

# Volontariat au Népal

## Sommaire

1. À propos du Népal .....	2
2. À propos de l'association .....	3
3. À propos du chantier .....	5



Le SVI : qu'est-ce que c'est ? [Cliquez ici](#)

Intéressé par un projet ? [Cliquez ici pour l'inscription](#)

**Attention aux délais d'inscription** : postuler un mois à l'avance pour les projets en Europe (excepté la Russie), et deux mois à l'avance pour les projets ailleurs dans le monde.

## **IMPORTANT**

Les programmes des associations partenaires du SVI comme ce programme-ci présentent des projets pouvant être décrits d'une façon précise, voire très précise. Cependant, partir en volontariat n'est pas la même chose que partir en colonie de vacances, où le programme d'une journée est réfléchi et organisé pour chaque heure.

Ainsi, **comment lire ce programme ?** Lorsqu'on choisit un projet il faut surtout être attentif au(x) *thème(s)* général/aux du projet. Par exemple : projet avec les enfants, reconstruction, missions agricoles, animalières, de sensibilisation etc. Il est important de choisir un thème qui t'intéresse et te motive. Par contre il ne faut pas trop s'attarder sur les détails de la mission. En effet, il n'est jamais bon de partir avec une idée trop précise de son projet, cela peut être source de frustration si les choses ne se passent pas comme le volontaire l'avait imaginé. Nous avons d'autant plus tendance à imaginer les projets d'une façon occidentale avec nos "lunettes culturelles" alors que des notions assimilées par chacun, comme la ponctualité et l'organisation, varient fortement d'un pays à l'autre. Au contraire lorsqu'on n'a pas d'image prédéfinie du projet, on ne peut que se laisser surprendre et être dans une démarche plus ouverte sur le monde. Enfin, garde toujours en tête que tu es acteur de ton projet et que sa réussite dépend aussi beaucoup de toi !

Pour plus de conseils sur le volontariat, une fois ton projet accepté, n'hésite pas à participer à un de nos weekends de formation pré-départ où le volontaire est amené à réfléchir sur son projet et peut se préparer au mieux pour passer le meilleur volontariat possible. Tu obtiendras des informations sur ce weekend un fois inscrit sur un projet.

## **À propos du Népal**

On dit du Népal qu'il est l'un des pays les plus spectaculaires au monde, et certains prétendent que « Népal » est l'acronyme de « Never Ending Peace and Love ». C'est un pays très diversifié sur le plan géographique et ethnique d'Asie du Sud, situé entre deux nations énormes: la Chine et l'Inde.

Durant la majeure partie de son histoire, le Népal a été une monarchie mais aujourd'hui c'est une république démocratique fédérale après 10 de révolution maoïste.

Avec Katmandou pour capitale, le Népal compte 14 zones, 75 districts, 3914 comités de développement rural et 58 municipalités. Sa population est d'environ 28 millions d'habitants. Fort d'un héritage d'une grande richesse, la culture népalaise est qualifiée de «mode de vie pour toute la société ». Cela est particulièrement vrai pour le cas du Népal où la société est si fracturée entre les classes, l'héritage culturel est une véritable bouffée d'air frais.




La culture népalaise comprend des codes de conduite, des robes, une langue, des rites et des systèmes de croyances.

Notre pays est diversifié: de nombreuses, cultures, religions et ethnies se côtoient. La religion la plus pratiquée est l'hindouisme, le Népal est donc un royaume hindou. Puis vient le bouddhisme avec 10% de la population.

Le Népal est le lieu de naissance de Siddharta Gautama, plus connu sous le nom de Bouddha.

Bien que sa superficie ne soit que de 147,181 km carré, le paysage du Népal est très diversifié, c'est le pays où les

Service Volontaire International, asbl  
30, Rue des Capucins – 1000 Bruxelles

 : +32 (0) 2 888 67 13  : + 33 (0)3 66 72 90 20  : + 41 (0)3 25 11 0731

extrêmes se rencontrent, avec ses montagnes au nord (dont 8 des 10 plus hautes au monde, comme le Mont Everest) et ses plaines au sud, l'altitude peut varier du niveau de la mer à 8 850 mètres d'altitude. De cette énorme différence d'altitude résulte l'incroyable variété d'écosystèmes, de la faune et de la flore.

