

El Programa de vacaciones Solidarias es una oportunidad para conocer de primera mano un proyecto de cooperación al desarrollo, que realiza Alianza por la Solidaridad junto a organizaciones locales, pero sobre todo es una oportunidad de apoyar e intercambiar experiencias con comunidades con menos oportunidades y conocer sus esfuerzos, ilusión y trabajo para mejorar sus condiciones de vida.

Para Alianza por la Solidaridad el programa de Vacaciones Solidarias es un ejercicio de transparencia de nuestras actividades hacia la sociedad. Tenemos oficinas en cada uno de los países de destino, y son los y las cooperantes de nuestra organización, junto con el personal de las ONG locales con las que trabajamos en cada país, quienes coordinan la estancia de las personas voluntarias.

Destino:

BOLIVIA

Ciudades de La Paz, El Alto (en zona periurbana) y Pucarani (en zona rural)



Proyecto en el que participarás: *Contribuir al ejercicio pleno del derecho a la Salud Sexual y a la Salud Reproductiva y a una vida libre de violencia de las mujeres -jóvenes, adolescentes y adultas- en Bolivia.*

Plazas disponibles: En total 3 plazas.

Fechas de viaje: del 1 al 28 de agosto de 2016

A continuación encontraras información acerca de:

1. Información general del país.
2. Información de los proyectos
3. Información sobre el trabajo de Alianza por la Solidaridad en Marruecos y el trabajo de las organizaciones locales.
4. Actividades a realizar por las personas voluntarias
5. Recomendaciones para el viaje
6. Cronograma de actividades

Todos los costes del viaje están a cargo de las personas que participan en el programa.

Los billetes aéreos deben ser comprados por cada participante, en la aerolínea y trayecto que prefiera, pero en fechas que coincidan con las del proyecto. Directamente pagará los costes de comida y transporte interno en el país, así como relativos a sus actividades de ocio y tiempo libre. A través de Alianza por la Solidaridad deben pagar el coste de alojamiento, seguro de viajes y costes administrativos.

1. Información General de Bolivia:

CAPITAL	Sucre (capital constitucional, sede del Poder Judicial). La Paz (capital administrativa, sede del Gobierno y del poder legislativo).
POBLACIÓN	10.027.254 habitantes (censo 2012) Mujeres: 50.07%. Hombres:49.93%
EXTENSIÓN	1.098.581 Km2
LENGUA OFICIAL	Español, quechua, aimara, guaraní y otras 33 lenguas indígenas
RELIGIÓN	Libertad de culto, predomina la religión Católica
MONEDA	Bolivianos (Bs) Tipo de cambio actual: 1 euro = 7,45 bolivianos (aprox.)
LÍMITES	Limita al norte y al este con Brasil, con Paraguay y Argentina al sur, con Chile al suroeste y con Perú al oeste
REGIONES	<p>Se puede dividir en tres regiones geográficas:</p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Región Andina en el sudoeste: abarca el 28% del territorio nacional con una extensión de 307.603 km². Esta zona se halla a más de 3.000 msnm. Aquí se encuentra el Lago Titicaca, el más alto navegable del mundo situado a 3.810 msnm, con una extensión de 8.100 km² y compartido con Perú. También se encuentra en el altiplano el salar de Uyuni, que es el depósito de sal y el reservorio de litio más grande del mundo. 2. Región Sub-andina en el centro-sur: región intermedia entre el altiplano y los llanos orientales que abarca el 13% del territorio (142.815 km²), y comprende los valles y los yungas (a 2.500 metros msnm). Se caracteriza por su actividad agrícola y su clima templado a cálido (15 a 25 °C). Esta región comprende los valles bolivianos y Los Yungas. 3. Región de los Llanos en el noreste: abarca el 59% de la superficie nacional con una extensión de 648.163 km² y se ubica al norte de la cordillera Oriental o Real, que se extiende desde el pie de los Andes hacia el río Paraguay. Es una tierra de llanuras y bajas mesetas, cubierta por extensas selvas ricas en flora y fauna. La región se caracteriza por estar a una altitud menor de 400 msnm, contar con ríos extensos y la mayor biodiversidad del país. Registra una temperatura media anual de 22 a 25 °C.
DISTRIBUCIÓN ADMINISTRATIVA	<p>Bolivia se organiza territorialmente en departamentos, provincias, municipios y territorios indígena originario campesinos. La provincia es la división administrativa de los departamentos. Actualmente hay 112 provincias.</p> <p>En el departamento de La Paz, Provincia del mismo nombre se encuentra las ciudades de la Paz y El Alto, donde estará el grupo de voluntariado. El Alto forma parte del Área metropolitana de La Paz, con la que forma la segunda aglomeración urbana más grande del país. Se encuentra a una altitud de 4.070 msnm lo que la hace la segunda ciudad</p>

