



**PROGRAMA DE APRENDIZAJE Y SERVICIO EN COOPERACIÓN INTERANCIONAL.
UNIVERSIDAD DE GRANADA. AÑO 2021/2022**

Ficha 9: Fundación Hombres Nuevos

DATOS CONTACTO ENTIDAD ESPAÑOLA
Nombre de la entidad: FUNDACIÓN HOMBRES NUEVOS
Persona responsable del voluntariado: Juanjo Benito García
Página web: www.hombresnuevos.org
DATOS CONTACTO ENTIDAD EN TERRENO
Nombre de la entidad: ASOCIACIÓN CIVIL PROYECTO HOMBRES NUEVOS
Persona responsable del voluntariado en terreno: FABIOLA SALAZAR GONZALES
Página web: https://www.facebook.com/proyectohombresnuevos
¿Cuenta la entidad con protocolo de acogida de personas voluntarias? Explicar en qué consiste o adjuntar documento anexo
<p><u>A la llegada del voluntariado:</u></p> <ol style="list-style-type: none"> Una persona de la entidad local se encarga de recibir y recoger en el aeropuerto de Santa Cruz de la Sierra al voluntario/a. Se le instala, en función del espacio disponible, en alguna de los dos alojamientos con los que se cuenta. El voluntariado colabora en las tareas domésticas de la casa donde se aloje según la propia organización de la casa de que se trate. Una persona de la entidad local se encarga de mostrar al voluntariado todas las áreas de trabajo que se desarrollan (inmersión local y cultural) así como también le enseña el centro de la ciudad de Santa Cruz de la Sierra (inmersión de movilidad). Una persona de la entidad local se encarga de presentar al voluntario/a a la persona responsable del Área en el que va prestar su voluntariado y que reciba toda la información de la actividad en la que va a colaborar. <u>Mientras dure su voluntariado en el seno de la entidad local, el/la voluntario/a puede viajar un fin de semana a conocer algún lugar de interés turístico. Se recomienda consultar con la persona de la entidad local encargada de tutorizar al voluntario/a.</u> <p>NOTA: Respecto a los horarios para la práctica de la acción voluntaria, éstos pueden variar en función de las características del área. Si bien, lo habitual es que el horario sea por la mañana de 08:00 a 12:00 de lunes a viernes, y por la tarde, de 14:00 a 18:00 de lunes a viernes.</p>
¿Cuenta la entidad con protocolo de seguridad en caso de ser necesario? Explicar en qué consiste o adjuntar documento anexo
<p>Como requisito indispensable se exige que el voluntariado, antes de su llegada a Bolivia, acredite que dispone de un seguro de viaje que cubra cualquier tipo de incidencia en el tiempo que dure su prestación de voluntariado en el seno de la entidad local. Las prestaciones de la Seguridad Social no operan en el extranjero, por lo que <u>es muy necesaria la contratación de un seguro de viaje que cubra los gastos correspondientes.</u></p>

DATOS VOLUNTARIADO INTERNACIONAL	
País BOLIVIA	Zona geográfica concreta donde se realizarán las actividades (oficina y terreno). Departamento de Santa Cruz. Ciudad: Santa Cruz de la Sierra. Distrito Municipal 8, más conocido como Barrio Plan 3000, situado en la zona peri urbana de la ciudad de Santa Cruz de la Sierra.
Título del proyecto en el que participará: CENTRO DE DÍA PARA ADULTOS MAYORES	
Descripción del proyecto: La población adulta mayor se sitúa en una especial zona de vulnerabilidad social, sanitaria y/o económica. Una parte importante de la población adulta mayor carece de acceso a prestaciones de seguridad social, servicios de salud o servicios básicos. Huenchuan, (2009) sostiene que “en la mayoría de los casos, esta vulnerabilidad no radica en la edad, sino en una generalizada precariedad de los dispositivos de protección establecidos por los Estados. En otros casos, son expresión de una abierta desigualdad en función de los ingresos o bien de una escasa consideración de las necesidades de este grupo social como un asunto de política pública, producto de la arraigada concepción de que los problemas de la vejez son de orden privado y no objeto de la solidaridad colectiva” El fin del Centro de día para Adultos Mayores es apoyar a las personas de la tercera edad en ocio, salud y alimentación, manteniendo el mejor nivel posible de su autonomía personal, estimulando la libre iniciativa de los beneficiarios en la organización de talleres de lectura, visitas a centros culturales, celebración de eventos, todo esto para mejorar en cierto grado la salud física y mental del beneficiario. Con la consecución de los siguientes resultados: <ul style="list-style-type: none">➤ Aumentada la capacidad para cubrir necesidades en servicios y prestaciones a los adultos mayores del CDPHN➤ Satisfechas las necesidades de esparcimiento e interés que favorezcan el mantenimiento de la salud, las relaciones sociales y la elevación de la autoestima de los adultos mayores del CDPHN➤ Proyecto gestionado adecuadamente pretendemos fortalecer y diversificar el programa de atención social en el centro de día para adultos mayores, y se promocionará a través de:<ul style="list-style-type: none">• Consolidar los servicios de atención al adulto mayor• mejorar la seguridad alimentaria en base a criterios de salud• Aplicar un programa de actividades que fortalezcan las capacidades del adulto mayor• Compartir a través de las actividades el ámbito social• Acompañar a nuestros adultos mayores, muchos analfabetos, a acceder a los mecanismos de Protección social del estado Objetivos general y específico OBJETIVO GENERAL: Promover la mejora de la calidad de vida de las personas adultas mayores del Plan 3000 que asisten al centro de día del adulto mayor del Proyecto Hombres Nuevos. Y mantener sus actividades básicas de la vida diaria mediante la terapia ocupacional, su participación activa y la promoción de sus derechos y su inserción como ciudadanos desde el ejercicio de sus derechos. OBJETIVOS ESPECÍFICOS: <ul style="list-style-type: none">✓ Estimular el mantenimiento activo tanto a nivel físico como psicológico de las personas mayores.✓ Mejorar la autoestima de los adultos mayores mediante la participación en actividades recreativas y sociales✓ Promover el cuidado del medio ambiente y en todo nuestro entorno. Resultados esperados <ul style="list-style-type: none">✓ El 80% de las personas adultas mayores son estimuladas física y psicológicamente (mayor autonomía, liderazgo, alimentados saludablemente, etc).✓ El 85% de los adultos mayores participan en las actividades recreativas y sociales y mejoran su	

autoestima.

