

5 telefonnummer

Svenska ambassaden

Ligger på nummer 8 längs väg 352 i Phnom Penh och de nås på telefon 023-21 22 59

Ringa hem

För att komma till Sverige slår du 0046 först. Det finns diverse telefonkort till försäljning som kan ge

en reducerad taxa. I takt med att bredband börjar dyka upp så sprider sig webbteleni över landet.

Polis

När du på 117, turistpolisen på 012-94 24 84.

Ambulans

119 eller 023-72 48 91. Sjukvården i Kambodja

är ganska simpel. Det kan vara bra att ha numret till SOS international i Köpenhamn (+45-70-10 50 50).

De skickar dig troligen till Bangkok eller Singapore för vård.

Brandkår

Om det brinner det slår du 118 eller 012-78 66 93

5 www-sajter

Tourism Cambodia

Officiella turistmyndigheten har en hyfsat informativ sida. Men förvänta dig inga svar om du skickar e-post.
► www.mot.gov.kh



Wikipedia

En ganska bra faktsamling plus en hel del kartlänkar över Kambodja
► sv.wikipedia.org/wiki/Kambodja

Tales of Asia

Håller sin sida väl uppdaterad med vad som händer i Kambodja
► www.talesofasia.com/cambodia.htm

Svenskt

Det finns lite intressant historia om Sveriges och Kambodjas relationer på
► www.swedenabroad.com/pages/general_35256.asp

Asienguiden

Ganska bra länksamling om Kambodja.
► www.asienguiden.se/kambodja

redaktion

Guideredaktör Bjärne Frykholm (bjarne.frykholm@aftonbladet.se).
Text Stefan Christensen. Foto Stefan Christensen, Henrik Christensen.
Utgivare Aftonbladet Nya Medier AB. Ansvarig utgivare Calle Jungkvist.
Adress Aftonbladet, 105 18 Stockholm. Telefon 08-562 529 00



Fler guider på nätet

Bangkok • Phuket • Krabi • Koh Samui • Sydöstra Thailand • Chiang Mai • Vietnam
Kuala Lumpur • Singapore • Borneo • Filippinerna • Bali • Hongkong • Kina • Tokyo
Goa • Sydafrika • Zanzibar • Kenya • Tunisien • Hurghada • Kairo • Beirut • Istanbul
London • Paris • Barcelona • Rom • Prag • Berlin • Moskva • Budapest • Riga • Kiev
New York • Rio de Janeiro • Natal • Buenos Aires • Mexico City • Dominikanska...

Nya guider varje månad: www.aftonbladet.se/resa

PLUS
AFTONBLADET.se

Alla guider för
19 kronor/månad



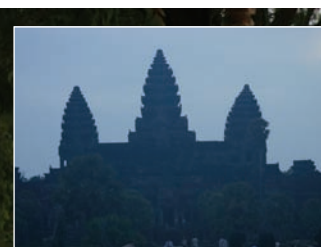
100 guider på nätet

resa

UPPDATERAD
SEPTEMBER 2005

AFTONBLADET.se

KAMBODJA



- ✓ Sevårdheter
- ✓ Boende
- ✓ Mat & dryck

- ✓ Ta sig runt
- ✓ Stränder
- ✓ Tempel

- ✓ Phnom Penh
- ✓ Sihanoukville
- ✓ Siem Reap

På www.aftonbladet.se: ● Över 100 resguider till ● Senaste nytt

● Vädret ● Panoramabilder 360° ● Tusentals sista minuten-resor

Kambodja har under de senaste 50 åren drabbats av inbördeskrig, galna ledare, svält, korruption och en massmördarregim i Pol Pots röda khmerer.

Men sedan 1998 råder det lugn i landet, och allt fler turister hittar hit för varje år som går.

Det största turistmålet är det fantastiska tempelområdet Angkor Wat i djungeln utanför Siem Reap i nord-

västra Kambodja.

Men även badorten Sihanoukville börjar leva upp igen efter många år i dvala och påminner en hel del om hur Phuket såg ut för cirka 20 år sedan.

Landet är fortfarande mycket fattigt men behöver turismen för att pengar ska filtreras ner till den vanlige kambodjanen på gatan.

Stefan Christensen
guider@aftonbladet.se



Angkor Wat är Kambodjas största turistmål.

5 viktiga fakta

Visum

Krävs för att bli insläppt i landet. Som svensk medborgare får du automatiskt ett 30 dagars visum vid flygplatsen och de större gränspassagera om du har ett passfoto plus 20 US-dollar i beredskap.

När du lämnar landet med flyg ska du ha 25 US-dollar till hands för avreseskatt. Detta belopp kan endast betalas i dollar.

Pengar

Kambodjas valuta heter **riel**, men den är bara till för växel-pengar. Den verkliga valutan är amerikanska dollar (\$).

Det finns inga mynt i Kambodja, så om något kostar 1,50 \$ så får du växel i riel.

Den halvofficiella kursen är 4000 riel för en dollar.

Det finns ännu inga ATM-maskiner där du kan ta ut pengar, men de flesta växlingskontor kan ge dig dollar mot ditt Visa eller MasterCard.

Ta med US-dollar i mindre valörer. Thailändska baht ger också en bra kurs i Kambodja.

Klimat

Tropiskt. Bästa säsongen är från november till maj.

Mest regn faller från juni till oktober med rejäla skurar som dock är över på någon timme. Många av landets mindre vägar kan dock bli ofarbara under regnsäsongen.

Temperaturen varierar mellan

20 och 35 grader beroende på säsong och plats i landet.

