

DOSSIER PARA VOLUNTARIOS

Estimados voluntarios,

Este pequeño dossier tiene por finalidad el poder facilitaros toda la información de utilidad para vuestro viaje a Etiopía como voluntarios a través de Cielo133.

Perfil del voluntario

Aunque, en principio, toda persona interesada en el voluntariado y, más en concreto, en el voluntariado de cooperación internacional, es una persona con una sensibilidad determinada que permite considerarla como candidato, en la medida de lo posible (y siempre teniendo en cuenta las necesidades existentes, razón por la que se ha creado el programa de voluntariado), debe responder a un perfil determinado.

En cuanto a las características y capacidades personales, se buscan personas que sean:

- Responsables, abiertas, flexibles; características imprescindibles para el trabajo con los niños.
- Capacidad de trabajo en equipo y coordinación que serán capacidades básicas para el trabajo en la casa de transición, tanto con el personal laboral como con otros voluntarios.
- En la medida en que muchos de los voluntarios viajan a Etiopía, deben ser personas con capacidad de adaptación a otros entornos.

Por otro lado, se valora la experiencia previa en temas de voluntariado, no siendo éste un requisito indispensable para poder participar en nuestro programa.

En cuanto a la formación profesional del voluntario, el programa de voluntariado está abierto a todas aquellas trayectorias que encajan tanto en las características expuestas anteriormente, como en las actividades que se desarrollan. En este sentido, y dadas las características y necesidades, los perfiles que más encajan en el proyecto son:

- Personas relacionadas/especializadas en el ámbito educativo y social: Maestros, profesores, educadores sociales, trabajadores sociales, psicólogos, etc.
- Personas relacionadas/especializadas en el ámbito sanitario: médicos, enfermeras, fisioterapeutas, etc.
- Personas que hablen y escriban inglés
- Personas con conocimientos en agricultura y ganadería, preparación de derivados, etc.
- Conocimientos en diversión y tiempo libre
- Scout

Tipos de Voluntariado

A la hora de presentar los proyectos que acogen voluntarios, hay que distinguir entre el voluntariado que se realiza en territorio español (voluntariado nacional) y el que se realiza en Etiopía (voluntariado internacional). Este procedimiento está centrado en el voluntariado internacional, dados los trámites que acarrea el viaje a Etiopía así como la comunicación que esto supone con la oficina de Cielo en Addis. No obstante, para tener una visión más amplia del programa, a continuación se presentan ambos tipos de voluntariado:

Voluntariado en España:

- Voluntariado en la oficina de Madrid: trabajo administrativo, llamar por teléfono para citar a las familias etc. Traducciones al inglés. Formulación de proyectos. Detección y formulación de subvenciones. Contabilidad. Campaña de socios. Contacto con otras ONG y empresas.
- Encuentros de familias: Participación y colaboración en los encuentros que tienen lugar 3 veces al año: Navidad, junio y septiembre. Los voluntarios participan y colaboran en la organización de actividades para los más pequeños. Asimismo, los voluntarios que han pasado ya por nuestros proyectos en Etiopía y aquellos que están por hacerlo, pueden sumarse a esta actividad.
- Otras actividades puntuales: organización de mercadillos, actividades relacionadas con la cultura etíope, etc.
- Para la realización de dichas actividades, se puede solicitar la colaboración del voluntariado en el Email: cielo133@cielo133.es

Voluntariado en Etiopía

Es importante tener presente que el voluntario no solo se encuentra en otro país, sino que además convive en las ONG locales donde existen ya unas rutinas, unas normas pre-establecidas y unos roles determinados dentro del personal que allí vive y trabaja.

Mientras estéis en Etiopía el voluntario representa a la Asociación Cielo133 y todo lo que haga y diga nos afecta directamente y nos consideran responsables.

El voluntariado colaborará con los siguientes colectivos y en las actividades:

Niños: Apoyar y colaborar en el cuidado de los niños y en las rutinas diarias; desarrollo de actividades educativas (apoyo a las clases de inglés, clases de matemáticas, etc., para facilitar la inserción de los niños en el sistema educativo) y de ocio y tiempo libre.

Mujeres: Apoyar y colaborar en sus actividades; formación para su empoderamiento.

Ancianos: Apoyar y colaborar en el cuidado de las personas mayores y en sus rutinas diaria; desarrollo de actividades educativas y de ocio.

Deficientes mentales: (solo para voluntarios con experiencia en sus cuidados).

Ámbito sanitario:

Clínica: Recoger información de cómo se trabaja, cuántos niños y personas mayores se atienden, relación de enfermedades, tratamientos, etc.

- Apoyo a las enfermeras, pediatra y médicos.
- Educación sexual y reproductiva y de enfermedades transmisibles.