- ✓ El 90% de los Beneficiarios son capacitados y concienciados en el cuidado del medio ambiente

Actividades:

- Alimentación diaria saludable.
- Terapia ocupacional integral.
- Talleres y campañas de información.
- Controles médicos.
- Control peso y talla.
- Música y Baile
- Actividad física completa.
- Fisiomasajes y desintoxicación.
- Manualidades
- Juegos de mesa.
- Lectura comprensiva y lenguaje oral.
- Reuniones evaluativas
- Paseos
- Celebración de cumpleaños
- Celebración de Días especiales (Madre, Amistad, Padre, etc.) puntear

Capacitaciones:

- Cuidando mi salud mental y física.
- Minga
- Aprendiendo un nuevo oficio.

Perfil de la persona voluntaria (no vincular a la formación académica):

*Competencias Comunicativas y Sociales:

Comunicación expresada claramente y verificar que el mensaje ha llegado (adaptar el lenguaje para que los/as beneficiarios/as puedan entender lo que se quiere decir).

Escucha activa. Capacidad para relacionarse y trabajar en equipo multicultural.

Actitud de escucha y empatía.

Habilidades sociales. Capacidad de adaptación a otras realidades sociales y culturales.

*Competencias de Organización y gestión:

Creatividad.

Adaptabilidad.

Planificación, flexibilidad y capacidad crítica para la evaluación.

Pro actividad.

*Competencias relacionadas con las tareas a desempeñar:

Tener recursos didácticos y pedagógicos para poder adaptarse a diferentes entornos

Facilidad para trabajar con adultos mayores

*Otras competencias:

Trabajo en equipo.

Respeto a las decisiones de la entidad local en relación a las actividades.

*Área de conocimiento:

Ciencias de la Salud, Manualidades, Deporte, Arte, gastronomía, (No indispensable)

Breve descripción sobre el área/temática en la que se desarrollaría el SERVICIO A LA COMUNIDAD en el marco del proyecto descrito en el apartado anterior

Descripción de las actividades a realizar:

- Actividades recreativas
- Talleres de gastronomía
- Talleres Manuales
- Animación a la lectura



- Ejercicios físicos (baile, zumba, pilates, aikido, etc.)
- Acompañamiento y escucha activa
- Contención

Plan de seguimiento. Evaluación del Servicio

Tanto el seguimiento como la evaluación del voluntariado lo realiza la persona Responsable del Voluntariado Local junto con la persona Responsable local del Área en el que se presta la acción voluntaria.

Para el seguimiento del trabajo que realiza la persona voluntaria, la persona voluntaria contará con un Responsable de la Entidad Local que se encargará de darle el apoyo necesario para que pueda desarrollar la actividad encomendada y de evaluar la actividad. En el transcurso del tiempo que dura su voluntariado, se mantienen encuentros y reuniones con la persona voluntaria con el objetivo de valorar las actitudes y aptitudes en el correcto desarrollo de las funciones y actividades encomendadas. Este proceso sirve para que la persona voluntaria pueda comentar sus impresiones y el proceso de integración en la entidad local, al tiempo que también sirve para detectar mejoras si las hubiera, sugerencias e ideas por parte de la entidad local.

Para la evaluación del trabajo que realiza la persona voluntaria y conocer su opinión sobre su trabajo y la percepción que tiene de la entidad local y su nivel de integración, se usan entrevistas personales, encuestas, reuniones de grupo, por parte de la persona Responsable del Voluntariado Local quien a su vez mantiene una comunicación fluida con la persona Responsable del CICODE y velar por el cumplimiento de los requisitos formales requeridos tales como las certificaciones de llegada y fin de estancia de la persona voluntaria y el informe del Responsable Local sobre el terreno.

Se cuenta con la colaboración del Responsable del Voluntariado de la entidad en España socia de la entidad local que acoge al voluntariado sobre el terreno en todas las etapas que componen esta convocatoria.

Inclusión y diversidad:

Consultar con el CICODE en caso de ser una persona con diversidad funcional y estar interesada en participar en este voluntariado.

Número de voluntarios/as que se pueden acoger en terreno:

-simultáneamente: la entidad local puede acoger en un mismo mes un total de 2 voluntarios/as de manera simultánea, en esta área.

¿Durante cuánto tiempo se puede acoger voluntarios/as? ¿Existe una duración mínima?:

4 semanas

6 semanas

8 semanas x

Meses en los que se puede acoger a las personas voluntarias (poner X), especificar fechas o períodos si es necesario:

-mayo 2022 x

-junio 2022 x

-julio 2022 x

-agosto 2022 x

-septiembre 2022 x

-octubre 2022 x

-noviembre 2022 x

-diciembre 2022 x

INFORMACIÓN SOBRE EL LUGAR DE DESTINO

Precio medio del alojamiento y manutención: 200 €

Información sobre posibles alojamientos

El alojamiento es propio. La entidad local dispone de dos alojamientos en la zona de actuación (Plan 3000) para acoger al voluntariado:

1. Casa de Voluntarios/as “Los Alegres”. Se encuentra ubicada en las instalaciones del complejo conocido como La Ciudad de la Alegría en la unidad vecinal 165 en el barrio Plan 3000. La casa dispone de habitaciones individuales con cuarto de baño compartido. Los/as voluntarios/as gestionan la vida doméstica de la casa. Entre otras tareas, se reparten por turnos las tareas de cocina. Hay que respetar la organización interna de la casa. Se cuenta con lavadora y conexión wifi. No es necesario llevar ropa de cama y toallas. Los enchufes de toma de corriente de la casa son similares a los de España (no es necesario llevar adaptador). Los horarios para el desayuno, comida y cena son en torno a las 07:00 h., 12:30 h. y 20:00 h. Si bien son horarios ajustables a las necesidades del momento.

