

ASPECTOS A TENER EN CUENTA

Enlace del Ministerio de Asuntos Exteriores de España con información sobre Kenia:

<http://www.maec.es/es/MenuPpal/Paises/ArbolPaises/Kenia/Recomendacionesdeviaje/Paginas/recoKenia.aspx>

Enlace de la página de registro de viajeros del Ministerio de Asuntos Exteriores de España:

<http://www.exteriores.gob.es/Portal/es/ServiciosAlCiudadano/SiViajasAlExtranjero/Paginas/InscribeteEnElRegistroDeViajeros.aspx>

LLEGADA A NAIROBI

Os irá a recoger un hermano o primo de Lucy al aeropuerto (vendrán con un cartel donde ponga Chazon Children Centre o vuestros nombres).

Si llegáis por la mañana: Puede que tengáis que coger un taxi con él que os costará unos 2.500 (25 €) para ir a la estación de matatus para coger el matatu (una furgoneta que opera como transporte público en Kenia) hacia Nakuru que cuesta 600 kshs entre semana (unos 6€ aprox.).

Al llegar a Nakuru seguramente os irá a recoger algún familiar y desde allí cogeréis otro matatu para Molo que cuesta 150 kshs o 200 kshs (unos 1'50€ aprox.)

Si llegáis por la noche: En lugar de ir del aeropuerto a la estación de matatus, iréis a casa de la hermana de Lucy, Liz, o del hermano, Patrick, a pasar la noche. Saldréis por la mañana hacia Molo en matatu. Hay que cubrir los gastos de esa noche en Nairobi: unos 15€ por pasar la noche en casa de los familiares en Nairobi.

Si vienen en coche a buscaros al aeropuerto, tendréis que pagar la gasolina y será el mismo precio (unos 25€).

Los viajes tanto de Nairobi a Nakuru como de Nakuru a Molo, los haréis solos.

No tendréis que pagar nada de antemano, una vez lleguéis a Molo Lucy os dirá cuanto es el total (estancia en Molo, Nairobi y transportes).

VISADO

Si vivís en Madrid podéis sacaros el visado de turista en la Embajada de Kenia pero si no vivís en Madrid os podéis sacar el visado en el mismo aeropuerto de Nairobi nada más llegar. Es muy fácil, antes de recoger las maletas os encontraréis con un control para pagar el visado. Os harán algunas preguntas, os harán pagar unos 40€ (aceptan tanto euros como dólares) y os lo darán. Os durará tres meses. Fijaros que os ponen tres meses en el papel aunque vayáis a pasar menos tiempo por si luego os queréis quedar más. Si os quedáis más de tres meses tendréis que ir a renovar el visado.

DINERO

La moneda de Kenia es el kenyan shilling y su equivalencia es, más o menos, la siguiente:

1 euro = 100 ksh

Así que la conversión es fácil.

Llevaros **euros** desde España, no hace falta llevar dólares (el cambio del euro al kenya shilling sale mejor).

Os recomendamos que cambiéis algo de dinero en el mismo aeropuerto de Nairobi donde hay oficinas de cambio por si necesitarais pagar algo durante el trayecto de Nairobi a Molo.

En Molo hay dos bancos con cajeros y se puede sacar dinero si tenéis una tarjeta visa. No os recomendamos que viajéis de Nairobi a Molo con mucho dinero encima. En el banco de Molo cambian euros a shilling aunque el mejor cambio lo encontraréis en la oficina de cambio en Nakuru (**siempre de euros a ksh**).

ALOJAMIENTO

Os alojaréis en casa de Samuel y Lucy.

Ellos no viven en chozas, pero tampoco son casas muy lujosas. Gracias a Virginia (una voluntaria estadounidense que les ayuda) ahora hay un baño y una ducha en casa aunque es posible que a veces el agua salga fría o... que no salga.

Es posible que tengáis que compartir habitación con los otros voluntarios. Gracias a Álvaro (otro voluntario de Madrid, hay unas habitaciones para voluntarios al lado de la casa de Lucy y Samuel en la cual también hay un baño y ducha.

