



MOMENTOS INOLVIDABLES EN NEPAL

Las tareas que se pueden desarrollar en el presente proyecto son muy variadas y dependerán del orfanato y la persona, pero se pueden resumir en los términos de "cuidar y educar". Una experiencia realmente enriquecedora y la mejor forma de conocer este fascinante país. El trabajo en un orfanato o refugio es duro emocionalmente, pero enormemente necesario y gratificante. Ayudarás en las tareas diarias y las actividades generales del centro, trabajarás con los niños en programas deportivos y les ayudarás con los deberes del colegio y el inglés.

Las tareas dependen del orfanato concreto y de tu perfil, pero todas se enmarcan en el cuidado y educación de estos niños sin padres.

SALIDAS: DURANTE TODO EL AÑO - DURACIÓN: 1 A 16 SEMANAS

GRUPO MÍNIMO: 1 PERSONA

PRECIO POR PERSONA

PRECIO 1 SEMANA:
PROGRAMA ORFANATO: 770€
PROGRAMA ORFANATO + HOSPITAL: 895€

PRECIO 2 SEMANAS:
PROGRAMA ORFANATO: 800€
PROGRAMA ORFANATO + HOSPITAL: 935€

PRECIO 3 SEMANAS:
PROGRAMA ORFANATO: 830€
PROGRAMA ORFANATO + HOSPITAL: 970€

PRECIO 4 SEMANAS:
PROGRAMA ORFANATO: 860€
PROGRAMA ORFANATO + HOSPITAL: 1.005€

PRECIO 5 SEMANAS:
PROGRAMA ORFANATO: 890€
PROGRAMA ORFANATO + HOSPITAL: 1.045€

PRECIO 6 SEMANAS:
PROGRAMA ORFANATO: 920€
PROGRAMA ORFANATO + HOSPITAL: 1.075€

PRECIO 7 SEMANAS:
PROGRAMA ORFANATO: 950€
PROGRAMA ORFANATO + HOSPITAL: 1.105€

PRECIO 8 SEMANAS:
PROGRAMA ORFANATO: 980€
PROGRAMA ORFANATO + HOSPITAL: 1.145€

GASTOS DE INSCRIPCIÓN Y GESTIÓN: 60€

CONDICIONES DEL PROGRAMA

El precio incluye:

- Alojamiento
- Orientación y ayuda en caso de emergencia 24horas
- Recogida en el aeropuerto, bienvenida
- Estancia en hotel en Katmandú la primera noche

- Orientación de bienvenida
- Manual básico de la lengua nepalí
- Programa de orientación
- Ubicación: después de 3 – 4 días
- Comidas

El precio no incluye:

- Vuelos
- Actividades extras
- Tour por las ciudades más importantes de Katmandú
- Gastos personales
- Seguro médico: 45€

INFORMACIÓN BÁSICA:

El trabajo desarrollado en un orfanato o refugio es duro, pero muy necesario, y gratificante: En estos podrás ayudar en las tareas diarias y las actividades cotidianas del centro, trabajar con los niños en programas deportivos y ayudarles con los deberes del colegio y el inglés.

Las tareas dependen del orfanato concreto y de tu perfil, pero todas se enmarcan en el cuidado y educación de estos niños sin padres. La experiencia puede durar entre 1 semana y 5 meses. Serán de los más intensos de tu vida.

REQUISITOS

Todos los cooperantes deben ser mayores de 18 años. No es necesario formación específica para el proyecto de orfanatos en Nepal. Sin embargo, los cooperantes interesados en trabajar con niños huérfanos, necesitan tener mucho aprecio y cariño a los niños y buena disposición y voluntad para compartir su tiempo con ellos. Los cooperantes interesados en enseñar tendrán que tener buen conocimiento de inglés.

Requisitos lingüísticos: Los cooperantes interesados en enseñar tendrán que tener además, buen conocimiento de inglés, esto depende del sector en el se haga el cooperación. Lo preferible es que se tenga un buen control de inglés. En áreas rurales es de gran ayuda tener algunos conocimientos básicos de nepalí.

