



CAMBOGIA  
**Immagina la tua Cambogia**

Suggerimenti d'Oriente

**Quote a partire da**

prezzo su quotazione

**Date di partenza**

Dal 1 Ottobre al 30 Aprile

**Giorni di viaggio**

10

## Caratteristiche di viaggio

Come l'alternarsi di pioggia e sole nel corso delle stagioni irrorava di vita la campagna cambogiana o la prosciuga fino a farla quasi inaridire, così il susseguirsi di vicende gloriose e di momenti drammatici ha modellato il carattere attuale del Regno di Cambogia, nazione in sospiro tra passato e futuro, tra modernità e tradizione.

Le eccellenze culturali ed architettoniche della civiltà angkoriana si intrecciano con le alterne vicende del periodo coloniale e con i più recenti drammatici accadimenti del regime di Pol Pot.

Ogni fase storica ha lasciato tracce che è possibile scoprire lungo un suggestivo percorso di viaggio: non solo **Siem Reap** con l'imperdibile cittadella archeologica di **Angkor**, simbolo del Paese e raffigurata pure nel vessillo nazionale, ma anche la capitale **Phnom Penh** con le sue significative testimonianze degli orrori perpetrati dai Khmer Rossi, Battambang con le sue sfumature dal sapore coloniale, l'immenso lago **Tonlé Sap** con il suo ecosistema unico e fragile, le campagne ed i paesaggi rurali intorno al sito pre-angkoriano di **Sambor Preikuk**, dove l'opera dell'uomo si armonizza delicatamente con quella della Natura creando un connubio indissolubile nel tempo.

## Servizi

Il viaggio viene effettuato con l'assistenza di guide locali parlanti inglese (o italiano con supplemento, soggette a disponibilità).

È possibile personalizzare il tour aggiungendo delle estensioni (nella natura, al mare, intorno a Siem Reap ecc.), oppure concordando con i nostri esperti una differente selezione alberghiera o infine definendo specifiche visite ed esperienze in base agli interessi personali dei viaggiatori.

## Programma di viaggio

### GIORNO 01

#### Partenza dall'Italia

Ritrovo dei Signori Partecipanti ai banchi di accettazione della compagnia aerea Thai Airways (o similare), presso l'aeroporto di Milano Malpensa o Roma Fiumicino.

Disbrigo delle formalità di check-in e spedizione dei bagagli direttamente fino a Phnom Penh.

Partenza con volo di linea, pasti e pernottamento a bordo.

### GIORNO 02

#### Arrivo a Phnom Penh

Al mattino, arrivo all'aeroporto internazionale di Phnom Penh, disbrigo individuale delle formalità doganali, ritiro del bagaglio e incontro con la nostra organizzazione fuori dagli arrivi internazionali per il trasferimento in Hotel.

Sistemazione con assegnazione della stanza alle ore 14,00 (o prima se disponibile).

Inizio del giro introduttivo alla vivace capitale della Cambogia con il tempio che dà il nome alla città, il **Wat Phnom**: situato in cima ad una collinetta, frequentato dai fedeli che qui si recano per pregare e farsi predire il futuro dai tanti cartomanti, indovini e chiromanti.

Visita al **Wat Unalom**, la celebre pagoda in cui vive il gran Venerabile dei monaci buddisti.

Proseguimento con una sosta al famoso **mercato russo**, tra miriadi di bancarelle ricolme di mercanzia.

Conclusione della giornata con un passaggio tra i quartieri coloniali nei pressi del

**Monumento all'Indipendenza e passeggiata a piedi** vicino alla zona dove i tre fiumi della città confluiscono quasi dinnanzi al Palazzo Reale.

Mezza pensione con cena in Hotel.

Pernottamento in Hotel.

### GIORNO 03

## **Phnom Penh - Battambang**

Prima colazione in Hotel.

Partenza di buon mattino per Battambang, la seconda città più grande della Cambogia, anche chiamata la Capitale dell'Ovest.

Lungo il percorso, sosta presso un villaggio dove da generazioni viene tramandata la tecnica della lavorazione dell'argento.

Presso **Kampong Chnang** si percorrerà un tratto del fiume che porta al lago Tonle Sap e si osserverà la vita nei villaggi galleggianti formati da innumerevoli imbarcazioni, case e varie strutture fluttuanti.

