

Volontär för BAS Nepal



BAS i Nepal är en liten ideell gräsrotsorganisation. Att vara volontär hos BAS innebär en hel del eget ansvar att hitta och utföra olika arbetsuppgifter. Detta ger en enorm frihet att få hjälpa till med det man själv vill och möjlighet att skapa sin egen tillvaro på härbärgen. Dock kan det ibland vara svårt att se vad man kan göra och att förstå vad som förväntas av en som volontär. Vi ha tagit fram det här dokumentet för att underlätta din vistelse hos BAS. Ett dagsschema med ungefärliga hållpunkter, en lista på olika arbetsuppgifter och behov från BAS i Sverige.

BAS ansvar och ditt ansvar

BAS i Sverige arrangerar kontakten med BAS i Nepal och härbärgen i Kathmandu. Du reser helt på eget ansvar och BAS ansvarar inte för vare sig dig eller dina tillhörigheter under vistelsen i Nepal. Vi ger Dig möjligheten till en annorlunda och unik upplevelse – sedan är det du själv som i stor utsträckning påverkar din tid vid härbärgen och resultatet av din vistelse kommer att bero på din aktivitet, ditt engagemang och din vilja. Det är bara du som sätter begränsningarna!

BAS i Nepal

BAS hus består av fyra våningar; första och andra våningen fungerar som patienthotell för fattiga och sjuka där de vistas i väntan på att bli inlagda på sjukhus, mellan sjukhusbehandlingar eller efter behandlingar. Många av dem är barn med cancer som spenderar långa tidsperioder hos BAS. På tredje våningen bor de permanent boende, barn med funktionshinder och två familjer vars sjukdomstillstånd gör att de har BAS som sitt permanenta hem. Det är också dessa familjer som utgör de anställda på härbärgen. På fjärde våningen är det ett kontorsrum, ett rum för volontärer och en takterass med utsikt över Kathmandudalen!

Dagarna på härbärgen börjar tidigt och det är många barn att ta hand om. Men det finns flera lugna stunder mitt på dagen där du kan ta långa pauser eller ta sig ut på stan. I Nepal är flexibilitet och tålamod de viktigaste egenskaperna att plocka fram och dagsrutinerna är endast något att utgå ifrån. Du kan vara säker på att inget blir som du har tänkt eller planerat men det är också det som är tjuvningen med landet eftersom det är så totalt olikt vårt svenska samhällssystem.

Känn dig fri att komma med egna idéer om aktiviteter och projekt på härbärgen och diskutera det med volontärens ansvarig på plats. Om du vill ge dig ut på egen hand, på stan, på utflykter etc. är det viktigt att du informerar om det på till volontärens ansvarig på förhand.

Boende

På härbärgen finns det ett rum och toalett för volontärer, om ni är flera volontärer delar ni rum. Det är max två volontärer på härbärgen samtidigt. Säng och sängkläder ingår. Tvättar och städar gör du själv.

Personal på plats

Volontärens ansvarig hos BAS i Nepal är Raj Kharel, han kommer att introducera dig på härbärgen och du kan alltid vända dig till honom med frågor och funderingar.



BAS samarbetar även med en annan nepalesisk volontärorganisation och det kommer ibland att vara någon annan volontär på härbärgets under dagtid.

På BAS härbärg arbetar Cali, Ram Kumari, Ram Bahadur ”den yngre” och ”den äldre” och du blir som volontär hos BAS ett stort stöd i deras vardag. Om ni är flera volontärer är det bra om ni delar upp er och skapar ”arbetslag” tillsammans med de anställda – ta tillfället i akt och lär dig lite nepalesiska och lär mer om den nepalesiska kulturen!

Det är endast en del av de boende och anställda som pratar engelska och engelskakunskaperna är av varierande grad så förbered dig gärna genom att lära dig några fraser på nepali. De anställda får lektioner i engelska ett par gånger i veckan och stödj dem gärna i enkel konversation på engelska.