Ganadería: Apoyo a las personas responsables de los animales y puesta en marcha de mejoras, siempre con la autorización de la dirección.

Agricultura: Apoyo a las personas responsables de los cultivos, frutas y verduras y puesta en marcha de mejoras, previa autorización de la dirección.

Jardinería: arreglos de los alrededores de los pabellones

Hostelería: Apoyo a las personas responsables del albergue turístico y a los cocineros del proyecto, preparación de comida internacional, conservas, derivados de la leche etc.

Proyectos y actividades puntuales: que se desarrollan de acuerdo con la formación y/o

especialización del voluntario: Por ejemplo, producción y edición de DVD.

A pesar de lo expuesto anteriormente, las actividades en las que se pida al voluntariado que colabore, dependerán de las necesidades del momento, pudiendo solicitar la colaboración para actividades que no han sido expuestas.

Respecto de las enfermedades y vacunas:

Aunque no hay riesgo de malaria en Addis Abeba ni en Debrelibanos, el paludismo y otras enfermedades virales y bacterianas son transmitidos por mosquitos, pulgas y garrapatas, por lo que hay que extremar las precauciones para evitar las picaduras, no llevando los pies al descubierto y tapando el cuerpo lo mejor posible.

No hay ninguna vacuna obligatoria, pero se recomiendan las siguientes:

Fiebre amarilla, Difteria-Tétanos, Hepatitis A, Hepatitis B, Poliomieltis, Fiebre tifoidea, Rabia y Meningitis tetravalente, según se os recomiende, en cada momento, en la consulta del viajero.

Las vacunas duran entre 5 y 10 años, por lo que os recomendamos que os vacunéis cuanto antes y como máximo un mes antes de viajar a Etiopía.

La malaria: Existe solamente en cotas inferiores a los 1.800ms, por lo que en Debrelibanos es improbable y no es necesario tomar profilaxis, aunque se aconseja asesoramiento por un Especialista.

Llevad la cartilla de vacunación, pues aunque no la suelen pedir al entrar a Etiopía, si durante vuestra estancia ocurriera algún problema epidemiológico, es posible que os la pidan al salir de Addis o al entrar a España.

Podéis mirar la página: <http://fundacionio.org/viajar/paises/africa/etiopia.html>

Diarreas:

Es muy común por cada 10 días en Etiopía tener una diarrea. Solo dura un día, en el que no podréis comer de nada, solo beber suero o una bebida que venden embotellada que lleva limón. Lo que más contamina son las manos sucias si te tocas la boca o nariz, el agua del grifo y las verduras frescas sin lavar, sobretodo lechuga. Se puede preparar la flora intestinal unas semanas antes, en vez de esperar a que llegue la diarrea y cortarla con medicamentos. Venden complejos de Lactobacillus en capsulas que unas semanas antes es bueno ir tomando con las comidas.

Respecto de la documentación que hay que llevar:

No olvidéis verificar que vuestro pasaporte esté vigente y que no caduque antes de 6 meses y que tiene por lo menos una hoja libre para poner el visado. En cuanto a vuestro visado de permanencia en Etiopía, se tramita online www.evisa.gov.et o al llegar en el mismo aeropuerto de Addis Abeba en la oficina de inmigración, precio 44€. Dan cambio, aceptan monedas y visa.

- Si vuestra estancia es menor a un mes y si después del voluntariado vais a viajar por Etiopía, tendréis que sacar un visado de turista.
- Si sois periodistas o pertenecéis a cualquier cuerpo de Seguridad del Estado Español, no lo pongáis en el visado pues se necesita un visado especial para entrar. En motivo, poner voluntariado.

Al sacar el visado os van a pedir una dirección y nº de teléfono; podéis dar los de la oficina de

ASOCIACIÓN CIELO 133: "al Servicio de la unión entre los pueblos y culturas del mundo"

Cielo-Etiopía: LEGESE FEKELE BUILDING 3 RD FLOO. MEGENANA. ADDIS ABEBA: 00251 91 136 0708 o el de un hotel cualquier, aunque no os vayáis a alojar en ellos; estos tres están cercanos a la oficina y están muy bien de precio si necesitáis alojamiento en Addis:

Nosotros nos solemos alojar en el Dani Hotel pues cuesta entre 12 a 15€/noche, con wifi y baño individual con agua caliente, pequeña cafetería /restaurante. Los otros dos cuestan alrededor de 30-40€ la noche con desayuno incluido, baño con agua caliente y wifi.



