

CAMBOYA - INFORMACION UTIL

Documentación

Pasaporte en regla con caducidad mínima de 6 meses. Los pasajeros de nacionalidad española necesitan visado que se tramita a la llegada a Camboya en el mismo aeropuerto. Deben llevar 3 fotografías tamaño carnet y pagar 30 dólares norteamericanos aproximadamente (sujeto a cambio sin previo aviso).

Aduana. Las reglas son muy relajadas y solamente simples formalidades se deben realizar para entrar en el país. Cada pasajero debe rellenar durante el vuelo una declaración para inmigración y aduana que se deberá entregar a la llegada. Cualquier cantidad de dinero se puede traer a Camboya pero si se llevan Riels no deben exceder los 100.000 por persona en metálico. Turistas y no residentes llevando USD \$ 10.000 en metálico o su equivalente en artículos deben ser declarados a la llegada para asegurar que podrán ser sacados del país nuevamente.

Aunque las vacunas no son obligatorias para visitar Camboya si son recomendables. Se recomienda consulten con su doctor o clínica especializada referente a protección contra malaria, tifus, tétanos o hepatitis A y B. Cualquier medicamento especial debe ser traído por el pasajero al no asegurarse su obtención en el país.

NOTA IMPORTANTE: Los menores de 18 años, cualquiera que sea su edad (incluso bebés), deben ir documentados, bien con D.N.I. o pasaporte propios. Si viajan solos deben llevar, además, autorización.

Complejo de Angkor: Una foto de pasaporte debe estar adosada a los pases de entradas múltiples al Complejo de Angkor. Se puede hacer esta foto en la entrada, sin cargo, sin embargo aconsejamos a todos los visitantes a Siem Reap que la lleven consigo a su llegada.

Cuando visite los templos y pagodas incluidos los de Angkor Wat pueden llevar pantalones cortos y camisetas. Los zapatos se han de quitar a las entradas de las pagodas. Cuando se visiten las pagodas plateadas que se encuentran dentro del complejo del Palacio Real, los visitantes deberán vestir de forma adecuada con pantalones largos los caballeros y pantalones o faldas largas las damas.

Clima

Camboya se puede visitar en cualquier época del año, sin embargo para aquellas personas visitando el país extensivamente por carretera, deben evitar los dos últimos meses de la época de los monzones debido a que las mismas se encuentran intransitables. El clima se puede dividir en tres estaciones. La mejor es la seca de noviembre a marzo con unas temperaturas entre 20 y 25 grados centígrados. La estación calurosa, hasta abril con un promedio de 35 grados y de junio a octubre la de lluvias con unas temperaturas de 25 grados. En esta época del año suele llover por las tardes.

Ropa ligera y cómoda de tejidos naturales (algodón, lino, hilo o seda) procurando evitar las fibras sintéticas. Gafas de sol, sombrero, gorra o pañuelo para la cabeza, paraguas o impermeable. Algún jersey para cuando refresque y por los aires acondicionados de hoteles, tiendas y transporte. Recuerde que en los templos deberá mostrar respeto y llevar cubiertos hombros y piernas (los "pareos" son la cosa mas practica para estos casos, no abultan ni pesan) y que será también obligatorio descalzarse, por lo que le recomendamos llevar sandalias.

Idioma

El Khmer es el idioma oficial, enriquecido por el Pali y el Sánscrito. El inglés es el segundo idioma seguido del francés a pesar de que no se hablan mucho, excepto en la capital.

Religión

La mayoría de la población es budista, de la rama Therevada. Existen minorías que profesan el Islam.

Electricidad

220 voltios, enchufes normales aunque en algún hotel pueden encontrarlos planos por lo que recomendamos llevar un adaptador.

