



PROGRAM: VIETNAM OG KAMBODSJA 13 NOVEMBER 2024

## RUNDREISE VIETNAM OG KAMBODSJA

☞ 12 frokoster, 9 lunsjer og 9 middager inkludert

Dag 1

### Avreise Oslo Lufthavn

Oslo – Ho Chi Minh City. Avreise fra Oslo. Mellomlanding og flybytte.

Dag 2

### Ankomst Ho Chi Minh City

☞ Middag

Vi ankommer **Ho Chi Minh City** og blir ønsket velkommen av vår lokalguide. Transfer til hotellet, hvor vi sjekker inn. *Merk at hoteller i HCMC er små, og rommene er derfor noe forskjellige, her vil ikke alle få helt likt rom.* Etterpå møtes vi til felles **velkomstmiddag** på en lokal restaurant. Vietnam har et meget spennende kjøkken og anses for å være et av Asias aller beste. Det er med andre ord mye å glede seg til i dagene som kommer.

Ho Chi Minh City (Saigon brukes fortsatt på folkemunne) er det **finansielle sentrum i Vietnam**. Her finner du hypermoderne bygninger og businessområder, men også det historiske med et utall av spennende områder, bygninger og gater. Se for deg en liten dame iført stråhatt med rosa bånd under haken, gående med tunge steg i sine velbrukte

tresko. For bra er tung – et k med to kurver fulle av fargerike grønnsaker. Kontraster er stikkordet, nytt og tradisjonsrikt hånd i hånd. Det kan for noen føles som et nesten overveldende første mte. Men spennende!

Dag 3

## Ho Chi Minh City

☪ Frokost, lunsj, middag

Frokost fr vi skal ut i storbyen! Nå er vi klare for å bli nærmere kjent med byen som har over **fem millioner innbyggere** og nesten like mange **scootere**. Ja, det er kaotisk og overveldende ved første mte, men – det er faktisk et system i kaoset, og forhåpentligvis blir du raskt sjarmert av det yrende livet i gatene, ikke minst av hvor mye det faktisk går an å lesse på en scooter av både mennesker, dyr og remedier.

På vår sightseeingtur fr du blant annet se **Notre Dame-katedralen**, det kjente **postkontoret, rådhuset, Ben Thanh-markedet, Gjenforeningspalasset, Cho Lon – byens Chinatown, kjent for det store Binh Tay-markedet og Thien Hau-pagodaen**. Vi lover deg en ettermiddag stappfull av inntrykk, og besøk i Chinatown med den vakre pagoden Thien Hau som er tilegnet gudinnen med samme navn. Den er fra 1800-tallet og tiltrekker seg mange besøkende og tilbedere.

Kveldens middag blir stemningsfull siden vi kombinerer den med et **cruise på Saigonelven**.

Dag 4

## Cu Chi-tunnelene og Vespa foodie-tur

☪ Frokost, lunsj, middag

Etter frokost går turen til et av verdens mest kjente tunnelsystem – **Cu Chi-tunnelene**. Dette imponerende nettverket av tunneler ble bygd av den vietnamesiske **motstandsbevegelsen** under Vietnamkrigen, eller Amerikakrigen som den kalles i Vietnam. Tunnelene ble brukt av **Vietcong**-geriljaen som gjemmede under kampene. De fungerte også som kommunikasjons og forsyningsruter, sykehus, vpenlager og rett og slett «boliger» for tusenvis av geriljakrigere. I dag kan du få et lite inntrykk av hvordan det var å «bo» nede i tunnelsystemet, men merk at tunnelene som i dag er åpne for publikum er utvidet i forhold til opprinnelig størrelse. De fleste sitter igjen med sterke inntrykk etter et besøk her. Vi spiser lunsj fr vi drar tilbake til HCMC, hvor ettermiddagen er på egen hånd.

På fortauene, mer eller mindre logisk plassert, finner du **gatemat-restaurantene** i hopetall. Hver restaurant – sin spesialitet, og her snakker vi ferskvare. Små plaststoler og bord, type barnestrrelse i europeisk målestokk, utgjør ofte mblementet – lettere henslengt der det er plass. Og husk, det er på de restaurantene hvor det er mest papirsppel på bakken du finner den beste maten (mest besøk).