2. Casa matriz “Palacio”. Se encuentra ubicada en céntrico barrio Toro Toro (calle nº5 en plena esquina, a mano izquierda) en el barrio Plan 3000. Es la casa principal de la entidad local. Se dispone de lavadora y conexión wifi. Allí residen voluntarios/as bolivianos/as y extranjeros, así como también integrantes del equipo directivo de la entidad local y de la fraternidad Hombres Nuevos, además del fundador de Hombres Nuevos, el padre Nicolás Castellanos Franco. Cuenta con habitaciones individuales equipadas con cuarto de baño. Los horarios para el desayuno, comida y cena son similares a los de la Casa de Los Alegres, si bien son horarios ajustables a las necesidades del momento.

Características relevantes del lugar de destino:

-EL PAÍS: BOLIVIA, está situada en el hemisferio sur del planeta. Las estaciones frías (otoño e invierno) van de mayo a septiembre y la temporada caliente (primavera y verano) de octubre a abril, también considerada como la temporada de lluvias.

-LA CIUDAD: SANTA CRUZ DE LA SIERRA, está localizada al este de Bolivia. Tiene una temperatura promedio de 21 grados centígrados. Tiene un clima cálido y húmedo característico de las ciudades amazónicas. La ciudad se encuentra a 416 metros sobre el nivel del mar. Durante el invierno la temperatura suele descender muy por debajo de la temperatura media durante los llamados Surazos, que son frentes fríos que llegan desde el Polo Sur.

-EL BARRIO: PLAN 3000, dentro de la zona peri urbana de la ciudad de Santa Cruz de la Sierra se encuentra el Distrito Municipal Nº 8 ubicado en la zona sur de la ciudad. Limita al norte con la Radial 10 que a su vez es límite con el Distrito 7, de norte a sureste, limita con los cañaverales del Ingenio azucarero “San Aurelio”, y de norte a suroeste, con el área rural.

Clima de primavera en Santa Cruz, Bolivia: el clima de primavera es ligeramente cálido y lluvioso, pero no como en el verano. La temporada de primavera en Santa Cruz va del 21 de septiembre al 21 de diciembre con una máxima promedio de 31 C (88,7 F) y una baja promedio de 19,7 C (67,7 F).

Clima de verano en Santa Cruz, Bolivia: el tiempo de verano es caluroso, lluvioso y húmedo. La temporada de verano en Santa Cruz va del 21 de diciembre al 21 de marzo, con una máxima promedio de 31,3 C (89 F) y una baja promedio de 21 C (71 F).

Clima de otoño en Santa Cruz, Bolivia: clima de otoño es ligeramente caliente y bastante lluvioso, pero no como en el verano. La temporada de otoño en el de Santa Cruz va del 21 de marzo al 21 de junio con una máxima promedio de 27 C (84,3 F) y una baja promedio de 16,7 C (66 F).

Clima de invierno en Santa Cruz, Bolivia: El clima de invierno es agradable y en ocasiones frío, es considerada la estación seca. Temporada de invierno en Santa Cruz va del 21 de junio al 21 de septiembre con una máxima promedio de 26,3 C (79,7 F) y una baja promedio de 15,3 C (59,7 F).

BOLIVIA, situada en América del Sur, tiene una superficie de 1.098.580 Km², por lo que puede considerarse un país grande. Con una población de 11.353.142 personas, se encuentra en la posición 80 de la tabla de población, compuesta por 196 países y mantiene una muy baja densidad de

población, 10 habitantes por Km². Su capital es Sucre y su moneda el Peso Boliviano (1 € = 7,6317 BOB).

Es la economía número 95 por volumen de PIB. Su deuda pública en 2017 fue de 17.150 millones de euros, con una deuda del 51,26% del PIB. Su deuda per cápita es de 1.532€ euros por habitante. La última tasa de variación anual del IPC publicada en Bolivia es de julio de 2019 y fue del 1,9%.

Algunas variables que pueden ayudar a conocer algo más de Bolivia o se quiere saber más sobre el nivel de vida de sus habitantes:

- El PIB per cápita es un muy buen indicador del nivel de vida y en el caso de Bolivia, en 2018, fue de 3.005€ euros, por lo que se encuentra con esta cifra está en la parte final de la tabla, en el puesto 124. Sus habitantes tienen un bajísimo nivel de vida en relación a los 196 países del ranking de PIB per cápita.
- En cuanto al Índice de Desarrollo Humano o IDH, que elabora las Naciones Unidas para medir el progreso de un país y que en definitiva nos muestra el nivel de vida de sus habitantes, indica que los bolivianos tienen una mala calidad de vida.
- En cuanto al Índice de Percepción de la Corrupción del sector público en Bolivia ha sido de 29 puntos, así pues, la percepción de corrupción de los bolivianos en su país es muy alta.

SANTA CRUZ DE LA SIERRA, cuenta con una población de aproximadamente 1.686.375 habitantes, la capital concentra el 52,3% de toda la población del departamento. Para el año 2020 contará con 1.722.480 habitantes, según proyección del Instituto Nacional de Estadística (INE) de Bolivia.