Cuestiones Sanitarias y de Seguridad

No se precisa ninguna vacuna ni certificado médico para acceder al país. Es recomendable la profilaxis antimalaria (si se piensa permanecer por largo tiempo), no beber agua del grifo ni tomar alimentos sin cocinar. Es aconsejable llevar un botiquín bien preparado con analgésico, antiestamínicos, antidiarréicos, antibióticos, antisépticos, repelentes para insectos, lociones calmantes contra picaduras o alergias, vendas, tijeras, pinzas, termómetro y jeringuillas hipodérmicas. Es muy recomendable y casi obligatorio viajar con un seguro médico y de asistencia.

Grandes extensiones del país, especialmente en las zonas fronterizas y en el Oeste han sido minadas, por lo que es peligroso adentrarse por zonas que no se conozcan, pero especialmente nunca abandonar el camino o los senderos por los que se transita. En Phnom Penh hay que extremar las precauciones, sobre todo por la noche.

Comunicaciones

El servicio de correos en Camboya es lento, las cartas pueden tardar más de un mes, aunque es barato con respecto a Vietnam.

En los últimos años han proliferado los locutorios que utilizan la tecnología IP (por Internet). Es bastante económico y la calidad del servicio es bastante aceptable. Existen, por otro lado, en las principales ciudades cabinas que funcionan con tarjetas telefónicas.

Para llamar a Camboya desde España hay que marcar 00-855, seguido del prefijo de la ciudad y del número de abonado. Para llamar a España desde Camboya es necesario hacerlo a través de operadora.

Moneda

La moneda oficial es el Riel (KHR). Un riel equivale a 100 sen. Billetes de 50, 100, 200, 500, 1.000, 2.000, 5.000, 10.000, 20.000, 50.000, 100.000 y 200.000 riels. Es aconsejable viajar con dólares norteamericanos de bajas denominaciones. No existen cajeros automáticos y los cambios deben hacerse en los bancos y casas de cambio. Las tarjetas de crédito no son muy comunes y solo se aceptan en los principales hoteles y restaurantes de las principales ciudad. Los cheques de viaje y otras divisas (aparte de los dólares) se aceptan solo en los principales bancos. En Phnom Penh se

pueden cambiar Euros solo en el Cambodian Public Bank (los otros bancos no lo aceptan todavía) y en Siem Reap en el Mekong Bank y el Cambodian Bank.



LAOS - INFORMACION UTIL

Documentación

Pasaporte en vigor con una validez mínima de 6 meses, visado para viajes turísticos en grupo u organizados que tramita POLITOURS. En el momento de la inscripción al viaje debemos recibir por fax la página del pasaporte con sus datos. Se necesitan aportar fotografías iguales, de tamaño carnet, que debe llevar consigo cada cliente y que le serán requeridas a la entrada al país. Los pasajeros habrán completado el formulario de inmigración durante el vuelo que se entregará a la llegada.

Se puede obtener un visado de 15 días en los aeropuertos de Vientiane y Luang Prabang (hay que llevar 3 fotografías tamaño carnet y pagar aproximadamente 30 dólares norteamericanos -sujeto a cambio sin previo aviso). Prohibida la importación y exportación de moneda local. Se pueden introducir libre de impuestos 500 cigarrillos y un litro de bebida alcohólicas.

Aduana: Hay que rellenar un impreso aduanero por duplicado donde declarar todos los objetos de valor (joyas, cámaras, antigüedades, etc.), la segunda copia se presenta al abandonar el país.

Se recomienda la vacuna contra la fiebre amarilla, contra el cólera y, si se van a visitar áreas rurales, conviene tomar medicación contra la malaria.

NOTA IMPORTANTE: Los menores de 18 años, cualquiera que sea su edad (incluso bebés), deben ir documentados con su pasaporte propio. Si viajan solos deben llevar, además, autorización.