Hälsa

Malaria förekommer på vissa ställen i Kambodja. Ska du ut på djungeltur kan du behöva en förebyggande malariakur. Kolla på ►www.resemedicin.se

Språk

Det nationella språket är **khmer**, men engelska går också ganska bra.

Den äldre generationen kan fortfarande en hel del franska, och en del som växte upp på 1980-talet då Kambodja hörde till sovjetblocket kan språk som ryska, tyska och tjeckiska.

5 x resa hit

Med charter

Från Phuket och Koh Samui gick tidigare direktflyg till Siem Reap i Kambodja, smidigt för dig som kommer med charter till Thailand.

Dessa rutter ställdes in efter tsunamin i december 2004, men ska enligt uppgift återupptas under hösten 2005.

Annars får du ta flyget via Bangkok. Kolla på:
► www.bangkokair.com

Flyg via Thailand

Från Sverige till Bangkok flyger många bolag. Thai Airways flyger dagligen från Bangkok till Phnom Penh. Pris från 8045 plus skatt från Stockholm.

Om du kommer till Bangkok med ett annat bolag kan du köpa ett Asia Discovery Pass med Bangkok Airways som låter dig välja 3–6 flygkuponger för 50 eller 80 dollar styck.

► www.thaiairways.com
► www.bangkokairways.com

Flyg via Malaysia

Malaysia Airlines flyger tre

gångar i veckan från Stockholm till Kuala Lumpur, där det finns bekväma anslutningar till både Phnom Penh och Siem Reap. Pris från 7060: - plus skatter enligt Resepunkten AB.

Singapore Airlines flyger tre gånger i veckan från Köpenhamn till Singapore, där man kan byta till dess regionalbolag Silk Air för vidare befordran till Phnom Penh eller Siem Reap. Pris från 8295 plus skatt tur och retur.

► www.singaporeair.com
► www.resepunkten.se

Via Vietnam

Vietnam Airlines flyger dagligen från Hanoi och Saigon till Siem Reap och Phnom Penh. Pris cirka 1000 kr per person.

Om du åker från Kambodja till Vietnam måste du se till att skaffa visum till Vietnam innan du lämnar Phnom Penh.

Capitol guesthouse arrangerar dagliga minibussar till Saigon för 6 US-dollar (ca 50 kr).

► www.bigpond.com.kh/users/capitol/default.htm
► www.vietnamairlines.com

På land från Thailand

Landsvägen från Bangkok går via gränsstaden Poipet som är hem för ett antal kasinon och en armada av skojare som lever på att lura turister.

Från Bangkok till Siem Reap kostar det mellan 2000 och 2500 baht (400–500 kr) med buss.

Allra billigast (48 baht / 9 kr i tredje klass) är tåget från Bangkok till Aranyaprathet på den thailändska sidan.

Varning: Det finns många skojare som livnär sig på att sälja resor till Siem Reap, särskilt från Khao San Road i Bangkok. De kan locka med resor för 300 baht – men du kan få betala minst tio gånger mer innan du är framme.

Med båt

Det går att ta sig till Sihanoukville från Trat-området i sydöstra Thailand med hjälp av båt via Krong Koh Kong.

För en bra uppdatering på gränsläget mellan Thailand och Kambodja:

► www.talesofasia.com/cambodia-update.htm

5 praktiska fakta

El

220 volt som hemma, men det finns flera typer av väggkontakter. Ta med en multiadapter och räkna med elavbrott då och då.

Telefon

Trots att många byar saknar både fast telefonledning och elström så finns det mobiltäckning i princip i hela landet.

Mycket är investerat av thailändska och malaysiska mobilföretag.

Internet

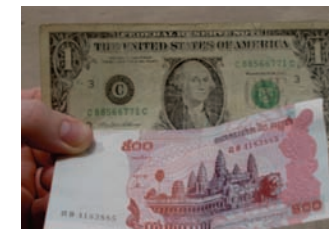
Finns nästan överallt där det finns en telefonledning med priser som startar på 2000 riel i timmen och uppåt.

Dricks

Inget tvång i Kambodja men om du fått god service skadar det inte om du lägger lite extra. Det går bra att använda sina riel till drickspengar.

Tidsskillnad

Kambodja ligger i samma tids-



Dollarn regerar, ta med gott om småsedlar. Riel används som växelpengar.

zon som Thailand, sex timmar före svensk normaltid.

Klockan 12 i Kambodja är kl 6 i Sverige (7 när vi har sommartid).

5 x Phnom Penh: ta sig hit och runt

Flyg

Flygplatsen heter **Pochentong** och ligger i utkanten av Phnom Penh. En taxi kostar 5-7 dollar in till ett hotell i centrum.

Det finns flyg hit från många asiatiska städer som Bangkok, Kuala Lumpur, Singapore, Saigon och Hanoi.

Buss

Det finns ingen lokaltrafik i Phnom Penh, det gjordes ett försök för ett par år sedan som inte slog väl ut.

Men som utlänning har du snarare problem med att freda dig från alla som vill skjutsa just dig och ditt sällskap runt i staden.

Moped, cyclo, bil, moto – valet är ditt.

Båt

Man kan åka båt på Tonle Sap till både Siem Reap (21-25 dollar) och Battambang (15 dollar) – ett trevligt alternativ till bussen.

Men se upp så att inte färjan överlastas (inte ovanligt) och be att få ha en flytväst till hands.

Moto

Asiatisk moped med ett släp



Cyclo - klassisk cykeltaxi.

med plats för upp till fyra personer, kallas ibland **motodup**.

