

KARIBU 

NEPAL



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 setembro, as épocas chuvosas estão 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 podem 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.

REFORÇO ESCOLAR

Os voluntários podem 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. Sugerimos discutir 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. Pode-se 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.

ESPORTE E SAÚDE

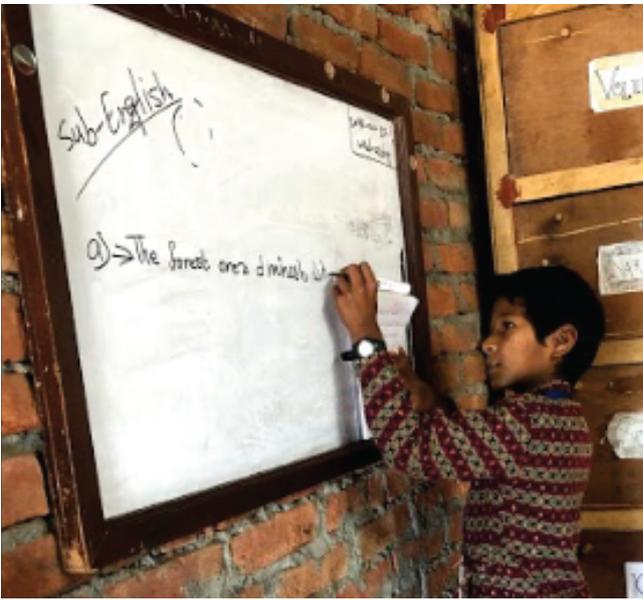
Fomentar a prática de esportes, yoga e atividades recreativas. O intuito é promover o bem-estar e possibilitar uma maior interação dos alunos.

CULINÁRIA

Os voluntários podem 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. O voluntário pode ajudar na construção e pintura das novas áreas.



C U S T O S

7 dias de imersão e voluntariado: **R\$1.030**

14 dias de imersão e voluntariado: **R\$1.820**

21 dias de imersão e voluntariado: **R\$2.520**

30 dias de imersão e voluntariado: **R\$3.300**

Caso queira ficar outro período de tempo, sem problemas! Basta nos solicitar a cotação.

INCLUSO NO CUSTO:

- Trabalho voluntário na escola *Heaven Hill Academy*;
- Hospedagem simples;
- Café da manhã, almoço e jantar;
- Imersão na cultura do país com apoio de um parceiro nativo;
- Translados entre Besisahar e Gaunsahar (chegada e partida);
- Camisa da Karibu;
- Certificado de Participação Voluntária;
- Capacitação antes da viagem objetivando legados consistentes.

O QUE NÃO ESTÁ INCLUSO:

- Passagem aérea | Seguro viagem | Visto (USD 50)

FORMA DE PAGAMENTO:

- 7 dias: em até 2x (sem juros) de R\$515,00 por transferência bancária ou PIX.
- 14 dias: em até 3x (sem juros) de R\$606,66 por transferência bancária ou PIX.
- 21 dias: em até 4x (sem juros) de R\$630,00 por transferência bancária ou PIX.
- 30 dias: em até 5x (sem juros) de R\$660,00 por transferência bancária ou PIX.



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

4. 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!

5. É ALGO ARRISCADO EM TERMOS DE SEGURANÇA?

Não. O parceiro da Karibu estará junto a você, tendo ciência dos detalhes necessários à sua segurança.

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

É variada a carga horária de atividades e pode sofrer alterações. Todavia há 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.

7. QUAIS AS CONDIÇÕES DA ACOMODAÇÃO?

A acomodação é simples, com quartos e banheiros compartilhados entre os voluntários. Recomendamos que o voluntário leve sua própria roupa de cama e toalha. As refeições serão preparadas e servidas por pessoas locais e não há grande variedade, desse modo sugerimos que o voluntário leve complementos como biscoitos, petiscos e frutas, se julgar necessário.

8. 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.

9. 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.



KARIBU

Para mais informações, entre em contato conosco:

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