Proseguimento per **Battambang** ed arrivo nel pomeriggio.

La città ha ancora una sua atmosfera molto provinciale ed è contraddistinta da un'architettura mista tra il coloniale ed il locale: qui la gente vive ancora secondo i costumi della tradizionale cultura contadina.

Visita quindi a **Ek Phnom**, un suggestivo santuario Khmer risalente alla prima metà del XI secolo ed esemplare per la comprensione dell'architettura Angkoriana.

Mezza pensione con cena in ristorante locale.

Pernottamento in Hotel.

## GIORNO 04

### **Battambang - Bantey Chmar - Siem Reap**

Prima colazione in Hotel.

Partenza in direzione del tempio di **Bantey Chmar**, passando per la cittadina di Svay Sisophon, non lontana dal confine thailandese. Il tempio consiste in un complesso monastico poco conosciuto e poco visitato, non ancora toccato da alcuna forma di restauro, risalente tra la fine del XII secolo e l'inizio del XIII e dedicato al figlio del re Yayavaraman VII che cadde combattendo contro i Champa.

Tra i bassorilievi, una rappresentazione di "Awalokiteshwar" o in tibetano "Cenresi", divinità che rappresenta la compassione e contemporaneamente nume tutelare del Tibet, permette di fare dei collegamenti azzardati, ma probabilmente reali, tra due civiltà così lontane.

Nella parte interna la vegetazione è cresciuta rigogliosa, pur senza prendere il totale

sopravvento e l'assenza di turisti fa rivivere l'esperienza dei pochi viaggiatori del periodo coloniale.

Proseguimento ed arrivo in prima serata a Siem Reap.

Mezza pensione con cena in Hotel.

Pernottamento in Hotel.

## GIORNO 05

### **Siem Reap (Angkor)**

Prima colazione in Hotel.

Escursione alla scoperta del tempio di **Bantey Srey**, cioè la “cittadella delle donne”, famosa per gli splendidi bassorilievi scolpiti quasi tutti in arenaria rosa e, a detta di molti, superiori per delicatezza e precisione persino a quelli presenti all'interno di Angkor Wat.

Il tempio è situato a circa 40 km da Siem Reap e viene raggiunto tra piacevoli paesaggi caratterizzati da risaie e villaggi.

Si rientra a Siem Reap passando per il tempio di **Bantey Samre**, così chiamato in onore della leggenda del contadino che divenne re.

Nel pomeriggio visita alla città fortificata di **Angkor Thom**, passando attraverso la **Porta Sud** e proseguendo verso lo spettacolare tempio del **Bayon** che, con i suoi più di duecento enigmatici volti, rappresenta la costruzione centrale sia nell'ubicazione che nella concezione della cittadella stessa. Si tratta di un capolavoro dalla sorprendente struttura formata da 54 torri e che presenta splendidi bassorilievi rappresentanti la vita quotidiana ai tempi dei regni di Angkor e nei quali sono stati contate più di diecimila figure scolpite nella pietra.

Quindi si passa dinnanzi all'imponente **Baphuon** e si raggiunge il tempio a forma di piramide legato alla leggenda del re ed il serpente, il **Pimeanakas**; si prosegue con la zona dove era situato il palazzo reale e si termina con le splendide **Terrazze degli Elefanti e del Re Lebbroso**.

Mezza pensione con pranzo in ristorante locale.

Pernottamento in Hotel.

## GIORNO 06

## **Siem Reap - Beng Melea - Kampong Klaeng (lago Tonle Sap) - Siem Reap**

Prima colazione in Hotel.

A circa una sessantina di chilometri da Siem Reap si trova il grande complesso di **Beng Melea**: un tempio con annesso il monastero immerso nella giungla, che copre un'area di oltre un km quadrato. Costruito nello stesso stile e dallo stesso re che fece edificare Angkor Wat, a detta di molti potrebbe addirittura anche essere stato un prototipo del grande tempio.

Essendo privo di bassorilievi, si ritiene possa essere stato tutto affrescato sia all' interno che all' esterno. Se si eccettua il Ta Phrom, questo complesso offre le migliori inquadrature di vegetazione e grandi alberi integrati nel tempio.