También hay electricidad y podréis recargar móviles, ordenadores, etc. Los enchufes son de tres clavijas como los británicos.

Es muy probable que haya cortes de agua en Molo o de luz (los hay a menudo) y que tengáis que ducharos con cubos.

En el colegio y el orfanato sólo hay letrinas (un agujero en el suelo). No es muy agradable pero... ¡es toda una experiencia!

El colegio y orfanato están un poco alejados del pueblo (a unos 3/4km). Por la mañana podéis ir en matatu (unos 30ksh) o en moto-taxi (unos 50 ksh) y a la vuelta podéis regresar de la misma manera o caminando con los/as niños/as y profesores. Intentad llevar el dinero justo del matatu o las motos para que luego no os digan que no tienen cambio.

COMIDA

Es bastante básica, a base de patatas, arroz, ugali (una pasta de harina de maíz mezclada con agua muy insípida pero que es el sustento básico en Kenia).

En la escuela comeréis lo mismo que los niños porque no quieren hacer diferencias entre los niños, profesores, directores y voluntarios y suele ser cada día lo mismo... ugali con una especie de acelgas a la cual llaman sukuma wiki que literalmente significa "estirar la semana"... Y otros días arroz blanco con alubias... ¡ánimo!

Si no queréis comerlo y os vais a llevar vuestra propia comida, **no la comáis delante de los niños**, hacedlo en la oficina. Vuestro plato podéis darlo a algún niño que sepáis que se sustenta básicamente a base de esa comida escolar.

Por la mañana desayunaréis bien. Té o café y pan de molde con mantequilla y mermelada. Tanto el café como la mantequilla y la mermelada son artículos de lujo que no encontraréis nunca en una casa de una familia en Kenia de las zonas rurales pero ellos lo tendrán para vosotros.

El pescado es difícil de conseguir y es caro y carne seguramente comeréis algún día pero no en grandes cantidades. Si vais a pasar una temporada larga podéis llevaros algún complejo vitamínico si creéis que vuestro cuerpo va a notar el cambio alimenticio.

De todos modos Lucy está intentando que en el menú de casa haya variedad y que la dieta sea lo más equilibrada posible para los voluntarios teniendo en cuenta los estándares occidentales. Además, por unos 3€tenéis la posibilidad de comer un plato de pollo con patatas en cualquier “hotel” (restaurante) de Molo.

Cualquier comida extra que queráis comer tendréis que pagarla vosotros.

En cuanto al agua, no la bebáis nunca directamente del grifo. En casa de Lucy y Samuel siempre la hierven y ellos os dirán de dónde podéis cogerla. A la escuela y orfanato llevad siempre una botella rellena de agua desde casa porque allí no tendréis agua para beber.

También hay tiendas donde podéis comprar botellas de agua por si no queréis beber la de casa.

IDIOMA

Los dos idiomas oficiales en Kenia son el kiswahili y el inglés pero en la calle no oiréis el inglés a no ser que se dirijan a vosotros. Os llamarán “*mzungu!*” que significa “ hombre blanco” en kiswahili.

Los niños más pequeños no hablan o dominan el inglés así que si necesitáis hacer alguna actividad con ellos decirle a algún profesor que os ayude.

Suelen apreciar el hecho de que aprendáis alguna palabra en kiswahili como:

Hola – Jambo	Muchas gracias – Asante sana
¿Qué tal? – Habari	Por favor – Tafadhali
Muy bien – Mzuri sana	Sí – Ndiyo
Adiós - Kwaheri	No - Hapana

ROPA

Molo se encuentra a 2.506 metros sobre el nivel del mar por lo que no hace calor.

Llevaros ropa de manga corta pero también ropa de manga larga para taparse, sobre todo por las noches. Aunque os parezca que no hace calor, llevaros crema solar alta porque el sol a esa altitud ¡quema mucho!

