

MANUEL DU BÉNÉVOLE

ASOCIACIÓN COMUNIDADES INDÍGENAS



## TABLE DES MATIÈRES

1. Introduction	Page 4
2. À propos de nous	Page 4
3. Nos projets	Page 5
3.1 Education	-
3.2 Reforestation	-
3.3 Construction/Eco-construction	-
3.4 Conseils/Aide en tâches administratives	Page 6
3.5 Activités et animation	-
4. Bello Horizonte	Page 7
5. Préparez votre arrivée	Page 8
6. Arrivée	Page 9
6.1 À Lima	-
6.2 À Pucallpa	-
7. Normes, activités et règles de la maison	Page 10
8. Horaire typique	Page 11
9. Nos installations	Page 11
10. Ce que vous devez savoir	Page 12
10.1 Visiteurs	Page 12
10.2 Visite des enfants au site de l'association	-
10.3 Bibliothèque	-
11. Que puis-je faire pendant mes jours de congé ?	Page 13
12. Conclusion	Page 14

## 1. INTRODUCTION

D'abord et avant tout, nous vous souhaitons la bienvenue à l'Association Comunidades Indígenas. Nous vous remercions de participer à notre projet. Vous faites toute la différence dans ce que nous pouvons accomplir !

Dans ce guide, vous trouverez l'information importante que vous devriez savoir avant votre arrivée à Bello Horizonte ainsi que de l'information utile quant à votre séjour avec nous. Assurez-vous de le lire attentivement. Si vous avez des questions, écrivez nous un courriel et nous nous ferons un plaisir de vous répondre dans les plus brefs délais : [info@indicomunidad.org](mailto:info@indicomunidad.org).

## 2. À PROPOS DE NOUS

Nous sommes un groupe d'ami(e)s, provenant de différents pays, ayant décidé de former une association, dont l'objectif est d'améliorer les conditions de vie des communautés autochtones vivant dans l'Amazonie Péruvienne, en région de l'Ucayali et de Padre Abad. .

En 2005, ce groupe d'ami(e)s, qui visitait régulièrement l'Amazonie Péruvienne, commença à y apporter vêtements, fournitures médicales, instruments de chirurgies mineures, microscopes... Et tout ce qui aurait pu être utile aux communautés occupant la zone de l'Ucayali, rivière alimentant l'Amazone en ses débuts.

En 2014, il a été décidé de créer officiellement l'association "**Comunidades Indígenas**" (ou Communautés Autochtones, en français) afin d'optimiser les ressources et services de la région et développer un petit projet qui, d'année en année, pourra aider les communautés locales à améliorer leurs conditions de vie.

Le projet bat son plein dans la communauté de Bello Horizonte au bord de la rivière Aguaytia dans la province de Padre Abad.

Don José Campos nous a fait donation d'un terrain, où l'on a construit plusieurs maisons afin d'y loger les bénévoles et membres de l'association.

Tous les efforts ont été déployés afin de créer un lieu de retraite favorisant un contact avec la nature. Le site accueille les bénévoles, ou quiconque qui en ressent le besoin, à venir y passer un moment à aider tout en s'aidant soi-même.

### 3. NOS PROJETS

Travail auquel vous pourriez participer.

#### 3.1 Éducation

Nous travaillons avec l'école de Bello Horizonte depuis 2016, offrant des cours d'anglais, faisant la "Ludoteca" et ainsi que des cours parascolaires. Nous offrons aussi des cours d'anglais en après midi aux adultes et également un camp de jour gratuit appelé "Vacances Utiles" aux enfants et adolescents âgés de 2 à 16 ans pendant la période de vacances scolaires (de janvier à mars) où l'on apprend en jouant.

Il n'y a pas de collecte de déchets à Bello Horizonte, donc la plupart des déchets sont brûlés ou bien jetés à la rivière.

Nous essayons de démontrer qu'il y a de nouvelles manières de réutiliser ces "déchets".

