

# THAILANDIA: NOTIZIE UTILI PER IL VIAGGIO



## THAILANDIA

### Documenti di espatrio

Passaporto valido con scadenza di almeno 6 mesi al momento dell'arrivo.

### Visto consolare

Il visto non è necessario per soggiorni a scopo di turismo non superiori ai 30 giorni.

### Clima

I mesi tra novembre e febbraio sono i migliori per andare in Thailandia, perchè più freschi/secchi e con umidità più bassa. Il clima della Thailandia è infatti tropicale, caldo e umido, dominato dal regime monsonico. Il paese è caratterizzato da due stagioni, quella umida estiva tra maggio e ottobre e la secca stagione invernale tra novembre e aprile, i mesi tra marzo e maggio sono i mesi più caldi dell'anno. La stagione delle piogge arriva con il monzone di sud-ovest, a partire dai mesi di maggio e dura fino a tutto il mese di ottobre; le piogge spesso avvengono nel pomeriggio. Il nord e il nord-est del paese sono generalmente più freschi della capitale. Il sud del paese presenta temperature più costanti durante tutto l'arco dell'anno e piogge più intense, variazioni notevoli si hanno invece nel regime delle piogge tra le località poste lungo la costa del mare delle Andamane e quelle che si trovano lungo il Golfo di Thailandia.

### Fuso orario

6 ore in più rispetto all'Italia (5 ore in più quando è in vigore l'ora legale).

### Telefoni

Prefisso per l'Italia: 00139 + prefisso città + numero desiderato.

Prefisso dall'Italia: 0066 + prefisso città + numero desiderato.

### Elettricità

La corrente elettrica in Thailandia è a 220 volt, 50 cicli, con prese piatte o rotonde. Si consiglia di munirsi di adattatore.

### Lingua

La lingua ufficiale è il Thai. La lingua è considerata dai thailandesi il massimo emblema dell'indipendenza del Paese. È formata da idiomi di più lingue, come cinese, khmer e sanscrito. L'inglese è diffuso nella capitale Bangkok e nelle principali località turistiche.

### Valuta

Baht (THB). Un Euro equivale a circa 39,16 Bath. Gli euro e i dollari vengono accettati e cambiati ovunque, tranne i pezzi da 100 dollari emessi prima del 1996. Nessun problema negli alberghi, negozi e ristoranti per l'accettazione delle principali carte di credito. Con la carta di credito è possibile prelevare denaro contante nei numerosi sportelli automatici con una maggiorazione sul tasso di cambio del 4%.

### Cucina locale

La cucina thailandese ha molti aspetti in comune con la cucina indiana, cinese e, per quanto riguarda la presentazione, con quella giapponese. Riso, pollo, pesce e frutti tropicali sono i cibi base. Il piatto tipico resta comunque il riso, preparato in diversi modi e arricchito dalle numerosissime spezie caratteristiche del luogo, come lo zenzero, il curry e il peperoncino. La cucina thailandese è solitamente molto gradita dagli italiani perché il gusto piccante è mitigato dall'utilizzo del latte di cocco e delle molte verdure croccanti.

### Shopping

La Thailandia è il paradiso dello shopping e vi si trovano articoli di ogni genere a prezzi molto inferiori rispetto a quelli europei. Dalle bancarelle dei mercati con articoli a basso costo fino ai più lussuosi negozi di Bangkok che propongono articoli firmati, la scelta è molto varia e per gli appassionati il divertimento è assicurato. Capi di abbigliamento, sete pregiate, argenteria, bronzi, ceramiche e vasellami, oggetti in legno intagliato e peltro, vimini, lacche, pietre preziose e gioielli finiti, si sommano ad un'incredibile varietà e raffinatezza di oggetti artigianali che in Estremo Oriente trovano ben pochi concorrenti.

### Mance

Le mance non sono un'abitudine, ma sono sempre apprezzate e un modo tangibile per ringraziare chi ha reso un servizio con cortesia e disponibilità.

### Vaccinazioni

Non ci sono vaccinazioni obbligatorie. Per maggiori delucidazioni sulla situazione sanitaria ed eventuali precauzioni da prendere, si prega di fare riferimento al sito della Farnesina [www.viaggiasesicuri.mae.aci.it](http://www.viaggiasesicuri.mae.aci.it) che viene aggiornato continuamente.

# VIETNAM: NOTIZIE UTILI PER IL VIAGGIO



## VIETNAM

### Documenti di espatrio

Passaporto con validità residua di almeno 6 mesi dopo la data di rientro.