	más alta del mundo.
RÉGIMEN POLÍTICO	Estado Unitario Social de Derecho democrático de régimen presidencialista
ECONOMÍA	La economía de Bolivia tiene su base principal en la extracción y en la exportación de sus recursos naturales, principalmente mineros y de gas. El PIB per cápita es uno de los más bajos de América Latina siendo considerado como un país de ingreso mediano. También destacan las industrias farmacéuticas, manufactureras y conglomerados comerciales.

Aquí encontrarás la información del país que ofrece el Ministerio de Exteriores de España:
http://www.exteriores.gob.es/Documents/FichasPais/BOLIVIA_FICHA%20PAIS.pdf

2. Información del Proyecto:

El proyecto pretende contribuir al ejercicio pleno del derecho a la salud sexual y reproductiva (DSSR) y el derecho a una vida libre de violencia (DVLV) de las mujeres en Bolivia. Para lograrlo se trabaja en tres líneas o componentes:

1. Fortaleciendo las capacidades de mujeres de diversos sectores (urbano, rural; en La Paz fundamentalmente aymaras) y edades (adultas y jóvenes y adolescentes), organizadas y no, en su gradual proceso de empoderamiento personal y colectivo, fortaleciendo su autonomía, capacidad organizativa y de incidencia, exigibilidad, vigilancia y control social, para lo que se proponen procesos formativos y de acompañamiento organizativo, así como procesos de réplica multiplicadores.
2. Fortaleciendo la capacidad de respuesta de las instituciones públicas vinculadas a la implementación de políticas y prestación de servicios para mejorar su capacidad de respetar, proteger y hacer efectivos los derechos priorizados. Esto se hace a través del desarrollo e implementación de políticas públicas, la mejora de la calidad y calidez de los servicios, el fortalecimiento de los procesos de articulación a diversos niveles, incluyendo a instituciones públicas y organizaciones de la sociedad civil, así como a través de procesos de investigación y levantamiento de evidencias.
3. Incrementando la movilización ciudadana y opinión pública a favor del derecho a la salud sexual y reproductiva y el derecho a una vida libre de violencia de las mujeres. Se dirigen procesos de periodismo cívico, dirigidos tanto a profesionales de los medios de comunicación como a comunicadores/as sociales, para provocar cambios actitudinales en los medios de comunicación. A través de acuerdos con medios y análisis de publicidad, se busca generar y difundir información a través de campañas de comunicación y eventos lúdico-educativos que permitan generar opinión pública favorable al DSSR y al DVLV de las mujeres bolivianas.

3. Información sobre el trabajo de Alianza por la Solidaridad en Bolivia y el trabajo de las organizaciones locales.

¿Qué queremos cambiar?

Bolivia se caracteriza por profundas desigualdades sociales y altos índices de pobreza y exclusión que afectan a más de la mitad de la población, especialmente a las mujeres y a las comunidades indígenas.

Es el país latinoamericano con mayor nivel de violencia física contra las mujeres y el segundo, después de Haití, en violencia sexual. Los datos indican que siete de cada diez mujeres son víctimas de violencia dentro de sus hogares, con graves consecuencias para su salud física y emocional, y una mujer muere cada tres días víctima de feminicidio, cifra que se incrementa cada año.

Por otro lado, los derechos sexuales y reproductivos de las bolivianas son vulnerados constantemente debido a la falta de información, las dificultades para acceder a métodos de planificación familiar, la ausencia de una atención adecuada y la discriminación por razones género y etnia. Todo ello, tiene como consecuencia embarazos adolescentes, falta de atención médica durante la gestación y altos niveles de mortalidad materna. Aunque, según la ley, la asistencia sanitaria para la interrupción del embarazo debe ser facilitada de forma gratuita cuando se trata de violación, o cuando supone un riesgo para la vida y la salud de la madre, en la mayor parte de los casos las mujeres en esta situación encuentran múltiples obstáculos, recurriendo a de abortos inseguros, práctica que constituye la tercera causa de mortalidad materna en el país.

Otro problema para las bolivianas es su dependencia económica, lo que afecta a su independencia y a su desarrollo personal. Aunque en los últimos años en Bolivia ha habido avances sociales, políticos y económicos, la brecha de pobreza entre hombres y mujeres es ahora mayor.