#### 3.2 Reforestation

Nous avons le projet ambitieux de planter un million d'arbres. Il y a beaucoup de travail à faire ; soit dans la pépinière ou bien la plantation. Il y a énormément de coupe illégale dans les alentours de Bello Horizonte, beaucoup de pauvreté et l'une des façons de gagner sa vie est de vendre du bois ou de brûler la forêt vierge à des fins agricoles (cacao, feuille de coca, blé, riz etc).

Quelques espèces d'arbres ont déjà disparu localement et il n'y a que très peu, sinon pas de contrôle quant à la coupe des arbres.

Notre mission est de conscientiser les villageois quant à l'importance des arbres, visant particulièrement les enfants, à trouver des alternatives qui pourraient aider les villageois à gagner leur vie sans détruire leur précieuse forêt, ainsi qu'à replanter les espèces locales (et non eucalyptus, pins, etc.)

#### 3.3 Construction/Éco-construction

Comme nous essayons de faire en sorte que votre séjour soit le plus agréable que possible, il y a toujours du travail requis pour entretenir les maisons et le terrain de l'association.

Nous travaillons également en conjonction avec le village à construire des structures utiles (par exemple, une cafétéria) avec des matières recyclées (bouteilles de plastique, canettes, pneus etc).

#### 3.4 Conseils/Aide en tâches administratives

Nous offrons aux autorités du village de les aider à rédiger et imprimer des documents officiels.

Nous les aidons également lorsque des procédures ou documents doivent être envoyés à Pucallpa.

Nous offrons également gratuitement de prendre et imprimer les photos nécessaires pour l'inscription des enfants à l'école.

#### 3.5 Activités et animation

À toutes les deux semaines, nous organisons une soirée de cinéma gratuit.

Du popcorn et du plaisir pour tous !

En 2017, les villageois (surtout les enfants) ont participé à la première édition du "Festival de Cinéma Bello Horizonte". Les participants ont été invités à créer leur propre court-métrage et les présenter au village. Nous espérons renouveler l'expérience dans les années à venir.

#### 4. BELLO HORIZONTE

Bello Horizonte est un petit village de plus ou moins 400 habitants dans le district de Curimana, province de Padre Abad, département du Ucayali. Ce village est établi aux rives de l'Aguaytia qui se verse dans la rivière Ucayali. Il faut 40 minutes pour se rendre à la ville la plus près, Curimana.

La plupart des gens de la région sont plutôt pauvres, vivant de l'agriculture. Pour obtenir des terres à cultiver, ils brûlent souvent des âcres de forêt.

Mis à part l'agriculture, les gens travaillent dans l'industrie du bois, font la chasse pour vendre la viande ou encore cultivent la coca et/ou le cacao. La plupart des agriculteurs, originaires des montagnes se sont installés à Bello où les terrains sont beaucoup moins chers.

L'espagnol est la langue locale officielle bien qu'il existe encore quelques dialectes. Les premières nations qui peuplent la région de l'Ucayali sont d'origine Shipibo.

À Bello Horizonte, le service d'éducation offre la maternelle, le primaire et le secondaire. Le niveau d'éducation étant très bas, il y a encore beaucoup de gens qui ne savent ni lire ni compter. Le village possède aussi un centre médical où l'on peut recevoir des soins médicaux de base. Il n'y a pas d'eau potable ni de système de gouttières. La plupart des gens se creusent un puit ou utilise celui de leur voisin.

Chaque mois, les gens se réunissent avec les autorités du village pour discuter des projets à venir, des problèmes, des décisions à prendre, des choses à faire, etc.

Nous essayons de participer et assister autant que nous le pouvons.

## 5. PRÉPAREZ VOTRE ARRIVÉE

Vous serez probablement très dépaysé à votre arrivée en forêt Amazonnienne. Une façon d'éviter de s'ennuyer de chez soi est d'être bien informé et bien préparé. La première semaine est la plus difficile. Il faut s'adapter à la chaleur humide, aux insectes, aux sons, à la nourriture, etc.