Proseguimento poi per **Kampong Khleang**, un villaggio conosciuto per le sue case costruite su palafitte, per la sua atmosfera serena e per il caratteristico paesaggio di risaie, acqua e foresta. Attraversando il villaggio si avrà modo di conoscere gli usi degli abitanti specializzati anche nell'allevamento di coccodrilli.

Si continua l'escursione a bordo di una imbarcazione che, attraverso i canali, conduce verso il grande lago **Tonle Sap**: qui la comunità vietnamita ha le sue abitazioni, i negozi e le botteghe, piccoli centri di ristoro, gli uffici pubblici, gli allevamenti di pesci, le scuole, una piccola chiesa, tutti costruiti su piattaforme galleggianti che fluttuano a seconda dei ritmi delle piene del lago.

Ci si immette poi nel Tonle Sap, talmente grande che non si riescono a scorgerne le sponde. L'imbarcazione si ferma spegnendo il motore per meglio assaporare il silenzio di questo "mare". Sbarco e rientro poi in Hotel a Siem Reap.

Mezza pensione con pranzo pic-nic in corso d'escursione.

Pernottamento in Hotel.

### GIORNO 07

## **Siem Reap (Angkor)**

Prima colazione in Hotel.

Mattinata dedicata alla visita di **Angkor Wat**, il capolavoro di tutta l'arte Khmer, il tempio più celebre ed imponente, considerato una delle meraviglie del mondo.



Si tratta di una struttura che abbaglia nella sua spettacolarità, esempio di straordinaria sapienza architettonica, decorato con sculture e bassorilievi estremamente raffinati, attraverso i quali vengono descritte in maniera magistrale le principali scene dei poemi epici indiani.

Visita poi a parte del Gran Circuito di Angkor, iniziando con il vasto e maestoso tempio di **Prae Khan**, detto anche tempio della Sacra Spada, che aveva le funzioni di centro religioso, culturale e, per un periodo, anche di residenza reale. Nel momento del suo massimo sviluppo, vi risiedevano più di diecimila persone, tra le quali molti importanti insegnanti ed il corpo di ballo delle Apsara, le danzatrici celesti.

Si prosegue con il **Neak Pean**, l'unico a struttura circolare in memoria di un mitico lago dal quale nascono i quattro fiumi della mitologia Indù. Veniva ai tempi utilizzato come luogo di purificazione tramite le acque.

Quindi ci si dirige poi verso uno dei templi più suggestivi e romantici, il **Ta Phrom**, totalmente immerso nella giungla e volutamente lasciato nelle condizioni in cui fu ritrovato dagli archeologi francesi intorno al 1860, parzialmente coperto dalla vegetazione, con le radici degli alberi secolari che avvolgono magicamente le sculture ed i blocchi di pietra delle gallerie, siglando un connubio tra la storia e la forza prorompente della natura stessa.

Mezza pensione con pranzo in ristorante locale.

Pernottamento in Hotel.

## GIORNO 08

### **Siem Reap - Sambor Prei Kuk - Phnom Penh**

Prima colazione in Hotel.

Partenza alla volta della capitale in direzione del capoluogo di provincia di **Kampong Thom**, situato a poco più di metà strada tra Phnom Penh e Siem Reap.

Questa era un tempo la Via Reale e presso Kampong Kdei si effettuerà il passaggio sul ponte di pietra di **Spean Praptos**, risalente al periodo Khmer e fatto costruire dal re Jayavarman VII. I paesaggi rurali che si possono ammirare solo percorrendo questa strada sono piacevoli ed interessanti: risaie, villaggi, scene di vita vera nelle campagne cambogiane.

Ci si dirige verso **Sambor Preikuk**, il più importante complesso archeologico pre-angkoriano del Paese, l'antica capitale del regno del Chenla, precursore di quello Khmer.

Vi sono più di cento templi di grande suggestione e raramente visitati, suddivisi in tre complessi monasteriali: il gruppo Sud del **Prasat Yeay Poan**, il gruppo centrale del **Prasat Tor** e il gruppo Nord del **Prasat Sambor**. Quest'ultimo comprende gli edifici più importanti ed è dedicato ad una incarnazione di Śhiva.