¿Cómo lo hacemos?

Alianza por la Solidaridad trabaja en los departamentos de La Paz y Cochabamba:

- ✓ Promovemos el liderazgo de las mujeres en el conocimiento y ejercicio de sus derechos sexuales, reproductivos y a disfrutar de una vida libre de violencia.
- ✓ Promoviendo leyes y políticas públicas que favorezcan los derechos de las mujeres.
- ✓ Sensibilizamos a la sociedad en general y al funcionariado de las instituciones públicas de salud y justicia sobre los derechos de las mujeres y contra patrones culturales que respaldan la discriminación y violencia hacia las mujeres.
- ✓ Apoyamos iniciativas emprendedoras que fomenten la independencia económica de las mujeres.

¿Con quién lo hacemos?

Trabajamos con la Confederación Nacional de Mujeres Campesinas Indígenas Originarias “Bartolina Sisa”, el Centro de Promoción de la Mujer Gregoria Apaza, la Oficina Jurídica para la Mujer (OJM), Católicas por el Derecho a Decidir, CIES Salud Sexual y Salud Reproductiva, el Instituto de Formación Femenina Integral y otras organizaciones aliadas. Además colaboramos estrechamente con los gobiernos e instituciones locales y, a nivel nacional, se coordina y realizan acciones conjuntas con el Viceministerio de Igualdad de Oportunidades, el Ministerio de Comunicación y la Vicepresidencia del Gobierno, entre otros.

El grupo de voluntariado trabajará con:

<p><u>Confederación Nacional de Mujeres Campesinas Indígenas Originarias de Bolivia-Bartolina Sisa</u></p>	<p><u>Centro de Promoción de la Mujer, Gregoria Apaza</u></p>	<p><u>CIES Salud Sexual y reproductiva</u></p>
<p>Organización sindical de mujeres campesinas que tiene cobertura a nivel nacional y que se crea para dar respuesta a las demandas de las mujeres de las zonas rurales de Bolivia, mujeres indígenas cuya representatividad y demandas se veían mermadas e invisibilizadas por las organizaciones sindicales masculinas.</p> <p>Sus objetivos son: luchar por el mejoramiento, social, económico, político y cultural de las mujeres campesinas, originarias e indígenas y AFRO Bolivianas, defender los derechos de la mujer, la educación y la soberanía alimentaria, para garantizar la inclusión de las hermanas y la equidad de género, y luchar por los derechos y propiedad de la tierra y territorio, entre otros.</p> <p>A raíz del trabajo iniciado con Alianza, impulsa acciones a favor del derecho de las mujeres a la salud sexual y reproductiva y una vida libre de violencia e incorpora estas temáticas en su agenda de trabajo y discursos.</p>	<p>Institución sin fines de lucro que desarrolla sus acciones en la ciudad de El Alto.</p> <p>Su misión se enmarca en la búsqueda de la transformación de las relaciones de poder inequitativas, desiguales y de subordinación de género, y en concreto trabajando mucho en la problemática de la violencia de género.</p> <p>Sus tres objetivos estratégicos son:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Empoderar a las mujeres en los ámbitos político, económico y personal, promoviendo su autonomía en sus redes sociales. - Fortalecer las organizaciones sociales donde participan las mujeres buscando mayores niveles de autodeterminación y articulación, apoyando la construcción de proyectos políticos de transformación social. - Influir en políticas públicas, prácticas y actitudes sociales, a favor de la transformación de las relaciones de poder desiguales, desde la politización de la vida cotidiana de las mujeres. 	<p>Organización privada de desarrollo social que contribuye al ejercicio del DSSR para mejorar la calidad de vida de la población boliviana urbana y rural, con énfasis en aquella que vive en situaciones de vulnerabilidad.</p> <p>Desarrolla un modelo de promoción y asistencia en salud sexual y salud reproductiva con un abordaje integral e innovador, con enfoque de género, generacional e intercultural.</p> <p>Posee una red nacional de servicios de salud, clínicas y unidades móviles, que privilegia las acciones de prevención y promoción de la salud.</p> <p>Su modelo e traduce en cuatro componentes: investigación, educación en SSR, servicios de SSR e incidencia, propiciando el acercamiento de los servicios de salud con el sistema social mediante la relación horizontal entre el personal de sus diferentes establecimientos de salud, los líderes y agentes de la comunidad y la misma población, disminuyendo así las brechas existentes.</p>