À Bello, il n'y a pas beaucoup de moustiques, mais plutôt une petite mouche qui pique et qui irrite la peau. Nous suggérons d'apporter des chemises à manches longues légères et des pantalons "longs" d'un tissu léger. Apportez votre chasse-moustique préféré. Les maisons sont pourvues de moustiquaires de même que les lits, alors pas de souci pour ça !

Nous avons l'eau potable au site. Cependant, si vous avez un filtre à eau, apportez le, il pourrait être utile.

Dans la région, il n'y a pas de cas de malaria. Par contre, il y a eu dans le passé quelques cas très isolés de "fièvre dengue". Consultez votre médecin si vous voulez en savoir plus sur la façon de se protéger, mais personnellement, nous n'avons jamais eu de problème.

Il n'y a pas de service Internet à Bello. Prévenez votre famille et vos amis que vous ne pourrez pas communiquer avec eux pendant un certain temps. Si vous le désirez, vous aurez accès à l'internet en vous rendant à la ville de Curimana pendant vos temps libres.

Il n'y a pas non plus de guichets automatiques ni de banque ni de maison de change à Bello Horizonte ou Curimana. Apportez avec vous l'argent nécessaire à votre séjour avec nous en soles, jusqu'à votre prochaine visite à Pucallpa (4 heures de route).



## 6. VOTRE ARRIVÉE

### 6.1 Arrivée à Lima

Souvent, votre arrivée à Lima ne permet pas de prendre une correspondance directe pour Pucallpa. Vous aurez donc à passer une nuit à Lima.

Nos bénévoles vous recommandent quelques endroits dont l'auberge "Kaclla" (notre préféré) ou encore le "Flying Dog" qui sont situés dans le joli quartier (sécuritaire) de Miraflores. Vous pouvez réserver directement sur leur site.

Situé près de l'aéroport, on vous recommande le "Mama's backpackers" qui se réserve sur le site de "Airbnb".

Astuce bien utile et sécuritaire : Pour éviter des petits soucis, prenez vos arrangements de taxi directement avec l'hôtelier. Ils ont l'habitude et vous serez tranquille de savoir que quelqu'un vient vous chercher.

### 6.2 Arrivée à Pucallpa

À votre arrivée à Pucallpa, la prochaine étape est de se rendre à Bello Horizonte en passant par Curimana en taxi commun. Le trajet entre Pucallpa à Curimana est environ de 2 à 3 heures et coûte 18 soles.

Le trajet de Curimana à Bello-Horizonte dure environ 40 minutes (un peu plus si vous devez attendre que le taxi soit plein avant de partir) et coûte 8 soles plus 1 sol pour le traversier.

#### Important :

Dans le cas où votre vol arrive après 15 h 00, nous vous recommandons de ne pas faire le trajet vers Curimana mais plutôt de passer la nuit à Pucallpa. Les auberges « Inti » ou « Diana » sont recommandées. Pas chères et propres (35soles- simple/40soles double), elles sont situées au centre de Pucallpa.

Dans le cas où vous pouvez voyager avant 15 h 00. À l'aéroport, demandez à un chauffeur de moto-taxi d'aller au « Paradero » parce que vous devrez aller en taxi collectif à Bello Horizonte en passant par Curimana. Il vous emmènera à l'endroit où se trouvent les compagnies de transport. Nous vous recommandons la compagnie « Turismo Bello-Horizonte ». Avec cette compagnie, il se peut que vous alliez directement à Bello sans avoir à changer de voiture à Curimana.

À votre arrivée à Bello, avisez le chauffeur que vous êtes bénévole de l'association qui travaille avec le village et il vous emmènera directement au site.

Il est bon de savoir que les voitures ne partent pas tant qu'elles ne sont pas pleines.