Kostar mellan 1000 och 4000 riel om du kan pruta bra. Men västerlänningar kommer sällan undan med mindre än 1 dollar.

Staden är dock inte större än att du kan promenera runt i de delar som är intressanta.

Att gå från Wat Phnom till Kungliga palatset tar ungefär 35 minuter.

Cyclo

Den klassiska cykeltaxin finns det fortfarande många av i Phnom Penh. Kostar ungefär som att åka moto, du måste göra upp om priset i förväg.

Ta gärna med en karta eftersom många förare inte har en aning om vart du ska åka trots att de nickar ivrigt att de vet...

5 boende i Phnom Penh

Bäst

Sunway Hotel vid Wat Phnom ligger bra och lugnt och innehåller allt man kan kräva av ett modernt hotell till rimligt pris från 60 dollar per natt (ca 450 kr). Skådespelaren Matt Dillon bodde här under tiden han spelade in thrillern "City of Ghosts" i Kambodja.

► www.sunway.com.kh

Klassiskt

Raffles Hotel Le Royal på hörnet vid Monivong boulevard har anor sen 1929 och var under många år i princip det enda hotellet som fanns i Phnom Penh.

Efter en omfattande renovering öppnade det under Raffles märke i mitten på 1990-talet.

Men smakar det så kostar det

– i det här fallet från 200 dollar (1600 kr) per natt plus skatt.

Det går dock bra att besöka klassiska **Elephant bar** utan att var gäst på hotellet. Om du går dit under *happy hour* blir det också ekonomiskt försvarbart.

► www.raffles.com

Svenskt

Scandinavia Hotel ligger nära Independence monument på gata nummer 282. Lite uppgraderat guesthouse med pool.

Rum med ac, kabel-TV och dvd-spelare från 20 dollar per natt och uppåt. (160 kr)

► www.scandinavia-hotel-cambodia.com

Journalistiskt

FCC eller Foreign Correspon-

dents Club är stället för dig som vill bo nära floden i historisk miljö. Har bara tre rum som alla är smakfullt inredda och har bredband. Från 40 dollar (ca 320 kr) per natt, boka i god tid

► www.fccbodia.com

Billigt

Bodhi Tree har ett läge som kanske förskräcker en del – mitt över gatan ligger nämligen tortyr museet Tuol Sleng.

Men om man kan acceptera det så finner man ett guesthouse med utmärkt och omtänksam service, en kanonrestaurang och ett trevligt café till priser som startar vid 7 dollar per natt (ca 55 kr).

► www.bodhitree.com

5 sevärdheter i Phnom Penh



Kungliga palatset

Kungliga palatset

Ligger med en fin utsikt över Sisowath Quay och är faktiskt inte så gammalt som man tror.

Byggs mestadels i början på 1900-talet då de byggnader som syns idag ersatte äldre träbyggnader.

Passa på att se silverpagoden, vars golv är täckt med fem tusen enkilos silverplattor. Tronhallen är också värt ett besök.

En udda sak på området är Napoleon III:s hus, skänkt av den franska kolonialmakten.

Det ser mer ut som "Bates motel" och passar inte riktigt in bland resten av byggnaderna.

Inträde 3 dollar, kamera 2 dollar och videokamera 5 dollar extra.



Centralmarknaden.

Nationalmuseum

Ligger precis norr om det kungliga palatset och innehåller massor av statyer, bronsföremål, verktyg och konst med tonvikt från khmerrikets höjdpunkter.

Inträde 2 dollar. Fotografering förbjuden – de vill att du ska köpa vykort i stället.

Wat Phnom

Ligger på Phnom Penhs högsta punkt, 27 meter upp.

Byggs år 1373 för att hysa fyra Buddhastatyer som enligt legenden hittats av en kvinna vid namn Penh vid floden. Därav namnet på staden Phnom Penh.

Många kommer hit för att be och kanske bli av med sin otur genom att köpa en burfågel och släppa den fri.

Inträde 1 dollar.

Självständighetsmonumentet

Kanske inte så mycket mer än ett monument i en hårt trafikerad rondell. Men i detta område finns det en hel del konstnärer och skulptörer som målar och gör Buddhastatyer till bättre priser än vad du hittar längs Sisowath Quay.

Centralmarknaden

(Phsar Thmei).

Märklig art-deco-byggnad från mitten av 1930-talet.

Här finns kött, frukt, grönsaker, kläder, böcker, klockor, väskor, ja i princip allt.

Pruta rejält då 99% av allt som säljs här är piratkopierat.



Fler mopeder än bilar kör på Phnom Penhs gator.



Fröken Penh.

5 x äta i Phnom Penh

Friends

Liten tapasrestaurang som serverar mycket god mat i ett vackert renoverat kolonialhus nära Nationalmuseet på väg nummer 13.

Att äta här känns bra för både magen och själen.

All personal är före detta slumbarn som här lär sig ett riktigt yrke så att de så småningom kan slussas in i turistindustrin.

► www.streetfriends.org

Pop Café

Serverar bra italiensk mat och väldigt goda pizzor. Man kan även köpa äkta "Uncle Ho"-sandaler för 10 dollar här.

Ligger längs med Sisowath Quay nummer 371.

Pon Lok

Större restaurang som serverar kambodjansk mat (khmer food) som västerlän-

ningar tål – inte så stark alltså.

Men ibland är här fullt och personalen mer än lovligt virrig,

Ligger vid Sisowath Quay 319-323.

