



## Zinvol reizen

Deze reis combineert het leveren van een zinvolle bijdrage aan de lokale bevolking in Guatemala en een indrukwekkende rondreis door het kleurrijke land. Guatemala is een land van contrasten. Enerzijds geniet je van de adembenemende landschappen en maak je kennis met de unieke culturele tradities van de afstammelingen van de Maya's. Anderzijds word je geconfronteerd met de armoede van de mensen.

## Dag 1: Antigua

Je arriveert op het vliegveld van Guatemala stad, waar de reisleader de groep welkom heet. Vervolgens word je direct naar de gezellige en sfeervolle stad Antigua gebracht. Je zult vandaag kennismaken met het gastgezin waar je de komende periode verblijft.

De gastgezinnen zijn verbonden aan de taalschool en de meeste gezinnen zijn voor Guatemalteekse begrippen 'midden klasse' of hebben een gemiddeld inkomen. Soms spreken de families een klein beetje engels, wat zij graag met jou oefenen!

Je slaapt in een eigen kamer, in het huis van het gastgezin. Vaak deel je het sanitair met de familie. Er wordt voor je gekookt.

Antigua is een Spaans-koloniale stad, die eens de hoofdstad van Guatemala was. Na enkele hevige aardbevingen in de 18de eeuw is de hoofdstad in 1776 officieel verplaatst naar het veiliger geachte Guatemala stad.

Tegenwoordig beleeft Antigua een nieuwe bloeiperiode. Antigua staat in zijn geheel als cultureel erfgoed van de mensheid op de lijst van de Unesco. Met zijn koloniale bouwstijl, zijn overzichtelijke omvang en typische marktjes, is Antigua een aantrekkelijke plaats voor toeristen. Het is een sfeervol stadje, met mooie barokke façades, prachtige

patio's en vele oude kerken. De kerken zijn zowel aan de buitenkant schitterend gedecoreerd, als ook van binnen versierd met een pracht aan weelderige decoraties. Het feit dat heiligen zo'n belangrijke rol spelen in het Midden- en Zuid-Amerikaanse katholicisme resulteerde in een groot aantal beelden en rijk gedecoreerde altaren. Op dag 2 is er een vrije ochtend en in de middag maak je een mooie stadswandeling door het karakteristieke Antigua.

## Vrijwilligerswerk

Als vrijwilliger zal je twee weken gaan werken in een dagopvang voor kinderen tussen 0 en 7 jaar. Vrijwilligers helpen aan de hand van voorstellen van een lerares de kinderen met leeractiviteiten, handwerkklussen en creatieve activiteiten. Deze kinderopvang is georganiseerd door Stichting Hogares Comunitarios.

## Hogares Comunitarios

Het programma Hogares Comunitarios in Guatemala is een overheidsprogramma ondergebracht bij het Secretariaat van Sociale Zaken van de Presidentsvrouw. Het gaat om opvang van jonge kinderen behorend tot arme gezinnen. Hierdoor kunnen de moeders een baan zoeken en inkomen voor de familie verwerven. Een zogenaamd 'hogar comunitario' (crèche) is een familiehuis waar wordt gezorgd voor 10 of 20 kinderen in de leeftijd van 0 tot 7 jaar. De kinderen worden verzorgd door een zogenaamde 'zorgmoeder', die vaak haar eigen kinderen ook op de crèche heeft zitten en daar een baan aan heeft. De crèche voorziet in de behoefte van zorg, voeding en veiligheid voor de kinderen. Ze beschikken over een lerares die één keer per week helpt met educatieve activiteiten. Het programma is geaccepteerd binnen de gemeenschappen, aangezien het een grote 'winst' is voor de werkende

moeder. Dit geldt speciaal voor de alleenstaande moeders, aangezien zij beschikken over een veilige opvangplaats met zorg voor hun kinderen tegen lage kosten.

Als vrijwilliger zal je samen met een andere vrijwilliger of alleen werkzaam zijn in één van de hogares in een dorpje vlakbij Antigua. Elke dag reis je met het lokale vervoer, een oude Amerikaanse schoolbus, naar het dorpje waar de opvang ligt. In de ochtend werk je als vrijwilliger in de dagopvang en je geeft extra aandacht die de kinderen thuis vaak missen. In de middag ga je terug naar Antigua en daar kan je ofwel Spaanse les (van 14.00 tot 18.00 uur) volgen, ofwel de kinderactiviteiten voor de volgende dag voorbereiden.