## 7. NORMES DE BÉNÉVOLAT, ACTIVITÉS ET RÈGLES DE LA MAISON

### Normes de bénévolat et activités :

- Les bénévoles collaborent 5 heures par jour, 5 jours par semaine et ont 2 jours de congé par semaine. De temps à autre, dépendant de la charge de travail, il se peut que nous vous invitions à faire plus, sous base volontaire bien entendu.
- Un don de 850 soles par mois sera versé à l'association par les bénévoles qui restent plus d'un mois. Cette contribution inclue le logement au site ainsi que la nourriture (petits-déjeûners, déjeûners, dîners) et éventuellement, le transport à Curimana si lié avec le travail.
- Un don de 35 soles par jour sera versé à l'association par les bénévoles qui restent moins d'un mois.
- La nourriture est quasi -végétarienne.
- Les bénévoles ne peuvent s'absenter sans pré-avis et les congés seront autorisés selon la charge de travail.
- Nous recommandons aux bénévoles d'apporter des vêtements légers et confortables. Prévoyez des chemises à manches longues et des pantalons longs aptes au travail. Utilisez les protections individuelles fournies lorsque nécessaire (lunettes, bouche oreilles, gants, masque, etc.).
- Il est interdit de consommer de l'alcool et/ou autres substances.
- Il est interdit d'avoir des relations sexuelles avec quiconque du village.

### Règles de la maison :

- Les bénévoles doivent respecter les espaces de vie, particulièrement les espaces communs. Ils doivent laisser les lieux propres et libres d'effets personnels après usage.
- Les bénévoles doivent participer aux tâches quotidiennes de la maison : ménage, préparation des repas, prendre soin du jardin, etc.
- Pas de chaussures dans la maison.
- En tout temps, garder la porte fermée du jardin et de l'entrée principale. Fermer à clé lorsque l'on quitte.
- Toujours prendre note de toutes les dépenses reliées à l'association. Bien conserver les reçus.
- Les cuisiniers du jour sont responsables de laver ce qu'ils ont utilisé pour faire le repas mais chacun doit laver son assiette.

## 8. HORAIRE TYPIQUE

Voici un exemple d'horaire d'un jour de travail, bien qu'il se peut que l'horaire soit différent de temps à autre. Comme mentionné auparavant, il se pourrait que l'on vous invite à faire plus dépendant du travail à accomplir mais sans obligation de votre part.

6H30	Petit-déjeuner
7H30	Début des travaux
11H30	Cuisinier du jour cesse le travail pour préparer le repas.
12H30	Déjeuner
13H30	Temps libre/ ménage / Bénévolat bénévole pour tâches additionnelles
17H30	Cuisinier du jour prépare le repas
18H30	Souper
22h00	Temps de repos et silence

## 9. NOS INSTALLATIONS

Le site est installé sur un petit terrain d'environ 900 mètres carrés où nous avons bâti 3 petites maisons. Nous pouvons accueillir jusqu'à 9 bénévoles. Chaque chambre héberge 4 personnes au maximum.

Nous avons l'électricité, bien que parfois il puisse y avoir des interruptions surprise ! Nous avons une jolie cuisinette équipée de réfrigérateur, four, cuisinière, évier avec eau courante.

Nous avons une salle de séjour où on peut relaxer, lire ou encore regarder un film. Nous avons 2 terrasses (aires de relaxation) communes munies de hamacs.

Nous avons l'eau courante par gravité, qui provient d'un puit. Nous bénéficions donc d'une douche extérieure agréable, eviers et tuyau d'arrosage.

Nous achetons notre eau potable à Curimana ou nous la potabilisons nous-mêmes.

Il y a une toilette sèche sur le site.

Nous avons un jardin garni de fleurs où nous cultivons des légumes et des arbres fruitiers à l'année.

## 10. CE QUE VOUS DEVEZ SAVOIR

Quelques informations supplémentaires à savoir.

### 10.1 Visiteurs

Les visiteurs au site sont autorisés avec l'accord préalable du représentant responsable de l'association. Vérifiez avec lui/elle avant de confirmer une visite.

Un don de 35 soles par jour sera versé à l'association pour un visiteur qui participe 5 heures de bénévolat par jour. Il sera nourri (3 repas) et logé avec cette contribution.