En cuanto al calzado, la mayoría de las calles no están asfaltadas y cuando llueve todo se llena de barro y es difícil caminar así que llevaros zapatos, botas o lo que os sea más cómodo pero cerrado para caminar por el pueblo. También unas chanclas para la ducha y para estar por casa. Quitaros los zapatos antes de entrar en casa, Molo solo tiene una calle asfaltada y seguramente llegaréis a casa con el calzado lleno de polvo o barro así que **es común en las casas de Kenia descalzarse antes de entrar.**

Molo es una zona rural por lo que se pide no llevar faldas o pantalones extremadamente cortos ni ropa muy ajustada o sin mangas.

Como utensilios, llevaros también mosquitera, un saco de dormir (esto confirmadlo con Lucy porque muchos voluntarios han dejado sacos y mosquiteras allí) y una linterna.

No os preocupéis por los objetos de primera necesidad (jabón, desodorante, etc....) si se os acaba, en el supermercado de Nakuru vais a encontrar de todo, eso sí... a precio europeo ya que esas cosas para ellos no son de primera necesidad y son precios para wazungu.

VACUNAS Y BOTIQUÍN

Para viajar a Kenia, hay que vacunarse. Vuestro médico os dirá qué tenéis que hacer.

Si vais por la seguridad social pedir hora directamente en "Medicina Tropical". Si vais por privado hablad con vuestro médico.

En el siguiente enlace del Atención al Viajero (Ministerio de Sanidad) podréis encontrar los centros de vacunación de vuestra localidad:

<http://www.msps.es/ciudadanos/proteccionSalud/vacunaciones/viajero/home.htm>

Llevaros un botiquín básico. Algunas recomendaciones en los siguientes enlaces:

<http://www.losviajeros.com/modules.php?file=article&name=News&sid=36>

<http://www.traveldoctor.co.uk/>

Muchos voluntarios antes de marcharse dejan su botiquín en Chazon. En la escuela dejad solamente medicinas básicas como paracetamol, ibuprofeno, gasas, vendas, tiritas, desinfectante de heridas, etc. Si tenéis medicinas más fuertes como antibióticos hablar con Lucy y Samuel ya que hay una señora farmacéutica amiga que se encarga de guardarlo y gestionarlo.

Si dejáis las medicinas por favor dejar escrito en inglés qué es y para qué sirve ya que los prospectos están en castellano y no lo entenderán.

Se pide a los voluntarios que de vez en cuando le echen un vistazo al botiquín de la escuela y lo organicen ya que puede que haya medicinas caducadas o que no estén traducidas.

SEGURO DE VIAJE

Con Chazon Africa **es obligatorio** coger un seguro de viaje que os cubra la estancia que vais a estar allí. Si alguno viajáis solo os recomiendo que deis los datos del seguro a algún otro voluntario o a Lucy o a Samuel por si os pasara algo para que alguien sepa dónde hay que llamar.

En el siguiente enlace podéis ver qué hay que mirar en un seguro de viaje:

<http://www.segurosdeviajebaratos.com/seguro-de-viaje/elegir-seguro-de-viaje/>

Y también podéis echarle un vistazo a este foro de viajes:

<http://www.losviajeros.com/index.php?name=News&file=article&sid=201>

<http://www.comoviajarporelmundo.com/planificacion/seguro-de-viaje/>

RELIGIÓN

En Molo, como en el resto de Kenia y de países africanos, la población es muy creyente.

Para la gente de allí, especialmente de las zonas más rurales, les es muy difícil entender que haya otras personas que no sean creyentes y es posible que, si es vuestro caso, os hagan muchas preguntas respecto a este tema o que os hablen de Dios.

Lucy y Samuel son pastores de una iglesia evangelista pero ellos son muy respetuosos con las creencias o no-creencias de los demás, por lo que nosotros también tenemos que ser respetuosos.

Ellos bendicen la mesa antes de cada comida, incluso en sitios públicos. Es posible que os pregunten si alguien quiere bendecirla (para ellos es un honor) pero si no queréis no se lo tomarán mal tampoco, lo harán ellos de todos modos. No hagáis nada con lo que sepáis que vayáis a estar incómodos, pero ser tolerantes, respetuosos y abiertos con sus costumbres.

