



סרוק לקריאה בנייד

## קמבודיה - עפתי! - המלצות על טיולי תרמילאים

אלעד איפרגן - מערכת אתר למטייל - 04/01/2017

קמבודיה היא אחת המדינות המהנות והיפות במזרח הרחוק. התיירות והקידמה עדיין לא פגמו באופייה המיוחד והותירו אותה טבעית ואמיתית. קמבודיה מלאת מקדשים עתיקים, ערים צפופות, כפרים קטנים, ג'ונגלים נרחבים, איים נטושים ואת הכל עוטפת תרבות מרתקת

### סקירה כללית על המדינה

[קמבודיה](#) המכונה האי חצי של הדרומי בחלק, אסיה מזרח בדרום שוכנת (Kingdom of Cambodia) הודו-סין (Indochina). היא מפורסמת במיוחד בשל **מקדשי אנגקור**, אתר הדת הגדול בעולם, אתר מורשת עולמית של אונסק"ו וסמלה של המדינה, שמופיע אפילו על הדגל שלה, אך בנוסף לאתר זה, יש בקמבודיה עוד מוקדי משיכה רבים.

יש בה ערים גדולות וסואנות כמו [פנום פון סיאם ריפ](#), בצידה הדרומי חוף ים ארוך עם חופים אטרקטיביים ובילויים רבים, כמו בעיר [סיהנוקוויל](#). בשטחה גם מספר איים קטנים ולא מיושבים, שביקור בהם מרגיש כמו לשהות על אי בודד, כמו האיים [קו רונג](#), קו טונסאיו במבו איילנד. בקמבודיה נהרות רבים שסביבם ערים וכפרים מלאי קסם, כמו בעיירה [קאמפוט](#), וחובבי ההרפתקאות והג'ונגלים ימצאו שטחים נרחבים ויפים במזרח המדינה, במחוזות ראטאנקירי ומונדולקירי.

בעבר היתה קמבודיה אימפריה אדירה ששלטה ברוב חצי האי של דרום מזרח אסיה, אך בהמשך נכבשה על ידי השכנות והאימפריה התפוררה. הצרפתים הגיעו והקימו בה קולוניה והשפיעו עליה רבות, אך התושבים והמלך התקוממו והצליחו לקבל עצמאות בשנות ה-50. המתיחות בין הקומוניזם לאמריקאים שהשפיעה על האזור, בין היתר בדמות מלחמת ויאטנם, גלשה גם לקמבודיה, שם יצר הדבר מלחמת אזרחים אכזרית ועקובה מדם בין הרפובליקה הקמרית בתמיכת האמריקאים לבין המורדים הכפריים, שדגלו בקומוניזם וכונו קמר רוז'.

משתפסו הקמר רוז' את השלטון במדינה, ב-1975, הם הנהיגו משטר טרור אכזרי, שכלל עבודות כפייה, עינויים ורצח של כ-1.7 מיליון אנשים. הוויאטנמים פלשו לקמבודיה והפילו את הקמר רוז' בתחילת 1979, אך אז גבה רעב כבד את חייהם של יותר מחצי מיליון תושבים. לאחר מכן, הגיעה תקופה ארוכה של חוסר יציבות בטחונות ושלטונית ורק ב-1997, לאחר עוד מהפכה אלימה, הגיעה היציבות לאזור, אך איתה נמצאים כיום שחיתות שלטונית רבה ופערים כלכליים עצומים בין התושבים העניים למנהיגים המושחתים והעשירים.

אוכלוסייתה מונה כ-14 מיליון תושבים, שעדיין מנסים להתאושש מההיסטוריה הכואבת, אך הם ידידותיים ומשתדלים לצחוק וליהנות מהחיים ככל האפשר. הם עוסקים בעיקר בחקלאות ודייג, כשהחקלאות העיקרית באזור מבוססת על אורז. תמצאו כאן גם נוכלים ומלכודות תיירים כבכל האזור.

קמבודיה היא יהלום בלתי מלוטש והתיירות בה גוברת, אך עד כה, האוטנטיות של רוב המדינה שמורה ומושכת. מטיילים רבים משלבים את הטיול בה עם מספר מדינות נוספות באזור כמו [לאוס](#), [ויאטנם](#) ו**תאילנד**. טיול ממצה ומקיף לכל אורכה יכול לקחת כשבועיים-שלושה.

## שפה ושליטה באנגלית

השפה המדוברת בקמבודיה היא קמר (Khmer), כמו גם התושבים, שנקראים קמרים. האותיות מסולסלות וציוריות, דומות במקצת לאותיות בתאי (השפה התאילנדית), כך שלא ניתן לקרוא אותם אם לא תלמדו את השפה. בניגוד לשפות במדינות השכנות, השפה היא לא טונאלית, והיא מושפעת רבות מהסנסקריט ההודית.

תושבי הערים הגדולות ואלו שעוסקים בתיירות יודעים אנגלית ברמה בסיסית. מרבית התושבים לא מבינים אנגלית כלל, אך ינסו לסייע אם תנסו להסביר עצמכם בתמונות, ציורים או סימני ידיים. כדי לומר תודה כדאי להגיד למקומיים "אה קון" (kun-Aa).

## גיאוגרפיה/טופוגרפיה

קמבודיה גובלת ב**לאוס** מצפון, ב **תאילנד** ממערב ומצפון וב **ויאטנם** ממזרח ומדרום. בדרומה היא גובלת במפרץ תאילנד, עם קו חוף באורך של כ-450 ק"מ, שם יש בבעלותה מספר איים. שטחה משתרע על פני כ-180,000 קמ"ר. טופוגרפית, קמבודיה די שטוחה ויש בה מספר רכסי הרים. בחלקה המזרחי זורם נהר המקונג האדיר המתחיל בפסגות ההימלאיה ועובר ברוב מדינות האזור.

עיר הבירה היא פנום פן, שנמצאת יחסית בדרום המדינה. קמבודיה זרועה מקדשים בכל שטחה אך אתר המקדשים הגדול והמפורסם אנגקור וואט נמצא בצפון מערב המדינה. 20-25 אחוז מהמדינה הם אזורים מוגנים ובהם ג'ונגלים, יערות טרופיים ומסלולי טיול רבים, אך מיליוני מוקשים ושרידי פצצות שלא התפוצצו משלל המלחמות עדיין קבורים באדמה. הסכנה היא בעיקר למקומיים היות שאתרי התיירות וסביבתם פונו ולא קיימת בהם סכנה. אם תבחרו להגיע לאזורים הנידחים, דאגו לשכור מדריך מקומי ולא לסטות מהשבילים המסומנים.

## תיאור מסלול קצר ומסלול ארוך

סדר המסלול תלוי במיקום הכניסה למדינה, כך שניתן לשינוי בהתאם לדרך הכניסה האישית.

