

Vietnam - Cambodge



FORMALITÉS

Vietnam

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.

Depuis le 1er juillet 2015, les ressortissants français sont dispensés de visa pour un séjour n'excédant pas 15 jours (jours d'entrée et de sortie inclus). Le visa est obligatoire pour les séjours supérieurs à une durée de 15 jours.

Cambodge

Visa obligatoire, obtenu sur place.

Pensez à faire une photocopie de votre passeport, car en cas de perte, cela facilite les démarches.



SANTÉ

Il n'y a aucun vaccin obligatoire pour entrer au Vietnam ni au Cambodge. Un traitement antipaludéen est recommandé mais pas obligatoire. Une mise à jour des vaccins est toujours utile (DTpolio, hépatites A et B, fièvre typhoïde).

Pensez aux mouchoirs en papier car les toilettes dans les restaurants, gares et lieux publics n'ont pas toujours de papier.

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.



DÉCALAGE HORAIRE

Vietnam et Cambodge

Plus 6 heures par rapport à la France en hiver.
Lorsqu'il est midi à Paris, il est 18h à Ho Chi Minh et à Phnom Penh en hiver.

Plus 5 heures en été par rapport à la France.
Lorsqu'il est midi à Paris, il est 17h à Ho Chi Minh et à Phnom Penh en été.



POURBOIRE

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

Vietnam

Nous vous conseillons :

- chauffeur : 1 à 2€ / jour / personne
- aide chauffeur (s'il y en a un) : 1€ / jour / personne
- guide : 2€ / jour / personne
- porteurs de bagages : 1€ / trajet
- cyclo-pousse, rameurs, croisières ... : 2€ / personne.

Cambodge

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.

Il s'agit du minimum conseillé, mais le montant des pourboires reste bien sûr à votre bon vouloir et dépend de votre degré de satisfaction.



MONNAIE CARTE DE CREDIT

Vietnam

L'unité monétaire est le Dong (VND).

1 € = 24 075 VND et 10 000 VND = 0,40 € (au 30/06/2015).

Le Dong n'existe que sous forme de billets. Le change est possible dans les hôtels, les banques et les aéroports, dans les grandes villes.

Les cartes de crédit internationales (surtout Visa et American Express,...) vous seront très utiles pour régler certains achats dans les hôtels et les magasins. Possibilité de retrait d'argent liquide dans les banques.

La monnaie étrangère la plus courante au Vietnam est le dollar américain. L'euro est néanmoins très courtoisé. Il est changé sans problème partout dans le pays, à un taux pas moins avantageux que le billet vert (inutile donc de se charger de ces derniers).

Une loi stipule que tout doit être payé en dongs, mais on ne peut pas dire qu'elle soit appliquée à la lettre !

Dans la pratique, on peut en effet parfois payer en dollars (voire en euros). Dans l'industrie touristique (hébergement, agences), les prix sont d'ailleurs souvent énoncés et/ou affichés en dollars.

Toutefois, nous vous déconseillons de payer (en espèces du moins) en devises étrangères car la conversion s'arrondit toujours en votre défaveur.

Cambodge

La devise cambodgienne est le Riel (KHR).

1 \$ = 4 093 KHR et 1 € = 4 527 KHR et 1 000 KHR = 0,22 € (au 30/06/2015).

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

Vietnam

Superficie : 330 000 km²

Population : 88 780 000 habitants

Capitale : Hanoï

Le Vietnam s'étend tout en longueur entre la mer et une chaîne de montagnes bordant le flanc oriental de la péninsule indochinoise. Le pays dispose de 3 000 km de littoral et s'étire sur 1 700 km avec, au Nord la Chine, à l'Ouest le Laos et le Cambodge. Sa largeur peut varier entre 50 km dans la partie centrale et 600 km dans le delta du fleuve Rouge.

Cambodge

Superficie : 181 035 Km²

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 km² 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

Vietnam

Dans le Nord : l'hiver est froid et humide. Les étés, chauds, vont de mai jusqu'à octobre.

Dans le Sud : le climat est subéquatorial avec une saison sèche et une saison humide. La saison sèche dure de décembre à avril, la saison humide de mai à novembre.

Dans le centre : le climat diffère si on se trouve sur la côte ou bien sur les hauts plateaux. La saison sèche est de janvier à août sur la bande côtière, tandis qu'elle dure de décembre à mars dans les hauts plateaux.

Tableau des températures à Hanoï

(Moyennes mensuelles des températures minimales et maximales)
(A Ho Chi Minh les températures minimales/maximales varient entre 20 et 35°)

Janvier	Février	Mars	Avril	Mai	Juin
13/18	16/22	23/18	22/28	25/32	26/34
Juillet	Août	Septembre	Octobre	Novembre	Décembre
26/33	26/33	25/32	23/30	19/26	14/21

Cambodge

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 températures à 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).



ACHATS

Vietnam

L'artisanat vietnamien est très riche : bijoux en argent, jade, objets en nacre, bois précieux. L'exportation de la plupart des œuvres bouddhiques nécessite un permis d'exportation. Vous pourrez acheter de chapeaux coniques en paille de riz, véritable ravissement pour les enfants à des prix dérisoires. La soie est de grande qualité, il est possible de faire des vêtements sur mesures en très peu de temps, mais il faut demander une bonne adresse à votre guide. Les prix de ces vêtements restent très bon marché.

Cambodge

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

Vietnam

L'organisation du repas vietnamien est totalement différente de l'organisation occidentale. Bien sûr on mangera dans un bol avec des baguettes, de préférence en levant le bol vers sa bouche. De plus, le repas perd ici toute sa dimension individualiste, puisque tous les plats sont disposés sur la table et que chacun pioche pour se constituer son menu. La base du repas vietnamien est le riz : *com trang* (riz blanc), *com xoi* (riz gluant), *com chien* (riz frit) ou enfin *com thon* (riz parfumé). Légumes, viandes variées, crustacés, poissons préparés de mille et une manières l'accompagnent.

L'autre pilier de la restauration vietnamienne, ce sont les fameuses soupes, *pho*, mélanges savoureux, constituant souvent le repas unique de la population, principalement agricole. Les plats traditionnels sont : les "*nems*" (ban xeo, sortes de crêpes fourrées au soja et crevettes) et les rouleaux de printemps, que vous serez souvent amené à faire vous-même, en prenant une galette de riz et en y mettant les ingrédients de votre choix.

Ne consommez que des boissons en bouteilles capsulées et prévoyez des pastilles pour purifier l'eau. Ne buvez pas d'eau non bouillie.

Cambodge

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

Vietnam

Le vietnamien est la langue officielle. Elle est d'origine austro-asiatique. Les différentes ethnies ont leur propre dialecte. Vous pourrez vous faire comprendre en anglais dans les hôtels et les grands magasins. Le français, bien que parlé par certains Vietnamiens ayant vécu l'époque indochinoise, est aujourd'hui très peu pratiqué.

Cambodge

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

Vietnam

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. Dans le Sud, les coupures de courant sont régulières.

Cambodge

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 France vers le Vietnam

00 84 + code de la ville + n° de votre correspondant.

Du Vietnam vers la France

00 33 + n° sans le 0 initial.

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 Vietnam

4 rue Chérubini
75002 PARIS
Tél : 01.42.86.86.37
Fax : 01.42.60.43.32

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.

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.