Un don de 60 soles par jour sera versé à l'association pour un visiteur qui "ne participe pas " au bénévolat. Il sera nourri (3 repas) et logé avec cette contribution.

### 10.2 Les enfants qui visitent le site

Les enfants peuvent venir visiter le site pour jouer ou regarder les livres de la bibliothèque. Ils doivent être surveillés en tout temps. Ils ne peuvent rester seuls dans la maison. Comme les villageois peuvent avoir des avis différents à propos des étrangers, il est préférable d'obtenir l'accord des parents au préalable.

Les enfants doivent demander permission avant d'entrer à la maison et doivent respecter le temps de repos des bénévoles. Ils ne sont admis que dans la salle à manger et ne peuvent en aucun moment entrer dans les chambres ou dans la salle de séjour. N'hésitez pas de vous assurer que la consigne soit claire et respectée.

### 10.3 La bibliothèque

La bibliothèque est au bénéfice de tous : Bénévoles, enfants et adultes du village. Tous peuvent emprunter un livre à la fois pour une durée de 10 jours. Les emprunts sont notés sur des cartes avec le nom de l'emprunteur, le titre du livre, ainsi que la date de retour prévue. Il n'est pas possible d'emprunter un second livre sans avoir rapporté le premier. Les livres doivent être bien rangés sur les étagères.

## 11. QUE PUIS-JE FAIRE PENDANT MES TEMPS LIBRES

### 11.1 Esperanza Verde

De l'autre côté de la rivière, un couple, Douwe et Olivia (vétérinaires en provenance des Pays-Bas) tient un centre de refuge pour animaux qui, pour la plupart, ont été saisis par les autorités douanières et qui étaient destinés au commerce illégal. Avec l'aide de bénévoles, le couple soigne et prend soin des animaux. Lorsqu'il est possible, certains sont relâchés en liberté.

Les visites sont possibles en prenant rendez-vous à l'avance. Demandez à Geyler (un employé du centre Esperanza Verde et un de nos étudiants qui apprend l'anglais) ou à Kayla (la fille de Douwe et Olivia) de faire la demande, ou vous pouvez demander à Douwe lorsqu'il accompagne ses enfants à l'école, avant ou après (7h00 ou 13h00). Il suffit de traverser la rivière en bateau en demandant au port. La traversée coûte 1 sol par personne.

### 11.2 Promenades et randonnées

Nous sommes très près du coeur de la jungle. Il y a des randonnées magnifiques à découvrir. Vous pouvez demander de visiter la rivière Rinkia. Le temps de marche est environ de 1h30 à 2h et vous pourrez profiter d'une magnifique baignade à votre arrivée.

Certains villageois se feront également un plaisir de vous faire visiter leur terre ou "chakra" comme ils disent.

### 11.3 Les chutes Regalía

À une heure et demie de bateau et une demi-heure de marche, vous pouvez visiter la superbe chute Regalia. Vous pourrez y passer la journée en vous baignant dans le bel étang profond.

Vous pourrez trouver quelqu'un au port pour vous emmener pour 20-25 soles par personne.

Apportez votre diner.

### 11.4 Aller à la pêche

La rivière abonde de poissons comestibles. Tentez votre chance avec notre ligne à pêche! Vous serez ravi de découvrir de nouvelles espèces.

### 11.5 Être avec soi-même

Vous serez dans un endroit idéal pour décompresser, relaxer, méditer et prendre soin de vous. Être en silence avec vous-même. Profitez-en !

## 12. CONCLUSION

Nous espérons que ce guide vous a été utile et qu'il vous a donné envie de venir nous visiter à Bello Horizonte! Nous avons hâte de vous accueillir!

Et surtout, n'hésitez pas si vous avez des questions: [info@indicomunidad.org](mailto:info@indicomunidad.org) ou [voluntariado@indicomunidad.org](mailto:voluntariado@indicomunidad.org).