Dagsschema med ungefärliga hållpunkter

(“Barnen” är barnen med funktionsnedsättning – de övriga barnen “Skolbarnen”)

7.00 Barnen

- mata barnen när frukosten är klar
- byta blöjor, tvätta dem, borsta tänderna, byta kläder och lakan vid behov

8.30 Hushållet

- sopa och skura golven i hela huset
- ta upp tvätten till takterrassen och tvätta den, ta ner gårdagens tvätt
- göra i ordning i barnens rum

12.00 Barnen

- kolla blöjorna vid tolvtiden
- underhålla barnen, massera dem, sjunga, ta upp dem på terrassen t.ex.
- mata barnen när lunchen är klar vid ca ett/två tiden
- kolla blöjorna vid tretiden

16.00 Skolbarnen

- hjälpa skolbarnen med läxorna
- hitta på aktiviteter och leka med skolbarnen

19.00 Barnen

- mata barnen när kvällsmaten är klar
- borsta tänderna, kolla blöjorna, byt lakan vid behov

Allt är ungefärliga tider och du arbetar tillsammans med de anställda. Dagsrutinerna är hållpunkter med stort utrymme för flexibilitet och att ha kul tillsammans med de boende på BAS härbärg.

Förslag på andra aktiviteter:

- hjälp till i köket o lär dig laga nepalesisk mat
- hitta på aktiviteter med skolbarnen, ex ta dem till en “fun park”
- köpa frukt och mata barnen mellan målen

- engelska/nepali-språkövningar tillsammans med Cali, Ram Kumari, Ram Bahadur
- hjälpa till med aktiviteter för de boende, samtalsgrupper, handarbeten.
- egna projekt och idéer

Dina förberedelser

- Läs in dig på landet och lär dig lite nepali
- Resebokning ordnar du själv, se länkar till olika hemsidor nedan.
- Vaccinering enligt råden för nepalesisk landsbygd - även om du kommer befinna dig i storstad så är du ständigt i kontakt med personer från landsbygden. Exempelvis är TBC vanligt i Nepal.
- Försäkring för resan tecknar du själv.
- Försäkringskasseintyg, kontakta Försäkringskassan.
- Visum ansöks vid ankomst på flygplatsen i Katmandu (eller vid Nepals ambassad i Stockholm). Du ska ansöka om turistvisum då det inte finns volontärvisum i Nepal. Ta med dollar eller euro för betalning av visum. Du kan ta foto till visumet på flygplatsen.
- Valutan är Nepalesisk Rupee (Nrp), det finns gott om bankomater(ATM) i Katmandu.
- Du kommer att bo och verka i Katmandu som är en smått kaotisk storstad med mycket trafik, skräp och luftföroreningar, du kommer inte att bo ute på landet men du kommer med lätthet att kunna ta dig ut på den nepalesiska landsbygden och uppleva såväl Himalayabergen och söderns djungelområden – *passa på att njuta av den fantastiska naturen!*

Packlista

- Ficklampor (elektricitet är en bristvara)
- Myggnät (det är mycket mygg April - September)
- Kläder efter säsong och kultur – då du vistas på härbäretet och inom BAS bör du ha kläder som täcker knä och axlar och inte är för uringat.
- Handduk
- Personliga hygienartiklar.
- Tofflor (som tål vatten och gärna slip-in variant)
- Nepalesiskt lexikon/parlör.
- Vattenreningstabletter (finns ex på Naturkompaniet) – för att undvika

magproblem bör du alltid använda dessa även för kokat vatten.

- Ta gärna med foto på dig och från din omgivning i Sverige (uppskattas mycket!)
- Dagbok -kan vara fint för reflektioner på plats. Det är mycket intryck och händelser som kan vara skönt att skriva ner och reflektera kring.
- Ta med så lite som möjligt – allt går att finna i Kathmandu!

Viktigt att veta!