Los domingos Lucy y Samuel van a misa y es posible que os inviten a ir y a participar en ella. Vosotros no estáis obligados a ir y tampoco se lo tomarán mal. Puede que os pidan que vayáis a presentaros delante de su comunidad evangelista, luego os podéis quedar, ir o quedaros fuera jugando con los niños. Sus celebraciones son también toda una experiencia cultural, sobre todo los cantos.

INTERNET Y TELÉFONO

En Molo hay un algunos cybers para conectarse a internet a 1 o 2 shillings el minuto. En Nakuru también hay cybers y la conexión en algunos es buena, podéis aprovechar los domingos para viajar a Nakuru (se tarda 45 minutos y cuesta 1€ con 50 el billete) para conectaros o para llamar por teléfono que también hay locutorios donde sale barato llamar.

Si alguno os queréis llevar vuestro portátil os podéis comprar en Molo o en Nakuru un módem de la compañía Safaricom para conectarlo al puerto USB de prepago. El módem cuesta unos 20€ y el saldo se va cargando como un móvil de prepago (podéis recargarlo en Molo). De todos modos la conexión en Molo con este tipo de módems es malísima y desesperante en algunas zonas.

Si podéis llevaros un móvil libre y compraros una tarjeta SIM también de Safaricom de prepago (podéis comprarla en el mismo aeropuerto nada más llegar). El mensaje a España cuesta aproximadamente unos 10 céntimos de euro y con unos 5€ podréis hablar llamando a España durante unos 10 minutos.

Si tenéis whatsapp en vuestro teléfono aseguraros que los contactos están guardados en el teléfono o en la cuenta de gmail y que todos los contactos tienen el prefijo del país (+34 para España) de este modo podréis comprar “bundles” (internet de prepago) para vuestro teléfono y usar whatsapp para contactar con vuestros familiares y amigos.

Si no tenéis teléfono libre podéis compraros uno por unos 30€ en Nakuru o Nairobi. Son imitaciones hechas en China pero os servirán para el tiempo que estéis allí.

COSAS PARA LLEVAR A LA ESCUELA Y AL ORFANATO

Hay algunas compañías como Virgin Atlantic, KLM, Kenya Airways, Swiss Air, etc. con las que se puede facturar dos maletas de 23kg cada una más una maleta de mano de 10kg.

Algunos voluntarios facturan dos bolsas, una con las cosas personales y otra con material para la escuela o el orfanato.

Si algún familiar o amigo os da dinero, os recomendamos que no os lo gastéis comprando cosas en España. Es mejor llevarlo e invertirlo allí ya que en Nakuru se puede encontrar de todo con precios más bajos que en España. De este modo ayudáis a la economía local comprando en las tiendas de la zona en lugar de traer las cosas de aquí. Además, hay cosas como los libros de texto o los uniformes (obligatorios en las escuelas de Kenia) que aquí no los podemos encontrar.

Una cosa que podéis llevar, si tenéis, son compresas para las niñas de séptimo y octavo. Las niñas no pueden pagarse las compresas así que muchas se quedan en casa durante los periodos menstruales lo que hace que pierdan muchas clases. De todos modos en Molo y en Nakuru también se pueden comprar mucho más baratas que aquí por lo que, si lleváis dinero para gastar allí, las compresas es una buena inversión, las dejan en el colegio y las niñas que necesitan acuden a una profesora a pedir las.

Lucy os mostrará una lista de mini-proyectos en los que podéis colaborar con vuestro dinero y os pedirá que escojáis en qué queréis invertir vuestra donación.

En Chazon Africa insistimos en la importancia de no llevar cualquier cosa que nos sobre. Llevar cosas útiles y necesarias y siempre teniendo en cuenta que lo que llevéis vaya a ayudar a los niños y niñas pero que no vaya a afectar negativamente a otra gente de la comunidad. Un ejemplo es que el hecho de estar llevando constantemente material escolar comprado en España hace que las ventas de la papelería local de Molo hayan bajado y por lo tanto sus ingresos también. Hay que ser coherente con los actos que se realizan y tener en cuenta todos los pros y los contras. Si no os fiáis de dar el dinero para que compren material escolar, id vosotros mismos a comprarlo con algún profesor, pero invertir en la misma gente de la comunidad para que todos salgan ganando, no hagamos que la visita del mzungu a Molo genere conflictos entre ellos o efectos colaterales una vez nos hayamos marchado.