PLAN 3000, fue creado un 18 de marzo de 1983, debido a una riada del río Piraí, en la que más de 3.000 familias quedaron sin hogar, viéndose obligados a asentarse en terrenos baldíos de propiedad privada en la zona sudeste de la ciudad, el gobierno municipal y la cooperativa Bolivia Limitada de ese entonces, procedieron a ofrecer ayuda a las familias damnificadas en una zona. Desde entonces, el Plan 3000 ha tenido un importante crecimiento poblacional, actualmente cuenta más de 350.000 habitantes. Se encuentra en la zona peri urbana en el Distrito Municipal N° 8 de la ciudad de Santa Cruz de la Sierra. Limita al norte con la Radial 10, de norte a sureste limita con el Ingenio azucarero “San Aurelio”, y de norte a suroeste con el área rural. Este Distrito tiene por nombre Ciudadela Andrés Ibáñez, popularmente conocido como Plan 3000, nombre que adquirió debido a su historia de cómo se formó esta zona.

Información relevante para la preparación del viaje:

A. RECOMENDACIONES DE VIAJE:

La presente recomendación carece de efecto vinculante alguno y opera como mero aviso o consejo. La Fundación Hombres Nuevos no resultará responsable en modo alguno ni por ningún concepto de los daños o perjuicios que, tanto por la observancia como por desconocimiento o no atención de la recomendación, pudieran ocasionarse a personas o bienes, no considerando dicha recomendación título que ampare reclamación alguna en tal sentido. Se recuerda, en cualquier caso, que el viaje se realiza siempre por cuenta y riesgo del viajero y que todos los gastos derivados de la hospitalización, el traslado de heridos o la repatriación de cadáveres corren a cargo del particular. Las prestaciones de la Seguridad Social no operan en el extranjero, por lo que es muy necesaria la contratación de un seguro de viaje que cubra los gastos correspondientes. Antes de realizar un viaje al extranjero, se recomienda registrar sus datos en el Registro de Viajeros informático del Ministerio de Asuntos Exteriores (<https://registroviajeros.exteriores.gob.es/>), para facilitar la atención en eventuales situaciones de emergencia o necesidad.

En el marco de la evolución de la pandemia de la COVID-19, todo viajero debe contar con la posibilidad de verse afectado en el extranjero por restricciones de cualquier tipo que impidan o alteren su libertad de movimiento. Con carácter general, los viajeros son responsables de las eventuales consecuencias de su decisión de viajar. La capacidad del Ministerio de Asuntos Exteriores, Unión Europea y Cooperación y de la red de Embajadas y Consulados de España de prestar asistencia consular de emergencia es limitada, se aplica exclusivamente a viajeros españoles en el exterior y no puede, en



ningún caso, suplir las capacidades de otros sistemas nacionales de salud, exigir excepciones a las normativas de terceros países, facilitar o sufragar la eventual prolongación de estancias en el exterior, sean voluntarias o forzosas, ni reemplazar el funcionamiento de las agencias de viajes o de las compañías de transporte.

Por ello, se reitera a todos los viajeros, independientemente de su destino o las circunstancias de su viaje, la recomendación de mantenerse informado en todo momento, de viajar con prudencia y de contar con un seguro que cubra todas las eventualidades durante el viaje.

Dada la rápida evolución de la respuesta internacional al brote de COVID-19, recomendamos que verifique la información en los enlaces de los organismos oficiales antes de viajar:

- Gobierno de Bolivia: <https://www.boliviasegura.gob.bo>
- Gobierno de Exteriores: <http://www.exteriores.gob.es>

Requerimientos sanitarios: Todos los nacionales y extranjeros a partir de los 5 años de edad deben presentar:

- Prueba RT-PCR (no se aceptan pruebas rápidas de detección de antígenos) negativa en las 72 horas previas al embarque, y además
- Certificado de vacunación (pasajero en edad vacunable) esquema completo (1ª y 2ª dosis de Sputnik V o Pfizer o Sinopharm o AstraZeneca, o 1ª dosis de Johnson & Johnson) 14 días antes de la salida. Se hará prueba PCR a los pasajeros que lleguen a Bolivia sin esquema completo de vacunación, a coste del pasajero (consultar Requerimientos de Cuarentena).

Requerimientos de Cuarentena: Los pasajeros no vacunados permanecerán en cuarentena hasta la obtención del certificado negativo de la 2ª prueba PCR después de las 72 horas de ingreso al país, a coste del pasajero.

Formularios Obligatorios: Los pasajeros con vuelos a Bolivia deben llevar completado los siguientes formularios: Declaración Jurada y un formulario para rellenar junto a las autoridades sanitarias a la llegada. Ciudadanos extranjeros no-residentes: deberán contar con seguro médico con cobertura de salud que incluya atención de casos de COVID-19.

A tener en cuenta:

-Se recomienda viajar con precaución. Se sugiere leer con atención el resto de estas recomendaciones de viaje. Ante la situación de volatilidad política en el país, se recomienda revisar periódicamente las redes sociales oficiales y mantenerse informado por todos los medios sobre posibles problemas relacionados con disturbios o bloqueos.

-Bloqueos y huelgas: Los bloqueos y huelgas en Bolivia, aunque no suelen durar más de 24 horas, son habituales y pueden perturbar la libre circulación por carretera. Sin embargo, es previsible que debido al enrarecido ambiente político puedan ser más intensos.

-Se recomienda venir provisto de un seguro de viaje de cobertura amplia, así como de dinero en efectivo, e informarse en todo momento de posibles huelgas y bloqueos.

-Arenavirus. Se ha detectado un brote en el área de Los Yungas de La Paz que produce fiebre hemorrágica. Se aconseja poner atención a las comunicaciones oficiales del Ministerio de Salud y del Servicio Departamental de Salud (SEDES) en caso de visitar la zona de riesgo.

