



ECOVIAJEROS NO ES UNA AGENCIA DE VIAJES, es un programa de ecoturismo responsable para la conservación y el desarrollo sostenible del Instituto Jane Goodall España y la Sociedad Española de Ecoturismo, organizaciones sin ánimo de lucro que realizan sensibilización de los viajeros, y que tienen el objetivo de llegar a mejorar las condiciones de vida de las poblaciones locales en África a través de la protección y la valorización de los recursos naturales de los destinos. La sensibilización sobre el terreno se realiza a partir de la asignación de una tarea o misión optativa a l@s viaj@er@s que lo deseen. Ecoviajeros propone en su web rutas que los viajeros pueden realizar por su cuenta. Sin embargo, debido a la gran demanda de servicios empaquetados, nuestros agentes locales proponen a las agencias españolas asociadas al programa y a los viajeros, circuitos guiados que combinan siempre naturaleza y culturas tradicionales, en un viaje donde se priorizan los establecimientos y servicios locales, en un marco de responsabilidad, dignidad y comercio justo, para favorecer el desarrollo de los territorios visitados. Ecoviajeros ofrece sesiones informativas sobre las rutas y sobre como viajar más responsablemente.

Viaje organizado por la agencia asociada www.middle-africa.com

Organización asociada en Camerún



VOLUNTARIADO EN CAMERÚN 2009

Tchamba & Montes Alantika



(Fecha de salida: 20 de Julio / Fecha de vuelta: 28 de Agosto)
40 días / 39 noches

Un viaje de voluntariado es una excelente oportunidad para conocer la realidad de un país a través de sus gentes y paisajes mientras realizas un trabajo con alto valor añadido de cara a la población. Convivir con realidades culturales distintas a la nuestra es una de las grandes experiencias de este tipo de viajes y la forma más directa y efectiva de contribuir a la realización de proyectos locales.



Introducción al país:

Camerún es un país de contrastes. Es del tamaño de España y Portugal juntos y de forma alargada lo que le confiere una gran variedad de climas y paisajes. Mientras que el norte camerunés es seco, con sabanas y áreas de montaña saheliana, el sur es verde, frondoso y con una costa virgen espectacular. Al oeste tenemos una impresionante cadena de volcanes, algunos todavía activos y en el entro una despoblada meseta que separa el clima seco del tropical. Con sus poco más de 17 millones de habitantes, Camerún es un paraíso para los amantes de la naturaleza y la diversidad cultural. En las junglas encontramos a los pueblos bantúes y pigmeos, en el norte nómadas musulmanes y montañeses animistas como los koma, y en el área volcánica del oeste, culturas agrícolas y artesanas conocidas como bamilekés y bamunes. Junto a la riqueza natural y cultural, Camerún ostenta el privilegio de ser un país seguro y todavía virgen desde el punto de vista turístico.

Introducción a la región:

La región donde se desarrollará el proyecto local de voluntariado está situada en la Provincia Norte de Camerún, en el departamento de Faro (capital Poli). La región es eminentemente rural y está habitada por 3 grupos étnicos principales: los fulbé (agricultores musulmanes), los koma (agricultores animistas) y los mbororo (nómadas musulmanes).

El centro de operaciones será Tchamba, pueblo de adobe, enmarcado por los impresionantes Montes Alantika y el bello Río Faro. Tchamba está gobernada por un 'lamido' (sultán) y un grupo de ancianos, todos de etnias fulbé, y los poblados koma de las montañas tienen sus propios jefes tradicionales que dependen del lamido de Tchamba. Las familias mbororo que viven en Tchamba viven de su ganado y se han asentado en los últimos años, buscando una mejoría de sus vidas (la vida nómada es dura y ven que su futuro debe estar cerca del río y de los centros de salud y escuelas).

Tchamba dispone de una escuela primaria construida por el gobierno camerunés, un pequeño centro de salud gestionado por monjas polacas, una mezquita, una plaza central donde se celebra el mercado (todos los lunes) y el palacio del lamido.

Quienes somos:

Esta propuesta de viaje de voluntariado –pionera en la zona!- ha sido ideada por la ONG Kirabo, la población local de Tchamba y Montes Alantika y el equipo de la agencia de turismo responsable Middle África, con el apoyo del programa Ecoviajeros.