SAFARIS Y EXCURSIONES

Si tenéis dinero y tiempo podéis hacer un safari o alguna excursión ya que Kenia tiene muchos sitios para visitar.

Los que vais pocos días o no tenéis mucho dinero podéis hacer un safari de un día en el Lake Nakuru y, si tenéis suerte, ¡veréis algún león!

Tened cuidado con los safaris que cojáis... hay mucho timador suelto y prometen mucho y luego no están preparados. Lucy tiene un amigo en Nakuru que se llama Peter y que lleva una compañía turística, pero... aunque sea amigo... ¡regatead! Sois blancos (para ellos significáis dólares o euros) así que os intentarán sacar el máximo dinero posible... estad atentos ¡y que no os timen! ya que el regateo es algo que entra dentro de su cotidianidad.

El tren de Nairobi a Mombasa es un viaje recomendado:

<http://www.eastafricashuttles.com/train.htm>

En Nakuru, a parte del lago, podéis visitar el cráter, en Kericho las plantaciones de té (para entrar es recomendable pedir cita previa), en Kisumu el lago Victoria. Podéis visitar el Monte Kenya, etc.

Un paraje muy turístico es Lamu, una pequeña isla, pero actualmente no es recomendable viajar ahí ya que ha habido secuestros de turistas por parte de milicias somalíes.

TABACO, ALCOHOL, ETC.

En Nairobi no se puede fumar en la calle, ni fuera del aeropuerto. Hay zonas designadas para fumar en todo el país, incluido Nakuru.

Fumar y beber no está muy bien visto, sobre todo en zonas rurales como Molo. Hay gente que lo hace de todos modos pero para muchos es algo muy mal visto, sobre todo para las mujeres. Lucy y Samuel son conscientes de que en los países occidentales es mucho más común fumar y beber para ambos sexos y ellos, aunque no les guste, lo respetan siempre y cuando se fume y se beba en sitios designados para ello.

Nunca os llevéis una cerveza a casa ni fuméis en la escuela o en su casa y, por favor, **no fuméis delante de los niños**.

Como con la religión, hay que ser respetuosos con su cultura. Ha habido voluntarios que han fumado en la calle y delante de los niños, algo **inaceptable e irrespetuoso**. Esto ha creado

problemas a Lucy y Samuel con la comunidad ya que ellos son los que os acogen en casa. Por favor, si fumáis, hacedlo de manera discreta y nunca delante de los niños ni en la calle.

En los “hotels” (que en verdad son bares o restaurantes sin dormitorios) venden bebidas y, si os pedís una cerveza, pedirla fría ¡o os la darán del tiempo!

En ciertas zonas puede parecerles mal que les hagáis fotos sin permiso, se pueden molestar y muchos os dirán que sí a cambio de dinero... Pedid permiso antes.

En cuanto a las parejas, tampoco está bien visto las demostraciones de afecto en público.

VUESTRA APORTACIÓN ECONÓMICA

El voluntario debe pagar **semanalmente 100€** para cubrir gastos de estancia. No hace falta que llevéis dólares, llevadlos en euros ya que al cambio allí a kenya shillings es mejor.

De vuestro dinero un 20% sirve para cubrir vuestra estancia en la casa (comida, agua, electricidad...), un 10% se ingresará en una cuenta abierta únicamente para ahorrar dinero para seguir construyendo el orfanato en el que actualmente viven 22 niños y niñas del colegio, y el resto se destinará a alguno de los mini-proyectos que haya en la escuela o en el orfanato en ese momento como comprar comida para los niños, comprar material, mejorar las instalaciones, etc.

ASPECTOS CULTURALES

Puede que os encontréis o que veáis situaciones que no entendáis o con las que no estéis de acuerdo. El hecho de venir desde un país occidental o de los llamados “desarrollados”, no nos da derecho a decirles qué tienen que hacer o cómo lo tienen que hacer. Nuestro desarrollo no tiene por qué ser el suyo y hay que respetar su manera de pensar, su manera de hacer las cosas, su cultura y creencias. Ellos tienen su propio sistema educativo y nosotros somos los que tenemos que adaptarnos a él, no ellos a nosotros.