### Visto consolare

Non necessario fino al 30 giugno 2017. Il 30 giugno 2016 è stato infatti esteso il provvedimento, che prevede l'esenzione unilaterale dall'obbligo del visto d'ingresso in Vietnam, senza distinzione per tipologia di passaporto o motivo della visita, limitatamente alla fattispecie di un ingresso singolo della durata massima di 15 giorni.

### Clima

Il clima della penisola vietnamita è monsonico, con un'umidità media dell'84% ed una temperatura che oscilla fra i 5 °C e i 30 °C. È caratterizzato da inverni molto piacevoli e secchi ed estati piovose. La stagione estiva è sempre preceduta da periodi caldi e afosi. Durante l'estate le regioni meridionali sono spesso colpite da tifoni, e l'escursione termica è abbastanza moderata. La zona centro meridionale ha un clima tropicale umido, con tre stagioni distinte: una stagione umida tra maggio e novembre; una stagione secca e fresca tra dicembre e gennaio, e una stagione secca ma calda tra febbraio e aprile. I mesi in assoluto più caldi sono aprile e maggio. Il versante occidentale del paese possiede un clima tipico del monzone sub-equatoriale, caratterizzato da piogge (da giugno a novembre) che si alternano ad una stagione secca, da dicembre a maggio. La piovosità annua media è alta, poco meno di 3.000 mm. Nel nord, presso le montagne più alte, sono state registrate punte da 4.000 mm l'anno.

### Fuso orario

7 ore in più rispetto all'Italia (6 ore in più quando è in vigore l'ora legale).

### Telefoni

Prefisso per l'Italia: 0039 + prefisso città + numero desiderato.  
Prefisso dall'Italia: 0084 + prefisso città + numero desiderato.

### Elettricità

220 V/ 50 Hz. È consigliabile munirsi di adattatore.

### Lingua

Vietnamita e francese. Nelle maggiori città, negli alberghi e negli aeroporti è parlato anche l'inglese.

### Valuta

Dong (VND). Un Euro equivale a circa 25283,44 Dong. Si consiglia di portare con sé dollari americani che sono la moneta più utilizzata.

### Cucina locale

La cucina vietnamita è un'appendice meridionale di quella cinese, con la differenza che le pietanze vengono preparate con più spezie. La dominazione francese ha fatto il resto, rendendola una cucina più raffinata. È particolarmente varia, ma il piatto classico è costituito da riso in bianco accompagnato da verdure, carne, pesce, spezie e intingoli vari. Tra gli spuntini più comuni vi sono gli involtini primavera e le frittelle di riso, oltre alle zuppe con vermicelli, tagliatelle di riso, pollo speziato, pesce di mare e di lago. Tra i frutti più singolari ricordiamo il frutto del drago verde, il joboba, i cachi, il longan, il mangostano, il pompelmo, la ciliegia a tre semi e la mela d'acqua.

### Shopping

Il Vietnam offre molto agli amanti dello shopping, articoli davvero pregiati e particolari, difficili da trovare altrove, come pannelli in lacca e madreperla lavorati a mano, mosaici in legno, antichi giocattoli di latta, sandalo intagliato, tessuti ricamati. I posti migliori per acquisti di questo tipo sono Hanoi e Hue. 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. Esistono svariati mercati che offrono oggetti appartenuti alle truppe americane di stanza durante la guerra, il più grande è a Ho Chi Minh City.

### Vaccinazioni

Al momento della stampa nessuna vaccinazione è obbligatoria. Per informazioni consultare la propria ASL oppure il sito del Ministero della Salute: [www.ministerosalute.it](http://www.ministerosalute.it) o dell'Organizzazione Mondiale della sanità: [www.who.int/csr/don](http://www.who.int/csr/don).

# CAMBOGIA: NOTIZIE UTILI PER IL VIAGGIO



## CAMBOGIA

### Documenti di espatrio

Passaporto con validità residua di almeno 6 mesi dopo la data di rientro.

### Visto consolare

Per l'ingresso in Cambogia è necessario il visto d'ingresso che viene rilasciato all'arrivo presso gli aeroporti internazionali di Phnom Penh e Siem Reap. A partire dal 2006, è stata avviata la procedura on-line di E-Visa sul sito [www.evisa.gov.kh](http://www.evisa.gov.kh).

Il costo per il visto turistico (Type "T") è di circa 30 dollari, dura 30 giorni ed è rinnovabile solamente per un ulteriore mese.