מסלול קצר (כשבוע וחצי): [סיאם ריפ ומקדשי האנגקור](#) - [סיהנוקוויל](#) - [קו רונג](#) - [קמפוט](#)

מסלול ארוך (כחודש): [פנום פן](#) - [סיאם ריפ ומקדשי האנגקור](#) - [סיהנוקוויל](#) - [קו רונג](#) - [קמפוט](#) - [קפ](#) - סן מונרום במונדולקירי - באן לונג בראטאנקירי

## 5 דברים שאסור לפספס

- [מקדשי אנגקור](#) לגמר הגיע, וואט אנגקור גם המכונים, המקדשים מתחם (Angkor Wat) תחרות שבעת פלאי העולם החדשים (אך לא הגיע לשביעייה הסופית), והוא מושך כמיליון מבקרים מרחבי העולם בכל שנה. מדובר באוסף גדול של מקדשים, שהיוו את בירתה של ממלכת קמר הקדומה כשכל שליט ניסה לעלות על קודמו בהקמת מקדש גדול ומפואר יותר, מה שמספק לנו כיום חוויה בלתי נשכחת באתר שהפך לסמל הלאומי של קמבודיה. נמצאים שם המקדש הגדול בעולם (אנגקור וואט), המקדש (שרבים מחשיבים) המוזר בעולם (מקדש באיון) ומקדש טה פרום, שהיה מסתורי מספיק כדי לשמש כאתר לצילומי הסרט "טומב ריידר" וליג לינה'אנג של בכיכובה (Tomb Raider)
- **שהייה על אחד האיים** - לאורך חופה של קמבודיה, במפרץ תאילנד, ממוקמים מספר איים קטנים וגדולים, חלקם בגודל של עיר קטנה ואת חלקם ניתן להקיף בשעה. מרבית האיים לא מיושבים ואין בהם תשתיות. ההגעה אליהם נעשית בסירה ועליהם ניתן למצוא מספר בקתות רעועות וכפרי דייגים, ללא חשמל או כבישים. השהייה על אי כזה מיוחדת במינה, השלווה שעוטפת אותו, הניתוק מהציוויליזציה, הטבע שבמרכז האי, החוף הרך והיפה והנמנום על ערסל תחת עצי קוקוס הוא כל מה שתרמילאי יכול לבקש. איים פופולארים הם [קו רונג](#) (Koh Rong), החוף לעיר שסמוכים (Koh Russei, Bamboo Island), הבמבוק אי (Rong), [סיהנוקוויל](#), ואי הארנבת (Island Rabbit, Tonsay Koh), שסמוך לעיירה [קפ](#).

- **חיי לילה בסיהנוקוויל** - בילוים סוערים וחיי לילה תוססים, זה מה שתמצאו על החול הרך שלחופיה הארוכים של עיר החוף סיהנוקוויל בדרום קמבודיה. תמצאו שם עשרות מועדונים, פאבים ומסיבות חוף מידי לילה, אך גם חופים שקטים ורגועים יותר. מי שמעדיף לקפוץ לנהר במקום לים ימצא בקמפוט את מבוקשו. הנהר מחלק את העיירה לשניים ולאורכו בקתות רבות וצנועות עם אווירה נהדרת של מטיילים צעירים, מסיבות על גדת הנהר, אבובים, מקפצות ועוד.
- **מקדש המלך בפנום פן** - המבנה היפה ביותר בעיר הבירה של קמבודיה. במאה ה-19 התאחדו טכנולוגיה צרפתית ועיצוב קמבודי ליצור את המבנה המרשים והבולט. בשטח הארמון נמצאים גם פגודת הכסף עם אלפי רעפי הכסף שלה ופסל בודהה מאבנים יקרות.
- **פגישה עם מקומיים** - עשו הפסקה משביל התיירים השחוק ומהמקומיים שמתעסקים בתיירות ונסו לבקר במקום אותנטי ואמיתי יותר. בקרו בכפרים שסביב הערים הגדולות והתיירותיות, נסו אפילו ללון אצל משפחה מקומית בבית עץ מוגבה בכפר ללא תשתיות על גדת אחד הנהרות, אכלו ארוחת אורז משפחתית ולא תפסיקו לחייך חזרה אל התושבים (מומלץ במחוז ראטאנקירי או מונדולקירי).

## איך מגיעים

### טיסה

בקמבודיה שני שדות תעופה בינלאומיים: בפנום פן (PNH) וסיאם ריפ (SRP). ההגעה לשניהם אפשרית ממדינות המזרח. אין טיסה ישירה מהארץ. אתר שדות התעופה: [www.cambodia-airports.com](http://www.cambodia-airports.com)

### דרך היבשה

לקמבודיה גבולות עם ויאטנם, לאוס ותאילנד ומכולם מעברי גבול יבשתיים. במעברי הגבול תידרשו לשלם כמה דולרים כעמלה אם תעברו מאוחר בלילה או בסופי שבוע וחגים. במעברים היבשתיים נפוצים "דמי חתימה" של כמה דולרים, אותם מבקשים הפקידים במעבר הגבול, עליהם לא תקבלו קבלה והם משתנים מפקיד לפקיד, זהו בעצם שוחד ואם תרצו לנסות ולחסוך אותו בקשו קבלה עם שם הפקיד. ייתכן ותקבלו ואז תוכלו לברר האם רימו אתכם ולהתלונן, ייתכן גם שיסרבו לתת לכם ואז עליכם להחליט אם להתווכח או לשלם. הסברים מפורטים מאוד על המעברים היבשתיים [www.canbypublications.com](http://www.canbypublications.com)

## קמבודיה-ויאטנם:

- הפופולארי והנח ביותר הוא מעבר Bavet / Moc Bai , אוטובוסים רבים עוברים בו מידי יום [בין פנום פןל הו צ'י מין](#) (בירת ויאטנם).
- מעבר נוסף הוא Phnom Den / Tinh Bien מהעיירה צ'או דוק שבדלתת המקונג ומהעיירה הקמבודית הקרובה לגבול, ניתן לקחת אוטובוס לפנום דן או ישירות לפנום פן.
- מעבר Prek Chak / Xa Xia פתוח גם הוא למעבר מטיילים והוא ממוקם קרוב מאוד לעיר קפ (Kep) ולעיירות החוף הויאטנמיות.
- המעבר הצפוני ביותר, Le Thanh / O Yadao , מחבר ביןבאן לונג שבצפון (Ban Lung) מזרח קמבודיה לעיירה Pleiku שבויאטנם, הדרך אורכת כ-6 שעות ואין אוטובוס ישיר כך שצריך להחליף מספר דרכי תחבורה (ולשלם להם לא מעט) לאורך הדרך.

## שייט

ניתן להיכנס בשיט בנהר המקונג מהעיירה צ'או דוק (Doc Chau) שבדלתת המקונג בדרום ויאטנם אל פנום פן. מעבר זה ידוע בשם Kaam Samnor / Ving Xuong.

קמבודיה - לאוס:

מעבר Veun Kham/ Dom Kralor - המעבר היחיד והפופולרי עם [לאוס](#). חברות הנסיעות בשני הצדדים מקצועיות ומאורגנות בהעברת נוסעים בצורה יעילה ונוחה בין המדינות. ניתן להוציא ויזה עם ההגעה בשתי המדינות ובשני הצדדים ידרשו הפקידים כ-2 דולר "דמי חתימה", כשוחד.

קמבודיה - [תאילנד](#):

- מעבר Aranyaprathet / Poipet הוא הפופולארי ביותר, אך לעתים ייתכנו עיכובים בתהליך. ניתן להוציא ויזה לשתי המדינות. פויפט שבצד הקמבודי אינה נעימה במיוחד ומלאה בנהגי מוניות מפקיעי מחירים.
- מעבר Hat Lek / Ko Kong , נוח לעוברים בדרום, ביןקו צ'אנגהתאילנדית ל [סיהנקויל](#) הקמבודית. היו דיווחים רבים על הפקעת מחירים מוזגמת להוצאת ויזה קמבודית.
- מעבר Smach O / Jom Chong , מחבר בין אזורסורין כמה של מרחק, בתאילנד (Surin) שעות נסיעה באמצעות אחד ממספר האוטובוסים שנוסעים על קו זה מידי יום, לאיזור [סיאם](#) [ריפ](#) שבקמבודיה, שאליה ניתן לקחת מוניות או מיניבוסים מהגבול.
- מעבר Chong Sa Ngam / Anlong Veng טוב לאזור Anlong Veng , אך די מבודד

- מבחינת תחבורה, כך שלא דווקא נוח לעבור בו בשל הצורך בטרמפים.
- מעבר Ban Pakard / Phsa Prum, קטן ולא פופולארי במיוחד.
  - מעבר Ban Laem / Daun Lem, לא פופולרי ובשימוש מוגבל מאוד, לא מומלץ.