4. Información específica para el voluntariado

<p>ACTIVIDADES EN LAS QUE COLABORARAN</p>	<p>Fortaleciendo las capacidades de mujeres, a través de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Procesos formativos a mujeres adultas, jóvenes y adolescentes, en torno a los DSSR y el DVLV, y réplicas a otros colectivos de pares. - Talleres informativos dirigidos a mujeres en situación de violencia - Encuentros inter-generacionales, entre mujeres y entre adolescentes - Procesos de vigilancia, exigibilidad y control social en los municipios - Participación en procesos de incidencia con autoridades locales. <p>Fortaleciendo la capacidad de respuesta de instituciones públicas vinculadas a la implementación de políticas y prestación de servicios, a través de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Realizar encuestas de satisfacción de usuarias y evaluaciones de los servicios. - Participar en espacios de articulación entre OSC – Estado. <p>Incrementando la movilización ciudadana y opinión pública a favor de los derechos de las mujeres, a través de:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Participar en procesos de formación y/o sensibilización con comunicadores/as - Participar en procesos formativos y dar seguimiento a acciones de periodismo cívico. - Difundir mensajes a favor de derecho a una vida libre de violencia y la salud sexual y reproductiva en diversos medios de comunicación, mediante reuniones con medios, seguimiento a medios de comunicación masivos, elaboración de notas de prensa. - Desarrollo de una campaña para la despenalización social del aborto. - Realizar acciones de difusión, información y sensibilización (ferias, foros, marchas, sensibilización a padres y madres, boletín, redes sociales...).
<p>PERFIL REQUERIDO</p>	<p>Buscamos personas:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Que quieran conocer de cerca un proyecto de cooperación al desarrollo, a las que les interese comprender la situación actual de Bolivia, a través del intercambio con sus comunidades, y el apoyo al trabajo que realizan para cambiar su realidad. - Que tengan un compromiso personal con los Derechos de las Mujeres, y en concreto con el DVLV y el DSSR, que son las temáticas trabajadas (derecho a la interrupción voluntaria del embarazo, vida libre de violencia, etc.) - Que puedan compartir sus experiencias de participación y activismo en espacios de sociedad civil (movimientos sociales, asociaciones...), conocimientos, y capacidades para la mejora de los derechos de las mujeres, y que quieran aprender. - Que sean flexibles y tengan capacidad de adaptación ante los posibles cambios de programación que en ocasiones sufren las actividades. - Que sean respetuosas, empáticas y con capacidad de adaptación hacia el país que nos acoge (creencias y costumbres, comidas, tradiciones...), hacia sus gentes y hacia el resto de trabajadores/as y miembros del proyecto. - Que les guste trabajar en equipo, fomentar el diálogo y la comunicación fluida, así como que respeten las normas y recomendaciones de seguridad definidas.

5. Recomendaciones para el viaje

En este enlace encontraras las Recomendaciones de viaje a Bolivia del Ministerio de Exteriores. Por favor léelas con detenimiento:

<http://www.exteriores.gob.es/Portal/es/ServiciosAlCiudadano/SiViajasAlExtranjero/Paginas/DetalleRecomendacion.aspx?IdP=24>

Aspectos a tener en cuenta

CLIMA	La Paz tiene un clima de montaña con inviernos secos y fríos, con nevadas ocasionales. La temperatura promedio de 8 grados centígrados.
ROPA	El tiempo en el que van a llegar los voluntarios es invierno con lo que tienen que traer ropa de abrigo. Por el día: Pantalones, sudadera, suéter, vaqueros, suéter, chaqueta. Por la noche: Chaqueta pesada, gorro, bufanda, guantes
COMIDA	Aunque la población de El Alto tiene una dieta que se compone principalmente de carbohidratos y de otros productos con un alto contenido en grasa y almidón, se puede encontrar una variada oferta a precios muy económicos, y disfrutar de carnes y cereales propias de la región como la Quinoa.
VISADO	No es necesario para estancias que no excedan tres meses. El pasaporte debe tener más de 6 meses de vigencia y es recomendable traer una copia del pasaporte a color, para llevarlo en determinados viajes.
VACUNAS	Se recomienda solicitar cita en un centro de vacunación internacional donde le recomendaran las vacunas y/o tratamiento adecuado de acuerdo a su estado de salud. Para más información, consulte la siguiente página www.msc.es/ciudadanos/proteccionSalud/vacunaciones/home.htm
SALUD	Toda persona que viaje a Bolivia y en especial a las ciudades de La Paz y El Alto, para evitar problemas de altura, deberá realizarse una revisión médica antes de venir para tomar en cuenta el riesgo o nivel de adaptación a la altura (mal de altura “soroche”) . A la Llegada al país se recomienda descanso y no realizar esfuerzos innecesarios a pesar que uno se sienta bien, ya que el mal de altura puede darse al día siguiente de su llegada (la primera semana es vulnerable a notar la altura). También se recomienda los primeros días ingerir comidas ligeras evitando verduras o ensaladas crudas ya que la digestión es lenta hasta acostumbrar su sistema digestivo. Los mates ayudan mucho (infusiones de coca, anís, refresco de ciruela, etc.) Contar con las vacunas recomendadas de los servicios internacionales de salud para viajes al exterior (deberán incluir la de fiebre amarilla por si durante su estadía en Bolivia desean realizar viajes a lugares tropicales). IMPORTANTE: Antes de acudir a un centro sanitario llama al número de atención de tu seguro de viaje, que encontrarás al final de la póliza. Allí te indicaran a que clínica o centro de salud debes acudir.
LUZ ELÉCTRICA	La corriente en Bolivia es de 230 v