-Virus del Zika. Se han reportado varios casos de microcefalia por Zika en el departamento de Santa Cruz y se ha confirmado el primer fallecimiento por el síndrome Guillain-Barré, asociado al virus del Zika. Los síntomas son debilidad muscular, dolores y deficiencia de sensibilidad, seguidos de parálisis. Se recomienda acudir de inmediato al centro médico en caso de experimentar los síntomas de la enfermedad.

-Dengue. Tras los últimos datos epidemiológicos, tres departamentos han declarado epidemia: Tarija, Beni y La Paz. Se aconseja extremar las medidas de profilaxis, especialmente en áreas tropicales o



subtropicales son elevada presencia de mosquitos, y acudir un centro médico en caso de síntomas compatibles con la enfermedad (fiebre alta, dolor muscular, dolor de cabeza, de estómago y vómitos) si se han visitado zonas de riesgo.

-Los accidentes de tráfico son habituales y de gravedad, con frecuentes víctimas mortales, por lo que debe extremarse el cuidado tanto como conductor como de pasajero o viandante.
-El coste de la asistencia y tratamientos en la sanidad privada es elevado. Se recomienda adquirir un seguro médico de calidad y cobertura amplia. Tanto Bolivia como los países fronterizos exigen una vigencia de pasaporte mínima de seis meses para el ingreso de extranjeros. Es importante verificarlo y tomar previsiones antes de viajar.

B. DOCUMENTACIÓN

Pasaporte / DNI: Pasaporte en vigor con 6 meses de vigencia.

Visado: No se exige a ciudadanos españoles para estancias de hasta 90 días. Sin embargo, si va a permanecer más de un mes, debe acudir a las oficinas de la Dirección General de Migración para obtener un sello acreditativo. Las multas por permanecer más tiempo del permitido pueden llegar a ser muy cuantiosas. Más información: www.migracion.gob.bo

C. VACUNAS:

-Obligatorias: Fiebre amarilla. Las autoridades bolivianas exigen portar el carnet de vacunación de fiebre amarilla a las siguientes personas:

Toda persona nacional o extranjera que provenga de zonas, áreas o países de riesgo endémico. El listado aportado por estas autoridades incluye los siguientes países: Angola, Argentina, Benín, Brasil, Burkina Faso, Burundi, Camerún, Chad, Colombia, Congo, Costa de Marfil, Ecuador, Etiopía, Gabón, Gambia, Ghana, Guinea, Guinea-Bissau, Guinea Ecuatorial, Guayana Francesa, Guyana, Kenia, Liberia, Mali, Mauritania, Níger, Nigeria, Panamá, Paraguay, Perú, República Centroafricana, República Democrática del Congo, Senegal, Sierra Leona, Sudán, Sudán del Sur, Surinam, Togo, Trinidad y Tobago, Uganda y Venezuela.

Toda persona nacional o extranjera que pretenda ingresar a zonas consideradas de riesgo endémico en territorio boliviano. Se incluyen las siguientes zonas: En el departamento de Chuquisaca, los municipios de Azurduy, Monteagudo, Huacareta, Incahuasi, Villa Serrano, Vaca Guzmán, Huacaya y Macharety; en el departamento de La Paz, los municipios de Guanay, Tipuani, Mapiri, Teoponte, Apolo, Inquisivi, Cajuata, Chulumani, Irupana, Palos Blancos, La Asunta, Iziamas, San Buena Aventura y Caranavi; en el departamento de Cochabamba, los municipios de Morachata, Villa Tunari, Chimore, Puerto Villarroel, Entre Ríos, y Tiraque; en el departamento de Tarija, los municipios de Padcaya, Bermejo, Yacuiba, Carapari, Villamontes y Entre Ríos; en el departamento de Santa Cruz, todas las provincias excepto Andrés Ibáñez, Warnes y Florida; así como los departamentos de Beni y Pando (todos los municipios).

Toda persona nacional o extranjera que pretenda salir de Bolivia con destino a los países de riesgo endémico citados en el primer punto.

Si un ciudadano que requiera viajar a Bolivia no puede ser vacunado por razones médicas, sus circunstancias deberán ser certificadas por las autoridades competentes de conformidad con la normativa internacional. Ante la alta demanda de la vacuna en ciertas zonas del país, se recomienda vacunarse en España antes de viajar.

Recomendadas: Tifus. Se recomienda pre-exposición antirrábica en casos de estancias largas, permanencia en zonas de difícil acceso a tratamiento médico o actividades al aire libre en zonas de alto riesgo.

Para más información, consulte las siguientes páginas webs:



España: <http://www.mscbs.gob.es/ciudadanos/proteccionSalud/vacunaciones/home.htm>

Bolivia: <http://www.migracion.gob.bo/>

D. SANIDAD:

COVID-19. Debido al incremento de casos de COVID19 que se está produciendo, se recomienda mantenerse informado por todos los medios sobre las posibles situaciones de confinamiento, restricción de viajes y cuarentena, y prestar atención a las comunicaciones del Ministerio de Salud y del Servicio Departamental de Salud (SEDES).

Meningitis meningocócica. El Departamento de La Paz alertó el 18 de noviembre de 2019 sobre un brote de meningitis meningocócica, una infección bacteriana grave de las membranas que rodean el cerebro y la médula espinal. La bacteria se transmite de persona a persona a través de gotículas de las secreciones respiratorias o de la garganta. La propagación de la enfermedad se ve facilitada por el contacto estrecho y prolongado (besos, estornudos, tos, dormitorios colectivos, vajillas y cubiertos compartidos) con una persona infectada. El periodo de incubación medio es de 4 días, pero puede oscilar entre 2 y 10 días. Los síntomas más frecuentes son: rigidez de nuca, fiebre elevada, fotosensibilidad, confusión, cefalea y vómitos. Si experimenta estos síntomas, debe acudir rápidamente a un centro médico. Existen vacunas para prevenir el contagio. En caso de que éste se dé, se pueden utilizar diferentes antibióticos, como la penicilina, ampicilina, cloranfenicol y ceftriaxona.