DEPÓSITO

200€

ALOJAMIENTO Y COMIDA

Para los cooperantes que trabajan en orfanatos, el alojamiento será en el mismo orfanato. Tienen habitaciones individuales y el cuarto de baño también lo está pero puede que tengan que compartirlo con los empleados del orfanato. El director y su familia viven también en el orfanato por lo que hay un ambiente de familia.

Para los cooperantes que trabajan en colegios o en hospitales se organiza el alojamiento en familias nepalíes. Las familias siempre viven cerca de los proyectos de cooperación.

FECHAS

El programa está disponible durante todo el año salvo del 28 de septiembre al 12 de octubre por vacaciones escolares.

Se puede empezar el programa todos los días de la semana, no tiene porque ser el lunes.

EL PAPEL MÁS IMPORTANTE QUE PUEDES REPRESENTAR

Es difícil hacerse a la idea de lo que supone para un niño no tener familia. Para ellos, el personal de los orfanatos (personas como tú) se convierten en sus referentes y en su mayor apoyo, lo más parecido a unos padres. Este sentimiento se hace recíproco en los cuidadores, que llegan a sentir una mezcla de responsabilidad y cariño, que es lo más parecido a la paternidad.

Y todo esto te puede pasar nada más y nada menos que en Katmandú, Nepal, un país muy pobre, pero paradójicamente lleno de riquezas culturales y naturales. Para muchos esta es la única forma que les permite la conciencia de viajar a este tipo de países: disfrutando las riquezas, y ayudando en las miserias.

Te marcará para toda la vida.

TE GUSTARÁ SI...

Si quieres echar una mano donde más lo necesitan, si cuando ves a niños que lo pasan mal no puedes mirar hacia otro lado, si quieres conocer un país fascinante sin cerrar los ojos a sus miserias, si estás buscando una experiencia realmente enriquecedora y que te haga sentir bien contigo mismo.

NO TE GUSTARÁ SI...

Si vives en una burbuja y no te afecta lo que pasa en el resto del mundo, si te gusta hacer turismo de élite, alejado de los problemas de la gente.

EL MOTIVO DEL PROGRAMA Y PAPEL DEL PARTICIPANTE

Hay muchos niños que viven en las calles de la capital de Nepal, Katmandú. Muchos de estos niños han tenido la suerte de poder estar en orfanatos o refugios para niños, sin embargo, la gran mayoría cuentan con escasos recursos y necesitan ayuda.

Trabajar en un orfanato o refugio es duro pero muy gratificante: ayudarás en las tareas diarias y las actividades generales del centro, trabajarás con los niños en programas deportivos y les ayudarás con los deberes del colegio y el inglés.

El domingo es día libre para los cooperantes, además pueden tener horas libres por la tarde.

1. Orfanatos

Hay diferentes programas educativos y de enseñanza en los centros y las actividades dependen de las necesidades del proyecto y de los conocimientos e intereses de los participantes. Los cooperantes pueden involucrarse en las siguientes actividades:

- Enseñar inglés (2-4 horas al día) en orfanato o colegio (cuando los niños del orfanato van al colegio durante el día)
- Sanidad (ayudar a los niños en la higiene personal, duchas y lavado de dientes)
- Organizar juegos, dibujar, cantar, bailar y otras actividades de educación creativa y extra)
- Llevar a los niños a visitas educativas
- Ayudar a los niños en sus deberes y progreso académico.
- Oportunidades para enseñar a los niños que no pueden ir al colegio por la edad.
- Ayudar a niños a vestirse y a llegar bien al colegio
- Ayudar con la distribución de la comida, en la cocina y jardín
- Ayudar en las tareas administrativas.
- Ayudar en otras actividades o programas diseñados para niños

En los orfanatos los cooperantes trabajan de las 7 hasta las 9.30 de la mañana y de las 4 hasta las 7 de la tarde. Durante las horas libres, los cooperantes pueden dar clases de inglés en colegios.

2. Enseñanza en colegios

Los cooperantes trabajarán principalmente como profesores de inglés, tanto en colegios públicos como privados. Dependiendo de las necesidades, se les preguntará a los cooperantes si quieren participar en otros colegios en actividades extras, deportivas...