## תחבורת פנים

### אוטובוסים

איכות האוטובוסים הבינעירוניים בקמבודיה מתפתחת בשנים האחרונות וכך גם מצב הכבישים ברוב הערים המרכזיות. האוטובוסים המקומיים זולים ורובם מודרניים יחסית ומצוידים במזגן וכיסאות נוחים. ישנן מספר חברות נסיעות שמוציאות אוטובוסים לכל חלקי המדינה, המובילות הן:

- אינטרנט אתר - [www.capitoltourscambodia.com](http://www.capitoltourscambodia.com) Capitol Tours
- אינטרנט אתר - [www.tourismcambodia.com](http://www.tourismcambodia.com) GST Express
- אינטרנט אתר - [catmekongexpress.com](http://catmekongexpress.com) Mekong Express

האוטובוסים יוצאים בזמנים קבועים מידי כמה שעות או ימים, בהתאם לביקוש ליעד, רובם בשעות הבוקר והצהריים וישנם מספר אוטובוסי לילה (בישיבה, בכיסאות נוחים) אך הם יקרים יותר. ניתן גם להתחבר לקבוצת מטיילים ולשכור מיניבוס לאותו יעד במחיר דומה ובזמן קצר יותר. המרחקים בין הערים גדולים כך שנסיעות עלולות לקחת 3-15 שעות. המחיר זול ובדרך כלל כתוב בשלט או בקבלה בדלפק מכירת הכרטיסים. השתדלו לקנות כרטיס דרך דלפק התחנה. היזהרו באזור התחנות המרכזיות מנוכלים, שינצלו את הבלבול שתימצאו בו, כדי למשוך אתכם לאוטובוס שלהם ויגבו מכם מחיר מופקע. היזהרו גם מגניבות של דברי ערך מהתיק בזמן הפסקות ואל תשאירו את התיק באוטובוס ללא השגחה.

### מיניבוסים וטנדרים

נוסעים במסלולים קבועים, מעט יקרים יותר מאוטובוס, אך מהירים ותדירים יותר. אין הגבלה על כמות הנוסעים, ולרוב היא תהיה כפולה מכמות מקומות הישיבה (כולל מקום הישיבה של הנהג). אין שעות קבועות והם יוצאים כשהם מלאים. בטנדרים הנוסעים מצטופפים עם הציוד בארגז הפתוח מאחור, מסוכן ומפחיד, אך נפוץ גם בקרב מטיילים.

### סירות

ניתן להשתמש בסירות בעיקר בין הערים פנום פן, סיאם ריפ ובאטמבאנג. הסירות יקרות ואטיות יותר

---

מנסיעה באוטובוסים, ולא דווקא בטוחות או נוחות יותר. יש מטיילים שעושים זאת בשל האווירה, הנוף והחווייה. בסוף העונה היבשה (אפריל-מאי), מפלס המים בנהרות נמוך והשיט עלול להתעכב ולהיתקע לאורך הדרך.

## מוניות

בערים הגדולות ישנן מעט מוניות ומחיריהן יחסית יקרים. בערים הקטנות קשה יותר למצוא מונית כיוון שהאופנועים דומיננטיים יותר מבחינת הסעות התיירים.

## אופנועים

אופנוע הוא אמצעי תחבורה נפוץ במדינה ומקומיים רבים משתמשים בו ומסיעים באמצעותו תיירים. ישנם מקומיים שזוהי הפרנסה שלהם והם משמשים כנהגי מוניות על אופנוע, ונקראים מוטו (Moto), אך כמעט כל בעל אופנוע שנוסע לידכם יעצור לקחת אתכם ולהרוויח כסף על הדרך.

המחירים לא קבועים והדבר מצריך מיקוח רב לפני שמסכימים על מחיר וכדאי לברר עם בעל המלון או אדם הגון אחר כמה באמת צריכה לעלות הנסיעה ולהכין את הסכום המדויק מראש. אין בחוק הגבלה שנאכפת על מספר הנוסעים, ולרוב לא מפריע למקומיים לקחת על האופנוע משפחה שלמה או שני תרמילאים עם תיקים ענקיים, אם כי תצטרכו להתפשר על הנוחות.

מטיילים רבים שוכרים נהגי אופנוע לסיור יומי באתרי התיירות של העיר במחיר של כ-10 דולר ליום. תוכלו למצוא אותם מחוץ למלונות, מסעדות ואטרקציות תיירותיות. ניתן להשכיר אופנוע כמעט בכל גסטהאוס וסוכנות טיולים. אופנוע 100 סמ"ק יעלה 5-7 דולר ליום.

כדאי לצלם את האופנוע היטב לפני שתיקחו אותו, כדי לוודא שכשתחזירו אותו בסוף היום לא תחויבו על מכות, שריטות ותאונות שהיו שם קודם. לרוב, יש להשאיר את הדרכון כפיקדון והוצאות הדלק יהיו על חשבונכם. כמעט תמיד תקבלו "קסדת חצי" פשוטה ולא בטיחותית.

לא צריך להציג רישיון נהיגה, אך אם אין ברשותכם רישיון כזה, במקרה של תאונה הביטוח הרפואי לא יכסה את ההוצאות הגבוהות שכרוכות בכך. בנוסף, מטיילים נתקלו בשוטרים שעוצרים תיירים לבדיקת רישיונות ו"קונסים" אותם, לרוב לאחר מיקוח בין התייר לשוטר, כשהקנס מגיע ישירות לכיסו של השוטר, ללא רישומים וללא קבלות.

## רכבות

לאחר 14 שנים, שבהן לא היתה רכבת פעילה בקמבודיה, נפתח מחדש באפריל 2016 שירות הרכבות בתוך המדינה. ישנן רכבות שעוברות מ**פנום פןל סיהנוקוויל** (ועוברות דרך Takeo, שבדרום מערב קמבודיה) ו**קמפוט**. הן נוסעות בסופי שבוע ובחגים הלאומיים בלבד. ישנן שתי רכבות - הצהובה והכחולה - אין הבדל מהותי ביניהן למעט צורת הישיבה שהיא שונה. בשתיהן המושבים מרופדים ונוחים, ממוזגים, הכרטיסים באותו מחיר והשירותים חדישים ונקיים.

אוכל ושתייה: מקבלים ברכבת ארוחה קלה של נודלס ובקבוקי מים. בנוסף, ישנן עצירות בתחנות הביניים של 10 דקות בערך ותוכלו לקנות בתחנה מעט אוכל ושתייה (אננס חתוך, ביצים קשות, קפה קר וכו').

היתרון הגדול בנסיעה ברכבת הוא שתוכלו לראות מהחלון נוף עוצר נשימה, כאילו נלקח מגלוייה - הרכבת עוברת בנוף כפרי מקסים ותוכלו לצפות בילדים חמודים משחקים בחצר או באנשים שתולים כביסה.

