

## Découvrir le Cambodge Guide de base pour les Volontaires

*Bienvenue au Cambodge ! Dans ce guide, nous allons explorer les aspects essentiels du Cambodge pour vous aider à mieux comprendre ce pays et son peuple.*

### **Géographie :**

Le Cambodge est un pays d'Asie du Sud-Est, bordé par la Thaïlande à l'ouest, le Laos au nord, le Vietnam à l'est et le golfe de Thaïlande au sud. La capitale est Phnom Penh.

### **Démographie :**

Le Cambodge abrite environ 16 millions d'habitants, avec une population majoritairement jeune. La migration interne vers les centres urbains est en augmentation, et le pays accueille également des groupes ethniques minoritaires. La démographie cambodgienne offre des opportunités de développement, mais pose des défis en matière d'éducation et d'emploi.

### **Histoire :**

Le Cambodge a une histoire riche avec des sites historiques tels qu'Angkor Wat. Cependant, il a également traversé des périodes difficiles, notamment le génocide perpétré par les Khmers rouges dans les années 1970.

### **Climat :**

Le Cambodge a un climat tropical. La saison sèche va de novembre à avril, tandis que la saison des pluies dure de mai à octobre.

### **Religion :**

Bouddhisme theravāda : Environ 95% de la population cambodgienne.

Christianisme : Moins de 2% de la population.

### **Langues parlées :**

La langue principale est le khmer, mais l'anglais est largement compris dans les zones touristiques.

### **Économie et pauvreté :**

L'économie cambodgienne repose sur l'agriculture, le tourisme et l'industrie textile. Cependant, le pays fait face à des défis liés à la pauvreté et au développement.

### **Monnaie locale :**

La monnaie cambodgienne est le Riel cambodgien (KHR), mais le dollar américain est couramment accepté.



### **Passeport et visa :**

Passeport en cours de validité, valable 6 mois après votre vol de retour.

Visa obligatoire pour les ressortissants français Visa de tourisme : 1 entrée pour un séjour de 30 jours maximum (renouvelable une fois), valide 3 mois à partir de la date d'émission. Faire une demande de visa en ligne : impérativement sur le site [www.evisa.gov.kh](http://www.evisa.gov.kh). On peut également obtenir le visa à l'arrivée (une photo d'identité et autour de 35 dollars US).

### **Santé :**

L'infrastructure médicale est maintenant assez satisfaisante. Une police d'assurance santé internationale doit être prise avant de partir.

En cas de problème grave, difficile à résoudre par l'intermédiaire de votre organisme d'assistance, vous pouvez prendre contact avec les services de l'Ambassade de France à Phnom Penh.

### **Vaccins :**

Pas de vaccination obligatoire, sauf pour les voyageurs en provenance de pays où sévit la fièvre jaune. Les voyageurs sont encouragés à mettre à jour leurs vaccins de base, y compris la diphtérie, le tétanos, la coqueluche et la polio. Les vaccins contre l'hépatite A et B, la fièvre typhoïde et l'encéphalite japonaise sont recommandés.

Pour plus d'informations, rapprochez-vous du centre de vaccination le plus proche de chez vous.

### **Paludisme :**

Les mesures de protection contre les piqûres de moustiques (répulsifs peau et vêtements, moustiquaires), qui protègent aussi contre d'autres maladies transmises par les moustiques (dengue, encéphalite japonaise, virus Zika), devront être rigoureusement prises partout.

### **L'eau :**

Ne JAMAIS boire l'eau du robinet. Bien vérifier que les bouteilles d'eau (purifiée) que l'on vous propose sont fermées. Si elles ont été décapsulées avant d'être placées sur votre table, les refuser.

### **Téléphonie :**

Pour appeler le Cambodge depuis la France, composer 00 + 855 + le code de la ville ou de la province sans le 0 (Sihanoukville 34) + le numéro de votre correspondant. Pour appeler la France depuis le Cambodge, composer 00 + 33 + le numéro à 9 chiffres de votre correspondant (sans le 0 initial)

Les forfaits de téléphone au Cambodge sont peu onéreux et se trouvent facilement partout.

Pour tout achat d'une carte SIM et d'un forfait, votre passeport sera demandé.

### **Électricité :**

220 volts. Les prises sont de type européen standard.

### **Conseils de Sécurité :**

La sécurité est généralement bonne pour les voyageurs, mais il est conseillé d'être vigilant. Suivez les conseils locaux et évitez les zones sensibles. Évitez de voyager seul la nuit.

### **Logement dans le cadre de votre mission:**

Le volontaire prend en charge son logement durant sa mission. Le Centre peut proposer deux types de chambre dans deux guesthouses, selon si le volontaire préfère une immersion totale dans la vie locale ou une expérience plus confortable et pratique. Le loyer pour chacune des chambres s'élève à 60\$ par mois (hors eau et électricité). À son arrivée, le volontaire devra payer un mois de loyer en avance ainsi qu'un dépôt de garantie (total de 120\$).