Las tareas a desarrollar son:

- Enseñar inglés (3-5 horas al día) en colegios públicos o privados durante 6 días a la semana.
- La mayoría de los estudiantes de los colegios son de entre 6 y 13 años. Los profesores ayudarán a los cooperantes.
- Organizar juegos, dibujar, cantar, bailar y otras actividades de educación.
- Llevar a los niños a visitas educativas
- Ayudar a los niños en sus deberes, progreso académico

- Tareas administrativas
- Ayudar en otras actividades o programas diseñados para niños

Como todos los profesores son nepalíes, la visión del mundo que tienen los estudiantes es muy limitada. Con los cooperantes, al ser de diferentes nacionalidades, los niños tendrán la oportunidad de conocer aspectos de otros países, mejorar su nivel de inglés y en general a abrir sus mentes y que sean conscientes de las oportunidades que hay fuera de Nepal.

¿Qué enseñar?

El contenido de las clases es similar al que pueda dar cualquier otro profesor nepalí por lo que deberás preguntar a los profesores acerca de las lecciones, la programación, donde están los materiales, qué necesitan los estudiantes para aprobar los exámenes...

¿Cuándo voy a dar clases?

Tu programa será organizado con el director, pero probablemente darás como mínimo tres clases al día.

No he dado clase antes...

Muchos cooperantes tampoco han dado clases anteriormente. Los cooperantes anteriores han confiado en su nivel de inglés, sentido común y han dejado memorias de lo que han enseñado: juegos, tácticas de memoria, deberes... Ten la seguridad de que los niños son maravillosos, están muy motivados y tienen muchas ganas de que les ayuden y enseñen. Con relax y paciencia todo sale bien.

¿Qué otras cosas puedo hacer?

A los niños también les gustan las actividades extraescolares: pintar, dibujar, practicar deporte, jugar al ajedrez, escuchar música... En las oficinas siempre se necesita personal para escribir informes, exámenes, editar y revisar...

3. Cooperación en hospitales

Se estima que entre 100.000 de nepalíes, especialmente mujeres y niños necesitan cuidados médicos básicos. Trabajar en un hospital o clínica es una gran oportunidad para aprender sobre las necesidades médicas en otros países; además si tienes interés o experiencia en un campo en particular, puedes comunicarlo e intentaremos buscar un programa que se ajuste a tus expectativas.

De acuerdo con la elección de los cooperantes trabajamos en diferentes lugares, colegios, orfanatos, hospitales... Para los cooperantes que vayan a estudiar medicina los cambiaremos de hospital cada semana y para los que ya estudian medicina, les buscaremos un departamento en particular.

Departamentos:

- Servicio de pacientes externo
- Servicios de cuidados diarios
- Radio diagnóstico
- Servicio de patología
- Servicio de endoscopia
- Servicio de prevención

TU DÍA A DÍA

7 AM – 8 AM: desayuno para los niños, los cooperantes pueden distribuir la comida a los niños y ayudar en la cocina. Los cooperantes podrán desayunar después de los niños.

8 AM-9AM: Hora para los niños ir al colegio, los cooperantes pueden ayudar a los niños a ir al colegio (saneamiento, vestir)

9 AM-10 AM: Los niños van al colegio; los cooperantes llevan a los niños al colegio y se aseguran de que lleguen bien.

10 AM- 3 PM: cooperantes interesados en dar clases de inglés y otras asignaturas a los niños en el colegio. Los niños pequeños (2 a 6 años) se quedan en el orfanato y los cooperantes no interesados en trabajar en el colegio se quedan con los niños pequeños en el orfanato donde le enseñarán inglés, jugando con ellos, organizando juegos, dibujando y haciendo otras actividades.

12 PM - 1PM: Comida para los cooperantes

3 PM - 4 PM: Los niños vuelven del colegio, los cooperantes los llevan al orfanato. Les ayudan a cambiarse de ropa y a ordenar sus cuartos.

4:30 PM - 6:00 PM: horas de juego para los niños, los cooperantes juegan con ellos. Pueden organizar juegos para los niños para que se diviertan y aprendan cosas nuevas y divertidas.

6:00 PM- 7:00 PM: Tiempo para los deberes. Los cooperantes ayudan a los niños a hacer los deberes para que estén listos para el día siguiente.

7:00 PM: Hora de cena para los niños e irse a la cama. Los cooperantes ayudan en la distribución de la comida y limpieza de la cocina.