Dengue, Chikungunya y Zika. Existe incidencia de infecciones por los virus del Dengue, el Chikungunya y el Zika, sobre todo durante los meses de más calor y lluvias. Normalmente, no son enfermedades mortales, aunque implican riesgos diversos, en especial para personas con su sistema inmunológico debilitado: embarazadas, niños o ancianos.

En Bolivia estas enfermedades se presentan todo el año, salvo en las regiones situadas a una altitud mayor a 1.700 ms. La mayor incidencia se registra en las regiones de Pando, Beni, Santa Cruz, Tarija, Chuquisaca y Cochabamba, así como en áreas tropicales y subtropicales de La Paz. La OMS ha alertado sobre riesgos en la salud del feto en caso de que embarazadas contraigan el Zika y existen evidencias de su transmisión por vía sexual.

Para más información, recomendamos consultar la web de la OMS y la página web de Sanidad Exterior del Ministerio de Sanidad, Consumo y Bienestar Social y tener en cuenta medidas de prevención y autoprotección, tales como: utilizar camisas de manga larga y pantalones largos, utilizar repelentes de insectos, evitar lugares y horarios propensos a la proliferación de mosquitos en la medida de lo posible y tapar todo recipiente en el que se almacene agua y botellas de refrescos.

Fiebre amarilla. Esta enfermedad se transmite a través de la picadura de los mosquitos *Haemagogus* en el área selvática y *Aedes Aegypti* en área urbana y suburbana. Aunque el riesgo en general es bajo, se recomienda adoptar medidas de profilaxis en las zonas tropicales y acudir a un centro de salud en cuanto se detecten síntomas sospechosos. Los siguientes municipios se consideran endémicos según el Ministerio de Salud boliviano y requieren especial precaución: Chuquisaca: Azurduy, Monteagudo, Huacareta, Incahuasi, Villa Serrano, Vaca Guzmán, Huacaya, Macharety. La Paz: Guanay, Tipuani, Mapiri, Teoponte, Apolo, Inquisivi, Cajuata, Chulumani, Irupana, Palos Blancos, La Asunta, Iziamas, San Buena Aventura, Caranavi. Cochabamba: Morachata, Villa Tunari, Chimore, Puerto Villarroel, Entre Ríos, Tiraque. Tarija: Padcaya, Bermejo, Yacuiba, Carapari, Villamontes, Entre Ríos. Santa Cruz: todas las provincias excepto Andrés Ibañez, Warnes y Florida. Beni: todo el departamento. Pando: todo el departamento.



Gripe H1N1. Se aconseja precaución, especialmente en el departamento de Santa Cruz. En caso de experimentar síntomas gripales, con malestar gastrointestinal, fiebre y malestar general, se aconseja acudir inmediatamente a un centro médico, especialmente si se ha permanecido en el departamento de Santa Cruz o zonas limítrofes de Cochabamba o Beni.

En el caso de las personas que vayan a permanecer en esas zonas y pertenezcan a grupos de riesgo (pacientes con alguna patología crónica, mayores de 65 años o embarazadas), se aconseja recibir la vacuna en un centro habilitado.

Mal de altura: ZONA ANDINA (25% del territorio nacional). Occidente del país, las zonas de más altura, puede que sea afectado por el "soroche" (mal de altura). Para su tratamiento es aconsejable el reposo de 2 días, no tomar alcohol ni comer mucho, beber mucho líquido. Las farmacias disponen de productos específicos, aunque también es común consumir infusiones de mate de coca. Deben evitar viajar a esta zona personas con serios problemas respiratorios o cardíacos. ZONA SUB-ANDINA (16% del territorio nacional). Según la altitud, puede que también sea afectado por el mal de altura. ZONA DE LOS LLANOS (64% del territorio nacional). En el Oriente del país, al ser un clima tropical caluroso y húmedo, especialmente los departamentos de Santa Cruz, Beni Pando y Cochabamba, se pueden producir casos de malaria, dengue y de chikungunya.

En partes de los departamentos tropicales la malaria también es endémica, por lo que es recomendable tomar las medidas profilácticas al uso.

Agua. En todo el país, conviene evitar el consumo del agua de grifo y no ingerir alimentos en puestos ambulantes. Se aconseja contar con medicamentos antidiarreicos

Se advierte a quienes viajen a Bolivia que tengan especial cuidado con la cantidad y tipología de los medicamentos que lleven consigo. La normativa sobre posesión de fármacos para uso personal es compleja y sometida a cambios. Para poder ingresar desde cualquier frontera con fármacos de uso personal, es necesario declarar los medicamentos y llevar consigo la factura de la compra del fármaco.

Si así lo piden las autoridades, se deben depositar en la aduana los medicamentos, y personarse en la Unidad de Medicamentos y Tecnologías de la Salud (UNIMED) para solicitar su importación. Como alternativa, se puede llevar consigo sólo la dosis necesaria para el viaje y, con los certificados mencionados, pedir una nueva receta a un médico boliviano y comprar el medicamento en Bolivia. Si una persona no cuenta con la necesaria autorización por parte del Ministerio de Salud, puede ser acusada de posesión y tráfico de sustancias estupefacientes.

El listado de fármacos de uso libre y controlado está publicado, puede consultarlo en <https://www.minsalud.gob.bo/contactos/liname-2014-2016>. El listado de las sustancias, controladas, consideradas estupefacientes, aunque en otros países sean medicamentos se puede consultar en <https://www.minsalud.gob.bo/contactos/liname-2014-2016>. Respecto a la adquisición de medicamentos, se recomienda adquirirlos exclusivamente en farmacias habilitadas, y nunca en puestos callejeros u otro tipo de establecimientos.