### **Liens utiles à avoir à votre disposition :**

Munissez-vous des coordonnées de :

- l'Ambassade de votre pays au Cambodge – En cas de nécessité pendant votre présence au Cambodge
- Ambassade du Cambodge dans votre pays – Informations utiles sur le Royaume et les documents administratifs (passeport, visa)

**Un document détaillé – Le carnet du volontaire engagé– vous sera remis lors de la préparation de votre mission avec Enfants de Klang Leu. Notre équipe est à votre disposition pour répondre à toutes vos questions : [ekl@lesenfantsdeklangleu.org](mailto:ekl@lesenfantsdeklangleu.org)**

***A BIENTÔT A KLANG LEU !***



## Discovering Cambodia Basic guide for volunteers

*Welcome to Cambodia! In this guide, we'll explore the essential aspects of Cambodia to help you better understand the country and its people.*

### **Geography :**

Cambodia is a country in Southeast Asia, bordered by Thailand to the west, Laos to the north, Vietnam to the east and the Gulf of Thailand to the south. The capital is Phnom Penh.

### **Demographics:**

Cambodia is home to around 16 million people, with a predominantly young population. Internal migration to urban centres is increasing, and the country is also home to ethnic minority groups. Cambodia's demographics offer opportunities for development, but also pose challenges in terms of education and employment.

### **History:**

Cambodia has a rich history with historic sites such as Angkor Wat. However, it has also experienced difficult times, notably the genocide perpetrated by the Khmer Rouge in the 1970s.

### **Climate:**

Cambodia has a tropical climate. The dry season runs from November to April, while the rainy season lasts from May to October.

### **Religion:**

Theravāda Buddhism: Approximately 95% of the Cambodian population.

Christianity: Less than 2% of the population.

### **Languages spoken:**

The main language is Khmer, but English is widely spoken in tourist areas.

### **Economy and poverty :**

Cambodia's economy is based on agriculture, tourism and the textile industry. However, the country faces challenges related to poverty and development.

### **Local currency:**

The Cambodian currency is the Cambodian Riel (KHR), but the US dollar is commonly accepted.



### **Passport and visa :**

Valid passport, valid for 6 months after your return flight.

Tourist visa: 1 entry for a maximum stay of 30 days (renewable once), valid for 3 months from the date of issue. To apply for a visa online, visit [www.evisa.gov.kh](http://www.evisa.gov.kh). Visas can also be obtained on arrival (one passport photo and around 35 US dollars).

### **Health :**

The medical infrastructure is now quite satisfactory. An international health insurance policy should be taken out before leaving.

In the event of a serious problem that is difficult to resolve through your assistance organisation, you can contact the French Embassy in Phnom Penh.

### **Vaccines :**

Vaccinations are not compulsory, except for travellers from countries where yellow fever is endemic. Travellers are advised to update their basic vaccinations, including diphtheria, tetanus, whooping cough and polio. Vaccinations against hepatitis A and B, typhoid fever and Japanese encephalitis are recommended.

For more information, contact your nearest vaccination centre.

### **Malaria:**

Measures to protect against mosquito bites (skin and clothing repellents, mosquito nets), which also protect against other mosquito-borne diseases (dengue fever, Japanese encephalitis, Zika virus), must be rigorously taken everywhere.

### **Water:**

NEVER drink tap water. Make sure that any bottles of (purified) water you are offered are sealed. If they have been opened before being placed on your table, refuse them.

### **Telephony :**

To call Cambodia from France, dial 00 + 855 + the city or province code without the 0 (Sihanoukville 34) + the number of your correspondent. To call France from Cambodia, dial 00 + 33 + the 9-digit number of your correspondent (without the initial 0).

Telephone packages in Cambodia are inexpensive and readily available everywhere.

Your passport will be required to purchase a SIM card and a package.

### **Electricity**

220 volts. Standard European sockets.

### **Safety advice:**

Safety is generally good for travellers, but it is advisable to be vigilant. Follow local advice and avoid sensitive areas. Avoid travelling alone at night.

**Accommodation as part of your assignment:**

Volunteers are responsible for their own accommodation during their placement. The Centre can advise two types of room in two guesthouses, depending on whether the volunteer prefers total immersion in local life or a more comfortable and practical experience. The rent for each room is \$60 per month (excluding water and electricity). On arrival, volunteers will be asked to pay one month's rent in advance, plus a security deposit (totalling \$120).

**Useful links to have at your disposal :**

Get in touch with :

- the Embassy of your country in Cambodia - In case of need during your presence in Cambodia
- the Embassy of Cambodia in your country - Useful information about the Kingdom and administrative documents (passport, visa)

**You will be given a detailed document - The committed volunteer's notebook - when you prepare for your mission with Enfants de Klang Leu. Our team will be happy to answer any questions you may have: [ekl@lesenfantsdeklangleu.org](mailto:ekl@lesenfantsdeklangleu.org)**

***SEE YOU SOON IN KLANG LEU!***

