près stable.

Essayez d'avoir un maximum de petites coupures (1 et 5 \$). Attention aux dollars trop abîmés et aux billets douteux de 50 et 100 \$.

vous pourrez retirer de l'argent (US\$), à Phnom Penh, Siem Reap, Sihanoukville et Battambang. Vous y trouverez des distributeurs ATM des banques suivantes prenant en charge, les cartes internationales : Royal ANZ, ABA Bank, Canadia Bank, SBC...

---



## GÉOGRAPHIE

**Superficie** : 181 035 Km<sup>2</sup>

**Population** : 14,2 millions d'habitants

**Capitale** : Phnom Penh

Situé au cœur de la péninsule indochinoise, le Cambodge est coincé entre la Thaïlande (à l'ouest), le Vietnam (à l'est) et le Laos (au nord). Sa superficie n'est que de 181 000 km<sup>2</sup> et des poussières, soit 3 fois moins que la France. Le relief est moyen, avec tout de même un sommet à près de 1 800 m d'altitude (au sud-ouest), quelques plateaux au nord et deux chaînes de basses montagnes (les Cardamomes et l'Éléphant) à l'ouest. La côte sud borde le golfe de Siam sur environ 250 km, avec quelques jolies plages.

La grande particularité du Cambodge réside dans son système hydrographique, avec bien sûr le Mékong, bras nourricier du pays qu'il traverse sur près de 500 km. Mais il ne faut pas oublier ce lac étonnant qu'est le Tonlé Sap, situé entre Phnom Penh et Angkor.

Enfin, n'oublions pas les forêts, qui ceignent le pays du sud-ouest au nord-est. Celles de la chaîne des Cardamomes et de Ratanakiri sont encore le domaine des tigres, des serpents, des éléphants... Ambiance de jungle primitive garantie.

---



## CLIMAT

Le pays dispose d'un climat tropical : chaud et humide. La saison de la mousson dure de mai à octobre et la saison sèche de novembre à avril, qui est le mois le plus chaud de l'année.

---

**TABLEAU DES TEMPERATURES A PHNOM PENH**  
(Moyennes mensuelles des températures minimales et maximales)

Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
21/31	22/32	23/34	24/35	24/34	24/33
Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
24/32	25/32	25/31	24/30	23/30	22/30



### VÊTEMENTS

Vêtements confortables et légers en coton. Attention aux tenues vestimentaires pour entrer dans les temples (pas de short, ni débardeur...). Lainages pour les soirées fraîches et la climatisation dans les véhicules et restaurants. Prévoyez des tongs ou sandales du fait de l'obligation de se déchausser très fréquemment dans les sanctuaires. Sinon des chaussures fermées pour la ville. Un parapluie ou un vêtement de pluie peut être utile pour les éventuelles averses. Chapeau ou casquette (indispensable sur les sites), lunettes de soleil, crème solaire, lampe de poche (coupures fréquentes).

Les toilettes publiques ne comportent pas toujours de papier toilette. Pensez à en avoir avec vous pendant les excursions.



### ACHATS

L'artisanat traditionnel a presque disparu pendant la guerre, mais certains tentent de le faire revivre. En attendant, il reste pas mal de souvenirs à rapporter, surtout dans les nombreux marchés de Phnom Penh. Le krama, très beau foulard à carreaux en soie ou en coton, le sampot, étoffe portée autour de la taille, les boussoles en faux ivoire ou en corne. Des objets en bois sculpté, des statuette en cuivre, des bijoux intéressants et des pierres précieuses. Pour les nostalgiques de l'Indochine, de vieilles cartes du pays, des billets anciens et des livres en français photocopiés sont vendus dans la rue. Les cigarettes Alain Delon.



### GASTRONOMIE

La cuisine cambodgienne mélange allègrement les influences vietnamienne, thaïlandaise, chinoise et française.