Clima

Laos se puede visitar en cualquier época del año, sin embargo para aquellas personas visitando el norte del país o la Meseta Boloven, en el sur, deben evitar los dos últimos meses de la época de los monzones debido a que las carreteras se encuentran intransitables. El invierno empieza en octubre y dura hasta febrero. Es necesario llevar un jersey o chaqueta porque las noches pueden ser frías especialmente en la zona norte cerca de Luang Prabang, en la llanura de las Jarras, Saravane y Houeisay. El verano va desde marzo a junio por lo que se recomienda ropa de algodón y sombrero. De junio a octubre es la época de lluvias. Pasajeros viajando a finales de marzo, principios de abril deben tener en cuenta que en la zona norte todavía se mantiene la forma de cultivo de quemar y plantar por lo que se produce mucha intensidad de humo y a veces los vuelos se retrasan o cancelan. Recuerde que en los templos deberá mostrar respeto y llevar cubiertos hombros y piernas (los "pareos" son la cosa más práctica para estos casos, no abultan ni pesan) y que será también obligatorio descalzarse, por lo que le recomendamos llevar sandalias.

Idioma

El idioma oficial de Laos es el laosiano. Debido a su pasado colonial el francés es el segundo idioma del país. El inglés es común entre los hombres de negocios y gente joven.

Religión

La mayoría de la población es budista de la rama teravada.

Electricidad

La corriente eléctrica es de 220 voltios a 50 Hz. Los enchufes son distintos a los europeos. Hace falta un adaptador. Es aconsejable llevar una linterna de pilas ya que los apagones son frecuentes.

Cuestiones Sanitarias y de Seguridad

No se precisa ninguna vacuna ni certificado médico para ingresar al país. Es recomendable la vacuna contra la fiebre amarilla, polio, tifus y la profilaxis antimalaria. Deben evitarse los baños en aguas estancadas y no beber agua del grifo ni tomar alimentos sin cocinar. Es aconsejable llevar un botiquín bien preparado con analgésicos, antiestamínicos, antidiarréicos, antibióticos, antisépticos, repelentes para insectos, lociones calmantes contra picaduras o alergias, vendas, tijeras, pinzas, termómetro y jeringuillas hipodérmicas. Es recomendable viajar con un seguro médico y de asistencia. Para emergencias médicas o policiales se aconseja solicitar ayuda en las recepciones de los hoteles o en el consulado o embajada más próximo.

Comunicaciones

En la capital puede encontrar el servicio de correos, teléfono y telégrafos. Están ubicados en Thanon Lan Xang y Thanon Khu Vieng. El horario de atención es de 8:00 a 17:00 h. de lunes a sábado y de 8:00 a 12:00 h. los domingos. Los servicios de teléfono son básicamente locales. Si se quiere hacer alguna llamada de larga distancia hay que acudir a los locutorios públicos, como el de Thanon Setthathirat. Abre las veinticuatro horas, pero las líneas pueden fallar en temporada de lluvias. En los últimos tiempos se están instalando cabinas públicas que funcionan con tarjetas. Éstas se pueden adquirir en las oficinas de teléfonos o en las tiendas de abarrotes de las principales ciudades.

En cuanto a los teléfonos móviles hay poca cobertura. Algunos suelen funcionar con tarjetas SIM de Tailandia.

Para llamar a Laos desde España hay que marcar 00-856, seguido del prefijo de la ciudad y del número de abonado. Para llamar a España desde Laos es necesario hacerlo a través de operadora.

Teléfonos de Emergencias en la Capital y en las principales ciudades.

Ambulancias: 195.

Bomberos: 190.

Policía: 191.

Moneda

La moneda oficial es el Nuevo Kip (LAK). Un kip equivale a 100 at. Billetes de 100, 500, 1.000, 2.000, 5.000, 10.000 y 20.000 kip. Se pueden cambiar moneda en los bancos y hoteles. Las monedas más aceptadas, además del kip, son los dólares y los bath tailandeses.