<p>TRANSPORTE</p>	<p>La utilización del transporte público está autorizada para el grupo de voluntariado, tanto para transporte urbano e interurbano. De día se permite coger movilidades (pequeños buses con un precio entre 2-2,60 Bs), trufis (taxis compartidos con recorridos fijos y un precio de 3 Bs) y taxis (tarifa mínima 12 Bs).</p> <p>Por la noche se recomienda llamar por teléfono a taxis de confianza, vinculados a la organización. (El equipo de Alianza por la Solidaridad Bolivia entregará un listado con los mismos). En todo caso, se recomienda el uso del sentido común a la hora de escoger el automóvil en el que viajar.</p> <p>Para el desplazamiento para actividades del proyecto a El Alto y Pucarani se contactará siempre con un taxi de confianza.</p> <p>No se permiten los desplazamientos por carretera durante la noche. Los desplazamientos deberán planificarse de forma que se realicen siempre durante el día.</p> <p>El tiempo de los desplazamientos es: a El Alto, 30 minutos; a Pucarani, 60 minutos. En función del tráfico, los tiempos estimados pueden duplicarse o hasta triplicarse.</p>
<p>RECOMENDACIONES DE SEGURIDAD</p>	<p>En general la ciudad De La Paz es segura, pero siempre es bueno tomar en cuenta las recomendaciones siguientes:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Llevar siempre consigo documentación identificativa (se recomienda llevar una copia del pasaporte sellada por notario), teléfono celular cargado, encendido, con crédito y en buen estado, y listado de teléfonos de contacto para emergencias. - Evitar llevar encima mucho dinero en efectivo (tener más de 200 Bs. Por ejemplo) y no llevar tarjetas de crédito a menos que sea por un trayecto corto para trámites, y nunca por la noche. - Inscribirse en la embajada, como visitantes. - Respetar rigurosamente las leyes del país y actuar con prudencia. - Evitar trayectos y lugares peligrosos catalogados como rojas especialmente en altas horas de la noche. (por ejemplo: la zona del Cementerio, Max paredes, Terminal Villa Fátima, El Alto, etc.). - Tomar radiotaxis de confianza del listado de números recomendados. - Viajar acompañada/o siempre que ello sea posible, especialmente de noche. - Contar siempre con dinero en efectivo suficiente para responder ante una emergencia o necesidad repentina de evacuación. - Evitar caminar sola por la noche, siendo de menor riesgo los lugares de ocio y entretenimiento.
<p>ALOJAMIENTO</p>	<p>Alianza por la Solidaridad se encarga de buscar un piso amueblado (en lo posible en la zona de Sopocachi, barrio donde está la oficina de Alianza), con cocina y condiciones adecuadas para el grupo de voluntariado.</p>

6. Cronograma de Actividades

DÍAS	FECHAS	ACTIVIDADES
Día 1	Lunes 1 de agosto	Llegada a La Paz
Día 2	Martes 2 de agosto	Reunión con equipo de Alianza por la Solidaridad.
Día 3	Miércoles 3 de agosto	Reunión con organizaciones locales e incorporación a sus actividades.
Día 4 al 22	Jueves 4 al lunes 22 de agosto	Desarrollo de actividades
Día 23	Martes 23 de agosto	Reunión de evaluación con el equipo de Alianza por la Solidaridad y organizaciones locales
A partir del día 24 y hasta el regreso	A partir del miércoles 24 de agosto	Tiempo libre hasta fecha de regreso (propuesta del domingo 28 de agosto). Los fines de semana también estarán libres para actividades turísticas y de ocio.