Beaucoup de soupes, de riz (aliment de base de la population) et de légumes. De temps en temps de la viande (buffle et porc) mais surtout du poisson et du poulet. Également des tortues d'eau, dans la région du lac, et du gibier (chevreuil) dans les zones forestières. Les préparations sont agrémentées de citronnelle, coriandre, gingembre et *prahoc*, une spécialité khmère qui s'apparente au *nuoc mam* et n'est autre qu'une saumure de poisson.

Parmi les plats typiques, les plus courants sont : le poisson grillé (*trey aing*) ou frit (*trey chean*), la soupe de porc (*samla chapek*) ou de poisson (*somla machou banle*), la salade de boeuf (*phlea sach ko*) et les populaires nouilles de riz sauce coco (*khao phoun*). Notons aussi le *loc-lac*, boeuf mariné au citron, servi avec un œuf frit, des oignons et des frites. Sinon, les curiosités gastronomiques ne manquent pas : certains Cambodgiens sont friands de criquets et de mygales grillées !

Côté fruits, on retrouve tous les parfums des tropiques : bananes, jacquiers, noix de coco, pastèques, etc. Les mangues, exquises, n'ont pas le même goût qu'ailleurs.



## LANGUE

La langue officielle est le khmer, grammaticalement simple : il n'existe ni conjugaison ni genre ni nombre ni article. Pour exprimer une action passée ou future, il suffit d'ajouter des adverbes avant ou après le verbe (hier, aujourd'hui, demain) ou des particules avant le verbe.

Aujourd'hui, depuis le passage de l'ONU, les jeunes apprennent surtout l'anglais. Une rue de Phnom Penh, spécialisée dans les cours privés, a été baptisée « English Street » ! Le Centre culturel français attire tout de même près de 7 000 élèves. Il y a également beaucoup de francophones, généralement d'anciens exilés revenus au pays (les « Franco-Khmers »), dans l'administration.



## ÉLECTRICITÉ

En général, 220 volts dans les villes et 110 volts dans les campagnes. Certaines fiches sont plates, par conséquent il est préférable de prévoir un adaptateur pour prises de courant de type américain. Les coupures de courant sont fréquentes, la lampe torche est donc très utile.



## TÉLÉPHONE

**De la France vers le Cambodge** : 00 + 855 + indicatif de la ville (sans le « 0 ») + numéro du correspondant.

**Du Cambodge vers la France** : 001 + 33 + numéro du correspondant (9 chiffres sans le 0 initial).



## PHOTOGRAPHIE

Il est bien d'entamer une discussion avec la personne avant de lui demander la permission de la prendre en photo, sinon soyez très discret... Ayez toujours à l'esprit que l'acte de photographier peut être ressenti comme une agression.

Dans certains sites ou musées, l'utilisation du flash est interdit.



## ADRESSES UTILES

### OFFICE DU TOURISME DU CAMBODGE EN FRANCE

C/O Ambassade  
4 rue Adolphe Yvon  
75116 PARIS  
Tel : 01.45.03.47.20

### AMBASSADE DE FRANCE AU CAMBODGE

1 Boulevard Monivong  
BP 18 – Phnom Penh  
Tél : (23) 43 00 20/21/22/23



## INFO VÉRITÉ

Quelques recommandations valables pour tous les pays du monde : circulez dans les rues éclairées et animées. Evitez les passages souterrains et les parcs la nuit. Surveillez toujours vos affaires dans les lieux publics. Il est préférable de ne laisser aucun objet de valeur dans votre chambre, mais de les déposer dans les coffres de votre hôtel. Il est mal vu de sortir en ville en short et torse nu. De la même façon, on ne doit pas toucher la tête des enfants. Il est obligatoire de se déchausser dans les édifices religieux ainsi que dans les maisons privées. La photographie exige une certaine discrétion et il vaut mieux demander l'accord de la personne qui sera photographiée.

Les toilettes des autocars (lorsqu'elles existent) sont fermées pour diverses raisons : sécurité des passagers (routes souvent sinueuses et escarpées), chaleur... Cependant, l'autocar effectue des arrêts fréquents et réguliers au cours de la journée.