

KARIBU

INFORMATIVO NEPAL

23/10 A 01/11/2021



O P A Í S

LOCALIZAÇÃO

O **Nepal** está localizado no continente asiático. O país fica entre a Índia e a China e é conhecido por seus templos e pela Cordilheira do Himalaia, onde fica o Monte Everest, o pico mais elevado do mundo. Kathmandu é a capital do Nepal e a cidade mais populosa.



IDIOMA

A língua tradicionalmente falada é o nepali, mas outros 30 idiomas também são praticados pela população. Na cartilha do pré-embarque, você receberá um pequeno dicionário com as principais expressões e saudações no idioma nativo para estar ainda mais preparado para a sua viagem e interações sociais.

Dica Karibu: baixe no Google Tradutor o português, nepalês e o inglês para utilizar em situações sem Internet.

MOEDA

A Rúpia Nepalesa (NPR) é a moeda do país. R\$1 corresponde em torno de 22 rúpias. Os custos de alimentação, transportes e souvenirs são excelentes e baixos quando comparados ao Real brasileiro.

Dica Karibu: baixe o aplicativo Currency que permite checar variações cambiais a qualquer momento. Recomendamos viajar com USD a serem trocados pela moeda local no próprio país. Se possível, leve também um cartão de crédito.

CLIMA

O Nepal possui épocas de monções que duram cerca de 3 meses, entre junho a meados de setembro. Em outubro, mês da viagem, as épocas chuvosas estarão no final e podemos esperar por um tempo úmido com temperaturas entre 18° e 28° C. Como o projeto fica no topo da montanha, à noite as temperaturas podem cair.

Dica Karibu: visto que trabalharemos em um projeto social, recomendamos utilizar roupas confortáveis, discretas e frescas. Durante a noite, é aconselhável vestimentas mais quentes devido à temperatura.

O P A Í S

CULINÁRIA

A culinária nepalesa tem fortes influências da picante comida indiana e gastronomia chinesa. O prato principal, que faz parte, basicamente, de todas as refeições da população local, é o Dhal Bat que consiste em arroz (Bat) com um molho feito de lentilhas, grãos e legumes (Dhal). Outro prato típico é o Momo, comida de influência tibetana, que é um pastel cozido no vapor ou frito, recheado com vegetais, carne de búfalo ou de frango.

Dica Karibu: Recomendamos comprar petiscos e outros alimentos que você faça questão antes de ir para a vila do projeto.

POPULAÇÃO

O Nepal possui uma das maiores densidades demográficas do continente, com 184 habitantes por km², cuja população é composta de 12 etnias que convivem harmoniosamente. O país possui cerca de 28 milhões de habitantes e a expectativa de vida é de 64 anos. Os nepaleses seguem principalmente duas religiões: o hinduísmo (80%) e o budismo (11%), porém o cristianismo vem ganhando força.

EDUCAÇÃO E SAÚDE

A população nepalesa apresenta um dos índices mais elevados de analfabetismo do mundo, com cerca de 68%. Segundo dados da ONU, o Nepal possui baixo Índice de Desenvolvimento Humano (IDH), ocupando o 138º no ranking mundial composto por 169 países.

Dica Karibu: você não precisa preocupar-se com a Malária utilizando diariamente um bom repelente (recomendamos o Exposit Extreme) e, caso julgue necessário, ingerir pílulas preventivas (Malarone) da picada do mosquito.

ECONOMIA E TURISMO

O Nepal é uma nação cuja economia é baseada na agricultura e no turismo. Cerca de 90% dos habitantes trabalham na agricultura, principalmente no cultivo de arroz. O turismo tem crescido nos últimos anos e as cidades de Pokhara, Kathmandu, Lumbini (terra natal do Buda) e trekkings no Annapurna e Everest são as principais atrações.

O P R O J E T O



Shamser Thapa é um professor e diretor engajado na melhoria da comunidade onde vive em Gaunshahar, localizada no município de Besishahar, centro-norte do Nepal. Não satisfeito com o sistema educacional da região, Shamser criou uma escola independente e gratuita que não discrimina as castas, aceitando a todas as crianças da aldeia. Essa iniciativa alivia o fardo das famílias com menores condições financeiras, possibilitando aos estudantes uma educação de qualidade.

A *Heaven Hill Academy* está localizada no topo de uma colina com vista para as montanhas do Himalaia, o que traz uma energia muito especial ao local. Por situar-se numa região montanhosa, Gaunshahar não costuma receber a visita de turistas, com exceção dos voluntários da escola, que têm a oportunidade de imersão na cultura nepalesa de modo único.