Malgré la richesse de ses paysages et de sa culture, le Népal fait partie des pays les plus pauvres au monde. Environ 35% de la population vit sous le seuil de pauvreté et quelque 82% vivent avec moins de 2 dollars par jour. Le Népal reste majoritairement rural, 85% de la population vit à la campagne. C'est précisément au sein de ces communautés rurales que le manque d'éducation, de santé et d'installations sanitaires est le plus grave.

Les inégalités entre les sexes font partie de la vie quotidienne.

## À propos de l'association

Notre partenaire local, VIN, est une organisation sans but lucratif, non-gouvernementale, apolitique et sans religion. Créée en 2005, elle avait pour objectif d'améliorer la santé et la position socio-économique des communautés marginalisées du Népal, en particulier les femmes et les enfants. En effet, ces dernières remplissent un rôle primordial mais peu reconnu en tant qu'ouvriers agricoles et aides-soignantes. À ce titre, il est essentiel d'améliorer les conditions de la femme et de l'enfant si l'on veut réduire la pauvreté au Népal.

VIN a organisé son premier projet à Jitpurphedi VDC du district de Katmandou, à 12 km de la route principale vers Balaju. La communauté avec laquelle nous collaborons est marginalisée bien qu'elle vive près de la capitale. Les études montrent que le niveau d'enseignement et les conditions de vie y sont très bas. Nous avons choisi cet endroit en 2007 pour y mener des projets, et depuis, n'avons cessé d'y travailler.

Nous voulons aider les gens à s'aider eux-mêmes. Surtout les femmes et les enfants par le biais de programmes éducatifs spéciaux avec éventuellement la participation d'autres organisations.

### Activités

Nous utilisons une approche de développement unifié pour le bien-être de la communauté divisé en 4 programmes majeurs à Jitpur menés par des volontaires internationaux, des volontaires locaux, et des employés de VIN. Diverses activités sont réalisables afin d'aider au développement de ces programmes.

### Programme des volontaires

Le programme des volontaires propose du volontariat peu coûteux à des organisations, des groupes, et des individus seuls disponibles pour le court, moyen et long-terme.

### Projet de soutien aux enfants

En septembre 2015, un tremblement de terre de forte amplitude a ravagé le pays réduisant en poussière quantité de

maisons et forçant un grand nombre d'habitants à vivre dans la rue. Nous nous sommes rendu compte que le meilleur moyen de participer efficacement à l'amélioration de la communauté serait de reconstruire des bâtiments.

Nous avons d'ores et déjà construit près de 500 abris temporaires avec l'aide de volontaires nationaux et de locaux.

### Contexte du projet

« Child development » est un des programmes majeurs que nous menons dans le cadre de l'approche Integrated Community Development Approach.

Nous défendons les droits élémentaires de tous les enfants de la communauté en leur fournissant l'occasion d'avoir accès à un enseignement de qualité et à des soins de santé. Nous avons plusieurs projets de développement de l'enfant tels que Children's Clubs (CC), Early Childhood Development (ECD) School Attendance Project (SAP) and Orphanage. Nous accueillons des volontaires du monde entier afin que les enfants soient en contact avec les méthodes d'enseignement et les soins de santé les plus récents.

Les chantiers seront organisés avec la coopération des écoles communautaires locales pour le développement communautaire, éducation et en travaillant de concert avec les enseignants, les enfants, les villages au sein de projets de développement communautaire.

La plupart des écoles dans la région d'Okharpawa et de Jitpur manquent d'infrastructure élémentaire comme un bâtiment scolaire, du matériel, un terrain de jeu et l'accès à l'eau potable. Les volontaires peuvent contribuer à l'amélioration de la vie quotidienne par le biais d'animations ludiques servant à des fins éducatives. Au sein du chantier, les volontaires assisteront les enseignants d'écoles défavorisées et marginalisées, formelles ou non-formelles à l'enseignement de matière tels que les mathématiques, l'anglais basique, etc. Si le volontaire le désire, il pourra animer des ateliers d'art, de musique, de jeux, etc. De plus, il aura l'occasion de participer à des travaux de rénovation simple dans des écoles locales ainsi qu'à d'autres activités comme la peinture, la plantation d'arbres, la protection contre les glissements de terrain, etc. Les volontaires participeront aussi aux programmes d'échanges culturels disponibles avec la communauté locale.