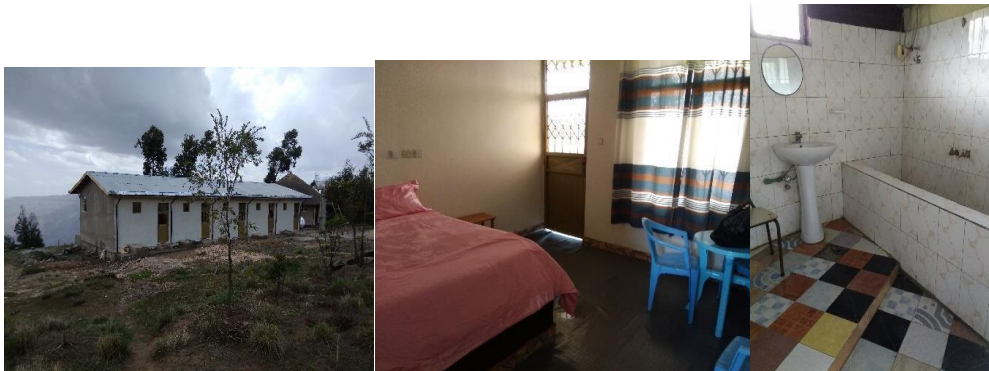
Seguro de viaje y cancelación:

En Etiopía no existen seguros de viaje que cubran a extranjeros que vienen de visita al país. Lo que sí está asegurado por ley es el vehículo en el que viajáis y os cubre en caso de accidente durante los trayectos, pero una vez se baja del coche, no hay seguro. Por ello os recomendamos que contratéis un seguro de viaje desde España que incluya cancelación, accidente, asistencia médica y pérdida de equipaje

Alojamiento en Debrelibanos:

En el Albergue hay habitaciones con cama de matrimonio y cuarto de baño incluido, con luz y agua caliente, aunque es muy posible que fallen algunos días. También existe una zona con wifi. Cada habitación cuesta 600 birr por noche y aunque normalmente no se permiten dos personas en una habitación a no ser que sean matrimonio o hijos, para abaratar costes, si se permitirá compartir habitación a los voluntarios.

Las comidas se pueden hacer en los restaurantes del albergue, con una media de 2€ por comida. Se aconseja a los voluntarios que se lleven desde España alimentos no perecederos para tomar en las habitaciones y que el gasto sea menor.



En cuanto a los billetes de avión:

- Hay vuelos directos Madrid-Addis Abeba, con Ethiopian Airlines. Salen de Madrid alrededor de las 22,30h y llegan a Addis hacia las 5,30h del día siguiente.
- En la época de pandemia se han suspendido estos vuelos directos.
- La agencia de viajes Cuatro Vientos, cuyo dueño es una familia adoptiva de Cielo133, nos está ayudando a conseguir los mejores vuelos y nos ayuda si estando en Etiopía queremos algún cambio. Podéis contactar con Fernando en el teléfono: 914616517 / 669970486.
- También podéis sacar los billetes directamente por internet.

Una vez aterricéis en Addis Abeba:

- Personal etíope de Cielo 133, os estará esperando para acompañaros hasta el transporte público que lleva hasta Debrelibanos, por un coste de 3€ el viaje aproximadamente y una duración de 2h.
- Se puede tener prevista una furgoneta que os lleve directamente desde el aeropuerto hasta Debrelibanos. El coste del alquiler ronda entre los 80-100€ y tiene que ser asumido por los voluntarios.

OTROS DATOS DE INTERÉS

Comunicación

- Es fácil comprar una tarjeta sim en el edificio de telecomunicación y cuestan alrededor de 3€, con ella podrás disponer de teléfono, para ello hay que llevar un móvil liberado.
- La tarjeta hay que ir recargándola y estas recargas se pueden comprar en tiendas y puestos de la calle por 25-50-100 birr. Para recargar se llama al 909, opción 1 y se introduce el código que se ha rascado. Ahora las tarjetas incluyen también la posibilidad de Internet y Whatapp.
- Se pueden comprar tarifas para 20 o 30 días con llamadas e internet ilimitado. Alrededor de 25€

Taxis

En Addis Abeba, un taxi puede costar 200-400 birr para cualquier recorrido, pero tendrás que regatear. La mejor forma de moverse es con minitaxi (furgonetas azules de 11 plazas) cuestan entre 2-4 birr en función de lo lejos que se vaya. También hay un tren al descubierto que cuesta 2 birr y recorre el centro de Addis.

Existe una empresa de taxis privada que hay que concertar en el teléfono: 8294, con contabilizador de kilómetros y suelen ser más económicos y mucho más confortables que los taxis públicos.

Iluminación

Tanto en Addis como en Debrelibanos hay muchos días sin luz, por lo que es bueno llevar siempre una linterna encima.