Nouveau De Paris

En av de bästa restaurangerna om du är ute efter kambodjansk (khmer), vietnamesisk eller annan asiatisk mat. Bra mat, bra service och rimliga priser.

Ligger i höjd med nummer 26 på Monivong Boulevard

FCC

Har även en av de bästa restaurangerna i stan. Mycket mat med fransk medelhavstouch på menyn. Miljön är klart kolonial med jazzmusik i bakgrunden och Tonle Sap-floden stilla flytande förbi framför ögonen.

► www.fcccambodia.com



Grillade saker är goda och billiga i gatustånden.



McDonalds finns inte (ännu) - men däremot lokala Lucky Burger. Andra lokala snabbmatskopior är Burger Kong och Pizza Hot.

5 x nattliv i Phnom Penh

Heart of Darkness

Ett av Phnom Penhs mest populära ställen att spendera nattens timmar på.

Öppnar vid 21-tiden på kvällen och stänger vid gryningen. Rimliga priser på både mat och dryck.

Rue Pasteur 26

Salt lounge

Förmodligen den trendigaste baren i Phnom Penh just nu, trendig musik, trendiga människor och trendig mat och dryck. Det är hit man går om man vill synas och bli sedd.

Ligger längs Sisowath Quay

vid väg 136.

► www.thesaltlounge.com

Riverhouse lounge

Stället för jazzskaren, med livemusik på söndagar.

Köket blandar fransk och kambodjansk tradition på ett intressant sätt.

Cigarrer, whiskey och aircondition finns också.

Vid väg 110 på Sisowath Quay

Green Vespa

Liten irländsk pub som erbjuder full bar och ett bra västerländskt kök med inte bara typiskt brittisk mat som *steak and kid-*

ney pie utan bra pasta och annat kontinentalt.

95 Sisowath Quay.

Diskotek

Sedan 2001 är diskotek, kasinon och karaokeklubbar förbjudna inom Phnom Penhs stadsgräns. Lagen påstås ha införts för att hålla premiärminister Hun Sens brorson borta från trubbel.

Men på ställen som västerlänningar besöker är det inte några problem att dansa.

Ett flytande kasino ankrar upp vid hotell Cambodiana varje kväll och karaokeklubbar syns lite här och var.

5 utflykter i Phnom Penh



Bilder på offer i tortyrcentralen S-21.

Tuol Sleng

Från början en skola, som 1975 förvandlades till en jättelik tortyrcentral av de röda khmerna. Kallas även S-21.

Kropparna efter 14 döda som hittades när vietnameserna intog Phnom Penh 1979 ligger begravda på gården.

Vann Nath, en av de sju som överlevde, har målat en del tavlor som beskriver fasorna inne på S-21.

Entré 2 dollar. En moto hit kostar 3 dollar – för 5 dollar kör han dig tillbaka också.

Killing Fields

Förr en kinesisk kyrkogård. När röda khmerna tog över blev det en massgrav för över 17.000 män, kvinnor och barn.



På flodutflykt längs Mekong möter du det äkta Kambodja.



Rader av dödsallar möter dig på Killing Fields.

Alla gravar är inte uppgrävda men på marken syns kläder och benrester från offren.

Det är en skakande upplevelse att vandra runt här – man bör vara mentalt förberedd innan.

Ligger 15 kilometer sydväst om Phnom Penh. Resan tar 15-40 minuter beroende på vägens kondition. Med moto kostar det 6-10 dollar. Eller så åker man hit på en organiserad tur.

Flodutflykter

Många bolag arrangerar utflykter längs floderna Tonle Sap, Bassac eller Mekong som alla möts vid Phnom Penh.

Ofta åker man till någon by en bit upp längs floden och tittar in i en skola, ett tempel och till slut hos någon som väver silke.

Här kan man träffa det verkliga Kambodja med nyfikna men blyga barn och ett mycket lugnare tempo än i Phnom Penh.

Passa på att se på fiskarna utan båt som simmar runt i floden och lägger ut sina nät.

Utflykterna kostar 15-40 dollar, beroende på omfattningen.

Arrangera genom hotellet.

Apsara

Den traditionella khmerdansen som uppförs på flera restauranger som säljer paket med mat och dansunderhållning.

Sovanna Phum Art Association har uppsvisning i apsara-dans, skuggteater, cirkusmusik på fredagar vid 19-tiden. www.all.at/sovannaphum

Phnom Chisor

Tempelruiner från 1100-talet fem mil utanför Phnom Penh – rekommenderas om du inte tänker besöka Angkor Wat. Ganska branta steg upp till bergstoppen men utsikten är fantastisk.

Kombinera gärna med Tonle bati längs samma väg med intressanta ruiner och ett fint picknickställe vid vattnet.

En taxi bör kosta 20-30 dollar fram och tillbaka.

Poipet är en gränsstad fylld med kasinon. Här kommer du förbi om du åker buss från Bangkok.

Siem Reap är utgångspunkten för alla som ska besöka tempelområdet vid **Angkor**.

Floderna **Mekong**, **Tonle Sap** och **Bassac** flyter samman vid **Phnom Penh**.

Ratanakiri är en naturskön provins med bergsfolk, vattenfall och vilda elefanter.



Sihanoukville är både oceanhamn och badort med många fina stränder.

Kep var förr aristokraternas tillflyktsort. Nu är många byggnader öde och förfallna.