### Objectifs

- Participer au projet « Children Development » et partager son expérience
- Enseigner un certain nombre de compétences aux enfants

### Activités

- Enseigner les rudiments de l'anglais, des mathématiques, des sciences, etc.
- Animer des ateliers d'art, d'écriture créative, de dessin, etc.
- Jeux à l'extérieur ou à l'intérieur

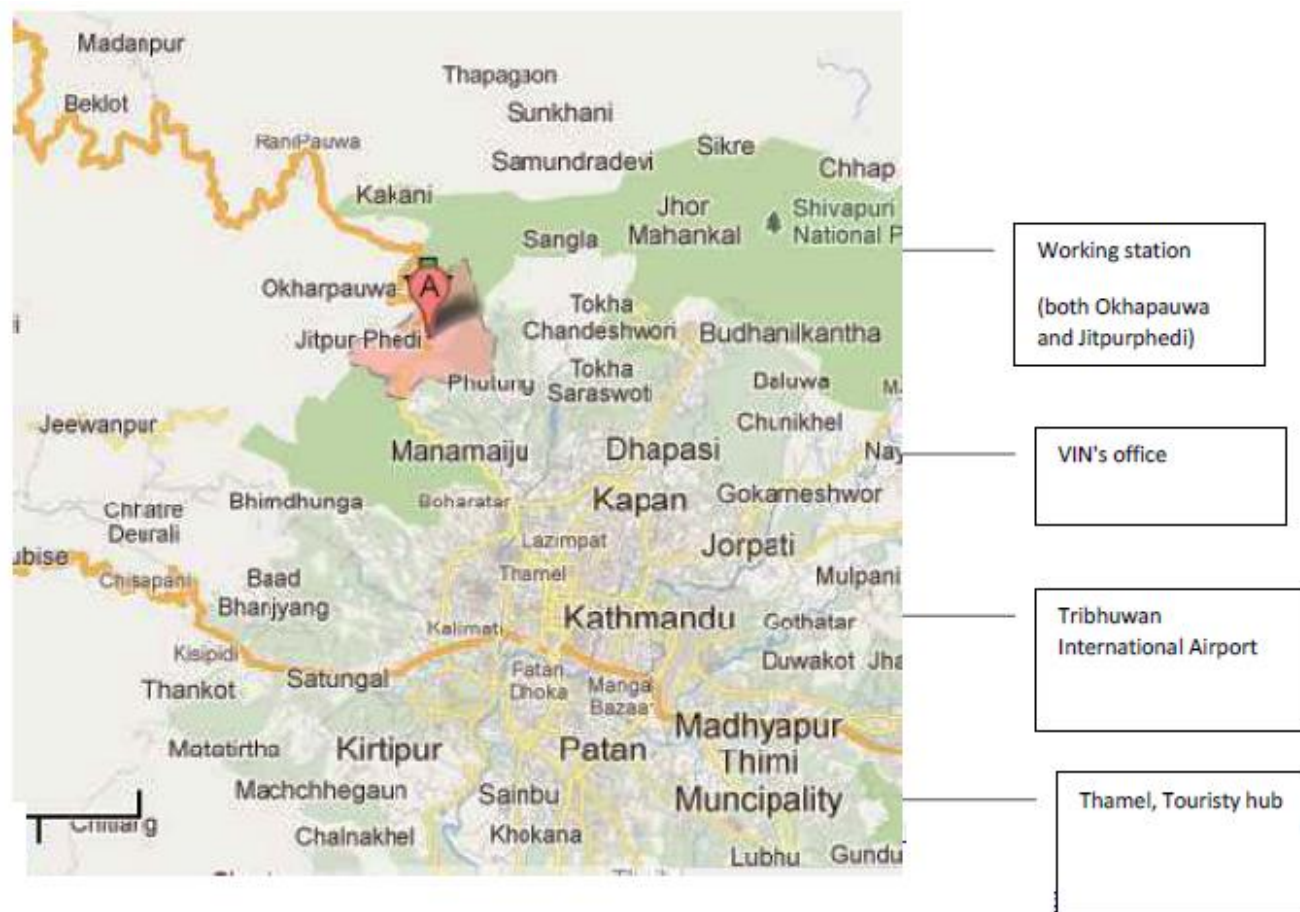
### Activités manuelles

- Rénovation de bibliothèque, des murs de l'enceinte, etc.
- Peinture et décoration des classes avec le matériel disponible sur place