Los cambios de cheques de viaje tienen una comisión del 3% si se cambian por dólares y de 2% si se cambian por kips. En los últimos tiempos las principales tarjetas de crédito como Visa y MasterCard se aceptan en los principales establecimientos turísticos.

MYANMAR - INFORMACION UTIL

Documentación

Pasaporte en vigor con una validez mínima de 6 meses después de la fecha del viaje e imprescindible visado (con validez para 30 días) y la obligación de cambiar cierta cantidad de divisas por FECs (Foreign Exchange Certificates). En el momento de la inscripción al viaje debemos recibir por fax la página del pasaporte con sus datos. Se necesitan aportar fotografías iguales, de tamaño carnet, que debe llevar consigo cada cliente y que le serán requeridas a la entrada al país. Hay que pagar el visado a la entrada (35 dólares aproximadamente y sujeto a cambio sin previo aviso). Con los datos de su pasaporte POLITOURS prepara el visado que se recoge a la llegada. Existen ciertas zonas que no pueden ser visitadas y la Oficina de Turismo (MTT) intenta controlar los itinerarios. Está prohibida la importación y exportación de moneda local, así como las antigüedades.

Aduana. Hay que rellenar un impreso aduanero por duplicado donde declarar todos los objetos de valor (joyas, cámaras, etc.), la segunda copia se presenta al abandonar el país. Las antigüedades pueden ser confiscadas.

Para su viaje a Myanmar no se requiere de ninguna vacuna obligatoria, sin embargo, se recomienda la vacuna contra la fiebre amarilla, el cólera y, si se van a visitar áreas rurales, conviene tomar medicación contra la malaria.

NOTA IMPORTANTE: Los menores de 18 años, cualquiera que sea su edad (incluso bebés), deben ir documentados con su pasaporte propio. Si viajan solos deben llevar, además, autorización.

Clima

Aunque los países de Indochina disfrutan de un clima tropical, en Myanmar el clima varía dependiendo de la zona: ecuatorial en las zonas costeras y tropical monzónico en el interior. Las lluvias hacen su aparición de mediados de mayo a mediados de octubre. El índice de humedad es bastante elevado durante todo el año. En las zonas de Mandalay y el Lago Inle no viene mal una prenda ligera de abrigo, sobre todo por las noches. De febrero a marzo son los meses más calientes. Por tanto recomendamos ropas ligeras, amplias y cómodas, y de colores claros, en fibras a ser posible naturales. Impermeable, gabardina y paraguas plegable son recomendables para la época de lluvias. En todo tiempo es aconsejable una prenda para la cabeza, gafas oscuras y crema protectora. Alguna prenda de vestir, con corbata y chaqueta para los caballeros, para las posibles salidas nocturnas. Aconsejable el traje de baño. El calzado debe ser el más cómodo, ligero y transpirable que pueda llevar, en época de lluvia aconsejamos calzado de goma.

Idioma

El idioma oficial es el birmano.

Religión

La mayoría de la población es budista de la rama Theravada (90%). Existe una minoría de musulmanes (3%).

Electricidad

En la mayoría de las ciudades y hoteles la corriente es de 220 voltios, aunque aún existen muchos lugares, sobre todo en zonas rurales y en algunas ciudades, donde la corriente es de 110 voltios. Conviene llevar un adaptador de enchufes.

Cuestiones Sanitarias y de Seguridad

Imprescindible la vacuna contra la fiebre amarilla. Es recomendable la vacuna contra el tifus, la profilaxis antimalaria, no beber agua del grifo, no tomar alimentos sin cocinar y no bañarse en aguas estancadas. Es aconsejable llevar un botiquín bien preparado con analgésicos, antiestamínicos, antidiarréicos, antibióticos, antisépticos, repelentes para insectos, lociones calmantes contra picaduras o alergias, vendas, tijeras, pinzas, termómetro y jeringuillas hipodérmicas. Es recomendable viajar con un seguro médico y de asistencia. Para emergencias médicas o policiales se aconseja solicitar ayuda en las recepciones de los hoteles o en el consulado o embajada más próxima.