Ten en cuenta que este es un planning diario tipo y que el día a día varía en función del orfanato, la estación del año en la que nos encontremos y el clima.

- Alojamiento y pensión:
Normalmente el alojamiento del programa es en el lugar del proyecto o en alguna de las ciudades cercanas. En la organización preferimos buscar casas para los cooperantes con el objetivo de que puedas compartir experiencias y empaparte de la cultura del país, sin embargo hay otras opciones de alojamiento en hoteles o albergues.
- Horario y tiempo libre:
Puedes participar a tiempo completo o parcial. Incluso puedes participar en dos tiempos partidos al mismo tiempo. Los horarios habituales de comida en Nepal son:
 - Desayuno: 7:30 am
 - Media mañana: 9:30 am
 - Almuerzo: 14:00 pm
 - Cena: 19:30 pm

¿QUÉ NECESITAS?

DOCUMENTACIÓN

Todos los cooperantes tienen que rellenar la documentación al menos 2 meses antes de la fecha prevista de inicio y enviarla junto con una copia del pasaporte, CV actualizado, una foto actualizada y un certificado médico. Posteriormente, dependiendo del programa que solicites, te contactaremos para una entrevista.

VISA

Todos los extranjeros, a excepción de los procedentes de India, requieren un visado. Con el visado es posible viajar por el valle de Katmandú, Pokhara y el Parque Nacional de Chitwan, en Terai. Para hacer montañismo, es necesario solicitar un permiso si se tiene la intención de desviarse de las carreteras principales. Puede obtenerse en las oficinas de inmigración de Katmandú y Pokhara. Los precios de entrada en los parques nacionales y en las reservas naturales han aumentado considerablemente.

Puedes conseguir la visa nepalí a través de internet. En la página web del consulado de Nepal puedes descargar una solicitud de visado que tienes que cumplimentar y luego enviar al consulado en Barcelona. Puedes pedir un visado para 15, 30 o 90 días. Puedes ampliar el visado hasta un máximo de 5 meses.

GESTIÓN DE LAS SOLICITUDES Y PLAZOS

Todos los cooperantes tienen que rellenar la documentación al menos 2 meses antes de la fecha prevista de inicio.

CONDICIONES Y GRATIFICACIÓN

Puedes trabajar como cooperante tiempo completo o jornada partida, incluso participar en dos programas diferentes, por ejemplo, durante el día colaborar para una ONG y después por la tarde en un orfanato o colegio, etc.

ALOJAMIENTO Y DIETAS

Esto varía dependiendo del lugar del proyecto. Si estás en áreas rurales entonces tendrás condiciones básicas. Normalmente nuestro programa es en áreas semiurbanas por lo que el alojamiento es con una familia nepalí, en albergues o en casa de orfanato.

FECHAS

Puedes participar en el programa en cualquier época del año teniendo en cuenta que el plazo máximo de estancia en Nepal es de 5 meses. (Duración máxima del visado).

EVALUACIÓN Y ORIENTACIÓN

La orientación de los cooperantes varía según la situación de cada uno. Todos los cooperantes serán atendidos y orientados por el coordinador de la cooperación. Después de la orientación, el coordinador hará una evaluación para determinar cómo emplear mejor el tiempo y los conocimientos de los cooperantes. Los cooperantes virtuales reciben las instrucciones por escrito por los supervisores con las dudas que tengan.

A todos los cooperantes se les pide, al final de su experiencia, que escriban un informe sobre los servicios prestados. Estos informes ayudarán a la organización a funcionar mejor y durante mucho tiempo, así como usarlos para futuras referencias.

Se espera que los cooperantes sigan todas las instrucciones durante el periodo de orientación y entrenamiento.

SALUD

Es muy importante que consultes con los centros de vacunación tropical las últimas recomendaciones sobre las vacunas que debes ponerte.

Es imprescindible contar con un buen seguro médico y de viajes.

SEGURIDAD

Por favor, recuerda que siempre hay riesgos cuando se viaja al extranjero. Te recomendamos que consultes con tu embajada las condiciones actuales en Nepal.

A tu llegada, te proporcionamos un manual sobre la lengua nepalí. Recuerda que ofrecemos un servicio de emergencia 24 horas, 7 días a la semana.