Durante toda la estancia habrá una persona coordinadora con el grupo para asistir allí donde haga falta.

MAPA DE CAMERÚN



MAPA DE TCHAMBA-MONTES ALANTIKA



ITINERARIO:

RUTA
- 1 BCN/MAD - DLA
- 2 DOUALA
- 3 DOUALA - YDE - TREN (DE NOCHE)
- 4 NGAOUNDERE
- 5 NGAOUNDERE - TCHAMBA
- 6 a 20 - TCHAMBA
- 21 a 25 MONTES ALANTIKA (KOMA)
- 26 a 32 TCHAMBA
- 33 TCHAMBA - NGAOUNDERE - TREN YDE (DE NOCHE)
- 34 YAOUNDE - KRIBI
- 35a 38 KRIBI
- 39 KRIBI - DOUALA - AEROPUERTO
- 40 LLEGADA BCN/MAD

DÍA 1: BARCELONA/MADRID - DOUALA

- Salida desde Barcelona. Vuelo de Royal Air Maroc. Conviene estar 3 horas antes en el aeropuerto y pedir la tarjeta de embarque Madrid-Casablanca-Yaoundé. Las maletas van directamente a Douala (40kgs. Por persona + 8kgs de bolsa de mano).
- Llegada a Douala donde seréis recibidos por el coordinador.
- Alojamiento en la misión católica ó en casa del coordinador

DIA 2: DOUALA

- Por la mañana tomaremos las cosas con tranquilidad. Un buen desayuno con el coordinador con quien se repasará el itinerario y las actividades. Se visitarán algunas zonas de Douala, ciudad comercial con puerto internacional.
- Noche en la misión católica ó en casa del coordinador.

DIA 3: DOUALA - YAOUNDE

- Desayuno tras el cual se cogerá un transporte público hacia la capital del país, Yaoundé.
- Noche en el Hotel Azur

- En la capital se comprará comida para el viaje en tren y a las 17hrs iremos a la estación de Camrail.
- Noche en el tren (vagones 1st Class)

DIA 4: NGAOUNDERE

- Llegada a Ngaoundere, capital económica del norte musulmán
- Dejaremos las maletas en casa de uno de nuestros colaboradores y conoceremos el centro de la ciudad.
- Noche en la misión católica ó casa de nuestro colaborador, Debrouillard.

DIA 5: NGAOUNDERE - POLI- RÍO FARO - TCHAMBA

- Desayuno
- Desde Ngaounderé nos desplazaremos hasta la sabana de Poli (capital de Faro)
- Seguiremos por pistas en mal estado hasta el río Faro y posiblemente visitaremos alguno de los campamentos nómadas instalados en la zona y pasaremos un rato con estas gentes errantes que se mueven de un territorio a otro con su ganado
- Cruzaremos en piragua el río e iremos a pie hasta Tchamba donde seremos recibidos por las autoridades locales y donde conoceremos a nuestras familias de acogida.
- Noche en nuestra casa de acogida.



- cruzando el Río Faro

DIA 6 - 20: TCHAMBA

- El primer día lo dedicaremos a conocer el pueblo y las costumbres de sus habitantes, incluso algunas palabras en su idioma que nos serán útiles durante nuestra estancia
- Se repartirán las tareas y se establecerá un calendario de trabajo
- Actividades varias (ver final del programa)
- Pensión Completa

DIA 20 - 25: MONTES ALANTIKA – POBLADO NOMADA DE LOS KOMA

- Tras el almuerzo emprenderemos la marcha hacia los Montes Alantika
- Excursión (3hrs) por los desconocidos Montes Alantika hasta llegar al poblado de Ganí
- Conoceremos al pueblo koma, agricultores y cazadores animistas
- Convivencia con este pueblo que ha salvaguardado su forma de vida tradicional gracias al aislamiento montañoso
- Podremos acompañar y colaborar en las tareas domésticas y visitar a los vecinos de la comunidad
- Se realizará el trabajo previsto (ver final del programa)
- El baño se tomará en el riachuelo al lado del poblado
- Se dormirá en cabañas habilitadas en este auténtico poblado de las montañas
- Pensión Completa

DIA 26: GANI - TCHAMBA

- Desayuno tras el cual nos despediremos de nuestros anfitriones y empezaremos el descenso hasta la planicie rodeado de un precioso paisaje con impresionantes Baobab.
- Llegaremos a Tchamba, donde comeremos y nos relajaremos durante el resto del día
- Volveremos a nuestras familias de acogida.
- Pensión completa