זמנים: הרכבת מפנום פן לקמפוט לוקחת כ-4.5 שעות ולסיהנוקוויל כשעתיים נוספות. כלומר, אין הבדל כל כך בין הזמנים של הרכבת לזו של האוטובוסים. היתרון ברכבת הוא כמובן שאין תנועת מכוניות בלתי צפויה.

אם תרצו, תוכלו גם להעלות אופנוע או אופניים לרכבת בתשלום נוסף של כ-\$5.

שעות פתיחת קופות הכרטיסים בפנום פן:

- שני-שישי 8:00-16:30 -
- שבת-ראשון 6:00 - 12:00 -
- מספר טלפון לקניית כרטיסים 078888583 -

לוחות זמנים

- שישי: רכבת יוצאת מפנום פן ב- 15:00 - מגיעה ל**Takeo** ב-16:30 - קמפוט ב-19:40 - סיהנוקוויל ב-22:00.
- שבת וראשון: רכבת יוצאת מפנום פן ב- 7:00 - מגיעה ל**Takeo** ב-8:30 - קמפוט ב-11:40 - סיהנוקוויל ב-14:00. רכבת יוצאת מסיהנוקוויל ב-7:00 - מגיעה לקמפוט ב-8:40 - **Takeo**



- 
- ב-11:50 - פנום פן ב-14:00.
  - ראשון בלבד:רכבת יוצאת מסיהנוקוויל ב-16:00 - מגיעה לקמפוט ב-17:40 - Takeo
  - ב-20:00 - פנום פן ב-23:00.

» [בחגים לאומיים, לוח הזמנים של הרכבות מעט שונה, תוכלו לבדוק באתר](#)

מחירי כרטיסים

פנום פן- סיהנוקוויל - 7\$

- פנום פן - קמפוט - 6\$
- פנום פן - Takeo - 4\$
- קמפוט - פנום פן - 6\$
- קמפוט - Takeo - 5\$
- קמפוט - סיהנוקוויל - 4\$
- 4\$ - פן פנום - Takeo
- 5\$ - קמפוט - Takeo
- 7\$ - סיהנוקוויל - Takeo
- סיהנוקוויל - פנום פן - 7\$
- סיהנוקוויל - Takeo - 6\$
- סיהנוקוויל - קמפוט - 4\$

האתר הרשמי של הרכבת: [royal-railway.com](http://royal-railway.com)

אתר נוסף עם מידע: [traincambodia.com](http://traincambodia.com)

## רכבת במבוק

ישנן מספר "רכבות במבוק" (Trains Bamboo), שפועלות למרחקים קצרים ומדובר משטח במבוק שנוסע על פסי הרכבת ועליו מועמס כל דבר אפשרי, חווייתי אך לא יעיל במיוחד (2-6 דולר לנסיעות קצרות). רכבת הבמבוק נוסעת מ-Dambong O, 3.7 ק"מ מזרחית לגשר הצרפתי העתיק Kor Wat ומגיע 7 ק"מ דרום-מזרחית ל-Lav Sra O. כל הסיפור לוקח 20 דקות לכיוון.

## סייקלו (Cyclo)

---

כלי רכב נוח ומיוחד, מעין אופניים המחברים לכיסא ושמייה. הסייקלו איטי יחסית וטוב בעיקר לנסיעות קצרות במישור. עולה בערך כמו מוטו (נהג עם אופנוע). ישנם פחות ופחות סייקלו ברחובות, כי רובם הוחלפו על ידי הטוקטוק.

## טוקטוק (tuk-Tuk)

אופנוע המחובר למושב בו יכולים לשבת 2-4 איש עם כיסוי מגשם ושמש. הנסיעה בו היא בדרך כלל בתוך העיר או בסביבה קרובה ועולה פי שניים ממוטו וסייקלו.

## רמורק מוטו (moto Remorque)

מדובר באופנוע אליו מחוברת מכולה גדולה מפח או עץ אותה גורר האופנוע וניתן להעמיס בה סחורה או להעביר נוסעים רבים (בצורה בלתי בטיחותית ביותר) בעיקר לנסיעות קצרות. תפגשו בהם בעיקר בכפרים וערים קטנות והנסיעה בהן חווייתית ושונה.

## אופניים

דרך טובה לטייל בתוך הערים היא באמצעות אופניים שכורים, אותם ניתן למצוא בגסטהאוסים ובסוכנויות טיולים במחיר של 1-3 דולר ליום, לרוב באיכות ירודה יחסית. רוב הערים שטוחות והרכיבה קלה ומהנה ונותנת אפשרות לראות את קמבודיה מקרוב.

## טיסות פנים

שדות התעופה המרכזיים במדינה נמצאים ב**פנום פון** [סיאם ריפובליקה](#) יש מספר טיסות שבועיות על ידי חברות מקומיות קטנות, ניתן לבדוק בסוכנויות הנסיעות לגבי טיסות פנימיות זמינות. טיסה בין שתי הערים המרכזיות הללו תעלה כ-100 דולר פחות או יותר.

## מטבע מקומי, עלויות והתנהלות עם כסף

המטבע המקומי הוא "ריאל קמבודי" (Riel Cambodian) והוא מסומן KHR ולעתים יוצג כ-R. ערכו של המטבע המקומי מול הדולר והשקל משתנה מעט מידי יום, אך לרוב ערכו נע סביב ה-4,000 ריאל לדולר אמריקני אחד או כ-1,000 ריאל לשקל חדש אחד.

השימוש הוא בשטרות של 100 ריאל ומעלה, לא נעשה שימוש במטבעות. קנייה ומכירה בסכומים קטנים מ-5 דולר ייעשו לרוב במטבע מקומי, אך מעבר לכך נפוץ להציג מחירים בדולרים ולשלם בהם, בדרך כלל לפי שער של 4,000 ריאל לדולר אחד.

ייתכן שתשלמו בדולרים ואת העודף תקבלו בריאל ומקובל גם לשלם בשטרות של דולרים וריאל במעורב. לכן, ייתכן וחדר במלון יוצג במחיר של 5 דולר, אך בפועל תשלמו 20,000 ריאל, 5 דולר במטבע אמריקאי או שילוב של השניים. עם זאת, לא מקובל להשתמש במטבעות של סנטים אמריקאים וכמו כן לא מקובל לשלם בשטרות מעל דולר אחד שהם קרועים או פגומים (אם קיבלתם עודף כזה בקשו שיחליפו את השטר).

שטרות של ריאל אינן שימושיים מחוץ למדינה ולכן כדאי לחשב היטב ולא לצאת מהמדינה עם סכום גדול שיאבד את ערכו לחלוטין. במרכזי הערים ובמרבית היעדים התיירותיים תוכלו למצוא כספומטים המקבלים את כל סוגי הכרטיסים, וניתן למשוך מהם שטרות של ריאל ודולרים. עם זאת, נלקחת עמלה של 3-5 דולר. כדאי לחפש כספומטים של Bank Canadia או Bank Mekong, שאינם גובים עמלה. בדרך כלל לא יקבלו אשראי במסעדות ובגסטאהאוסים הפשוטים והזולים.