## À propos du chantier

### Jitpurphedi

Les chantiers de notre partenaire local ont lieu au sein de la communauté de Jitpur, dans le district de Katmandou, à 10km à peine de la route principale menant à Balaju. Depuis 2014, d'autres projets sont également menés à Okharpauwa dans le district de Nuwakot à 17 km de Katmandou, dans la périphérie de la capitale ainsi que dans des écoles publiques ou privées.



### Chantier

Jitpurphedi/okharpauwa/

Le chantier peut se dérouler dans la périphérie de Katmandou OU au sein de la communauté, dans des écoles privées ou publiques.

**Nom du projet – « Children Development »**

**Durée – 2 semaines**

Jour	Matin	Après-midi	Soir
1			
2	Déjeuner: 8h30-9h15	Orientation: 10h-16h Salle: Bureau principal de	Préparatifs pour le lendemain Souper: 19h30-20h

		l'association. Le dîner sera servi après l'intégration	
3	Déjeuner: 8h30-9h15	10h-16h: prise de contact avec les membres de l'école 12h30-13h: dîner	Préparatifs avec le groupe pour le lendemain Souper: 19h30-20h
4	Déjeuner: 8h30-9h15	10h-16h: activités en fonction de l'emploi du temps 12h30-13h: dîner	Préparatifs avec le groupe pour le lendemain Souper: 19h30-20h
5	Déjeuner: 8h30-9h15	10h-16h: activités en fonction de l'emploi du temps 12h30-13h: dîner	Soirée culturelle!
6	Déjeuner: 8h30-9h15	10h-16h: activités en fonction de l'emploi du temps 12h30-13h: dîner	Préparatifs avec le groupe pour le lendemain Souper: 19h30-20h
7	Déjeuner: 8h30-9h15	Visites organisées pendant la journée de temps libre (cette date peut changer).	Préparatifs avec le groupe pour le lendemain Souper: 19h30-20h
8	Déjeuner: 8h30-9h15	10h-16h: activités en fonction de l'emploi du temps 12h30-13h: dîner	Préparatifs avec le groupe pour le lendemain Souper: 19h30-20h
9	Déjeuner: 8h30-9h15	10h-16h: activités en fonction de l'emploi du temps 12h30-13h: dîner	Préparatifs avec le groupe pour le lendemain Souper: 19h30-20h
10	Déjeuner: 8h30-9h15	10h-16h: activités en fonction de l'emploi du temps 12h30-13h: dîner	Préparatifs avec le groupe pour le lendemain Souper: 19h30-20h
11	Déjeuner: 8h30-9h15	10h-16h: activités en fonction de l'emploi du temps 12h30-13h: dîner	Préparatifs avec le groupe pour le lendemain Souper: 19h30-20h
12	Déjeuner: 8h30-9h15	10h-16h: activités en fonction de l'emploi du temps 12h30-13h: dîner compte-rendu	Préparatifs avec le groupe pour le lendemain Souper: 19h30-20h Compte-rendu
13	Déjeuner: 8h30-9h15	Départ officiel du bureau	
14		Départ pour l'aéroport	

### Frais de participation

355 euros à payer le jour de votre arrivée au bureau de l'association locale ou lors de la réservation par Paypal ou transfert bancaire.

### Ce montant comprend

Le premier jour à l'hôtel.

Service Volontaire International, asbl  
30, Rue des Capucins – 1000 Bruxelles

🇧🇪 : +32 (0) 2 888 67 13 🇫🇷 : + 33 (0)3 66 72 90 20 🇨🇭 : + 41 (0)3 25 11 0731

- Nourriture and Logement:

Dans une famille népalaise – 3 repas par jour.

- Transport:

De et vers l'aéroport/chantier.

Une journée complète de visites guidées au patrimoine mondial de la vallée de Katmandou.

Le matériel pour le chantier.

Soutien aux volontaires locaux.

T-shirt de l'association, et certificat de participation.

Soutien d'urgence 24h/24.