Og istedenfor middag på én restaurant skal vi slå sammen scooter og mat i kveld – vi skal på **mat-sightseeing med Vespa!** Ingen grunn til å bli skjelven – vre sjåfører vet hva de driver med, og igjen: det ER et system i kaoset. Vi hopper på hver vår Vespa, og vi får en **uforglemmelig tur** gjennom Ho Chi Minh City snirklete gater med stopp på **ypperlige street food-restaurant**. Vi tipper dette kommer til å bli et måltid og en opplevelse du vil huske lenge. Bare å glede seg!

Dag 5

## Mekong – Homestay

☪ Frokost, lunsj, middag

Etter frokost sjekker vi ut fra hotellet og begir oss på vei dypt inn i **Mekongdeltaet** – hvor vi finner en verden som lever og arbeider på vannet.

Det er her i Mekong du kanskje får et nytt forhold til grønnfargen – den er overalt, i alle nyanser og sjatteringer. Dette er rett og slett paradiset for fotografen. Her skal vi utforske de intrikate vannveiene om bord i en sampan (kinesisk flatbunnet trebåt). Dagen begynner ved **Cai Thia** i Caibe-distriktet og i provinsen **Tien Giang**. Her besøker vi **fru Nams familie** for å se hvordan de lager rispapir, en kunst familien har behersket her de siste 60 årene. For å se enda mer av området, kan vi ta **en sykkel** på en liten times tid der vi sykler på vakre, små veier og ser flere idylliske landsbyer. (For deg som ikke vil sykle, blir det arrangert transport.) Etter endt sykkeltur, er vi tilbake i **Cai Thia**. Her spiser vi lunsj i lokale omgivelser om bord i båt før ferden tar oss lenger og lenger ut i landlige omgivelser og på mindre kanaler.

Vi ser tradisjonelle hus laget av tre og palmeblader og fiskerne som er ute og prøver å lokke til seg dagens fangst.

Vi innlosjerer oss i private rom på et **"homestay"** for de neste to nettene. Har du enkeltrom ellers på turen, har du det også her. Et homestay her er et overnattingssted som er drevet av lokale familier. Dette er en fin måte å bli kjent med lokalbefolkningen og støtte oppunder lokale virksomheter, for alt som organiseres av måltider og aktiviteter i tillegg til overnatting, organiseres av de lokale familiene. **Vi fordeler oss på flere hus i nærheten av hverandre**, merk at det kan være rundt 100 meter mellom. Husene kan ha flere rom i hvert og er bygget i tradisjonell stil. Bostandarden er enkel, men ren og trivelig. Det er toalett og enkel dusj, men merk at alle rom er ulike slik at ikke alle får likt. Her skal vi kose oss i trivelige omgivelser og i godt selskap. Vi tipper kveldens middag blir både smakfull og fylt med latter og prat om alle opplevelsene så langt på turen.

Dag 6

## Homestay og lokale sysler

☺☺ Frokost, lunsj, middag

I dag rusler vi rundt og tar **livet ganske så med ro**. Som en del av dagliglivet er det bare å få med seg det som skjer. Vi går om bord i **båt** for å se på diverse **hverdagsysler** som f.eks hvordan de driver **fiskeoppdrett**. På My An-kanalen er det mange **mursteinsovner** å se, vi rusler rundt for å se nærmere på hvordan murstein lages, hvordan bambus brukes til å lage **kjøkkenutstyr og kurver**, og hvordan de karakteristiske **stråhattene** (nón lá) lages. Underveis spiser vi lunsj på lokalt vis før vi besøker **det lokale markedet**.

Vietnamesiske markeder byr på noe for enhver smak. Fargerike, tropiske frukter og grønnsaker ligger på utstilling sammen med diverse fisk og andre mer eller mindre vakre dyr...Alltid spennende med fremmede lukter og utvalg, uansett! Om ettermiddagen rusler vi videre i landsbyen der de lager både det ene og det andre: rispapir, godteri av kokosnøtt og popcorn.

Om kvelden er det middagstid igjen og da blir det **sosial kokkelering** med pannekaker på menyen. Ellers koser vi oss sammen med nye venner og kjente på homestay'en vår.