מטבע זר תוכלו להחליף במשרדי החלפנות הרבים, בחנויות התכשיטים או בסניפי הבנקים בערים הגדולות ולעתים גם בגסטאהאוסים ובסוכנויות הנסיעות. הבנקים מומלצים בגלל הביטחון מפני נוכלים. מעט מקומות מקבלים כאן המחאות נוסעים (Cheques Travel) ואפילו בנקים מסוימים אינם פודים אותם, ואם כן תמצאו אחד שיפדה אותם, יהיה זה תמורת עמלה של כ-2 דולר על כל 100 שתפדו. לכן מומלץ לא להסתמך רק עליהם.

מבחינת עלויות, קמבודיה זולה מאוד יחסית למדינות המערב. ככל שיש יותר תיירים באזור, המחיר יהיה יקר יותר וכך גם ככל שהעונה תהיה טובה יותר לטייל במדינה. הרבה בעלי עסקים בעלי מלונות ונהגי "מוטו" (מונית-אופנוע) יבקשו מחיר מופקע בתחילה ורק לאחר מיקוח תגיעו למחיר הוגן. מחירי התחבורה הציבורית זולים יחסית (וכך גם רמת הנוחות), הלינה והאוכל זולים, מזכרות וקניות כלליות זולים אף הם, אך הדבר תלוי ברמת המיקוח ובתשומת הלב שלא ליפול במלכודות ותרמיות שנפוצות במדינה.

מטייל חסכן יוכל להסתדר עם 15-20 דולר ליום, מטיילים שמחפשים תנאים טובים יותר יסתדרו עם 30-40 דולר ליום. דוגמאות: חדר ליחיד עם שירותים: 4-7 דולר, חדר לשני אנשים: 6-12 דולר. מיטה בחדר משותף: 2-5 דולר. 10 ק"מ במונית-אופנוע: 2-4 דולר. שעת אינטרנט: 4,000-10,000 ריאל. השכרת אופניים ליום: 1-3 דולר ליום. השכרת אופנוע ליום: 5-7 דולר. כביסה: 6,000-10,000 ריאל לקילו. בקבוק מים: 2,000-4,000 ריאל. פחית בירה מקומית: 1-2 דולר. ארוחת בוקר פשוטה: 2-3 דולר, ארוחת צהריים או ערב פשוטה: 3-5 דולר.

## קניות

עיקר הקניות בקמבודיה הן של עבודות יד, של ביגוד, כובעים וצעפים, מזכרות ופסלונים מגולפים באבן ועץ, אבני חן וכדומה. האיכות בדרך כלל טובה והמחירים זולים מאוד וניתנים למיקוח, אך שמרו על נימוס בעניין זה. ניתן למצוא גם ביגוד יומיומי גם בשאר הערים הגדולות.

השתדלו לקנות מהיצרנים עצמם אם תוכלו ושלמו מחיר הוגן, כדי שהרווח יהיה שלהם ולא של נוכלים שמפקיעים מחירים. מוצרים נפוצים הם העתקים של גילופים, ציורים ועתיקות ממקדשים, סלי קש מקומיים בעבודת יד (חלקם מיוצרים על ידי נפגעי מוקשים), חליפות בהשפעת תאילנד, אבני חן, כסף וזהב, משי וצעף מקומי ורב שימושי בשם "קראמה" (Krama).

תעשיית הזיכויים נפוצה גם כאן וכדאי לוודא שהמוצר שאתם מעוניינים בו, אכן מצדיק את המחיר והוא לא זיוף שנראה מוצלח.

## ויזה ותהליכי מעברי גבול

ניתן להוציא אשרת כניסה (ויזה) לקמבודיה במעברי הגבול ובשדות התעופה בעת ההגעה למדינה או בשגרירות קמבודיה ברחבי העולם, כיוון שאין לה שגרירות או נציגות בישראל. במעברי הגבול היבשתיים ובשדות התעופה יש להגיע עם שתי תמונות פספורט, דרכון, למלא טופס של ויזת תייר בסיסית, שעלותה 20 דולר, היא לכניסה חד פעמית ומאפשרת שהייה של חודש אחד.

בזמן הימצאותכם במדינה, על מנת להאריך את האשרה לחודש נוסף יש לגשת למשרדי ההגירה או סוכנויות הנסיעות (עדיף) בערים הגדולות ולהסדיר זאת בתשלום של 45 דולר. על כל יום של חריגה מאשרת השהייה תיאלצו לשלם 6 דולר. בעת התשלום במעברי הגבול ניתן לשלם רק במזומן, כך שעליכם להיערך לכך מראש וכדאי גם להגיע עם סכום מדויק ולהימנע מבעיות עם עודף (שלא בטוח שיהיה).

ניתן להוציא ויזה מראש גם בשגרירות קמבודיה או בסוכנויות הנסיעות במדינות השכנות, עניין שיעלה מעט יותר כסף. אם תיכנסו למדינה בשדות התעופה ובמעברי הגבול Poi, (Kong Koh) Yeam Cham, M. Pet (Banteay Meanchey), Bavet (Svay Rieng), ניתן לערוך את הויזה באינטרנט באינטרנט בתהליך visa-e, שבו תמלאו את הטופס באתר הממשלתי, תשלמו באשראי באינטרנט כ-20 דולרים על הויזה, כ-5 דולרים נוספים של עמלה במקום ותצרפו עלות של תמונת פספורט דיגיטלית.

בהגיעכם למדינה תוכלו לגשת ישירות לדלפק ההנפקה עם האישור המודפס שנשלח אליכם ולקבל את הוויזה ללא תשלום נוסף. הדבר מקטין את הסיכוי להיחשף לתרמיות שמפורטות בהמשך, אך ייתכן מאוד שגם עליכם ינסו להפעיל אותן. אתר האינטרנט הממשלתי להוצאת e-ויזה: [www.evisa.gov.kh](http://www.evisa.gov.kh)

מס עזיבה- אם תעזבו את המדינה בטיסה תיאלצו לשלם בשדה התעופה 25 דולר לטיסה בינלאומית ו-6 דולר לטיסה פנימית.

במעברי הגבול נפוצות תרמיות רבות וכמעט כל מטייל שעובר שם נחשף או נופל בפח של אחת מהן. התרמית הנפוצה ביותר היא פשוטה, פקידי ההגירה האחראים על הנפקת הוויזה יבקשו מחיר גבוה יותר מהמחיר הנדרש, הדבר נעשה כמעט על ידי כל פקיד והתוספת היא 5-20 דולר מעבר ל-20 הדולר הנדרשים להנפקה. תוכלו לנסות להתווכח, להתמקח, לבקש קבלה או את שמו של הפקיד וייתכן ותצליחו, אך הדבר לא פשוט כל כך ועליכם לשים לב שהאוטובוס שלכם לא עוזב בלעדיכם כשאתם במהלך המיקוח.

תרמיות נוספות כוללות בדיקות חום בתשלום (חלקן אמתיות), פקידי מתחזים בדלפקים מזויפים, עוברי אורח שיציעו עזרה במילוי טפסים או הוצאת דרכון ויגבו מכם כסף בסוף התהליך, סדרן האוטובוס או הסירה בה תיסעו שיציעו להנפיק לכל האוטובוס את הוויזות ויגבו מחיר כפול. הנכנסים מתאילנד עלולים להתבקש לשלם 600 באט במקום 20 דולר ואם תמירו בגבול תקבלו שער נמוך במיוחד.

## חגים ופסטיבלים שנתיים

**חג הניצחון על משטר רצח העם** - מתרחש ב תחילת ינואר. יום ציון לשחרור המדינה משלטון הקמר רוז', שביצע טבח בכמעט מיליון וחצי תושבים ונפל רק כשהוויאטנמים פלשו למדינה. מתקיימים טקסים ואירועים מטעם הממשלה.