Frais administratifs pour l'association

### Ce qui n'est PAS compris dans le prix

Le billet d'avion, le VISA, l'assurance, l'entrée au site (pour les visites), voyages personnels et les dépenses liées aux activités du week-end.

### Lieu de rendez-vous

Envoyez les détails de votre vol à temps pour que nous puissions envoyer quelqu'un vous chercher.

Tribhuvan International Airport, Kathmandu

### Logement

Vous serez accompagné jusqu'à votre hôtel avec le groupe et y resterez une nuit. Le deuxième jour, après votre intégration, vous irez dans une famille d'accueil. Les infrastructures sont rudimentaires. Les hommes et les femmes partageront le même espace de vie mais dans des chambres séparées (2-4 personnes par chambre). Les lits sont basiques et vous devez apporter votre propre sac de couchage. Les repas seront népalais (le matin: dhabhat, riz, soupe de lentilles, légumes, œufs). Pour le dîner, c'est la famille d'accueil qui vous enverra le repas sur le chantier, le plat en métal sera fourni. Du thé sera servi au moins deux fois par jour (matin et soir). Il y aura une jarre d'eau dans la pièce commune, mais pas sur le chantier, pensez donc à emporter une bouteille. Les toilettes ne sont pas à l'occidentale, ce sont des toilettes turques et il n'y a pas de douches chaudes. Des coupures de courant sont à prévoir et peuvent durer jusqu'à 18h par jour.

### Langue

L'anglais est la langue la plus utilisée sur les chantiers. Vous n'avez pas besoin de le parler couramment mais il est primordial que vous communiquiez avec les autres. Les personnes sur place parlent généralement népalais mais les leaders de groupe vous serviront d'interprète. Par ailleurs, nous vous encourageons à apprendre quelques mots de népalais pendant votre volontariat. Quelques cours de népalais de survie seront disponibles.

## Condition physique

Il n'y pas d'exigences particulières, mais soyez conscients de vos limites pour le chantier de rénovation car il demandera des travaux manuels intensif.

## Ce qu'il faut apporter

À l'exception de quelques médicaments et de matériel high tech, vous pouvez tout vous procurer à Katmandou (et il y a de fortes chances que cela coûte moins cher que dans votre pays d'origine). Voici quelques idées de ce que vous pouvez apporter:

Recommandé:

- Trousses de secours/premiers soins
- Une réserve de médicaments dont vous aurez besoin sur place.
- Lampe de poche
- Sac de couchage
- Vêtements de saison
- Bottes de marche
- Sandales
- Un imperméable
- Vêtements plus légers
- Lotion anti-moustiques
- Casquette/ lunettes de soleil/ crème solaire
- Bouteille
- Serviette de bain
- Comprimés de purification d'eau
- Masques (contre la pollution et la poussière)
- Adaptateur

Pensez à faire une photocopie de votre passeport et visa, que vous conserverez dans un autre endroit que les originaux. Si possible, envoyez-vous un e-mail contenant une copie des documents importants avant de venir au Népal. Si vous désirez acheter une carte SIM népalaise, apportez un GSM déverrouillé et une photo d'identité.

## Remarques

Les volontaires vivront chez l'habitant/bâtiment communautaire/ organisé par l'association locale.

- Pensez à consulter la météo et amenez des vêtements adéquats
- Vous serez invité à présenter la culture de votre pays aux habitants locaux et aux autres volontaires. Pensez-y et soyez préparés.
- Les volontaires aideront à la préparation des plats et à la vaisselle. Il n'y a pas de machine à laver, vous devrez nettoyer vos vêtements à la main.



- Le tabac et l'alcool sont interdits dans la communauté.
- Il n'y a aucune lumière sur le chemin vers le camp. Amenez une lampe de poche!
- Vous devrez monter des escaliers pour atteindre le camp, privilégiez un sac plutôt qu'une valise.
- Il n'y a pas internet au sein de la communauté, par contre un accès à internet est disponible à distance de marche.