Comunicaciones

Las comunicaciones son muy deficientes. Algunos incluso aconsejan tomar precauciones al respecto, sobre todo porque es muy difícil encontrar un medio viable. Los servicios de teléfono son insuficientes mientras que los aerogramas tienen una mejor trayectoria.

Se pueden hacer llamadas locales (sin coste alguno). Las llamadas nacionales e internacionales hay que hacerlas preferiblemente desde las oficinas centrales de correos y teléfonos, sólo presentes en las principales ciudades.

Para llamar a Myanmar desde España se debe marcar 00-95, seguido del prefijo de la ciudad y del número de abonado. Para llamar a España desde Myanmar es necesario hacerlo a través de operadora o bien, marcando el código de España (34) y el número de teléfono al que se desea llamar.

Ambulancias: 192.

Bomberos: 191.

Policía: 199.

Moneda

La moneda oficial es el Kyatt (MMK), que se pronuncia como "Chat". Un kyatt equivale a 100 pyas. Monedas de 1, 5, 10, 20, 50 y 100 pyas y 1 kyatt. Billetes de 1, 5, 10, 15, 45, 90 y 200 kyatt.

Es necesario cambiar al menos 200 dólares norteamericanos por FECs (Foreign Exchange Certificates), aunque en los últimos tiempos esta normativa no se está cumpliendo.

El dólar y el euro son las monedas que mejor se aceptan. Teóricamente los dólares sólo pueden ser utilizados en establecimientos autorizados. Los cambios oficiales de los bancos son muy desventajosos. Se pueden hacer los cambios en el llamado "mercado negro", es decir, en las calles.

No existen, en el momento de escribir esta guía cajeros automáticos en Myanmar. No se aceptan tarjetas de crédito. Los cheques de viaje sólo pueden cambiarse por FECs con una comisión del 2% aproximadamente.

VIETNAM - INFORMACION UTIL

Documentación

Pasaporte en regla con caducidad mínima de 6 meses. Los ciudadanos de nacionalidad española necesitan visado que se ha de tramitar antes de la salida de España. En el momento de la inscripción al viaje debemos recibir por fax la página del pasaporte con sus datos. POLITOURS les entrega una carta que deberán presentar en el aeropuerto cuando vayan a embarcar. En el avión les darán un impreso que deben rellenar y presentar junto al pasaporte, la carta y 3 fotografías.

Aduana: todas las personas que visiten Vietnam deben rellenar un formulario y mostrar su equipaje a petición. Los visitantes pueden traer cualquier cantidad en divisas, joyas u objetos fabricados en oro, plata o cualquier otro material pero deben ser declarados a la llegada. Los videos y material impreso que sean considerados ofensivos por el Ministerio de Cultura serán confiscados. No se requiere de ninguna vacuna obligatoria para ingresar a Vietnam. Se recomienda la vacuna contra la fiebre amarilla, contra el cólera y, si se van a visitar áreas rurales, conviene tomar medicación contra la malaria.

NOTA IMPORTANTE: Los menores de 18 años, cualquiera que sea su edad (incluso bebés), deben ir documentados con su pasaporte propio. Si viajan solos deben llevar, además, autorización.

Clima

Norte. Invierno es desde noviembre hasta abril, con temperaturas de 10 a 16 grados centígrados, niebla y llovizna en febrero y marzo. Verano va de Mayo a Octubre con una temperatura de unos 30 grados, bastante lluvia y algún tifón. Centro. La zona centro tiene un clima transitorio con fuertes lluvias en noviembre y diciembre y mucho calor en los meses veraniegos. Sur. Las temperaturas son mas o menos estables durante todo el año, 25 a 30 grados centígrados. La zona esta determinada por las lluvias. La época seca es de noviembre a abril y la lluviosa de mayo a octubre. Marzo y abril son los meses más calurosos. Los tifones en esta zona son comunes en la zona costera entre julio y noviembre. Zona Montañosa. En las zonas como Dalat, Buon Me Thuot y Sapa las noches son frías todo el año y en los meses de invierno de octubre a marzo la temperatura puede bajar hasta los 4 grados. Incluso en los meses calurosos de marzo y abril la temperatura raramente sobrepasa los 25 grados.