**טקס החריש המלכותי** ב - (Royal Ploughing Ceremony) תחילת מאי מצוין יום פתיחת עונת גידול האורז. זהו הטקס החקלאי הראשון בשנה, שמבוצע על ידי מלך קמבודיה. התלמים הראשונים בשנה נחרשים בשדה אורז קדוש בפנום פן על ידי פרות קדושות, בעזרתן ייקבעו התחזיות לשנה הנמצאת בפתח. לאחר החריש נקבע הגורל השנתי כשהפרות בוחרות את אחת מאפשרויות קערות המזון.

**ראש השנה הקמרי** נערך, בקמבודיה ביותר החשובים החגים אחד - (Chaul Chhnam Thmey) בערך באפריל מצוין את ראש השנה על פי לוח השנה הירחי. במהלך החג רוב העסקים סגורים (מלבד מלונות ועסקי תיירות), הרחובות מקושטים ומתקיימות חגיגות שבהן משתתפים אלפי אנשים, טקסים,

---

החלפת ברכות ומתנות, ותפילות במקדשים.

מתקיימות ארוחות ולעיתים אווירת החג כוללת השלכת מים ואבקה על עוברים ושבים. אם תבקרו במהלך חג זה היו מוכנים לאווירה מיוחדת אך גם לעומס במסעדות, במקומות הבילוי ובתחבורה. בינואר נחגג ראש השנה הסיני, הרחובות מקושטים, נערכות מסיבות והמחירים עולים, וכל זאת אף על פי שהוא אינו חג רשמי או מוגדר עלפי חוק במדינה.

**פסטיבל המתים** ב מתקיים (Bonn Pchum Ben) ספטמבר-אוקטובר הוא אחד החגים החשובים במדינה. זהו חג דתי חשוב לזיכרון של רוחות אבותיה של כל משפחה. במשך ימי הפסטיבל מעניקים אנשי קמבודיה מנחות לנזירים, וביום האחרון, במועד הירח המלא, מגיעות המשפחות למקדשים להציע מנחות לקרוביהם שנפטרו. החג נחגג בכל המקדשים בקמבודיה, אך הכי כדאי לראותו בפגודת הכסף שבפנום פן.

**פסטיבל המים והירח** ב (Bonn Om Touk) נובמבר מתקיים אחד הפסטיבלים החשובים במדינה והוא ידוע גם בשם פסטיבל מרוץ הסירות. הוא מציין את היפוך הכיוון של זרימת המים בנהר טונלה סאפ מתכנסות, סאפ טונלה נהר גדת על, המלוכה ארמון מול. הדיג עונת תחילת את ומסמל (Tonle Sap) עשרות סירות ארוכות וצרות מקושטות בצבעוניות למירוץ מסורתי כשאת הסביבה עוטפת אווירת קרנבל מהנה וסוערת.

ברחבי המדינה נחגגים חגים נוספים כמו יום העצמאות בנובמבר יום הולדתו של בודהה במאי ויום הולדתו של המלך ושל אחרים מבני משפחת המלוכה.

פירוט אירועים של משרד התיירות: [www.tourismcambodia.org](http://www.tourismcambodia.org)

## קוד התנהגות ומנהגים

**לבוש:** הימנעו מבגדים קצרים או חשופים באופן כללי ובמיוחד באזור מקדשים או אתרים קדושים. בחוף הדרומי ובאיים אין מניעה (מלבד במקדשים).

**שיחה:** בעת מפגש בין אנשים, השתדלו לחייך. הרמת קולכם או צעקות יגרמו לבן שיחתכם להעריך אתכם פחות ולעיתים יגרמו לוויכוח קולני ולא נעים. נסו לשמור על איפוק ורוגע. כדי להביע תודה מומלץ לומר "אה קון".

---

**התנהגות:**הימנעו מלהפנות את כף רגלכם כלפי אדם כלשהו או לגעת באמצעותה במישהו והתנצלו אם הדבר קרה בטעות. אל תיגעו בראשו של אדם אחר (במיוחד של ילדים), אל תעברו מעל מישהו שיושב נמוך מכם. נהוג לחלוץ נעליים בכניסה לבית פרטי.

**התנהגות במקדשים:** יש לחלוץ נעליים ולהשאירן בכניסה למקדשים. אסור לעשן בתוכם ותרומה צנועה תתקבל בברכה.

**צילום:**בקשו רשות לפני שתצלמו אנשים ומקומות קדושים. כבדו את פרטיותם של אנשים בטקסים ואירועים ציבוריים.

**נימוסי שולחן:**האכילה בקמבודיה מתבצעת עם מזלג וכף או עם מקלות אכילה (צ'ופ סטיקס).

**היסטוריה:** חשוב לזכור שמדובר במדינה שחוותה רצח עם לפני כמה שנים ולכן היו רגישים בנושא, ואם תבקשו לדבר עליו, עשו זאת ברגישות ובנימוס.

## עונות לטיול ומזג אוויר

קמבודיה שוכנת באזור עם אקלים טרופי.

**נובמבר - פברואר:**קריר ויבש, זוהי התקופה הטובה ביותר לבקר במדינה, בייחוד בחודשים דצמבר וינואר. תקופת המונסון הסתיימה זה עתה, הטמפרטורות עדיין נעימות, בסביבות 20 מעלות, רוח נעימה, ימים בהירים ונטולי גשמים הופכים את תנאי הביקור למושלמים (במיוחד בחופים והאיים בדרום).

**מרץ - מאי:** חם ויבש, הטמפרטורות עולות ל-35 ומעלה. מעט רוח וגשמים קצרים שמתחזקים ונעשים תדירים יותר, בהתאם להתקדמות העונה. מפלס הנהרות נמוך, מה שגורם לבעייתיות בשימוש בתעבורה באמצעותם. עם זאת הכבישים יבשים ובמצב טוב בעונה זו. אחוז הלחות עולה, אך זוהי עדיין עונה אפשרית וטובה לטייל בה.

**יוני - אוגוסט:**חם ורטוב, תחילת עונת המונסון, הטמפרטורות עדיין גבוהות, אך מעט פחות, ישנו גשם כבד מדי יום. המונסון בדרך כלל יורד אחה"צ ובלילה, כך שעדיין ניתן לטייל ולהיערך בהתאם, אך המצב מעט מגביל. הנהרות והאגמים מתמלאים והשיט נוח ואמין. לעומת זאת, הכבישים המובילים לאתרים פחות פופולאריים, שלעתים הם בעצם דרכי עפר, עלולים להיות מוצפים ובוציים והמעבר בהם מסוכן ולעתים בלתי אפשרי.

בדרום ייתכנו גשמים במשך ימים רצופים או ימים שלמים נטולי גשם. יש שיגידו שזו התקופה הטובה ביותר לראות את מקדשי אנגקור בשל האווירה שיוצר הגשם, מאגרי המים מתמלאים, המבנים מבריקים ממים והצמחייה סביב בשיא עצמתה, אך פחות נוח לטייל בעונה זו.

**ספטמבר - תחילת נובמבר:** קריר ורטוב, המונסון עדיין שוטף את המדינה בעצמה, והטמפרטורות מעט קרירות יותר ונעות סביב 30 מעלות. לקראת אוקטובר הגשמים נחלשים ומפסיקים. פחות נוח לטייל בעונה זו.