Vietnams storstad **Saigon** ligger inte långt från Phnom Penh.

snabbfakta

Yta: 181.000 km²
Folkmängd: cirka 13 miljoner
Medelålder: 20 år (Sverige 40)
Medellivslängd: 58 år (Sverige 80)
Religion: 95 % buddhister
BNP/capita: 2000 dollar (Sverige 28.400)

Andel invånare under fattigdoms-
strecket: 40 %
Antal fasta telefonlinjer: 35.400
 (år 2002)
Antal mobiltelefoner: 380.000 (år
 2002)
Internetdomän: kh

avstånd

Från Phnom Penh till...
 ...**Bangkok** 53 mil
 ...**Saigon** 22 mil
 ...**Singapore** 115 mil
 ...**Peking** 335 mil
 ...**Stockholm** 872 mil
 (flygavstånd, ungefärliga)

5 x prisnivå

Big Mac

Finns inte i Kambodja, men på lokala Lucky Burger i Phnom Penh kostar en meny motsvarande Big Mac & Co 2,95 dollar (23 kr). I Kambodja finns kopior av flera internationella kedjor som Burger Kong, 7 Bright och Pizza Hot.

Motodup

Mellan 1 och 4 dollar (8-32 kr) för upp till fyra passagerare för

att ta sig runt i en stad. Man kan "chartra" en för en hel kväll, då börjar priset på 5 dollar och uppåt (40 kr) beroende på hur bra du är på att pruta

Frimärke

Det kostar 2000 riel (4 kr) att skicka ett vykort till Sverige. Men servicen är inte världens mest pålitliga. Jag väntar fortfarande efter två månader på korten jag skickade.

Öl

Lokalt bryggd Angkor öl är som billigast i Sihanoukville där bryggeriet finns. Från 2000 riel (4 kr) för en flaska på baren.

Taxi

Finns inga med taxameter i Kambodja, men de flesta guesthouse och hotell har bra överblick av den lokala prisbilderna. Från 5 dollar (40 kr) för en halvdagstur runt staden.

4 kända kambodjaner

Kungen

Nuvarande kungen **Norodom Sihamoni** efterträdde 2004 sin släkting Norodom Sihanouk, som abdikerade av hälsoskäl.

Sihamoni är född 1953, ogift utan barn, och var tidigare ballettdansör i Paris.

Han är väldigt omtyckt av de fattiga khmererna så man bör visa honom respekt.

Hun Sen

(f 1951) Kambodjas premiärminister. Var officer i Röda khmererna men hoppade av. Tog makten med Vietnams hjälp då röda khmererna störtades 1979. Inordnade Kambodja som

en enpartistat i sovjetblocket.

Inför valet 1991 övergav han kommunismen och döpte om sitt parti till "Kambodjas Folkparti". Blev åter premiärminister 1997 efter vad som liknas vid en kupp. Vid valet 2003 var oppositionen så svag att han ganska lätt kunde sitta kvar.

Norodom Sihanouk

(f 1922). Kung som präglade Kambodjas politiska liv sedan 1950-talet. Störtades 1970 av en USA-stödd general, kom tillbaka 1975 men sattes i husarrest av röda khmererna och hamnade senare i exil i Kina. Blev åter kung när monarkin återinfördes

1993, men abdikerade 2004 av hälsoskäl.

Pol Pot

(1925-1998) "Broder nummer 1" hette egentligen Saloth Sar. Som ledare för Röda khmererna tillskrivs han det mesta av vidrigheterna 1975-1979 när han försökte skapa ett marxistiskt bondesamhälle genom en av världens värsta terrorregimer.

Efter att hans regim fallit fortsatte han att föra gerillakrig men ställdes till slut inför rätta av sina egna. Dömdes till döden men avled av sjukdom innan domen verkställdes.

5 årtal

1887

Kambodja blir en del av det franska Indokina.

1953

Kambodja återfår sin självständighet från Frankrike den 9 november (nationaldagen).

1975

Röda khmererna tar över Phnom Penh efter fem års inbördeskrig. Stadsbefolkningen tvångsflyttas och privat egendom beslagtogs. Under terrorn som följer mördas minst en miljon människor.

1979

Röda khmererna störtas sedan Vietnam invaderat landet. En sovjetvänlig regim upprättas.

1993

Fria val hålls under FN:s övervakning. Monarkin återinförs.

5 x Siem Reap

Ta sig hit

Flyg. Man kan flyga hit från Bangkok, Phnom Penh, Saigon och flera andra städer. Vid inflygningen kan man ibland se ner över tempelområdet om man har tur med inflygningsrutt och väder. Håll kameran beredd! Taxi in till stan kostar 5 dollar (ca 40 kr).

Buss. Från Phnom Penh arrangeras buss dagligen av Capitol guesthouse, kostar 8 dollar (ca 60 kr). Från Bangkok kostar hela resan mellan 2000 och 2500 baht (400-500 kr). Se upp för luren-drejare på Khao San Road.

Tåg. Från Bangkok till Aranya prathet (48 baht). Väl över gränsen kostar en plats i en minibuss till Siem Reap 8 dollar (ca 60 kr).

Båt. Från Phnom Penh till Siem Reap kan man oftast åka båt. Resan tar 5 timmar och kostar 25 dollar (ca 200 kr). Ibland är vattenståndet i Tonle Sap för lågt och då ställs trafiken in. Glöm inte flytväst och solskyddsfaktor.

Gamla marknaden

Ett myller av gåingar med alehanda krimskrams och fisk, frukt, kött, tavlor, skulpturer, buddhafigurer och piratkopierade t-tröjor. Här finns ett par växlingskontor och det är nära till bar- och restauranggatan.