Enchufes

Son los normales, como en casa.

Lluvias

En la época de lluvias (julio, agosto y septiembre) es muy conveniente llevar botas de agua, chubasquero y paraguas plegable para llevar siempre en el bolso. En Debrelibanos se acumula

mucho barro y las botas de agua son muy útiles.

Dinero y Precios

- En las compras, al ser extranjero, te van a intentar cobrar más. Puedes calcular directamente que te piden el doble. Hay que regatear.
- Hay pocos cajeros automáticos, aceptan Visa y Master Card y el importe máximo diario que se puede sacar son 4.000 birr, unos 170 euros. Si pensáis pagar compras con Visa, debéis notificar a vuestro banco que vais a viajar a Etiopía. Esto es importante. Se cambian euros a birr en los bancos presentando el pasaporte, en Addis Abeba y en Fiche, (a 5km de Debrelibanos) y no cobran comisión; en hoteles sí cobran comisión por el cambio. Lo mejor es llevar el dinero que vas a necesitar durante toda la estancia y guardarlo llevándolo encima sin dejarlo nunca en el hotel.
- Es recomendable llevar una fotocopia del pasaporte compulsada, por seguridad.

Lavabos

- Importante llevar papel de water siempre encima pues no hay en ningún lavabo, tampoco son corrientes las servilletas de papel. Lo ideal es llevar algo de papel y un
- Bote pequeño de gel para limpiarse las manos y hacerlo sobre todo después de tocar el dinero Las toallitas están muy bien, pero contaminan mucho.

Supermercados

- Los puestos de la calle de fruta son muy baratos y de fiar siempre que se lave y se pele la fruta, igual con los tomates y la verdura. Hay tiendas pequeñas que venden los productos más baratos pero si quieres variedad y calidad tendrás que ir a un supermercado.
- En Debrelibanos hay un mercado un día a la semana y para el supermercado hay que ir a Fiche.

Panadería

Hay muchas en Addis y son baratas. En Debrelibanos hay una que hace pan a diario.

Agua

Los etíopes beben agua del grifo pero para nosotros es diarrea segura. Aconsejo beber solo agua embotellada. Hay cervezas etíopes muy buenas.

Zumos

En muchos lugares de Addis Abeba venden zumos naturales de mango, papaya, aguacate, piña. Son muy buenos y totalmente de fiar ya que no les añaden agua, los sirven con unas rodajas de lima que es bueno añadir al zumo (unas gotas) pues son desinfectantes.

Café, Té y pasteles

En Addis se toma mucho café y té y son totalmente de fiar pero cuidado con el azúcar pues no utilizan sobres, es comunitaria y con una cuchara única y contaminada de otros. En las cafeterías suelen tener pasteles, son muy ricos y por lo general son totalmente de fiar.

Otras recomendaciones de comida

- Las galletas, cereales y chocolates son caros. Para tomar leche es mejor comprar un bote de leche en polvo o llevarse leche condensada. Hay mucha miel de varios tipos y no es cara.
- Recomendable llevar aceite de oliva para comer pan con aceite y tomate.

ASOCIACIÓN CIELO 133: "al Servicio de la unión entre los pueblos y culturas del mundo"

- No son baratas las latas, embutido y aceite. Recomendable llevarlo desde España.
- Se come mucha carne de vaca y ternera, no es cara y la dan en muchos restaurantes. No comerla cruda. No hay nada de cerdo. Apenas hay pescado y es congelado. Los huevos son muy buenos, de gallinas camperas.
- Se puede llevar comida en lata y envasada al vacío en la maleta sin problemas, nunca en la maleta que se sube al avión.

Lugares para comprar artesanía:

La Post Office es un espacio de tiendas típicas para turistas con multitud de objetos y prendas puramente etíopes (frente a inmigración).

Cerca de la oficina está el mercado de Sola donde se pueden comprar especias, ropas típicas, plata etíope etc.

Teléfonos de contacto en Etiopía:

Administrador Cielo133: Zewdu, habla español. +251 91 136 0708

Ana Picazo: Etiopía: +251 955403811 / España: +34639531466. Podéis comunicar en cualquier momento por Whatapp o por E-mail: cielo133@cielo133.es

Embajada de España en Addis Abeba: +25111222544/41

Voluntario, vas a participar en nuestro proyecto en Etiopía, vas a comprobar el esfuerzo que tenemos que realizar continuamente para el mantenimiento de los proyectos. Pedimos tu colaboración como socio o como padrino.

Los boletines de inscripción los podéis solicitar en cielo133@cielo133.es madrid@cielo133.es

Estamos encantados de que estés al tanto de lo que ocurre a Cielo133. Gracias