Dopo circa un paio d'ore è prevista una breve sosta al **villaggio di Skhun**, famoso per i suoi ragni giganti, serviti, a chi lo desidera naturalmente, proprio in tutte le salse: si è circondati da venditori che in cestini rivolti al sole per non raffreddare le prelibate vivande, offrono i delicati aracnidi, acquistabili in piccoli sacchetti dai quali si prendono e gustano uno per uno, come le patatine fritte.

Nel tardo pomeriggio arrivo quindi a Phnom Penh e sistemazione in Hotel.

Mezza pensione con cena in Hotel.

Pernottamento in Hotel.

## GIORNO 09

### **Phnom Penh - Partenza per l'Italia**

Prima colazione in Hotel.

Conclusione delle visite alla capitale cambogiana con sosta al **complesso del Palazzo Reale e della Pagoda D'Argento**, così chiamata per le oltre cinquemila mattonelle d'argento dalle quali è costituito il pavimento, il tutto impreziosito dai doni offerti alla famiglia reale da tutto il mondo.

Proseguimento verso il **Toul Sleng**, tragico museo prigione testimonianza del sanguinario regime dei khmer rossi e del genocidio perpetrato ai danni della stessa popolazione cambogiana, colpevole di saper leggere e scrivere, portare occhiali, essere insegnanti, medici, professionisti, parlare lingue straniere, si stima che siano state torturate ed uccise circa tre milioni di persone su dodici nell'arco di quattro anni fino al 1979.

Ci si reca quindi al famoso **mercato russo**, formato da una serie di corridoi intricati tra loro e verso i quali si affacciano una miriade di bancarelle e venditori, dove ogni genere di mercanzia viene mostrata ai possibili acquirenti.

Pranzo in ristorante locale e nel pomeriggio trasferimento in aeroporto in tempo utile per la partenza del volo di linea per Milano Malpensa o Roma Fiumicino.

Pasti e pernottamento a bordo.



## GIORNO 10

### **Arrivo in Italia**

Arrivo in Italia previsto in giornata.

---

## **NOTE**

### **INCLUSO NELLA QUOTA**

Assistenza di qualificato personale aeroportuale alla partenza da Milano Malpensa/Roma Fiumicino - Voli di linea internazionali Thai Airways (o similare) da Milano Malpensa o Roma Fiumicino a Phnom Penh e ritorno, in classe economica - Tutti i trasferimenti in Cambogia con veicolo privato climatizzato (auto, minivan o minibus, a seconda del numero dei partecipanti) e autista - Tutte le navigazioni indicate in programma con imbarcazioni turistiche locali - Tutti i pernottamenti in camera doppia standard presso gli alberghi a scelta di categoria "superior" o "deluxe" sotto indicati (o similari, in base alla disponibilità) - Trattamento di mezza pensione con pasti in albergo o in ristoranti locali selezionati o pic-nic, come indicato in programma (menù fissi) - Guide locali parlanti inglese (italiano possibile con supplemento) - Trasferimenti e visite guidate compresi gli ingressi ai monumenti e alle aree archeologiche indicate in programma - Assicurazione "Viaggi Rischio Zero" di UnipolSai - Guida dell'Indocina (una per camera) - Kit da viaggio personalizzato Earth

### **ESCLUSO DALLA QUOTA**

Visto turistico cambogiano (obbligatorio, 30 usd da regolare in loco) - Escursioni e visite facoltative, non previste in programma - Early check-in (prima delle ore 14) e late check-out (dopo le ore 12) negli alberghi - Pasti non indicati, menù à la carte, bevande, mance, facchinaggi, extra personali e tutto quanto non specificato.

---

## **E' importante sapere che**

### **Informazioni importanti**

#### **Viaggi personalizzati**

Il nostro staff mette a disposizione dei viaggiatori un'esperienza ventennale nell'organizzazione di viaggi in Asia, con una programmazione attenta al rispetto delle culture e delle popolazioni locali, studiata con la massima flessibilità e personalizzazione per chi desidera immergersi nella natura, nella storia e nella spiritualità d'Oriente.

#### **Collegamenti aerei**

I collegamenti con il Sud Est Asiatico sono operati prevalentemente con voli Lufthansa, Thai Airways, Qatar Airways e Singapore Airlines, da tutti gli aeroporti italiani collegati. E' possibile raggiungere questi aeroporti con voli nazionali Alitalia. La Mongolia si raggiunge principalmente con voli Lufthansa via Francoforte, ma è possibile prevedere anche partenze con i voli di linea di altre compagnie aeree IATA.