## בטיחות ובריאות

**תחבורה וכבישים** - התנועה בכבישי קמבודיה מעט מסוכנת. בערים הגדולות התנועה יכולה להיות סואנת וכלי רכב לא נוסעים באחריות ליד הולכי רגל. באזורים פחות תיירותיים הכבישים יכולים להיות רק דרכי עפר, שעלולים להוות סכנה בעונת הגשמים. אם תשכירו אופנוע או אופניים היזהרו מאוד והקפידו על מיגון איכותי, נסיעה זהירה ושימוש רב בצופר. יתכן שחוקי התנועה והרמזורים במדינה שונים מאלו שאתם מכירים.

**תרמיות ונוכלים** - מטיילים רבים מעידים על תרמיות ברחבי המדינה, בעיקר קטנות, כמו הפקעת מחירים, גניבה מחדרי מלון (לפעמים על ידי העובדים), אי החזרת עודף אם תשלמו בשטרות גדולים. למרות זאת, כדאי לזכור שלא חייבים ליפול בפח שטומנות התרמיות הללו, והחשש הגדול לא צריך ללוות אתכם לכל אורך הטיול.

התרמית הנפוצה ביותר שכמעט כל תייר נחשף אליה היא בהוצאת הוויזה במעברי הגבול (לפירוט ראו סעיף "[ויזה ותהליכי מעברי גבול](#)"). היו חשדנים וזהירים, אך אל תתנו לחשדנות מוגזמת להרוס לכם את המגע עם האוכלוסייה המעניינת והמיוחדת הזו.

**שחיתות** - המשטרה והשלטונות משוחדים במדינה ועל עבירות מסוימות ידרוש השוטר "קנס", שילך לכיסו, במקום לשלטונות. למי שישכיר אופנועים, ייתכן ויקנסו אתכם על כל עבירה שימצאו (גם על נהיגה ללא רישיון), רק כדי לקחת מכם שוחד. בתי המשפט, עובדי הממשל וכוחות הביטחון מושחתים ולרוב פועלים רק לעזרת מי שמשלם יותר.

**מוקשים** - מהמלחמות והעימותים הרבים שהתרחשו על אדמת קמבודיה נותרו מוקשים, פצצות וחומרי נפץ אחרים שלא התפוצצו ונשארו בשטחים לא מיושבים. הערים, הכפרים המרכזיים והתיירותיים והשבילים המסומנים נחשבים בטוחים לחלוטין אך הכניסה לאזורים מחוץ לשבילים המסומנים, בעיקר בצפון ובמערב, נחשבת סכנת חיים ממשית! אם תגיעו לאזור פחות תיירותי, שאלו מקומיים ואם תטיילו



---

באזור, עדיף שתיקחו מדריך מקומי.

**השכרת אופנוע** – כדאי לשכור ממקום אמין, לצלם את האופנוע מכל כיוון אפשרי לפני שתיסעו, לבדוק את תקינות הצופר, הבלמים והפנסים, לקרוא היטב את החוזה עליו תחתמו. תרמיות נפוצות הן חיוב על מכות או שריטות שהיו קודם, אך בעל המקום יטען שאתם עשיתם זאת (לשם כך הצילום), גניבה של האופנוע על ידי שותף של בעל העסק וחיוב שלכם על אופנוע חדש, חבלה באופנוע ותיקון שיעלה לכם כסף ועוד.

**בריאות** – דלקת מוח יפנית וכלבת הן מחלות חמורות שעלולות לסכן מטיילים בקמבודיה. רוצים לדעת אילו חיסונים אתם חייבים לקבל לפני שאתם יוצאים לטיול? [כאן תמצאו את כל מה שאתם צריכים לדעת](#). מומלץ להגיע לאחת ממרפאות המטיילים בארץ כחודשיים מראש, ולוודא שאתם מקבלים את כל החיסונים שנדרשים. בנוסף, בדקו אם עליכם לקחת כדורים נגד מלריה.

אם בכוונתכם לבצע טרקים, ודאו שהביטוח הרפואי [שרכשתם לפני הטיסה מכסה חילוץ ואיתור ומתאים לטרק](#).

מזון ושתייה הם מקור עיקרי להידבקות במחלות. אין לשתות מים מברזים, אלא אך ורק מבקבוקים ולוודא שהבקבוק סגור היטב עם כיסוי פלסטיק. ישנם מקומות שממלאים מחדש בקבוקים במי ברז ומוכרים אותם כמים ראויים לשתיה ויש להיזהר מכך. הימנעו מקוביות קרח במסעדות זולות, ייתכן שהן עשויות ממים מהברז.

אכלו במקומות שרבים אוכלים בהם, הקפידו על היגיינה באכילה ועד כמה שאפשר וודאו שהבישול נעשה בצורה נקייה. הימנעו מאכילת בשר שאינו צלוי היטב. שימו לב, שאתם עלולים להתקל במנות במסעדות עם המילה "Happy" בתחילת השם – אלה ככל הנראה מנות או משקאות שמעורבבים עם מנת סם כלשהי.

**ערכת עזרה ראשונה** – כדאי להצטייד בערכת עזרה ראשונה אשר תכיל בעיקר אמצעי חבישה ותרופות נגד כאבים, צינון והתקררות, מקדם הגנה ואמצעי לטיפול בכוויות (בעיקר באפריל).

**גניבות** – הדבר נפוץ בעיקר בנסיעות ובמקומות הומים. לרוב לא יהיו אלה מקרי שוד, אלא כייסות או גניבה מחדרים, מחלונות או מתיקים ללא השגחה. יש להקפיד על ערנות וזהירות במיוחד באוטובוס הלילה ולארגן את דברי הערך, כך שלא יהיו נגישים לגנבים בזמן שתישנו באוטובוס (כך גם לגבי בילוי בחוף הים).

היזהרו מגנבים על אופנועים שמומחים בחטיפת תיקים ומצלמות בעודם בורחים במהירות מהמקום. היזהרו מנשים שניגשות לחבק תיירים ותוך כדי גונבות ארנקים וטלפונים. אפילו ילדים או קבצנים, שיראו לנו תמימים, מומחים בכייסות בקמבודיה. מרבית המקרים קורים בפנום פן, אך התופעה מתפתחת גם בסיאם ריפ ובסיהנוקוויל. השאירו בבית ובתיבת הדואר האלקטרוני צילומי דרכון, כרטיסי טיסה, צילומי ביטוח והמחאות נוסעים.

**פשפשים, חרקים, עכברים ועוד** – רמת ההגינה של חלק ממקומות הלינה הזולים אינה גבוהה וכדאי להשתמש במצעים משלכם.

**בעלי חיים** – באזורים נידחים תיתכן הימצאותם של נחשים ארסיים.

**סמים** – החוק המקומי אוסר על שימוש, החזקה או סחר בסמים. החוקים בעניין זה נוקשים. החזקת כמות קטנה של סם תוביל למאסר. שימו לב שמטיילים אחרים או מקומיים לא מכניסים אותם לתיק שלכם.

**זנות** – הזנות לא חוקית בקמבודיה, אך נפוצה. התפשטות נגיף האיידס במזרח נמצאת גם בקמבודיה ומחייבת זהירות.

- » [המלצות רפואיות ליוצאים לקמבודיה](#)
- » [כל מה שצריך לדעת על בריאות בטויל](#)

## מידע מיוחד לנשים

קמבודיה בטוחה לנשים מטיילות, אך כדאי לנקוט ערנות וזהירות בכל מקרה. נשות המקום מתלבשות בלבוש צנוע ומומלץ לנהוג כמותן באיזורים פחות תיירותיים, מתוך כבוד.