CANCELACIONES

Consultar Términos y Condiciones.

CONSEJOS

El primer consejo es que vayas y que superes el miedo a vivir auténticas emociones.

A partir de ahí ten en cuenta que vas a un país pobre donde lo importante es estar cómodo y ser práctico.

- Ropa de algodón:
Haz acopio de camisetas de algodón (seguro que tienes varias de merchandising) y de pantalones cortos también de algodón. Al final será lo que más te pongas. Por supuesto también alguna sudadera y un chubasquero fino, sólo por si acaso. Para los pies agradecerás calzado ligero pero resistente, tipo chancla o sandalia con buena suela, de esas que están ahora tan de moda.
- En la mochila:
Toalla (mejor un par de ellas, aunque sean pequeñas), un buen libro, o varios, antidiarréico (nunca se sabe), linterna, gorro o gorra de batalla, gafas de sol y crema solar.
- Además:
No se te olvide la cámara de fotos y tarjetas de memoria suficientes.

CÓDIGO DE CONDUCTA

Se espera de los cooperantes que tengan un comportamiento adecuado con el personal, los huéspedes, visitantes y con otros estudiantes. La actitud debe ser propicia para el trabajo en equipo y la cooperación; por el contrario, ante un comportamiento inadecuado se da un aviso y puede ser motivo de expulsión.

Si un cooperante no respeta este Código de Conducta o no se adapta al espíritu del programa, podría, después de las advertencias pertinentes y el asesoramiento necesario, ser expulsado del programa. En este caso, no habrá devoluciones y los gastos adicionales serán por cuenta del estudiante. Todos los asuntos disciplinarios serán evaluados por la organización del programa.

INFORMACIÓN SOBRE EL PAÍS

PAÍS DE DESTINO

El reino de Nepal, situado a lo largo de las más altas cumbres del Himalaya, se dibuja como una tierra de paisajes sublimes, templos desgastados y algunas de las mejores rutas para practicar el trekking. En contraste con su pobreza, Nepal disfruta de una gran riqueza paisajística y tesoros culturales. Desde tiempos inmemoriales, este territorio ha estimulado la imaginación de Occidente, y a los turistas que lo visitan les resulta un lugar difícilmente olvidable. Muchos viajeros, seducidos por los encantos de Nepal, regresan, pero conscientes de su amplia complejidad natural y cultural, y provistos de un buen par de botas de montaña para fortalecer las piernas.

NOMBRE OFICIAL

Reino de Nepal

SUPERFICIE

140.800 km²

POBLACIÓN

26.460.000 hab.

CAPITAL

Katmandú (535.000 hab.)

NACIONALIDADES Y ETNIAS

Tribus mongoloides (rai, limbu, newar, gurung, tamang), indonepaleses, tibetanos (bhotia), magares, sherpas

IDIOMA

Nepalés (también conocido como gurkhali)

RELIGIÓN

90% hindúes, 5% budistas, 3% musulmanes, 2,1% otras religiones.

RÉGIMEN POLÍTICO

Democracia parlamentaria

Jefe de Estado: rey GyanendraBirBikramShahDev

Primer ministro: GirijaPrasadKoirala

PRINCIPALES RECURSOS ECONÓMICOS

Turismo, alfombras, productos textiles, cigarrillos, cemento y ladrillos, arroz, arroz enano, yute, azúcar, aceite de semillas, maíz, trigo, caña de azúcar, tubérculos, leche, carne de búfalo de agua.

PRINCIPALES SOCIOS COMERCIALES

India, Estados Unidos, Alemania, Reino Unido, Singapur, Japón

ELECTRICIDAD

220 V, 50 Hz (no siempre disponible)

PESOS Y MEDIDAS

Sistema métrico

CÓMO LLEGAR

En Nepal hay solo un aeropuerto, llamado aeropuerto internacional Tribhuvan. Una vez que tengamos los detalles del vuelo, te recibiremos allí. La organización se encargará de hacer la reserva de tu primera noche en un hotel en Katmandú.