Je zult begrijpen dat de inhoud van het vrijwilligerswerk kan wijzigen op verzoek van onze partners. Tevens kan de route van de rondreis in praktijk licht afwijken. Op de trainingsdag ontvang je het definitieve dag-tot-dag schema en een globale beschrijving van het vrijwilligerswerk dat je gaat doen. Wij willen echter aangeven dat een flexibele instelling belangrijk is. Het type werkzaamheden dat je verricht als vrijwilliger kan variëren, afhankelijk van de behoeften van de lokale bevolking aan ondersteuning.

## Excursies in het weekend

Na vijf dagen werken, is het weekend! Zaterdag start je met een excursie naar Panajachel. Het is een prachtige route door de bergen naar het op 1560 m hoogte gelegen meer van Atitlán, dat ke op zondag zult bezoeken. Zaterdagmiddag heb je de tijd om te genieten van het gezellige stadje Panajachel.

Er is een kleurrijke markt waar van alles te koop is, er zijn veel winkeltjes en terrasjes. Ook kan je bijvoorbeeld gaan zwemmen of wandelen.

Op zondag bezoek je het schitterende meer, dat wordt



omgeven door drie grote vulkanen en talrijke Indiaanse dorpjes. Je maakt onder leiding van een gids een mooie boottocht over het meer en je bezoekt enkele Indiaanse dorpjes, waar je de lokale bevolking in de authentieke, kleurrijke klederdracht ziet lopen.

Aan het einde van de dag rijd je terug naar Antigua. Na de prachtige excursie, ga je in de tweede week verder met het vrijwilligerswerk.

### Rondreis

Op de laatste werkdag neem je afscheid van de vriendelijke medewerkers met wie je twee weken hebt samengewerkt. Dag 15 maak je je op voor de rondreis en vertrek je naar Coban. Je rijdt door een prachtig landschap van de hoge bergen naar de lager gelegen jungle. Je overnacht in een hotel in Coban.

De volgende dag rijd je verder naar Lanquin, een Q'eqchi-Indianen dorp, gelegen in de groene heuvels met veel koffieplantages. Vlakbij, middenin een prachtig natuurgebied, liggen de paradijselijke "watervallen" van Semuc Champey, door velen de mooiste plek van Guatemala genoemd. De prachtige waterterrassen aan de voet van de watervallen nodigen uit voor een verfrissende duik.

Optioneel kan je de grotten van Lanquin bezoeken. Onder leiding van een lokale gids maak je dan een tocht door de lange grotten waar volgens Maya overlevering Moeder Aarde in huist. De grotten zijn ook de woonplaats van talrijke vleermuizen die bij zonsondergang uitvliegen en de lucht vullen.

Dag 17 trek je verder naar Sayaxche. Met een boot vaar je over de Rio de Pasión naar het "jungle hotel" Posada el Caribe. Je brengt met de gepassioneerde eigenaar van het hotel een bezoek aan Aguateca. Dit is een Maya ruïne, die recentelijk is ontdekt. Doordat heel weinig toeristen deze

bijzondere plek bezoeken en er weinig opgravingen zijn gedaan, voel je je net een avonturier die deze Maya ruïne aan het ontdekken is. Deze authentieke ruïne ligt midden in de jungle, met prachtige planten en overal klimmen de apen in de bomen. De hoteleigenaar zal ons persoonlijk op deze indrukwekkende archeologische plek rondleiden en ons vertellen over de oude geschiedenis en de mooie flora en fauna.

Dag 18 ga je naar Flores, idyllisch gelegen op een klein eilandje in een meer. De huizen in dit charmante dorpje hebben rode daken en de witte kathedraal torent boven het dorpje uit.

En dag 19 is het zover: dan breng je een bezoek aan Tikal, het wereldberoemde en het grootste Maya-complex ooit gevonden, gesitueerd diep in het tropisch regenwoud. In het gehele reservaat zijn ruim drieduizend bouwwerken ontdekt, waaronder vele tempels, offerplaatsen en paleizen. Het centrale gedeelte wordt gedomineerd door vijf reusachtige tempels, waarvan de hoogste maar liefst 65 meter is!