Ropa ligera y cómoda de tejidos naturales (algodón, lino, hilo o seda) procurando evitar las fibras sintéticas. Gafas de sol, sombrero, gorra o pañuelo para la cabeza, paraguas o impermeable. Algún jersey para cuando refresque y por los aires acondicionados de hoteles, tiendas y transporte. Recuerde que en los templos deberá mostrar respeto y llevar cubiertos hombros y piernas (los "pareos" son la cosa mas practica para estos casos, no abultan ni pesan) y que será también obligatorio descalzarse, por lo que le recomendamos llevar sandalias.

Idioma

El idioma oficial del país es el vietnamita pero el inglés es muy popular en las grandes ciudades entre la gente joven y hombres de negocios.

Religión

La mayoría de la población es de creencia budista (cerca del 85%). Sin embargo, la

mayoría también profesa algunas creencias y prácticas derivadas del taoísmo y confucianismo. Es lo que se conoce como la "Triple Religión". Existen minorías cristianas y musulmanes. A estas se suman los miembros de la secta Caodaista, fundada en 1920.

Electricidad

La corriente eléctrica es de 220 voltios a 50 Hz. En algunas zonas todavía la electricidad es a 110 v.

Cuestiones Sanitarias y de Seguridad

Se precisa vacuna contra la fiebre amarilla si se procede de zona infectada. Es recomendable la vacuna contra el tifus, la profilaxis antimalaria, no beber agua del grifo, no tomar alimentos sin cocinar y no bañarse en aguas estancadas. Es aconsejable llevar un botiquín bien preparado con analgésicos, antiestamínicos, antidiarréicos, antibióticos, antisépticos, repelentes para insectos, lociones calmantes contra picaduras o alergias, vendas, tijeras, pinzas, termómetro y jeringuillas hipodérmicas. Es recomendable viajar con un seguro médico y de asistencia. Para emergencias médicas o policiales se aconseja solicitar ayuda en las recepciones de los hoteles o en el consulado o embajada más próxima.

Ambulancias: 115.

Páginas Amarillas: 116.

Bomberos: 114.

Información General: 1080.

Operadora Internacional: 110.

Policía: 113.

Comunicaciones

En las principales poblaciones existen oficinas postales. El servicio puede catalogarse como deficiente.

Para llamar a Vietnam desde España se debe marcar 00-84, seguido del prefijo de la ciudad y del número de abonado. Para llamar a España desde Vietnam hay que marcar 171-00 seguido del número al que se desea llamar.

Moneda

La moneda oficial es el Nuevo Dong (abreviado "d" o VND). Un dong equivale a 10 hao y éste a 100 xus. Billetes de 200, 500, 1.000, 2.000, 5.000, 10.000, 20.000, 50.000 y 100.000 dong. Aunque el Euro es aceptado en bancos para el cambio al VND, es recomendable llevar dólares norteamericanos, ya que es más sencillo su cambio en hoteles y tiendas (éste último no oficial). Se puede cambiar moneda en bancos, hoteles y oficinas autorizadas. En algunas ciudades existen algunos cajeros automáticos.

No existen restricciones para introducir divisas en el país, aunque deben declararse a la entrada, al igual que otros objetos de valor. Al salir también se pueden sacar divisas por valor inferior al introducido, pero nunca moneda vietnamita. Las tarjetas de crédito se aceptan en los principales establecimientos, mientras que los cheques de viaje hay que cambiarlos en las casas de cambios.