Angkor What

Legendariskt vattenhål längs bargatan i Siem Reap.

Det fina med att dricka här är att fem procent av intäkterna till att finansiera ett barnhem – då



En vanlig taxi i Siem Reap.

känns inte huvudvärken dagen efter så betungande...

Dr. Beat

Spelar inte som man kan tro eurodisco utan cello – varje söndag på Kantha Bopha Children hospital, bredvid Le Meridien Hotel. Intäkterna används för att finansiera tre sjukhus i Kambodja. Har du inga pengar att avvara tar de gärna emot blod om du kan tänka dig att donera det.

► www.beat-richner.ch

Landminor

Utanför Siem Reap, på vägen till templen, finns en man, Aki Ra, som driver ett privat museum om landminor.

Det kostar inget i inträde. Men donera gärna ett par dollar då pengarna går till att hjälpa barn som har förlorat en arm eller ett ben på grund av minor.

5 x bo i Siem Reap

Trendigast

Le Meridien Angkor är det senaste lyxhotellet i Siem Reap. Trendig inredning, fina restauranger och all service som ingår i ett femstjärnigt hotell.

Har egen vallgrav, vacker innergård och en fantastisk pool. Rum från 140 dollar (ca 1100 kr) ► www.lemeridien.com

Äldst

Grand Hotel d'Angkor slog upp sina portar redan 1929 och här har många stjärnor bott.

Efter att Rafflesgruppen i Singapore tog över har det renoverats till toppklass. Men tar bra

betalt: från 230 dollar per natt (ca 1800 kr) – plus serviceavgift och skatt.

► www.raffles.com

Centralt

Ivy guesthouse har nyrenoverade rum med alla faciliteter från 20 dollar per natt (ca 160 kr) mitt emot gamla marknaden.

Har även ett budgetalternativ i **Ivy 2 guesthouse** nära floden från 6 dollar per natt (ca 50 kr). ► www.talesofasia.com/cambodia-ivy-ivy1.htm

Märkligt

The Deadfish tower Inn har

rum från 5 upp till 20 dollar (40-160 kr). Bra och ostört läge inne i staden strax bortom bargatan.

Inget rum är det andra likt och det ingår fri hårklippning, rakning, manikyr och pedikyr i en timme varje dag om du vill.

► www.talesofasia.com/cambodia-deadfish.htm

Backpacker Popular

Guesthouse nära floden i södra delen av staden som lockar många ryggsäcksresenärer.

Rum från 2 till 7 dollar (16-50 kr). Restaurang med fin utsikt och god mat. Vid Psar Chaa. Tel: 012-91 61 65

5 tempel



Ute i djungeln ligger världsarvsklassade Angkor Wat.

Angkor Wat

Den mest imponerande tempelbyggnaden, omgiven av en 190 meter bred vallgrav.

Byggdes ursprungligen mellan år 1112 och 1152 för att hedra den hinduiska guden Vishnu.

I ganska bra skick eftersom det använts som buddhisttempel sedan 1600-talet.

Underbar utsikt från toppen av templet. Men trapporna är riktigt branta, så håll i er.

Angkor Thom

Egentligen ett område som innehåller flera olika tempel som **The Bayon** och **The Baphuon**.

Var på 1200-talet förmodligen världens största stad med en mil-

jon invånare.

The Bayon har 54 torn med totalt 216 uthuggna bilder, alla av Avalokithesvara som bokstavigt betyder "Herren som skådas nedifrån" vilket förklarar varför alla bilder är uthuggna högt upp.

Ta Prohm

Det här är templet som du nog har sett bilder ifrån, med träd och rötter som växer vilt runt och i tempelstrukturen.

Det är en rent överklig känsla att vandra runt här och det är en av de absoluta höjdpunkterna vid ett besök.

Banteay Srey

"Kvinnornas citadell" som lig-



Detalj vid "kvinnornas citadell".

ger en bit ifrån de andra tempelen. Något man inte bör missa då några av de absolut vackraste och bäst bevarade bilder uthuggna i röd sandsten finns här.

Räkna med att taxiföraren vill ha 10 dollar extra för att köra hit.

Phnom Bakheng

Ett av de första templen som byggdes runt Angkor Wat redan runt år 900.

Fin utsikt efter en brant klättring upp för berget. Den late kan rida på elefant uppför branten.

Huvudattraktionen verkar annars vara möjligheten att få fina bilder av Angkor Wat i solnedgång. Tyvärr är du inte ensam om att upptäcka det.



Ta Prohm – träd och rötter växer bland templen.

Ta sig runt tempelområdet

Det finns flera sätt att ta sig runt tempelområdena utanför Siem Reap.

Taxi – cirka 20 dollar per dag (160 kr).

Moto – mellan 5 och 7 dollar per dag (40-60 kr).

Bussgrupp – 3 dollar (25 kr).

Tänk på att ta med vatten att dricka, en hatt eller keps som solskydd, gott om film eller stort minneskort till kameran och rejåla skor då det blir en hel del klättrande. Vid regn blir många stenar mycket hala!

5 x Sihanoukville

Ung stad

Shianoukville anlades på 1950-talet sedan det franska Indokina upplöstes och Kambodja fått behov av en hamn som kunde ta emot oceangående fartyg.

Stränderna kom som en liten bonus.

Röda khmererna

Området runt Shianoukville var ett starkt fäste för de röda khmererna.