Dag 7

## Homestay - Tan Phong– Cai Be - Ho Chi Minh City

☺☺ Frokost, lunsj

Tidlig om morgenen er vi klare for å oppleve litt mer av det fascinerende **Mekongdeltaet**. Det tilhørende dagliglivet i og langs elven ved **Cai Be** skal ses fra båt. **Tan Phong Island** er skikkelig lokalt. Og menneskene – de er vennlige og har alltid et smil på lur. Du kan lære deg «Xin Chao» først som sist – «hei» betyr det og er den frasen du kommer til å høre mest fra de lokale på vei gjennom deltaet. Smil og hils tilbake. Underveis ser vi også det lokale livet i form av diverse håndverk og produksjonsmetoder i mindre skala. Alltid mye å se!

Vi ankommer Cai Be om formiddagen og får transport tilbake til hotellet i **Ho Chi Minh City** for logistikkens del. I kveld har du tid på egen hånd, eller sammen med reiseleder, og middag organiseres for deg som vil.

Dag 8

## Ho Chi Minh City - Phnom Penh

☪ Frokost, middag

Etter frokost blir det en transportetappe. Vi skal videre til Kambodsja og vi kjører først til **Moc Bai/Bavet border** (cirka 3 timers kjøring, 150 kilometer). Du må ha søkt visum til Kambodsja elektronisk i forkant (se informasjon om dette nederst i programmet under "viktig informasjon om reisen din").

Etter formaliteter og grensepassering, blir vi møtt av guiden vår og kjører ytterligere cirka 3,5 timer med buss. Men ikke tro det ikke er noe å se på underveis ut av vinduet. Vi passerer små landsbyer og mindre steder der dagliglivet går sin gang. Det arbeides på jordene, det tas hånd om husdyr eller så er barna ute og leker og vinker til de forbipasserende. Vi stopper for lunsj underveis på turen (ikke inkl.)

Når vi er vel fremme på hotellet, tar vi det med ro og møtes til middag på hotellet.

Dag 9

## Phnom Penh

☪ Frokost, lunsj, middag

Byen er sammensatt av mange ulike komponenter, noe dagen i dag virkelig skal få frem i lyset. Så venter en rå og hjerteskjærende opplevelse. Det blir sterkt men dette må en få med seg i Kambodsja.

En gang var tilnavnet "**Asias perle**", men flere riper har kommet på etter krig, forfølgelse og vanstyre. Det er mange år i Kambodsjas historie som er et mørkt kapittel om tortur og død. **Tuol Sleng** er i dag et museum som viser oss dette kapitlet. Et vitnesbyrd om grusomme handlinger under Røde Khmer-tiden. Omkring 17 000 ble fengslet og bare en håndfull overlevde.

**Dødsmarkene** Choeung Ek utenfor byen er en påminnelse om aldri å glemme det uhyggelige og forferdelige. Som minnesmerke er det satt opp en stupa i glass, omkring 8000 hodeskaller er samlet og vises frem som en makaber påminnelse.

Vi skal etter dette besøke **det russiske markedet** i byen for å lande litt, vi spiser også felles lunsj. Så bytter vi spor til skjønnhet, rikdom og helligdom: **The Royal Palace**. Bygget i 1866 med **den lekre Sølvpagoden** innlemmet i komplekset er dette et imponerende skue. Mange skatter er mottatt som gaver til den populære kongen - blant annet en solid Buddha i gull, dekorert med nesten 10 000 diamanter som veier sin vekt i gull - 90 kilo. Vi skal også besøke **Nasjonalmuseet** og det største markedet i byen, **Central Market**.

Etter en mildt sagt variert dag, er det også felles middag på en lokal restaurant.

Dag 10

## Phnom Penh - Siem Reap

☪ Frokost, lunsj

Etter frokost sjekker vi ut fra hotellet og skal videre på nye eventyr i Kambodsja. Vi får litt **reisedag** igjen, bussturen tar omtrent 5 timer. Men som sist, det er alltid noe å se på ut av vinduet om du ikke vil lukke øynene å slappe av. Vi stopper og strekker på beina i

**landsbyen Skun** som er mest kjent for delikatessen stekt tarantell. Du trenger ikke smake:) Kanskje vi heller tar en kaffe enten her eller ved et annet stopp...