#### **Gli hotel**

In Oriente la categoria ufficiale degli Hotel non rispetta gli standard internazionali di attribuzione delle "stelle", ma si suddivide più genericamente in alberghi Deluxe, Superior, Prima Categoria ed Economici. In base alla nostra esperienza e al budget dei viaggiatori, siamo in grado di selezionare le strutture più adatte alle esigenze dei clienti indipendentemente dalla categoria ufficiale. Dove possibile privilegiamo piccole strutture alberghiere di charme, in stile tradizionale e con un servizio accurato. Dove l'offerta ricettiva è scarsa, proponiamo le migliori soluzioni disponibili.

#### **Mezzi di trasporto**

Le strade che collegano le principali città dell'Indocina sono generalmente asfaltate. I mezzi di trasporto sono privati e di standard locale, con aria condizionata ed autisti esperti. Gli

autisti parlano generalmente l'idioma locale, raramente il francese o l'inglese. Sono molto disponibili, ma rispettano rigorosamente le pause per mangiare e i riposi notturni. Il traffico caotico delle metropoli rallenta notevolmente i tempi di trasferimento, mentre in campagna la velocità è leggermente più sostenuta.

## **Guide**

Le guide locali in Myanmar effettuano anche il servizio di accompagnatori e parlano un buon italiano. In Cambogia, soprattutto a Siem Reap, operano alcune guide locali che parlano un italiano sufficiente. In Laos le guide locali parlano solo inglese e francese. In Vietnam solo pochissime guide parlano italiano. In Mongolia parlano un inglese piuttosto elementare.

## **Visti**

Il visto birmano e mongolo si ottiene in anticipo, presso le rappresentanze consolari dei rispettivi Paesi in Italia. Gli altri visti si ottengono direttamente alla frontiera aeroportuale, terrestre o fluviale di ingresso, con pagamento in loco dei relativi diritti. Il viaggio in Mongolia può richiedere l'ottenimento del visto cinese (ottenibile in Italia) se i voli sono operati via Pechino.

## **Informazioni utili**

### **Documenti per l'espatrio**

Oltre al passaporto con almeno 6 mesi di validità residua, è necessario il visto di ingresso che si ottiene all'arrivo negli aeroporti di Phnom Penh e Siem Reap, dietro presentazione di 3 moduli compilati (visa application form, customs form, arrival/departure card), passaporto, 2 foto tessera preferibilmente cm 4x6 e 20 dollari US a persona (importo soggetto a variazioni). L'ingresso fluviale via Mekong richiede pazienza per i tempi d'attesa e l'importo totale può venir integrato da qualche dollaro di mancia per il personale doganale.

### **Disposizioni sanitarie**

I cittadini europei non devono sottoporsi a vaccinazioni obbligatorie per recarsi in Cambogia. Sugeriamo di consultare l'Ufficio di Igiene per avere informazioni aggiornate

sulla destinazione. Da parte nostra consigliamo l'osservanza delle elementari regole di igiene. Siate particolarmente cauti con l'acqua (e anche con il ghiaccio); controllate che venga prima bollita o che provenga da contenitori chiusi ermeticamente. Si può incorrere in colpi di sole o di caldo dovuti alla disidratazione; bevete molti fluidi, evitate di esporvi troppo al sole e di fare sforzi nei momenti più caldi.

## **Valuta**

La valuta locale è il Riel Kampuchea. Con un euro, otterrete circa 5580 Riel, con un dollaro circa 4080 Riel. (Ottobre 2013). I dollari Americani costituiscono la seconda valuta nel paese e vengono accettati ovunque. E' comodo averne anche di piccolo taglio così da evitare problemi di resto. La Vostra guida locale potrà darvi tutte le indicazioni per gli uffici cambio, anche se consigliamo di utilizzare solo i dollari.

## **Dogana**

Le norme doganali sono piuttosto semplici per incoraggiare il turismo, tuttavia se portate con voi un equipaggiamento fotografico o video, fate una lista precisa di tutto quello che avete presentato in dogana. Può essere richiesto di fornire foto e impronte digitali in dogana, tramite apparecchiature di rilevamento.