E. PRECAUCIONES:

- Ser prudentes con la exhibición de dinero, cámaras fotográficas o de vídeo, joyas y otros objetos de valor. En caso de robo, no ofrecer resistencia, ya que ésta puede llevar a agresiones físicas. Se recomienda no llevar mucho dinero encima cuando salgas a la ciudad o te desplaces por el Plan 3000.
- El tráfico, consumo y posesión de droga están muy severamente penados, por lo que la detención incluye a los acompañantes del inculcado que deben demostrar su no implicación en los hechos. Las condiciones de las cárceles bolivianas son extremadamente duras.
- Llevar repelente de mosquitos. Protector solar. Gafas de sol.
- Calzado: cerrado, transpirable y cómodo. Chanclas para la ducha.
- Ropa cómoda y preferentemente de algodón. Algo de ropa más formal para cuando se acuda a algún acto especial. Chubasquero. Traje de baño (opcional), en las instalaciones del complejo de La Ciudad de la Alegría del socio local hay piscinas.
- Mochila o bolso pequeño para cuando te desplaces por la ciudad o el Plan 3000.
- Telefonía móvil. Puedes llevar tu teléfono móvil. Recomendamos un aparato que no sea de alta gama. Además puedes adquirir una tarjeta prepago de las operadoras locales TIGO y VIVA para usar dentro del territorio de Bolivia. Si quieres usar WhatsApp cuando estés fuera del alojamiento de Hombres Nuevos, adquiere la tarjeta de prepago con datos para internet.
- Las casas del socio local destinadas al alojamiento del voluntariado disponen de wifi.
- Tener en cuenta que los accidentes ocurren con mayor frecuencia de noche. Abundan también conductores con actitudes imprudentes y temerarias.
- Tener a buen resguardo el pasaporte, seguro médico, billete aéreo y tarjetas de crédito. Es bueno contar con varias fotocopias de éstos.
- No aceptes llevar contigo a Bolivia (tampoco a tu regreso a España) objetos o cosas que te entreguen desconocidos. Puedes tener problemas al entrar o salir de Bolivia y/o España.
- Procura no comer productos elaborados a pie de calle o en mercados populares. Tu organismo no está acostumbrado y puedes sufrir problemas estomacales.

Ante cualquier situación que veas problemática no dudes en comunicarte con tu tutor o la persona responsable del socio local que se te haya asignado.

A tu llegada solicita que te faciliten el número de teléfono de contacto de tu tutor o de la/s persona/s responsable/s del socio local que te hayan asignado, así como también, los números de las casas del socio local destinadas al alojamiento del voluntariado.

Alta montaña: La Cordillera de Los Andes en Bolivia cuenta con numerosas cumbres de gran altitud (más de 6.000 mts.) pero de fácil acceso. Sin embargo, su ascensión requiere una buena aclimatación previa a la altura. Se recomienda recurrir a guías de montaña con experiencia y equipos de calidad. En los últimos años varios españoles han sufrido accidentes graves, alguno con resultado de muerte, en excursiones y escaladas. Es recomendable buscar un guía local para actividades de senderismo en zonas aisladas del país, así como en el Salar de Uyuni y alrededores.

Se ha detectado un incremento de casos de intoxicación por la droga denominada “Burundanga” (escopolamina), principalmente en bares y locales nocturnos frecuentados por extranjeros en las principales ciudades. Se recomienda extremar la precaución en este tipo de locales y evitar ingerir bebidas que hayan podido ser manipuladas.



F. TRANSPORTES Y COMUNICACIONES AÉREAS CON ESPAÑA:

Existen vuelos directos entre Madrid y Santa Cruz de la Sierra. Se desaconseja cualquier otra combinación de vuelo para llegar a Santa Cruz de la Sierra que no sea el vuelo directo desde España. Para cualquier desplazamiento en el país es aconsejable informarse puntualmente sobre el estado de las carreteras, sobre eventuales bloqueos de las mismas o del acceso a aeropuertos.

Por otra parte, si en algún momento son requeridos para desplazarse a dependencias policiales, ha de informarse a los policías de la condición de ciudadanos españoles, avisando inmediatamente a la Embajada o al Consulado más próximo. Se recomienda no viajar solo por el interior del país, así como evitar desplazamientos por carretera de noche a zonas alejadas y escasamente pobladas. En las zonas donde se deben extremar las precauciones por haberse constatado mayor inseguridad son las ciudades de El Alto, ciertos barrios de La Paz y de Santa Cruz de la Sierra.

En Bolivia operan numerosas agencias de viajes y turismo. No todas cuentan con la debida acreditación y algunas ni siquiera están registradas como empresas. Antes de contratar un viaje o paquete turístico, especialmente cuando se trate de turismo de aventura o de visitas a zonas de riesgo medio, se recomienda comprobar que la agencia está oficialmente registrada y que ofrece las medidas de seguridad adecuadas. Dos criterios adicionales a valorar son que la agencia forme parte de la Asociación Boliviana de Agencias de Viaje y Turismo (ABAVYT), aunque no todas pertenecen a la misma, y que cuente con la acreditación internacional IATA.

Zonas de riesgo: Departamento de Cochabamba (especialmente la Región del Chapare, donde no se recomienda viajar) y Departamento de La Paz. Zonas sin mayores problemas: resto del país.

G. DIVISAS:

La moneda de curso oficial en Bolivia es el peso boliviano. Co-existe con el dólar norteamericano, que es moneda de libre circulación y que puede cambiarse en Bancos y Casas de Cambio (existen libre-cambistas apostados en las calles y avenidas, con los que no se recomienda hacer transacciones, debido al peligro de recibir moneda falsa. En la ciudad de Santa Cruz de la Sierra, un lugar recomendable como Casa de Cambio para cambiar tus dólares o euros es "Cambio Alemán" en la Plaza 24 de Septiembre.