Vi beregner å ankomme **Siem Reap**, porten til Angkor, om ettermiddagen. Vi sjekker inn på hotellet og spiser lunsj. Resten av dagen er til egen disposisjon, hotellet har basseng og det kan være godt å lade opp til neste dags opplevelser. Reiseleder vil organisere middag for den som vil.

Dag 11

## Siem Reap - Angkor

☺☺ Frokost, lunsj, middag

Grytidlig opp i dag før å få med oss **soloppgangen** over det største av dem: **Angkor Wat**. Vi returnerer til hotellet for frokost senere. Vi vil ha tid til egne sysler før vi møtes til lunsj. Vi må styrke oss for å være klare til en unik dag ute ved tempelområdet.

Fra niende til det fjortende århundre hersket de mektige khmer-kongene over et rike som strakte seg over både Vietnam, Laos og Thailand, og den høyt utviklede sivilisasjonen hadde en enorm påvirkning på den kulturelle og kunstneriske utviklingen over hele området. Dette er et enormt ruinkompleks av **palasser og templer fra den tidligere hovedstad i khmer-riket**. Komplekset består av cirka 100 templer, hvorav flere som ligger langt inne i jungelen, og hele komplekset strekker seg over et område på 250 kvadratkilometer. Lenge var Angkor nedgrodd i jungel, og glemmt, nå er skogen ryddet og disse vidunderlige skattene kan oppleves til glede for alle.

Den sydlige **porten til Angkor er Angkor Thom**. Muren er både vakker og kulturell på samme tid. Etter hvert kommer noen av de historiske høydepunktene i Angkor perler på en snor: **Elephant Terrace, Royal Palace og Bayontempelet med de mange ansiktene**. Hvor mange er det egentlig?

Det blir ikke mer **trolsk** enn **Ta Prohm-tempelet**. Nærmest overgrodd av jungelen rundt, her snakker vi perfekt symbiose med natur og helligdom. Det største av dem alle er Angkor Wat. Ord blir fattige - det er storslagent, enormt stort og kort og godt et mesterverk!

Om kvelden skal vi dykke ned og nyte av **tradisjonell khmer-dans ved Aspara Theatre**. Samtidig spiser vi middag.

Dag 12

## Siem Reap - dag til egen disposisjon

☺☺ Frokost

Frokost først. **Ta dagen som den kommer sammen med reiseleder**. Om du vil se mer av Angkor, er det mulig å kjøpe seg et nytt dagspass for besøk. Du kan også bli bedre kjent i Siem Reap eller ta livet med ro ved bassenget.

Reiseleder vil også organisere måltider.

Dag 13

## Siem Reap, lokale opplevelser

☺☺ Frokost, lunsj, middag

Vi begynner med frokost før vi skal besøke **Phnom Krom**, landsbyen som viser oss mer om hvordan man lever her. Vi bare rusler gjennom og ser med store øyne hva som skjer rundt oss. **Chong Kneas** er en annen landsby der vi får med oss det lokale markedet og blir med på en liten båttur på den store **innsjøen Tonle Sap**. Sjøen vokser omtrent 200 %

i areal under regntiden. Husene er tilpasset forholdene og står på "stylter".

Lunsj på lokal restaurant.

Om ettermiddagen besøker vi **Senteurs d` Angkor** der vi virkelig tar inn luktene av lokal produksjon her i Kambodsja. Såpe laget av kokosnøttolje, naturlig kosmetikk, duftlys - noen pakkes i "krebei riel" som er vakre håndlagde bokser. Etter besøk på **workshopen** og i den vakre **botaniske hagen**, lærer vi hvordan de lokale jobber i takt med miljøet og hvordan alt henger sammen.

Vel tilbake på hotellet skal vi markere siste kvelden på skikkelig vis. Vi skal spise middag på en lokal restaurant og nyte både måltidet og siste kvelden med gruppa.

Dag 14

## Siem Reap - avreise til Ho Chi Minh City og hjemreise

🍴 Frokost

Vi spiser frokost og har litt tid for oss selv før vi sjekker ut. Vi får transfer til flyplassen og flyr først til Ho Chi Minh City. Her må vi ta ut bagasjen og sjekke inn på nytt.

Videre med fly mot Norge med mellomlanding og flybytte.

Dag 15

## Ankomst Norge

Vi er tilbake i Norge etter mange, opplevelsesrike dager.