Vid maktovertagandet 1975 bordade röda khmererna den amerikanska containerbåten S.S Mayaguez. Intensiva strider utkämpades mellan marinsoldater och röda khmerer på ön Koh Tang, och USA bombade stora delar av hamnen. Efter två dagars strider släpptes S.S Mayaguez

Kompong Som

Stadens namn från 1970, då kungadömet störtats.

När kungariket återinfördes 1993 togs det gamla namnet Si-



Sihanoukville är både turistort och hamnstad.

hanoukville tillbaka.

Men båda namnen används idag så bli inte förskräckt om bussen är skyltad till Kompong Som.

Öar

Det ligger ett dussin öar runt om Shianoukville, de flesta fortfarande helt oexploaterade.

Koh Rong är en ganska stor ö som bland annat har en liten fiskeby med en supermarket i.

Här finns fina stränder och nästan inte en enda turist. Passa på innan de dyker upp!

Dykning

Tyvärr gör fartygstrafiken till och från hamnen att dykvattnet inte är idealt.

Men det finns ett par dykfirmor i staden, bland annat Eco-Sea dive.

► www.ecosea.com

5 x ta sig hit och runt

Taxi

Från Phnom Penh kostar en chartrad taxi från 40 dollar enkel väg (ca 320 kr). Med kraftigt stigande bränslepriser kan en del förare vilja ha mer betalt.

De flesta hotell och *guesthouses* i Shianoukville kan arrangera hämtning i Phnom Penh eller Siem Reap till lägre priser eftersom de är måna om att få in kunder.

Buss

Ett flertal avgångar med Phnom Penh public transport, Ho

Wah Genting och GST bus service varje dag från 12.000 riel (ca 25 kr).

De flesta bolag kan arrangera med hämtning på ditt hotell för vidare transport till deras busstation. Resan tar 3–5 timmar.

Tåg

Går varannan dag, snitthastigheten är 20 km/tim, kostar ungefär som bussen (12 000 riel).

Bara för dig som har extremt mycket tid eller är järnvägsentusiast. Resan tar 12 timmar om allt fungerar som det ska.

Flyg

Det finns en flygplats utanför Sihanoukville men för tillfället (augusti 2005) är den inte i bruk.

Men i takt med att fler upp-täcker stadens stränder så är det möjligt att den öppnar igen för internationella flyg från till exempel Bangkok och Kuala Lumpur.

Moto

Enklaste sättet att ta sig runt i Sihanoukville. Kostar mellan 2 500 och 5 000 riel (5–10 kr) beroende på sträckan.

5 x boende i Sihanoukville

Sokha resort

Den första riktiga strandresorten av internationellt snitt i Sihanoukville.

Ligger längs Sokha beach och har pool, vacker trädgård, fina rum och ett par riktigt bra restauranger.

Men det kostar en slant att bo här – från 160 dollar/natt enligt hemsidan (ca 1300 kr). Men du kan spara upp till 50 % per natt genom att boka hos en agent eller resebyrå i stället för direkt hos hotellet.

► www.sokhahotels.com

Svenskt

Bluefrog Hotel i backpackerområdet "Weather hill station" är en mötesplats för skandinaver och erbjuder dubbelrum för 12 dollar per natt (ca 100 kr).

► www.bluefroghotel.com

Fawly Towers

Guesthouse uppkallat efter hotellet i den brittiska tv-komedin "Peng i bygget".

Men förvänta dig inte att hitta

varken Manuel eller Basil här...

Rum från 5 USD per natt. Ring och boka på 012 638 952 (de talar skandinaviska)

► www.fawlytowersasia.com

Spökligt

Independence Hotel vid Independence beach är ett sju våningar högt hotell som smälldes upp i mitten på 1960-talet.

Det har varit stängt i omgångar, hemvist för FN-styrkor och nu på sistone verkar det mest hyra ut rum per timme. Lokalbefolkningen säger att det spökar här och vill inte gärna gå nära.

Men nu har Canadia bank köpt



På marknaden i Sihanoukville.

5 mat & dryck i Sihanoukville

Starfish

Bageri och kafé som serverar fina smörgåsar och baguetter. Gör även lunchboxar att ta med till stranden.

Starfish Café and bakery stöder M'Lop Taopangs välgörenhetsprojekt.

► www.starfishcambodia.org

Fishermans Village

Ligger inom Sokha beach resort men är öppet även för gäster utifrån. Förmodligen den bästa *sea-food* som går att få i om-

rådet. Vacker utsikt över Sokha beach. Man kan sitta både inne och ute här. Stängt måndagar.

Snake house

Du äter i en vacker trädgård omgiven av en massa terrarier med allehanda ormar och ödlor, kanske inget för den nervsvage.

Bra mat av ryskt/östeuropeiskt snitt. Ligger mellan norra och södra Victory beach.

Endless

Summer Beach club vid Se-

hotellet och börjat renovera. Förhoppningsvis behåller de den typiska 1960-talsinteriören och ser till att spökerna flyttar ut.

Centralt

The Small Hotel ligger mitt i stan på en tyst gata i höjd med Caltex bensinstation.

Rum från 7 dollar (ca 50 kr). Det finns en liten restaurang som serverar svenska specialiteter. Alla stränder når du med moto för 4000 riel (8 kr)

Tel 012-716 385 eller e-post: ► thesmallhotel@yahoo.com

rendipity Beach är det hetaste stället just nu för backpackergenerationen.

Biljard, musik, dans, mexikansk, thai och västerländsk mat vid Lions circle.

Chaimoy's Frog Shack

Ligger på Ochheuteal beach och har mycket god *khmer style* mat med inriktning på fiskrätter.