CLIMA

El clima en Nepal depende de la estación del año y de la localización y altitud. El clima de Nepal es de monzón con una estación seca y húmeda. La estación seca es de octubre a mayo. El monzón (estación húmeda) llega normalmente en junio y termina en septiembre. Las temperaturas más altas son en mayo y al principio de junio, durante este tiempo la temperatura típica en Katmandú es de 30 C y en otras altitudes más bajas puede subir hasta los 45 C. En la estación seca (invierno) las temperaturas pueden ser de 20C durante el día pero la temperatura baja durante la noche hasta los 0C. En cualquier caso rara vez nieva en el valle de Katmandú.

Nepal tiene cuatro estaciones distintas: primavera, verano, otoño e invierno. La primavera empieza en marzo hasta mayo, es una estación calurosa y con lluvias. Desde junio a agosto, la estación del monzón, en verano, todo está muy verde. Desde septiembre a noviembre (otoño) es la mejor estación para hacer trekking, el cielo es claro pero hace un poco de frío. El invierno es desde diciembre hasta febrero, con frías noches y niebla por las mañanas.

MONEDA

Rupia nepalesa.

En Nepal, existen tres tipos de cambio en vigor: el fijado por el Banco Rastra Nepal gubernamental; el fijado por los bancos privados, ligeramente más generoso (pero dentro de los límites de la legalidad); y el del mercado negro, establecido por los comercios de alfombras y las agencias de viajes, que resulta aún más espléndido. El primero aparece publicado en el diario Rising Nepal, y supone un punto de referencia de gran utilidad. Los tipos de cambio y las comisiones pueden variar considerablemente de un lugar a otro, por lo que se recomienda darse una vuelta antes de canjear dinero.

Cuando se cambia moneda de forma legal, se obtiene un recibo de cobro de moneda extranjera que indica la cantidad de divisa fuerte que se ha canjeado. Si se abandona el país desde el aeropuerto de Katmandú y aún no se han agotado las rupias, se puede volver a cambiar en divisa fuerte hasta un 15% de la cantidad que figura en el recibo.

En Nepal, se aceptan la mayoría de las principales monedas internacionales, como el dólar estadounidense y la libra esterlina, e incluso la rupia india se incluye en este grupo. Más allá de la zona del valle de Katmandú, puede resultar difícil canjear billetes grandes de rupias nepalesas, por lo que se recomienda contar con una cantidad suficiente de dinero en billetes pequeños, en especial si se va a practicar trekking.

HORA LOCAL

GMT+5.45

FIESTAS Y COSTUMBRES

El calendario festivo de Nepal refleja una actividad febril. La más importante de todas las celebraciones, el Dasain, se desarrolla en octubre a lo largo y ancho de la nación; en este momento se produce el mayor sacrificio de animales del año. Siguiendo el orden de importancia, aparece la Tihar, festejada en noviembre, y que honra a los animales en lugar de sacrificarlos. Otras festividades de carácter nacional incluyen la celebración pasada por agua de Holi, en marzo, y la de ChaitraDaisan, en abril, acontecimiento más bien negativo para los animales.

Entre las fiestas hindúes destacan HaribodhiniEkadashi, en noviembre, MahaShivaratri, en marzo, ambas organizadas en Pashupatinath; GaiJatra, festejada en agosto en Katmandú; y Krishna Jayanti, que acontece en agosto o septiembre en Patan. Los eventos budistas son abundantes; sobresalen ManiRimdu, emplazada en SoluKhumbu en noviembre; BuddhaJayanti, que se sucede en mayo en la capital; y Losar, el Año Nuevo tibetano, encajado en febrero y que se desarrolla en Swayambhunath, Jawlakhel y las comunidades de las tierras altas.

INDISPENSABLE

En función de la estación del año, te recomendamos llevar:

- Primavera: Marzo-Mayo: Estación de lluvia pero para ropa muy ligera, de verano
- Verano: Junio-Agosto: Ropa ligera
- Otoño: Septiembre-Noviembre: Ropa de entre tiempo
- Invierno: Diciembre-Febrero: Ropa de abrigo

Trabajamos tu viaje con responsabilidad



Medioambiente.

Plan oficina verde. Compensamos CO₂ a través del bosque Miguel Guerrero.



Sociedad.

Involucrados desde el inicio en más de 108 proyectos solidarios, locales e internacionales.



Fauna.

Apoyamos la protección animal de la mano de la ONG F.A.A.D.A.