## על האוכל והשתייה המקומיים

**אוכל** – הקמרים רגילים לאכול ארוחות משפחתיות בבית ופחות לאכול בחוץ במסעדות. המטבח שלהם אינו עשיר במיוחד, לעומת השכנות והוא מושפע מהאוכל הוויאטנמי, התאילנדי וגם מעט מההודי. בקמבודיה שדות אורז רבים ובכל שנה מגיעים מהים ומהנהרות במדינה 300,000-400,000 טון של דגים, לכן התפריט בנוי בעיקר על אורז ודגים, בכל הארוחות.

עם זאת, לעשירים ואיני טעם הוא כולל כמעט כל חיה ועל כל צורותיה השונות: כל חיה מהים, חרקים,

נחשים, צבים, כלבים ואפילו עוברים של חיות, אך נדיר שתיתקלו במנות כאלה, כי במסעדות התיירים הפשוטות תפגשו רק את התפריט הקמרי הפשוט והנפוץ המורכב מאטריות (נודלס), אורז (ואורז דביק), ירקות, פירות, בשר, עוף, דגים, פירות ים ועלי בננה כעטיפה.

האוכל כאן פחות חריף מאצל השכנות, והצ'ילי לרוב יוגש לצד האוכל ולא בתוכו. המנה הלאומית נקראת אמוק (Amok), זהו דג אפוי בקוקוס ותבלינים, עטוף בעלה בננה. נפוץ מאוד השימוש במשחת דגים (Prahoc) כתוספת למנות רבות. תזהו אותה על פי הריח הרע שהיא מפיצה.

לצד האורז תקבלו בדרך כלל "מרק", שהקמרים משתמשים בו כרוטב לאורז. תמצאו במקומות רבים דוכנים המציעים באגט טרי עם בשר, גבינה מותכת, ירקות, רטבים וחביתות לפי בחירתכם. הרעיון הובא מהצרפתים ששלטו במקום בעבר ובהחלט טעים, זול ומשביע.

**שתייה** - עוד השפעה צרפתית היא תרבות הקפה. מקומיים רבים שותים קפה טעים, מתוק וחזק, לרוב מוגש עם חלב משומר, מרוכז וממותק, בגרסה חמה או עם קרח, כקפה קר. ניתן למצוא גם מספר בירות מקומיות, כשהמפורסמות נקראות אנגקור (Angkor) ואנקור (Anchor).

אלכוהול נפוץ נוסף, בעיקר בכפרים ועיירות קטנות, הוא יין אורז, שאותו מכינים המקומיים בביתם תוך כדי הכנת האורז אותו הם מגדלים בשדות. אלכוהול חזק יחסית ונהוג לשתות אותו מכד חרס גדול לאורך בחגיגות לאחר הארוחה המשפחתית.

כדאי לנסות לטעום את מיץ קנה הסוכר, מיץ מתוק ומרענן במיוחד, שנמכר בדוכנים ברחוב, בסמוך לשווקים או צמתים מרכזיות, לעתים בכוס ולעתים פשוט בשקית ניילון וקשית.

**מנהגי האכילה** - הקמבודים נעזרים בכף ומזלג כשאוכלים אורז או דגים, במקלות אכילה (צ'ופ סטיקס) לאכילה של נודלס, ובידיים כשאוכלים סטיקי רייס (אורז דביק - Rice Sticky), שאותו מגלגלים לכדורים קטנים ואוכלים.

שימו לב! בחלק ממסעדות התיירים מגישים מנות שבתחילת השם מופיעה המילה Happy (שמח), לרוב יהיו מנות או משקאות אלו מעורבבים עם מנה קטנה של סם.

## תרבות ומוזיקה

האמונה הנפוצה בקמבודיה היא בודהיזם ורוב התושבים שומרים על המסורות והמנהגים של הבודהיזם.

הכדורגל הוא סוג הספורט הנפוץ. הריקוד המסורתי עדיין תופס חלק משמעותי בבילוי והופעות והמוזיקה המסורתית נפוצה גם כן. בילוי פופולארי בכל המדינה הוא שירי הקריוקי. בכל עיר גדולה יש מועדוני קריוקי רבים, שאותם פוקדים קבוצות צעירים ושרים בקול. שימו לב, כי לעתים מועדון קריוקי שנראה מפוקפק, קטן ומוזנח יכול להתגלות כמכון ליווי. הקריוקי גם שולט במסכי הטלוויזיה והרמקולים באוטובוסים והמיניבוסים המקומיים.

## חשמל ומתאמים לשקע

החשמל בקמבודיה הוא במתח של 220 וולט, כמו בארץ. והשקעים הנפוצים הם אלו בעלי הפינים העגולים (בדומה לישראל).

## הפרשי שעות מהארץ

השעון המקומי מכוון 7 אחרי שעון גריניץ' (GMT) כך ששעון קמבודיה נמצא 4 שעות אחרי ישראל בשעון קיץ ו-5 שעות אחרי ישראל בשעון חורף.

## שגרירויות וקונסוליות ישראל

לישראל אין שגרירות בקמבודיה, כך שהשגרירות הקרובה והאחראית על הישראלים בקמבודיה היא זו שבתאילנד הסמוכה.

- כתובת: 25 קומה Ocean Tower II, Sukumvit Soi 19, Bangkok
- **שעות קבלת קהל:** שני-שישי, 10:00 - 12.00
- **טלפון:** 66-2204-9200
- **דואר אלקטרוני:** [info@bangkok.mfa.gov.il](mailto:info@bangkok.mfa.gov.il)
- **אתר האינטרנט:** [www.embassies.gov.il](http://www.embassies.gov.il)

## קהילה יהודית

בקמבודיה אין קהילה יהודית מסודרת אך יש כ-100 יהודים וישראלים, רובם בפנום פן. בית חב"ד היחיד בקמבודיה נמצא בפנום פן וניתנים בו שירותים ליהודים המתגוררים בעיר ולמטיילים המגיעים לבקר בעיר. בבית חב"ד פועל בית כנסת, מסעדה כשרה עם תפריט ישראלי בימות השבוע וארוחות שבת בסוף השבוע (בחינם), אך תרומות לכיסוי ההוצאות והודעה מראש על ההגעה יתקבלו בברכה), מכירת

---

מוצרים כשרים מהארץ ומידע למטיילים.

• כתובת: #419 Sisowath Quay

• טלפון: +85585807205

• אתר אינטרנט: [www.jewishcambodia.com](http://www.jewishcambodia.com)

## קישורים רלוונטיים

• אתר משרד התיירות של קמבודיה: [www.tourismcambodia.org](http://www.tourismcambodia.org)

• משרד החוץ של קמבודיה: [www.mfaic.gov.kh](http://www.mfaic.gov.kh)

• קמבודיה באתר משרד החוץ של ישראל: [www.mfa.gov.il](http://www.mfa.gov.il)

• אתר עם מידע תיירותי על קמבודיה: [www.movetocambodia.com](http://www.movetocambodia.com)

לא יכולים להתאפק? כנסו לסרטון הבא ותטעמו מקמבודיה כבר עכשיו:

תודה לג'יל סברין על כל העדכונים והמידע!

קחו אותנו איתכם - אתם מוזמנים להמשיך לגלוש ולהתעדכן באתרינו במהלך החופשה שלכם בחו"ל

**[afty.lametayel.co.il](http://afty.lametayel.co.il)**