- joven madre Koma con su bebé

DIA 27 – 32: TCHAMBA

- Seguiremos con las actividades según el calendario establecido y disfrutaremos del mercado de los jueves
- El último día podemos organizar una pequeña fiesta de despedida con los nuevos amigos y nuestras familias
- Pensión completa y alojamiento en las casas locales

DIA 33: TCHAMBA - POLI – NGAOUNDERE (TREN)

- Temprano desayuno tras el cual nos despediremos de nuestros anfitriones
- Tras almorzar en Tchamba seguiremos hasta el río para cruzarlo en piragua y pasamos por Poli
- Seguiremos hacia Ngaoundéré donde compraremos comida para el tren
- Tren nocturno hacia Yaundé en vagones 1st Class

DIA 34: YAOUNDE - KRIBI

- Llegada a Yaundé
- Tras tomar algo podremos seguir hasta la costa atlántica en un transporte público
- Llegaremos de tarde a Kribi, remanso de paz de aires nostálgicas
- Alojamiento en el Auberge Tara Plage frente al Océano Atlántico

DIA 35 - 38: KRIBI

- Desayuno
- Visita de las cataratas de Lobé y el museo de Grand Batanga de arte africano
- Podremos charlar con la población local que basa su economía en la pesca artesanal ó hacemos alguna excursiones a los poblados de pescadores de la zona. Sino simplemente descansaremos en las playas de arena blanca
- Por la noche se puede salir al centro de
- Alojamiento en el Auberge Tara Plage en Kribi

DIA 39: KRIBI - DOUALA

- Desayuno
- Después de comer iremos a Douala
- Últimas compras y visitas en Douala
- Partida al aeropuerto por la noche
- Salida de madrugada

DIA 40: DOUALA – CASABLANCA – BARCELONA

- Llegada a Casablanca. Como tendremos varias horas de espera hasta que salga el avión hacia Madrid ó Barcelona podemos descansar en un hotel del recinto aeroportuario o visitar el centro histórico de la ciudad.
- 1 hora antes de la salida del avión iremos hasta la puerta de salida.
- Salida del avión hacia Madrid ó Barcelona
- Llegada a Madrid ó Barcelona

FINAL DEL VIAJE

MISIONES A REALIZAR EN TCHAMBA Y GANI (POBLADO KOMA):

- Plantar árboles (Acacias)
- Pintar / Reparar la escuela ó el centro de salud
- Taller de enseñanza básica y juegos / actividades con los niños
- Limpiar el pueblo de plásticos junto a la población
- Taller de concienciación sobre los efectos nocivos del plástico
- Taller sobre higiene básica a la población
- Subir estiércol a Gani y repartirlo junto a las mujeres trabajando en el campo
- Organizar algún partido de fútbol para los jóvenes del pueblo

- Se aprenderá a preparar la típica cerveza bil-bil
- Habrá alguna clase de cocina local

Durante toda la estancia habrá una persona coordinadora con el grupo. Esta persona enseñará las costumbres de los habitantes de esta área y podrá ayudar con eventuales dificultades de idioma y otras. También podrá enseñar la zona (*caminitos por la zona e intentar observar alguna de las colonias de hipopótamos que habitan el río Faro*).

RESPONSABILIDAD DE LOS PARTICIPANTES:

- viajar con la mente abierta
- respetar los habitantes de la zona y sus costumbres
- estamos aquí para colaborar, aprender y pasarlo bien, no para cambiar
- adaptarnos a la forma de vida de la gente local (*ellos no entenderán muchas cosas nuestras*)
- preparar el programa educativo y de enseñanza para los niños (*pensad en llevar algo de material*)
- preparar el taller de higiene básico (*pensad en llevar algo de material informativo desde aquí, sino los dibujos simples funcionarán muy bien*)
- preparar varias sesiones informativas sobre los efectos nocivos de los plásticos
- recaudar algo de fondos entre familiares y amigos para poder plantar los árboles (*aprox EUR 100,- por persona*)

QUE SE PUEDE LLEVAR PARA ALLÍ:

- fotos de nuestros amigos y familiares (*ojo no presentéis fotos de grandes banquetes, fantásticos coches ni personas en bikini / playa ó piscinas*)
 - alguna postal de tu ciudad
 - puzzles para los niños
 - lápices de color
 - láminas para colorear
 - lana de colores vivos (*para hacer collares ó brazaletes con los niños*)
 - ideas para dar clases (*matemáticas básicas, cosas de colores, formas, francés, juegos divertidos y sencillos*)
 - pelotas para jugar a fútbol
 - libretas para escribir / dibujar
 - libros de educación / lectura en francés ó inglés para los niños (*ojo con los libros de lectura que no sean de terror, ciencia ficción ó temas ofensivos*)
 - pulseras / collarines de colores vivos para regalar (*para alguna ocasión especial*)
 - medicamentos básicos para el hospital (*consultad antes cuales*)
-

PRECIO POR PERSONA:

BASE 3 PAX	€ 865
BASE 4-6 PAX	€ 795
BASE 7-10 PAX	€ 705

QUÉ INCLUYEN ESTOS PRECIOS:

- transfer del y al aeropuerto de Douala
- transporte durante todo el recorrido (*minibús y transporte público*)
- guía acompañante durante todo el viaje
- alojamiento con desayuno
- pensión completa durante las estancias en Tchamba y Gani
- piragua por el Río Faro
- porteadores a Ganí
- visita a un pueblo nómada Mbororo

QUÉ ES LO QUE NO ESTÁ INCLUIDO EN ESTOS PRECIOS:

- vuelo internacional + tasas aéreas
- visado
- seguro de viaje y cancelación
- tasas aéreas nacionales (*EUR 15,- a pagar a la salida de Douala*)
- comidas no mencionadas
- bebidas
- propinas
- dinero de bolsillo (*con EUR 250,- se pasaría*)

ALOJAMIENTOS ESCOGIDOS**DOUALA**

Misión Católica de Douala ó Casa del Coordinador

NGAOUNDERE

Misión Católica de Ngaoundéré

Ambiente agradable en este oasis ajardinado. Habitaciones austeras pero ideales para descansar.

KRIBI ****Auberge Tara Plage**

Situado entre el Océano Atlántico y la selva ecuatorial, a 15 minutos del centro de Kribi

Tel: +237 993 61 43

www.cpmb-bapa.com/tara

INFORMACIÓN IMPORTANTE

VUELOS

Hay diferentes compañías que vuelen a Douala desde Europa. Las más habituales son Royal Air Maroc (*+ barata*) y Air France (*+ frecuente*). A través de MIDDLE-AFRICA se podrán reservar los billetes de avión. Cuanto antes se haga la reserva mejor de precio saldrán los vuelos pero contad entre los EUR 899,- y 1.100,-

VISADO

La agencia puede tramitar el visado con la Embajada de Camerún que está en Madrid. El coste de un visado de 3 meses es de EUR 77,- (*+ EUR 13,- de gastos de gestión por parte de la agencia*). Se ha de aportar la siguiente información: billete de avión, carné de vacunas (*ojo fiebre amarilla es obligatoria*), pasaporte original (*y válido mín. 6 meses después de la fecha de regreso*), formulario de la Embajada (*os lo debería facilitar la agencia de viajes, sino la Embajada directamente*) y los EUR 90,-

VACUNAS

Es obligatoria la de Fiebre Amarilla y se recomienda tomar una profilaxis de malaria. Debéis consultar con el Departamento de Enfermedades Tropicales quienes son los únicos que pueden dar consejo válido a nivel de vacunas / sanitaria. El teléfono del centro en Drassanes es: 93 – 3270550. Algunos hospitales disponen de un Departamento especial de Enfermedades Tropicales. Ojo que habría que poner las vacunas con un mínimo de 15 días de antelación a la salida y en verano se suele dar hora de un mes para otro.

SALUD

Como en todos los países tropicales id con cuidado con la comida y comprad botellas de agua bien precintadas. La base de la comida es el mijo del cual se prepara un tipo de pan (cous-cous) con salsa. Hay arroz con salsa de tomate y cebollas/verduras, plátanos fritos, pescado seco ó pescado a la brasa (*muy bueno*) y los pinchos de carne son comestibles (*ojo para estómagos delicados*).

Páginas Web de interés: www.kirabo.eu / www.middle-africa.com / www.viajescamerun.com