## **Bagaglio**

Se il vostro viaggio prevede voli domestici in Cambogia, per motivi di franchigia aerea il peso del bagaglio (escluso il bagaglio a mano) non deve superare i 20 Kg a persona. Ideale sarebbe l'uso di robuste sacche morbide, possibilmente da chiudere con un lucchetto. E' consigliabile avvolgere gli indumenti contenuti nella sacca in sacchetti di plastica per salvarli dalla polvere e dall'acqua. E' importante che sul bagaglio venga messa un'etichetta con nome, cognome e indirizzo del proprietario in modo che sia di facile identificazione. Bagaglio, passaporti e denaro vanno custoditi con la massima attenzione, soprattutto negli aeroporti, negli alberghi e durante visite ed escursioni in luoghi particolarmente affollati. E' necessario limitare al minimo le dimensioni del bagaglio, i mezzi locali dispongono di bagagliai di ridotte dimensioni.

## **Telefono**

Teleselezione diretta, facile da Phnom Penh e da Siem Reap, un po' più incostante dalle altre località. Attenzione alle tariffe se chiamate dall'albergo. Prefisso dall'Italia: 00855. Prefisso per l'Italia: 00139. La copertura dei telefoni cellulari è generalmente buona, occorre controllare che il proprio apparecchio abbia il servizio di roaming internazionale attivo. Vari alberghi, soprattutto a Phnom Penh e Siem Reap, dispongono di wi-fi.

## **Fuso orario**

6 ore in avanti, quando in Italia c'è l'ora solare. 5 ore in avanti, quando in Italia c'è l'ora legale.

## **Lingua**

La lingua ufficiale è il Cambogiano. L'inglese è capito e parlato quasi ovunque. Le persone più anziane, soprattutto nei piccoli centri e al nord, potranno parlare francese. Non essendo un paese meta di turismo di massa, pochissime persone parlano o capiscono l'italiano: comunque, sempre in maniera molto elementare.

## **Clima**

Si possono distinguere 2 stagioni: la stagione secca, da Ottobre ad Aprile, con un clima generalmente temperato e scarse precipitazioni; la stagione umida, con temperature e umidità elevate e temporali frequenti di tipo monsonico, da Maggio ad Settembre. La media delle temperature su base storica in Cambogia a Febbraio è di 21° di minima e 32° di massima; il clima è generalmente secco, con una media di soli 2 giorni al mese di leggera pioggia: i fiumi ed i canali raggiungono livelli bassi prima del monzone estivo e in molte risaie viene effettuata la raccolta del riso. Le ore di luce sono mediamente una decina al giorno.

## **Abbigliamento**

Indumenti di cotone, leggeri e comodi, come t-shirt, camicie e pantaloni di lino/cotone, sono l'abbigliamento ideale per visitare il paese durante tutto l'arco dell'anno. Da non scordare sono sicuramente un cappellino per il sole, una K-way per qualche improvviso acquazzone

ed un maglione o una felpa che potrebbero essere utili per l'immane aria condizionata degli hotel e dei ristoranti e per le serate più fresche. Sono consigliabili scarpe comode e robuste soprattutto per camminare tra le rocce dei templi di Angkor e durante le escursioni.

### **Corrente elettrica**

La corrente elettrica è a 220/240 volts. Sugeriamo di munirsi di un adattatore.

### **Materiale fotografico**

E' consigliato rifornirsi in Italia di tutto il materiale occorrente: batterie di ricambio e schede di memoria non sono sempre facilmente reperibili oppure molto possono essere di qualità bassa. Sarà utile portare con sé un semplice sacchetto di plastica per proteggere gli oggetti da polvere o umidità. Nei centri più turistici di Siem Reap e Phnom Penh si trova generalmente materiale fotografico da acquistare e servizi di download delle memory cards.

### **Gastronomia**

Numerosi ristoranti propongono, in ambienti molto gradevoli, le specialità tradizionali della cucina cambogiana: a base di pesce, crostacei e molluschi d'acqua dolce, carne, uova, verdura e frutta freschissimi, spezie ed erbe aromatiche, riso e spaghetti. A Siem Reap e Phnom Penh troverete ristoranti di alta cucina francese, franco-cambogiani, cinesi ed internazionali.