### Clima

Il clima della Cambogia è determinato dai venti monsonici, che dividono l'anno in due stagioni ben distinte: una secca e una umida. Le piogge sono concentrate nei mesi tra maggio e ottobre, quando soffiano i monsoni di sud-ovest, e possono essere anche molto intense, anche se generalmente di breve durata e concentrate nel pomeriggio. I monsoni, oltre alle piogge, portano forti venti e alta umidità, le temperature medie variano tra i 27°C e i 35°C. La stagione secca vera e propria va da novembre ad aprile, anche se tra novembre e febbraio si hanno temperature fresche con medie tra i 17°C e i 27°C, mentre tra marzo e aprile il caldo aumenta considerevolmente con temperature medie tra i 29°C e i 38°C. Le temperature del paese sono comunque alte durante tutto l'anno, le medie variano tra i 28°C di gennaio, il mese più fresco, e i 35°C di aprile, il mese più caldo. I mesi ideali sono dicembre e gennaio, più freschi rispetto ai successivi, a partire da febbraio infatti le temperature iniziano a salire fino a raggiungere e superare i 40°C nel mese di aprile. Una particolarità: la fotogenia dei templi di Angkor è al suo massimo proprio durante la stagione delle piogge, perché le acque delle piscine e dei fossati riflettono i templi a specchio.

### Fuso orario

+ 6 ore rispetto all'Italia (+ 5 ore quando è in vigore l'ora legale)

### Telefoni

Prefisso per l'Italia: 0039 + prefisso città + numero desiderato.

Prefisso dall'Italia: 00855 + prefisso città + numero desiderato.

### Elettricità

220 V/ 50 Hz – È consigliabile munirsi di adattatore.

### Lingua

La lingua ufficiale è il khmer.

### Valuta

La moneta locale è il Riel (KHR). Un Euro equivale a circa 4598,17 Riel. Si consiglia di portare con sé dollari americani che sono la moneta più utilizzata.

### Cucina locale

La gastronomia cambogiana ha tutte le caratteristiche della cucina thailandese, cinese e vietnamita; il riso è l'ingrediente principale. L'immensa depressione lacustre offre inoltre una grandissima quantità di fauna ittica d'acqua dolce, trote, carpe ed anguille. Generalmente un pasto cambogiano comprende una zuppa accompagnata da tagliatelle di riso, e alcune porzioni di pesce o carne di bue. Le zuppe più comuni sono la Samla Machou banle a base di pesce, la Samla Chapek (di maiale allo zenzero) e la Samla Machou Bangkang, di gamberetti. I cambogiani non sanno fare a meno della frutta e resterete stupiti dalla quantità e dalla qualità! Nelle principali località non mancano i ristoranti cinesi, vietnamiti e occidentali. Nella capitale, il periodo coloniale ha lasciato come tradizione l'uso del pane che viene sfornato ogni giorno.

### Shopping

La maggior parte degli articoli acquistabili in Cambogia viene ancora oggi prodotta con metodi tradizionali: bassorilievi di Angkor Wat, sciarpe, tessuti, argenti e oggetti in legno intagliato sono tra i souvenirs più caratteristici. Se volete aiutare le persone ferite dalle mine lasciate dall'ultima guerra, potrete acquistare gli oggetti da loro stessi prodotti e venduti. I mercati e i piccoli laboratori hanno le occasioni migliori, si contratta a lungo e si spuntano buoni prezzi. Si ricorda che è vietato comprare oggetti di avorio, tartaruga, pelle di elefante, oltre ad alcuni tipi di coralli, orchidee e conchiglie rare. Potreste pagare fino a 10.000 € di multa al vostro rientro in Italia.

### Vaccinazioni

Al momento della stampa nessuna vaccinazione è obbligatoria. Per informazioni consultare la propria ASL oppure il sito del Ministero della Salute: [www.ministerosalute.it](http://www.ministerosalute.it) o dell'Organizzazione Mondiale della sanità: [www.who.int/csr/don](http://www.who.int/csr/don).

# LAOS: NOTIZIE UTILI PER IL VIAGGIO



## LAOS

### Documenti di espatrio

Passaporto valido con scadenza di almeno 6 mesi dopo la data di rientro.

### Visto consolare

Per l'ingresso in Laos è necessario il visto d'ingresso ottenibile presso l'aeroporto all'arrivo. Il visto ha un costo di circa 35 dollari americani ed è necessaria una foto formato tessera; la validità è di 30 giorni e può essere rinnovato dal Dipartimento dell'Immigrazione locale.

### Clima

Il Laos ha un clima tropicale, in cui il ciclo annuale dei monsoni asiatici determina l'alternanza di tre stagioni distinte: la stagione delle piogge da giugno a ottobre, la stagione secca fresca da novembre a marzo e la stagione secca calda da aprile a maggio. Nella stagione secca le temperature sono molto varie: il periodo più freddo è tra Dicembre e Gennaio, quando si raggiungono i 15°; nel periodo caldo la temperatura può arrivare invece a 40°. Durante la stagione delle piogge le temperature diurne si aggirano in media intorno ai 29°C nelle pianure e ai 25°C nelle valli montane. Anche le precipitazioni (che cadono soprattutto nella stagione dei monsoni) variano a seconda dell'altitudine e sono più frequenti nel Laos meridionale.