A T I V I D A D E S

Os voluntários poderão atuar em diferentes frentes, mediante suas habilidades e interesses. Não é necessário ter nenhum conhecimento específico, pois a Karibu irá capacitar previamente na execução das atividades desenvolvidas. O mais importante é a proatividade para aprender, ensinar e adquirir novas experiências. Serão estruturadas as seguintes atuações:

REFORÇO ESCOLAR

Os voluntários poderão atuar como docentes ou auxiliar os professores locais nas aulas de inglês, matemática ou outras disciplinas que tenham maior afinidade.

RODA DE CONVERSA

A menstruação e a sexualidade são grandes tabus no Nepal. Pouco se fala sobre os assuntos, tendo por consequências: a falta de conhecimento sobre métodos preventivos; ISTs; gravidez indesejada; e abusos sexuais. Discutiremos com os jovens de forma lúdica, por meio de rodas de conversa.

ECOLOGIA E MEIO AMBIENTE

Somente por meio da educação haverá mudanças de comportamento que façam as pessoas compreenderem porque é errado descartar lixo no chão e como o ecossistema sofre com as interferências humanas. Iremos promover debates e jogos sobre o assunto.

BIBLIOTECA

Atuação na biblioteca com as crianças menores, promovendo atividades lúdicas relacionadas à literatura, pintura, dança, jogos, desenhos e música. Viva a arte!

ESPORTE E SAÚDE

Fomentar a prática de esportes, yoga e atividades recreativas. O intuito é promover o bem-estar e possibilitar uma maior interação dos alunos.

CULINÁRIA

Os voluntários poderão ensinar a preparar e cozinhar pratos típicos brasileiros para um grupo de alunos e locais de Besisahar.

MÃOS À OBRA

A escola está expandindo suas instalações e ampliando a quantidade de salas de aula para que possa oferecer educação a mais alunos. Os voluntários poderão ajudar na construção e pintura das novas áreas.

C R O N O G R A M A

23/10 (sábado)

Chegada na cidade de Besisahar, onde a Karibu levará os voluntários na casa de câmbio e para realizar compras pessoais, antes de seguirem juntos para Gaunshahar (a cerca de 2h de van).

24/10 (domingo)

Manhã: aula de yoga, orientação cultural, imersão no projeto social, tour em Besisahar e palestra sobre a realidade local. Tarde: pintura da escola.

25/10 (segunda-feira)

Manhã: aulas na escola e atividades na biblioteca.

Tarde: ajudar na construção e pintura da escola.

26/10 (terça-feira)

Manhã: aula de yoga, aulas na escola e atividades na biblioteca.

Tarde: roda de conversas sobre educação sexual.

27/10 (quarta-feira)

Manhã: aulas na escola e atividades na biblioteca.

Tarde: atividades relacionadas a esporte e saúde.

28/10 (quinta-feira)

Manhã: aula de yoga, aulas na escola e atividades na biblioteca.

Tarde: roda de conversas e brincadeiras sobre sustentabilidade e meio ambiente.

29/10 (sexta-feira)

Manhã: aulas na escola e atividades na biblioteca.

Tarde: ajuda na construção e pintura da escola.

30/10 (sábado)

Manhã: livre para trilha, aula de yoga ou descanso.

Tarde: cooking class, os voluntários ensinarão um prato típico do Brasil aos locais.

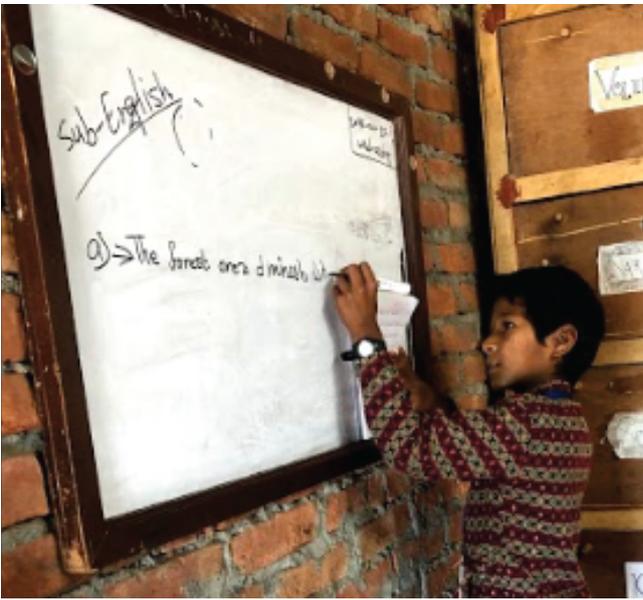
31/10 (domingo)

Manhã: pintura e melhorias na estrutura da escola. Almoço na casa de uma família local.

Aula de yoga no pôr do sol.

01/11 (segunda-feira)

Manhã: atividades na escola e despedida das crianças. Check-out.