- Nepal är ett politiskt instabilt land, vilket medför att infrastrukturen inte alltid fungerar. Det gäller t.ex. elektricitet, bussar, affärer, telefon, internet etc.
- Det är ingen risk för din personliga säkerhet så länge du använder ”sunt förnuft”. Är du osäker, fråga volontärensvarige på plats.
- Vatten är en bristvara, hushåll och var mycket försiktig med användningen. När elen inte fungerar på härbärgen finns inte heller något vatten.
- Vattenreningstabletter ska användas till allt vatten du dricker, ca 70% av allt vatten du köper på flaska är förorenat!
- Maten är nepalesisk husmanskost, liknande indisk mat med huvudsakligen ris och grönsaksröror och ibland fisk och kyckling. Du serveras tre måltid på härbärgen. Meddela om du har allergi.
- Din mobiltelefon fungerar när telefonnätet fungerar. På härbärgen finns tillgång till en volontärmobil med nepalesiskt simkort som enkelt fylls på genom att köpa påfyllnadskort.
- Internet fungerar oregelbundet beroende på eltillgången. På härbärgen finns Wi-Fi och tillgång till datorer.
- Elektriciteten är tillgänglig beroende på årstid (monsunen), tid på dygnet och stadsdel (enligt stadens elschema).
- Ta sedan dit du kommer - Lämplig klädsel och uppträdande är viktigt.
- Rådfråga alltid volontärensvariga Raj eller Rita om det är något du undrar över eller om något känns konstigt.
- Meddela innan om du kommer tillbaka till härbärgen sent kvällstid, normalt låses grinden vid niotiden.
- Ge inte pengar eller gåvor till de boende på härbärgen, om du vill ge

något (vilket du absolut inte behöver) ska det göras genom BAS, dvs genom Rita. Detta för att förhindra tiggeri och att inte bidra till att förstärka den förutfattade bilden av västerlänningar som ”kassa-kor”.



- Vid sjukdom så har BAS kontakt med ett privatsjukhus, din sjukförsäkring träder in och du får i efterhand betala en självrisk.
- Rökning och förtäring av alkohol samt andra droger är inte tillåten på härbärgen.
- Droger är totalförbjudet i hela Nepal!

Kostnader

- Resekostnad ca 6-8 000 kr (du bokar flyg själv)
- Kostnad för din vistelse hos BAS: 5 000 kr per månad (varav ca 2 000 kr utgör omkostnader och 3 000 kr är bidrag till BAS verksamhet)

Stöd till BAS i Sverige

Verksamheten inom BAS i Sverige bygger helt på ideellt engagemang, därför är vi enormt tacksamma över följande hjälp av dig som är volontär på plats i Kathmandu:

- blogga på BAS hemsida och Facebook för att sprida informationen om verksamheten i Nepal – minst en gång i veckan och gärna mer.
- vara länk mellan BAS i Sverige och Nepal under vistelsen.
- lämna rapport i slutet av vistelsen via: https://docs.google.com/document/d/1owDNFApd8K3_kbj4GqJ6vWFfp8xk4-oChM_s5qouXC4/edit?usp=sharing
- efter hemkomst återkoppla till volontärensvarig i Sverige.



Kontaktuppgifter BAS Nepal

När du är på plats hos BAS – innan dess har du kontakt med volontärensvarig i Sverige.

Raj Kharel tfn: 00977 – 9813 385431
Rita Kharel tfn: 00977 – 9841 439898

Adress: BAS – Brahmasthani Awareness Society Home
Thirbam Marga, Maharajgunj
Kathmandu – 14, Nepal
(Post Box: 26249)

Konsulat

Sverige: <http://www.sweden.gov.se/sb/d/4188/l/sv/a/21022/pd/4188>
Telefon: +977 1 42 20 939
Mail: meerahome@wlink.com.np

**Mer information och länkar hittar du på BAS hemsida:
www.basinsweden.org**

Varmt välkommen till