We adviseren je om heel vroeg op te staan, zodat je de ruïnes bij zonsopgang kan bewonderen en in alle rust, zonder veel andere toeristen, kunt genieten van deze bijzondere bouwwerken. Juist in de vroege ochtendnevel ervaar je de mysterieuze sfeer van deze unieke plaats. Een officiële Engelstalige gids geeft deskundige uitleg over de imposante Mayabouwwerken en over de diverse planten en dieren die je tegenkomt. Je kunt flink door het gebied wandelen. Om je heen hoor je brulapen, toekans en papegaaien, die een ware kakofonie aan geluiden voortbrengen.

Een aantal piramides steekt een flink stuk boven de omringende jungle uit en wie de moeite neemt er één te beklimmen, heeft een prachtig uitzicht over het dichte regenwoud.

Na de lunch rijd je naar Rio Dulce, waar je 2 nachten

slaapt. Dit is een schitterend, waterrijk gebied waar je heerlijk kunt relaxen. Je verblijft in een rustiek hotelletje aan het water, je kan genieten van de prachtige natuur, zoals de kleurrijke vogels die er vliegen of je kunt lekker zwemmen. Je kan optioneel met de boot naar Livingstone gaan, waar de Garifuna's wonen. Dit zijn Caribische mensen, veelal rasta's. Met zijn gezellige barretjes, swingende muziek en heerlijke visrestaurants is dit de uitgelezen plek om te relaxen.

Op dag 21 heb je een lange rit terug naar Antigua. De laatste souvenirs kunnen nog gekocht worden en dan neem je afscheid van het kleurrijke Guatemala.

### Vertrekdata en prijzen 2010:

- 31 juli – 21 augustus 2010
- Reissom € 1.325
- Indicatie kosten vlucht € 1.150

### Inbegrepen:

- Lokaal transport met eigen bus
- Excursies naar Panajachel, de boottocht op het meer van Atitlán, entree Aguateca, watervallen van Semuc Champey, Maya-complex Tikal.
- Alle overnachtingen
- Alle maaltijden tijdens vrijwilligerswerk, behalve op zondag
- Reisbegeleiding en voorbereidende training
- Projectdonatie € 100

### Exclusief:

- Vlucht Amsterdam – Guatemala City
- Tijdens de rondreis zijn de maaltijden NIET inbegrepen, dus ook exclusief ontbijt
- Exclusief grotten van Lanquin



## Spaanse les:

Dit project is geschikt voor reizigers die een beetje Spaans spreken. Je kan namelijk optioneel Spaanse les volgen in Antigua. In de eerste week vrijwilligerswerk kan je 's ochtends in de kinderopvang helpen en 's middags Spaanse les volgen. Omdat je bij gastgezinnen slaapt, kan je direct het geleerde in de praktijk oefenen: de beste manier om Spaans te leren! Je krijgt les op individueel niveau van een privé-leraar, zodat je in eigen tempo het Spaans leert beheersen.

Mocht je geen Spaans spreken, dan raden wij je ten zeerste aan om een cursus spaans te volgen voorafgaand aan de reis. Eventueel is het mogelijk om een week eerder naar Guatemala te gaan en daar Spaanse les te nemen. De kosten voor Spaanse les zijn 125 euro per week.

## Praktische zaken:

Gezondheid: Voor Guatemala geldt een vaccinatie voor DTP en Hepatitis A (aanbevolen). Ook is er malaria in de jungle. Voor meer inlichtingen over benodigde vaccinaties, dien je contact op te nemen met de plaatselijke GGD (ca. 6 weken voor vertrek).

Visum: Voor Guatemala is geen visum nodig. Het paspoort moet nog 6 maanden geldig zijn.

Veiligheid: Zoals in elk ontwikkelingsland dient men vanzelfsprekend een aantal voorzorgsmaatregelen in acht te nemen. Weinig of geen juwelen dragen, geld op een veilige plaats bewaren, de fototoestellen en camera's niet onbewaakt achterlaten, enz. Onze reisbegeleider is een Nederlandse vrouw die al jaren in Guatemala woont en werkt. Zij kent het land daardoor heel goed en zij zal ook op de veiligheid letten. Volg altijd de instructies van haar op.

## Meer informatie:

Voor meer informatie of vragen, kunt u contact opnemen met Stichting Commundo:  
info@commundo.nl of telefoonnummer 033-4621233.

## Kaart Guatemala



— Rondreis  
★ Projectlokatie