

Памятка туристу, выезжающему в Камбоджу.

1. Авиабилеты НЕОБХОДИМО сохранять до возвращения в Россию не только потому, что билет часто оформляется на одном бланке в обе стороны, но и потому, что без распечатанного авиабилета пассажира могут не впустить в здание аэропорта.

В целях безопасности запрещается проносить на борт самолета в ручной клади жидкости (включая духи и косметические кремы), легко воспламеняющиеся и острые предметы (ножи, ножницы, пилки для ногтей...). *Все зажигалки и спички должны быть сданы вместе с прочим багажом.* На личном досмотре все перечисленное конфискуется и не всегда возвращается обратно.

2. Документы, деньги и иные ценности НЕ СТОИТ ОСТАВЛЯТЬ в багаже при перелетах и переездах. Находясь в отеле, их следует по возможности хранить в отельных сейфах и не носить с собой. Рекомендуем всегда иметь при себе ксерокопию паспорта, страховки и авиабилетов (для восстановления в случае утери оригиналов) и карточку отеля. Советуем проявлять российскую бдительность, особенно на базарах и вокзалах, в случае пропажи СРАЗУ обращайтесь в полицию. НЕОБХОДИМО иметь с собой ксерокопии паспорта для быстрого восстановления в случае утери оригинала.

3. Если Вы отстали от группы или попали в критическую ситуацию - немедленно обращайтесь в полицию и просите направить вас в Российское консульство, где вам должны оказать помощь.

Посольство РФ в Камбодже: 213, Blvd. Sothearos, Phnom Penh, (23) 722-081, 720-931.

Туристическая полиция тел (23) 724-793

Полиция тел. 117

Скорая помощь и служба спасения: 119

4. Медицинское обслуживание для иностранцев, включая оказание неотложной помощи, платное. Качество медицинских услуг, оказываемых за пределами столицы, низкое.

Круглосуточная неотложная помощь - госпиталь «Кальметт», Пном Пен, б-р Монивонг, д. 3. Тел.: (023) 42-69-48, (023) 72-48-91, (012) 91-29-47, (016) 58-51-08.

Советуем обзавестись полисом медицинского страхования. При наступлении страхового случая следуйте инструкции, указанной на Вашем полисе. При самостоятельном обращении в медучреждения и вызове врача страховая компания не рассмотрит Ваш случай как страховой и не компенсирует расходы по лечению.

5. Справок о прививках при пересечении границы официальные органы у Вас не потребуют. Но для профилактики желудочно-кишечных заболеваний, брюшного тифа, гепатита, холеры, малярии и прочих заболеваний советуем сделать их по своему выбору и соблюдать правила:

а) перед едой НЕОБХОДИМО мыть антибактериальным мылом руки, овощи и фрукты

б) пить бутылированную минеральную воду

в) иная вода, используемая для питья или приготовления льда, должна предварительно кипятиться.

6. Соблюдайте осторожность на пляжах. Отели не несут ответственности за жизнь и здоровье туристов вне своей территории. Пляжи в Камбодже муниципальные, и спасательные службы на пляжах отсутствуют.

7. Соблюдайте осторожность при контакте с любыми животными. Они могут быть непредсказуемы в своем поведении и агрессивны по отношению к людям. В отелях пользуйтесь средствами от насекомых.

8. Камбоджийское время опережает московское на 3 часа в российский «летний» период.

9. Национальная валюта в Камбодже – риал. Обменять риалы при выезде из страны на СКВ затруднительно. Практически везде в стране можно свободно расплатиться долларами США, при этом цены пересчитываются по текущему официальному курсу 1 USD ~ 4000 риалов..

Банки работают пн - пт с 8:00 до 15:30ч, некоторые банки открыты в сб до 12:00ч.

Обменные пункты открыты пн-сб с 7:30 до 11:00ч и с 14:30 до 17:00ч.

Кредитные карты принимают к оплате в банках и отелях столицы и некоторых других крупных городов. Банкоматов в стране нет.

10. Камбоджийская кухня по-своему уникальна, хотя в ней переплелось множество кулинарных традиций. В первую очередь, это касается влияния соседних стран - Таиланда и Вьетнама, Китая и Индии, а в эпоху французского протектората в стране прижились и европейские гастрономические традиции. Все это в итоге и принято называть “кухней Камбоджи”.

Основа местной кухни - рис, рыба и мясо, зелень и овощи, а на юге страны - морепродукты. Из этих компонентов готовится огромное число разнообразных блюд, среди которых особенно много супов. Супы «китеоу» чаще всего готовят с рисовой лапшой, с различными овощами и травами, с мясом, рыбой или креветками. Есть здесь и более экзотические супы, ингредиентами которых становятся даже улитки и лапки лягушек. Благодаря французским колонизаторам в камбоджийской кухне «укоренились» сыры, а также булочки и хлеб, выпекающиеся по всей стране. Из мяса самое популярное здесь - это мясо птицы, как правило, курицы - из-за цены и низкого уровня холестерина, что важно в этом климате. Свинина, говядина и баранина/козлятина чуть менее распространены, хотя найти блюда из них не составляет труда. К экзотическим блюдам, которые не предлагают в ресторанах, но повсеместно продают на местных рынках, можно отнести жареных кузнечиков, пауков, жуков, змей и т.п.

Из алкогольных напитков очень популярно пиво «Ангкор» и некоторые другие местные сорта, есть и такие экзотические, как пальмовое пиво и т. п. В Камбодже производят свой виски, имеющий весьма специфический вкус. В большинстве ресторанов отелей уровня 4-5* предлагают вина и коньяки французских марок, порой даже коллекционные

11. В Камбодже НУЖНО торговаться на рынках, в лавочках, при аренде транспортных средств и т.п. Однако в аптеках, ресторанах, магазинах и торговых центрах цены на товары фиксированы, и торг не будет уместен.

12. Чаевые в Камбодже не являются обязательными. В большинстве отелей и ресторанов страны нет никаких официальных наценок за обслуживание, однако, принято оставлять «на чай» обслуживающим поездку: гидам (\$4~\$5 в день с группы) и водителям (~\$1 в день с группы).

13. Страна находится полностью в зоне тропического климата. Среднегодовая температура колеблется от 22 до 35°C. Сухой сезон, максимально комфортный для путешествий, длится с конца октября до начала мая, при этом с декабря по февраль температура держится около +25°C, а в мае может подняться до +40°C. Сезон дождей длится с середины мая по середину октября.

14. Учитывая местный климат, из одежды рекомендуем оказать предпочтение удобным натуральным хлопчатобумажным вещам (лучше с длинными рукавами), захватить темные очки, головные уборы и кремы от загара. Приготовьтесь к тому, что придется разуваться, входя в культовые помещения.

15. Обязательно спросите разрешение на фото- и видеосъемки местных жителей и внутри культовых сооружений. Фотографирование объектов, относящихся к ведению армии, полиции и жандармерии, строжайше запрещено.

16. Несмотря на наличие аптек в городах Камбоджи, мы рекомендуем взять с собой походную аптечку:

- йод, зеленка и т.п.
- средства для перевязок порезов, ушибов, вывихов, лейкопластыри
- средства для профилактики и лечения желудочно-кишечных расстройств
- медикаменты для профилактики простудных заболеваний
- антиаллергические препараты
- антибиотики
- болеутоляющее, жаропонижающее и общеукрепляющее

Список можно продолжить согласно индивидуальным особенностям организма.

А мы от всей души желаем вам приятного отдыха и крепкого здоровья!

ПРИЯТНОГО ПУТЕШЕСТВИЯ!