Happy hour mellan 15–18 och strandparty på måndagar och torsdagar.

5 stränder i Sihanoukville

Lite som Phuket för 20 år sedan...



Ochheuteal beach

Den kanske mest populära stranden för tillfället med horder av badare under högsäsong.

Bra bad och en hel del restauranger vid stranden.

I södra delen av stranden anlaggs en golfbana.

Serendipity beach

Norra delen av Ochheuteal beach som var helt övergiven till år 2000 då Chuck Grider öppnade "Chucks place".

Här samlas ryggsäcksfolket

vilket brukar betyda billig öl, enkel mat och dunkande musik.

Victory beach

Delas av i norra och södra delen av fiskebyn som ligger mitt på stranden.

Nära till budgethotellen vid "Weather hill" men också till hamnen med dess trafik.

Fast solnedgången är som vackrast härifrån.

Sokha beach

Visserligen dominerad av So-

kha Resort men vem som helst får ännu så länge bada här.

Den lugnaste och förmodligen vackraste stranden runt Sihanoukville.

Independence beach

Eller 7-Chann beach som man försöker döpa om den till, är ganska öde.

Här saknas all sorts service som strandstolar och restauranger men allt kommer förmodligen att förändras när Independence Hotel är färdigrenoverat.

helt och hållet i Kambodja.

Apsara

Kung Sihanouks första steg in i filmvärlden. Han skrev, regisserade och producerade nio olika spelfilmer i slutet av 1960-talet.

Filmen är inte direkt lysande utan ses mest som kuriositet i dag. Fast Sihanouk tog hem första pris både 1968 och 1969 i "Phnom Penh International Film Festival" – som han själv instiftade för att ta upp konkurrensen med Cannes och Berlin...

Apocalypse now

Francis Ford Coppolas mästerverk från 1979 med Marlon Brando, Martin Sheen och Harrison Ford. Handlar om en galen general som bedriver sitt eget krig från Kambodjas djungel. Inspelad mest på Filippinerna.

Neak Sre

"People from the rice fields" – kambodjansk film med underbart foto nominerad till guldpalmen i Cannes 1994. Kan vara svår att hitta i Sverige. Inspelad

5 andra ställen

Anlong Veng

Röda khmerernas sista fäste, långt upp mot thailändska gränsen. Det var här som diktatorn Pol Pot till slut ställdes inför rätta, dömdes och avled.

Alla platserna går att besöka, liksom Ta Mok's plundrade palats. Fast resan upp dit går långsamt vägar avsedda för en fakir.

Battambang

Under det franska styret en viktig stad som fortfarande har kvar en del kolonial känsla.

Du kan komma hit med tåg från Phnom Penh – men bered dig på en långsam resa

Kep

Hette under den franska tiden

Kep-Sur-Mer och var på 1930-talet aristokratins tillflyktsort.

Nu är här mer öde då de flesta av de vackra byggnaderna är övergivna och i varierande stadier av förfall.

Men längs strandkanten finns en del fina fiskrestauranger där man kan sitta och drömma sig tillbaka i tiden.

Poipet

Kambodjas svar på Las Vegas. Gränsstad full med kasinon som befolkas av spelgalna thailändare och även drar till sig en armada av skojare.

Kan du motstå speldjävulen kan det vara ett intressant stopp på vägen in i Kambodja.

Många kasinon är samman-

byggda med ett hotell, vilket gör att det kan vara riktigt billigt att stanna över här.

Ratanakiri

Om du tyckte *hill tribe*-utflykten i norra Thailand kändes som en gigantisk turistfälla ska du åka till den här natursköna provinsen i nordöstra Kambodja.

Här lever många folkstammar fortfarande ganska opåverkade av världen runt omkring och här finns vilda elefanter och vackra vattenfall.

President Airlines flyger hit enligt en tidtabell som varierar från vecka till vecka.

5 x att tänka på

Minor

Ett av resultaten av 50 års ofred är att Kambodja är världens mest minnerade land.

De stora turistmålen är säkra nuförtiden men på landsbygden finns fortfarande minor.

Gå **aldrig** utanför markerade vägar och stigar.

Tiggare

Får du räkna med att möta, särskilt i Phnom Penh och Siem Reap.

När det gäller tiggande barn så bör man veta att allt som du eventuellt ger tas hand om en vuxen.

Ett tips är att köpa en påse med frukt på marknaden och i stället dela ut till barnen.

Lurendrejari

Se upp för bluffmakare, särskilt i Siem Reap och gränsstaden Poipet.

En del av skojet kan innefatta taxi eller "tempelavgifter" som inte nämndes när du bokade. Som 5 dollar extra för att ha med kameran, 10 dollar extra för att åka tillbaka efter att solen gått ner och liknande...

Boka och betala transporterna på hotellet och se till att du får veta exakt vad som ingår och gärna ett telefonnummer till receptionen med ett namn på så att du kan ringa om det börjar krångla.

Pedofiler

I ett land med så om-

fattande korruption och bristfälligt rättssystem är det lätt för pedofiler att gömma sig.

Ser du något så ring 023-720 555 till polisens heta linje för pedofilbrott.

Mutor

Mutor till lokala poliser, politiker, militärer och andra inflytelserika personer förekommer ofta.

Som turist är det mycket sällan du drabbas. Men om det skulle vara så – se till att betala och försök få ett kvitto på det hela.

Vanligtvis är det en polis som säger att du gjort en trafikförseelse eller har något fel på ditt visum.

10-20 dollar kan lösa problemet.



Kambodjansk munk.