### Fuso orario

+ 6 ore rispetto all'Italia (+ 5 ore quando è in vigore l'ora legale).

### Telefoni

Prefisso per l'Italia: 0039 + prefisso città + numero desiderato.  
Prefisso dall'Italia: 00856 + prefisso città + numero desiderato.

### Elettricità

230 V/ 50 Hz - È consigliabile munirsi di un adattatore.

### Lingua

La lingua ufficiale è il lao, parlato anche il francese.

### Valuta

Kip (LAK). Un Euro equivale a circa 9098,71 Kip. Si consiglia di portare con se dollari americani.

### Cucina locale

La cucina laotiana si rifà alla tipica cucina asiatica, ma non è piccante come quella della vicina Thailandia. Essa convive inoltre con la tradizione culinaria francese, quindi non è raro trovare croissant, baguette e paté. L'elemento principale di tutti i pasti laotiani è il riso e quasi tutti i piatti sono preparati con ingredienti freschi quali verdure, pesce, pollo, anatra, maiale, manzo o bufalo. Il succo di lime, la citronella e il coriandolo fresco conferiscono al cibo un caratteristico aroma e per salare le pietanze vengono utilizzati vari preparati a base di pesce fermentato. I piatti sovente sono accompagnati da un contorno di lattuga, menta, coriandolo, germogli di mung, lime o basilico.

### Vaccinazioni

Nessuna vaccinazione obbligatoria. Per informazioni consultare la propria ASL oppure il sito del Ministero della Salute: [www.ministerosalute.it](http://www.ministerosalute.it) o dell'Organizzazione Mondiale della sanità: [www.who.int/csr/don](http://www.who.int/csr/don).

# MYANMAR: NOTIZIE UTILI PER IL VIAGGIO



## MYANMAR

### Documenti di espatrio

Passaporto con validità residua di almeno 6 mesi dopo la data di rientro.

### Visto consolare

Il Visto d'ingresso è necessario, e va richiesto presso l'Ambasciata dell'Unione del Myanmar a Roma, con largo anticipo rispetto alla data prevista di partenza. Il visto turistico ha una validità di 28 giorni. Dal 1 giugno 2012 è stata parzialmente reintrodotta la possibilità di ottenere un visto d'ingresso in aeroporto a Yangon, ma attenzione che questa possibilità non include i visti per turismo. Per l'ottenimento del visto sarà necessario presentare il piano dei voli, la fotocopia della patente o della carta d'identità, il passaporto con validità di almeno 6 mesi, 2 foto tessera e l'apposito modulo compilato. Il costo del visto è 50 euro pp + spese corriere.

### Clima

Tropicale monsonico, con piogge da giugno a settembre. La stagione asciutta va da ottobre a marzo, ed è caratterizzata da giornate soleggiate e temperature gradevoli. La stagione calda, che va da aprile a giugno, è invece segnata da temperature molto alte, in particolare all'interno del Paese. Il periodo migliore per visitare il Myanmar è fra novembre e febbraio.

### Fuso orario

5,30 ore in più rispetto all'Italia (4,30 in più ore quando è in vigore l'ora legale).

### Telefoni

Prefisso per l'Italia: 0039 + prefisso città + numero desiderato.  
Prefisso dall'Italia: 0095 + prefisso città + numero desiderato.

### Elettricità

220-230 V/ 50 Hz - È consigliabile munirsi di adattatore.

### Lingua

La lingua ufficiale è il birmano. Parlato anche l'inglese.

### Valuta

Kiat (MMK). Un Euro equivale a circa 1335,99 Kiat. Si consiglia di portare con se dollari americani.

### Cucina locale

La cucina birmana è influenzata dalla cucina indiana, cinese e thailandese. L'ingrediente principale è il riso, ma sono presenti anche i "noodles" e il pane. Questi vengono abbinati a gamberi, altri pesci e crostacei, ma anche a maiale e montone. Sono spesso utilizzati il curry (masala) e i peperoncini rossi. La frutta tropicale è servita come dessert.

### Vaccinazioni

Al momento della stampa di questo catalogo nessuna vaccinazione è obbligatoria. Per informazioni consultare la propria ASL oppure il sito del Ministero della Salute: [www.ministerosalute.it](http://www.ministerosalute.it) o dell'Organizzazione Mondiale della sanità: [www.who.int/csr/don](http://www.who.int/csr/don).