### Randonnées et excursions

Notre partenaire local propose des services de randonnées et des excursions au Népal. Tout l'argent récolté va directement à l'association qui œuvre pour l'amélioration des conditions de vie des femmes, des enfants et des professeurs de la communauté de Jitpur. Les différentes options suivantes sont possibles:

1. Annapurna Base Camp (ABC)
2. Annapurna Circuit Training
3. Base Camp Charity Treks
4. Everest Base Camp (EBC) Trekking
5. Volunteer Travel and Tour Nepal
6. Trips to destinations such as Nagarkot and Chitwan

### Activités supplémentaires/Temps libre (optionnel)

Soit avant ou après le chantier, il y a la possibilité d'aller visiter les sites alentours, pour ce faire, il faudra s'acquitter des frais propres à chaque activité.

Les points suivants concernent les dépenses additionnelles bonnes à savoir:

- Frais supplémentaires: Si vous désirez visiter sur votre temps libre.
- Nuits dans la ville: Si vous désirez rester plus longtemps dans une ville.
- Frais de communication: Internet et téléphonie.

### Quelques rudiments de népalais

En népalais	En français
Sujet+Complément+Verbe	Sujet+Verbe+complément
Namaste	Bonjour

Namaskaar	Bonjour (formel)
Mero naam Dinesh ho	Je m'appelle Dinesh
Tapaai: ko desh ko naam ke ho?	Comment s'appelle ton pays?
Mero nesh ko naam Nepal ho	Mon pays s'appelle le Népal
Tapaai: laai kasto chha? / K Chha?	Comment ça va?
Malaai sanchhai chha/ Thik chha	Ça va bien
Bhetera khushi lagyo	Ravi de vous rencontrer
Bholi bhetula/ Feri Bhetula	Au revoir

### S'adresser aux autres

Aama / Buwaa	Mère/père (aussi terme affectueux pour hommes et femmes de la génération de vos parents)
Didi / Bahini	Sœur (terme affectueux pour désigner une femme de votre âge)
Daai / Bhaai	Frère (terme affectueux pour désigner un homme de votre âge)
Naani / Baabu	Pour les enfants

### Cuisine

Bhaat	Riz
Daal	Lentilles
Tarkaari	Curry
Achaar	Cornichons au vinaigre
Paani	Eau
Kaalo chiya	Thé noir
Mitho	Délicieux
Amilo	Aigre
Dherai Mitho	Très délicieux
Taato	Chaud
Thaal	Plat
Gelas	Tasse
Chaamcha	Cuillère
Aalu	Pomme de terre
Malaai khaanaa pugyo	Nourriture est suffisante
Ma khaana shakdina	Je ne peux pas finir
Khaanaa Kam garnus	Un peu moins, svp
Khaanaa mitho chha	La nourriture est très bonne

## Santé

A-Malaai sanchai chha. (Je vais bien)

Q-Tapaai:lai kasto chha? (Est-ce qu'on peut utiliser-tapaailaini?)

A-Malaai sanchai chhaina. (Je ne vais pas bien)

Q- Ke bhayo? (Que s'est-il passé?)

- Pet dukhyo – douleurs estomac
- Waak Waak Lagyo – Nausée
- Taauko dukhyo – Mal de tête
- Thakaai Lagyo – fatigué
- Joro aayo – Fièvre
- Jhaadaa pakhaalaa Laagyo – Diarrhée
- Rughaa khoki Laagyo – rhume

## Parties du corps

Taauko = Tête

Aakhaa = Oeil

Naak = Nez

Haath = Main

Khuttaa = Jambe

Daadh = Colonne vertébrale

Kaan = Oreille

Daat = Dents

Chaalaa = Peau

Dukhyo = Douleur

Eg. Haath dukhyo = Ma main me fait mal

Daadh dukhyo = Ma colonne vertébrale me fait mal

## Les chiffres

Ek – Un

Dui – Deux

Tin – Trois

Chhar – Quatre

Paanch – Cinq

Chha – Six

Saat – Sept

Aath – Huit

Nau – Neuf

Das – Dix

Bish – Vingt

Tis – Trente

Chalis – Quarante

Pachhas – Cinquante

Sathi – Soixante

Satari – Septante / Soixante-dix

Aashi – Quatre-vingt

Nabay – Nonante, quatre-vingt dix

Saya – Cent

Hajar – Mille

**Envie d'aller faire du volontariat au Népal ? Contactez le SVI :  
[groupe@servicevolontaire.org](mailto:groupe@servicevolontaire.org) ou visitez notre site :  
[www.servicevolontaire.org](http://www.servicevolontaire.org) !**