C U S T O S

R\$2.500 CONSIDERANDO 10 DIAS, ESTANDO INCLUSO:

- Trabalho voluntário de impacto numa organização comprometida;
- Atuação na escola *Heaven Hill Academy*;
- Materiais que serão utilizados nas atividades educacionais;
- Hospedagem simples;
- Café da manhã, almoço e jantar;
- Palestra sobre a cultura do país com um parceiro nativo;
- Aulas de yoga;
- Translados entre Besisahar e Gaunsahar (chegada e partida);
- Almoço na casa de uma família local;
- Coordenadora bilíngue que orientará a missão e sanará todas as dúvidas;
- Camisa da Karibu;
- Certificado de Participação Voluntária;
- Capacitação antes, durante e depois da viagem objetivando legados consistentes.

O QUE NÃO ESTÁ INCLUSO:

- Passagem aérea | Seguro viagem | Visto

FORMA DE PAGAMENTO:

- Em até 7x (sem juros) de R\$357,14 no boleto bancário ou transferência.
- Desconto de 10% na indicação de um amigo(a) que participe da viagem.

A Karibu, comprometida em possibilitar com que mais pessoas tenham a oportunidade de imergir em culturas distintas, por meio do voluntariado, possui custos consideravelmente abaixo do mercado. No Manual do Voluntário, que você receberá no primeiro dia da viagem, entenderá o destino do seu investimento em percentagens detalhadas.

F A Q

1. POR QUE PRECISO PAGAR SE ESTOU REALIZANDO UM TRABALHO VOLUNTÁRIO?

A organização sobrevive e arca com as despesas por meio de doações. Tudo o que recebe, investe na educação e bem-estar do nicho assistido. Desse modo, não tem sobra financeira para arcar com os gastos de voluntários que queiram ter a experiência no local.

2. O QUE ESSA EXPERIÊNCIA IRÁ ME AGREGAR?

Imersão cultural, vivência de mundo, trabalho em equipe, experiência voluntária, contato com outro idioma e costume, planejamento social e o Certificado de Voluntariado Internacional.

3. COMO MINHA ATUAÇÃO IRÁ IMPACTAR NA VIDA DO PROJETO?

As atividades que serão realizadas na escola e com a população local de Gaunshahar beneficiarão suas vidas em diversos aspectos, objetivando terem continuidade após os voluntários irem embora. Além disso, a ajuda na construção da escola irá propiciar a mais alunos terem acesso à educação.

4. NÃO FALAR OUTRO IDIOMA SERÁ UM IMPEDIDIVO?

De forma alguma o inglês será um problema, pois a coordenadora estará apta a traduzir tudo o que for comunicado e auxiliar tanto no projeto, quanto no aeroporto ou em atividades turísticas.

5. PODEREI FAZER FOTOS DIVULGANDO O PROJETO E MINHA AÇÃO?

Sim, prezando pela dignidade dos envolvidos e respeitando os momentos para tal. Uma experiência como essa merece ser compartilhada!

6. É ALGO ARRISCADO EM TERMOS DE SEGURANÇA?

Não. A coordenadora estará junto ao grupo o tempo todo, tendo ciência dos detalhes necessários à segurança dos voluntários.

7. QUAL A CARGA HORÁRIA DE TRABALHO? HAVERÁ TEMPO PARA TURISMO?

Será variada a carga horária de atividades e poderá sofrer alterações. Todavia haverá certamente tempo hábil para descansar, visitar a vila, as cachoeiras e cidades próximas. Recomendamos que o voluntário reserve alguns dias antes ou após o projeto para visitar cidades como Pokhara e Kathmandu. Para os mais aventureiros, recomendamos o trekking até a base do Annapurna ou Everest. Será uma experiência inesquecível! Caso tenha interesse, a Karibu pode auxiliar com recomendações turísticas.

8. QUAIS AS CONDIÇÕES DA ACOMODAÇÃO?

A acomodação é simples, com quartos e banheiros compartilhados entre os voluntários. Recomendamos que os voluntários levem suas próprias roupas de cama e toalhas. As refeições serão preparadas e servidas por pessoas locais e não há grande variedade, desse modo sugerimos que os voluntários levem complementos como biscoitos, petiscos e frutas, se julgarem necessário.

9. QUAL A VERDADEIRA RELEVÂNCIA DESSA VIAGEM?

Promover uma melhor educação, empoderamento social e troca cultural com os moradores de Besisahar. O voluntário viverá uma experiência inesquecível, com muitos ensinamentos e aprendizados para sua vida.

10. É NECESSÁRIO ALGUM REQUISITO PARA A INSCRIÇÃO?

Sim, proatividade e a certeza de que juntos conseguimos tornar o mundo um lugar melhor. Nada mais é necessário! Após realizar o pagamento, iremos orientar sobre o passaporte, Certificado Internacional de Vacinação e Seguro Viagem. Não precisa preocupar-se com mais nada.



KARIBU

Para mais informações, entre em contato conosco:

karibuconsultoria.com | [@karibu.me](https://www.instagram.com/karibu.me)