También se os acercará gente a pedir cosas o dinero y puede que para conseguirlas hablen mal de Chazon.

Lucy y Samuel se encuentran muchas veces ante situaciones difíciles con la gente de su propia comunidad. Se han convertido en referentes dentro de la misma y para muchos vecinos el tener a wazungu cerca es símbolo de riqueza. Sois vosotros quienes tenéis que dejarles claro que estáis ahí por los niños y por nadie más y que no podéis ayudar a todos.

Por favor, sed respetuosos con la gente y la cultura. Sois la imagen de Lucy y Samuel y ellos son los que siempre están allí porque, al fin y al cabo, el voluntario pasa unas semanas y siempre acaba yéndose.

VOLUNTARIADO

Hace unos años se acogían a 10 voluntarios a la vez pero desde abril del 2012 se han construido más habitaciones para voluntarios con lo que se pueden juntar un máximo de 18.

La plaza se confirma una vez enviéis la copia de los vuelos comprados. Se han guardado plazas a gente que nos han asegurado que sí que venían y hemos dicho que no a otros por falta de espacio y al final los que nos aseguraban que venían se han echado para atrás, por eso sólo confirmamos plaza cuando los billetes han sidocomprados.

El trabajo del voluntario es muy variado. Hay que tener en cuenta que sois voluntarios, no cooperantes. Básicamente estaréis con los niños en las clases ayudando a los profesores o realizando actividades que se os puedan ocurrir tanto dentro de clase como fuera. También podéis ayudar en la cocina o si hay alguna construcción en ese momento ayudar en la misma. Si tenéis alguna profesión específica relacionada con la educación o la sanidad podéis ayudar dando formación en primeros auxilios a los profesores, o capacitación pedagógica a los mismos.

Durante el tiempo que estéis allí lo que más podéis aportar es vuestro cariño a los niños. Pensad que la mayoría están faltos de atención y que sólo dedicándoles nuestro tiempo y sonrisas ya estáis haciendo mucho ya que en un período corto de tiempo va a ser difícil que veáis con vuestros ojos cambios y mejoras radicales en los niños.

En **ABRIL, AGOSTO Y DICIEMBRE la escuela cierra por vacaciones** durante unos días (todas las escuelas están obligadas a cerrar). Durante esos días es posible que el voluntario realice visitas a las casas de los niños para conocer la realidad más de cerca. Cambia mucho el ver a un niño en la escuela con su uniforme a verlo en casa donde no tienen nada.

Todas las actividades son opcionales y si no estáis a gusto en alguna de ellas lo mejor que podéis hacer es hablarlo con Lucy y Samuel, ellos lo entenderán. A veces las visitas son duras.

¡Vuestra ayuda tanto con dinero como con vuestra dedicación es un grano de arena que junto a otros granos de arena hacen cosas grandes! ¡Por eso sois tan necesarios!

Os recomendamos que veáis este video donde se explica bien la diferencia entre un cooperante y un voluntario:

<http://www.canalsolidario.org/noticia/viajar-al-sur-en-clave-de-solidaridad-como-cuanto-tiempo-para-que/23677>

Recordad: Nuestro desarrollo no es el único y universal. Durante mucho tiempo, y aún hoy en día, el occidental ha actuado con una visión muy etnocentrista, es decir, interpretando la realidad a partir de sus propios parámetros y creyendo que sus prácticas culturales son superiores a los comportamientos de otros grupos.

Valorar las diferencias culturales es una forma de realzar nuestra propia historia.

Nosotros no somos quién para decirles qué tienen que hacer y cómo. Si hay que cambiar algo de sus costumbres, creencias o cultura, que sean ellos quienes decidan el qué, el cómo y el cuándo.



<http://www.youtube.com/watch?v=LtzQPN3VtkI>

Asante sana!!!

Precios obtenidos en enero de 2015 (pueden variar).