### **Acquisti**

Riproduzioni dei bassorilievi di Angkor, sciarpe, tessuti, argenti e moltissime altre curiosità realizzate ancora oggi con metodi tradizionali, sono gli acquisti migliori. Se volete aiutare persone offese dalle mine lasciate dall'ultima guerra, potrete acquistare i souvenir da loro stessi prodotti e venduti. I negozi dei grandi alberghi offrono articoli di qualità molto alta, ma a prezzi altrettanto alti. I mercati e i piccoli laboratori offrono le occasioni migliori, si contratta a lungo e si spuntano buoni prezzi.

### **Ambasciate**



AMBASCIATA D'ITALIA A BANGKOK 399 Nanglinchee Road - Thungmahamek, Yannawa, Bangkok 10120, THAILANDIA - Tel: 0066-2-2854090/3 - Cancelleria Diplomatica 0066-2-2854793 Cancelleria Consolare 0066-2-2854791 - E-mail: ambitbkk@loxinfo.co.th

### **Assistenza medica**

Estremamente carente anche nella Capitale Phnom Penh. Sono presenti malattie quali epatiti e malaria, seppure non diffuse nei principali centri turistici: per eventuali pareri medici e vaccinazioni, si consiglia di rivolgersi alla ASL del proprio comune. L'assenza di strutture sanitarie valide, le difficoltà per rimpatri d'emergenza e le sfavorevoli situazioni igienico-sanitarie inducono non soltanto alla massima attenzione, ma sconsigliano la visita a tutti coloro che non godano di condizioni di salute ottimali. L'acqua corrente non è potabile. Adottare durante il soggiorno le misure precauzionali igienico-sanitarie ed alimentari del caso (bere da bottiglie sigillate, sbucciare frutta e verdura, non mangiare/bere da bancarelle di strada ecc.)

### **Letture e filmografia consigliate**

Cambogia, Angkor e l'Asia dei tempi perduti di Claudio Bussolino (Polaris, Firenze 2005) La Cambogia è prima di tutto Angkor, descritta nella guida con molta accuratezza, fornendo le cartine dei principali monumenti con una legenda che ne descrive le caratteristiche; consigliando itinerari e percorsi di visita e approfondendo l'aspetto storico culturale. Ma la Cambogia non è solo Angkor. È anche Phnom Penh - la capitale - con i suoi mercati e la possente statuaria in pietra del Museo Nazionale e le tragiche immagini del Museo-prigione S21. Ma la Cambogia è tanto altro ancora. Tutto questo è ampiamente e accuratamente descritto nella guida fornendo al lettore precise informazioni di viaggio, nello stile caldo ed appassionato di Claudio, massimo esperto di Indocina. Fantasmi. Dispacci dalla Cambogia di Tiziano Terzani (Longanesi, collana Il Cammeo 2008) Questo libro di Tiziano Terzani raccoglie gli articoli, i messaggi, i telegrammi, le corrispondenze inviate dalla Cambogia in guerra ai giornali europei: a Der Spiegel, di cui era corrispondente fisso dall'Asia, al Giorno, all'Espresso, al Messaggero, alla Repubblica e, dal 1988, al Corriere della Sera. Sono pagine intense, sospese tra l'illusione di una nuova era per l'Indocina e l'autocritica che il giovane reporter esercitò senza remore, di fronte ai drammatici eventi descritti con la sua Lettera 22. Il cancello di François Bizot (trad. a cura di Orietta Mori, Milano, Ponte alle Grazie 2001) è un prezioso documento per comprendere la natura del regime totalitario che dal 1975 al 1979

sterminò con inaudita ferocia un terzo della popolazione del Paese. Angkor, fasto e splendore dell'impero Khmer di Marilia Albanese (White Star, Vercelli 2002) è una monografia corredata di splendide fotografie, per la collana 'Le grandi civiltà'. Emergency. Una speranza in Cambogia di Pino Ninfa (Skira, Milano 2001) è un volume fotografico che trasmette grandi emozioni verso un popolo, quello cambogiano, ancora alle prese con i limiti della sopravvivenza umana. Filmografia S21 – La macchina di morte dei Khmer Rossi con Khieu 'Poev' Ches, Yeay Cheu, Nhim Ein, Houy Him, Ta Him, Nhieb Ho (Cambogia/Francia, 2001) Urla del silenzio (The Killing Fields) con Julian Sands, Sam Waterston, John Malkovich (Gran Bretagna, 1984)