Tarjeta de crédito. Las más aceptadas son las tarjetas American Express, Visa y Master Card. En las ciudades grandes existen cajeros electrónicos, donde se pueden utilizar tarjetas de crédito y de débito para retirar dinero. Se recomienda adoptar precauciones en su uso: al marcar el PIN debe cuidar de no ser visto por otras personas; también debe cuidar la manipulación de las tarjetas en restaurantes y establecimientos comerciales para evitar su clonación. Consulta con tu entidad bancaria las comisiones.



H. DIRECCIONES DE INTERÉS:

Para gestiones o trámites en Bolivia, recomendamos ponerse en contacto con alguno de los Consulados de Bolivia en España para que solicite allí información al respecto.

- Embajada de Bolivia en Madrid
Serrano 40, 5º dcha., 28001 Madrid
Telf: (34) 91 578 08 35
Fax: (34) 91 577 39 46
Email: embolivia-madrid@ree.gob.bo
Web: <http://www.embajadadebolivia.es>
- Consulado General de Bolivia en Madrid
Calle Aviador Lindberg No 3,
El Viso, Chamartín, 28002 Madrid
Telf.: (34) 912 838 845, 91 326 50 28
Fax: (34) 913 265 016
Email: info@consuladodebolivia.es
Web: www.consuladodebolivia.es
- Consulado de Bolivia en Sevilla
C/ Gustavo Bacarizas, 2, 6º B.-. C.P. 41010 Sevilla
Teléfono: 954 27 52 20

Una vez se esté ya en Santa Cruz de la Sierra:

- CONSULADO GENERAL DE ESPAÑA EN SANTA CRUZ DE LA SIERRA
Cancillería: Av. Cañoto, esquina c/ Perú
Teléfono/s: Centralita: 33346500; Fax/es: 33346501
Dirección de correo: cog.santacruzdelasierra@maec.es

Para consultas en general: cog.santacruzdelasierra@maec.es. O bien personalmente, EXCLUSIVAMENTE los VIERNES en el horario de 08:30 a 12:30

Teléfono de emergencias 24 horas para españoles: (+591) 76321421. El teléfono de emergencias se destina EXCLUSIVAMENTE para emergencias que afecten a ciudadanos españoles, como por ejemplo: accidentes, desapariciones y situaciones de necesidad (estar en peligro de muerte, enfermedad grave, incapacidad física sobrevenida o atentado grave a las libertades). Recuerde que una emergencia no es lo mismo que una urgencia. Una emergencia es una situación de peligro o desastre que requiere una acción inmediata. Una urgencia, por el contrario, es una necesidad que no conlleva, necesariamente, un riesgo personal. En este teléfono no se atenderán otros asuntos como información sobre visados u otros trámites que puedan atenderse en las horas habituales de oficina. Si usted necesita alguna información puede dirigirse personalmente al Consulado, de lunes a viernes, en el horario de 8:30 a 12:30 o enviar su consulta al correo electrónico: cog.santacruzdelasierra@maec.es Tenga en cuenta que si utiliza el teléfono de emergencias para hacer consultas puede estar impidiendo que otras personas, que realmente se encuentran en situación de riesgo, se puedan comunicar con este Consulado.



I. DECLARACIÓN DE EQUIPAJE Y DIVISAS:

DECLARACIÓN DE EQUIPAJE Y DIVISAS Presentación Form. 250 - Declaración Jurada

Previo a su ingreso o salida de territorio boliviano, LLENAR el Form. 250 de mercancías nuevas (ingreso) y divisas (ingreso y salida).
QUE PORTA EN SU EQUIPAJE ACOMPAÑADO.

EQUIPAJE ACOMPAÑADO - FRANQUICIA	DIVISAS
<p>Efectos personales y artículos usados</p> <ul style="list-style-type: none"> • Prendas de vestir y efectos personales usados. • Libros, revistas e impresos de todo carácter y documentos publicitarios de viajeros de negocios. • Una máquina fotográfica; • Una computadora portátil; • Una filmadora y accesorios; • Una grabadora, radiograbadora o radioreceptor; • Un teléfono celular; • Artículos para deportes; • Un instrumento musical portátil; • Coches para niños, sillas de ruedas para inválidos y demás bienes de uso ortopédico personal. <p>Artículos nuevos</p> <ul style="list-style-type: none"> • Artículos nuevos de estricto uso o consumo personal, sin fines comerciales, hasta por un valor de \$us. 1.000. • Productos farmacéuticos y medicamentos bajo prescripción médica expresa para uso personal del destinatario, en una cantidad no superior a tres (3) unidades (cajas o frascos). <p>Limitaciones</p> <ul style="list-style-type: none"> • Hasta tres (3) litros de bebidas alcohólicas; • Hasta cuatrocientos (400) cigarrillos; • Hasta cincuenta (50) cigarros o quinientos (500) gramos de tabaco picado. <p>IMPORTANTE: Toda mercancía que exceda la franquicia deberá pagar tributos aduaneros.</p>	<p>Montos</p> <p>Declarar divisas entre \$us. 10.000 y \$us. 20.000.</p> <p>IMPORTANTE: El ingreso o salida de montos mayores a \$us. 20.000, debe ser realizado a través de entidades financieras.</p> <p>Sanciones - Retenciones</p> <ul style="list-style-type: none"> • 30% del total de las divisas cuando NO se haya declarado las divisas que se porta. • 30% de la diferencia entre las divisas verificadas y las declarada, cuando sea una declaración imprecisa. • Cuando se declare un monto mayor a \$us 20.000, se aplicará la sanción del 30% sobre el monto excedente.