Punto de Información Juvenil de la Región de Murcia

INFORMACIÓN PREVIA AL VIAJE
ATLAS TREKKING SOLIDARIO

Este documento tiene como objetivo ayudarte a organizar tu viaje para que nada importante quede al azar.

MUY IMPORTANTE: NO OLVIDES EL PASAPORTE

- Debe tener un mínimo de 3 meses de validez contando desde el día de entrada a Marruecos.
- Recomendamos que te lleves una fotocopia del pasaporte (en caso de pérdida, agiliza los trámites para conseguir un permiso para pasar la frontera).

VACUNACIONES

No hay obligación de vacunarse para entrar en Marruecos.
Aún así, existen recomendaciones que las puedes encontrar **AQUÍ .**

MALETAS

La bodega del autobús es pequeña y aunque nos gustaría llevar todo el material posible, andamos muy ajustados de espacio, por lo que obligatoriamente **llevarás como máximo**:

- **Bulto Personal:** Una mochila de ruta (aprox. 40 litros). Intenta llevar lo imprescindible.
- **Mochila de mano:** Para hacer el viaje en bus más corto y cómodo para todos, prepara una mochilita con dinero, cosas de valor, comida, útiles de aseo, medicación. Recuerda que la bodega permanecerá cerrada todo el viaje con los bultos personales y las donaciones.
- **Bulto Donaciones:** mochila de tamaño medio (40 litros). Intenta que esta mochila la podamos dejar allí como donación. En el siguiente punto te detallamos el material a aportar.

DONACIONES

Colabora con nosotros organizando un punto de recogida en tu comunidad, te sentirás parte del proyecto desde el principio. A continuación detallamos el listado del material a donar facilitado por las asociaciones locales. Recuerda que este material debe ir en una mochila de 40 litros como máximo.

- Leche en polvo para niños entre 1 mes y 2 años.
- Pañales.
- Material de puericultura.
- Ropa de abrigo.
- Calzado.
- Gafas de sol.
- Material de primeros auxilios (vendas, antiséptico, tiritas, alcohol…etc.).
- Medicación: Antiinflamatorios, anti diarreicos, colirios con antiinflamatorio, colirios con antibióticos, antibióticos, cremas solares.
- Reflectantes para bicicletas.
- Material escolar (Mochilas, Lápices, libretas, lápices de colores, bolígrafos…etc).

MATERIAL RECOMENDADO (FIN DE AÑO):

- Saco de dormir (entre 0 ºC y -5 ºC).Las temperaturas del saco en zona confort.
- Calzado de marcha cómodo (ya usado). Debe sujetar bien el tobillo y tener una suela gruesa.
- Zapatillas o sandalias para descansar los pies después de las marchas.
- Calcetines de caña alta.
- Ropa térmica: camiseta y pantalón.
- 2 pantalones cómodos y ligeros.
- Camisas de manga larga. Estas son una excelente protección contra el sol y evita la deshidratación.
- Una buena chaqueta que sea cortavientos e impermeable.
- Gorro y braga para el cuello.
- Chubasquero ligero.
- Una linterna frontal.
- Cantimplora.
- Bolsa de aseo y toallitas húmedas.
- Un pequeño botiquín con medicamentos personales, analgésicos, antiinflamatorio, antibiótico, antidiarréicos, crema hidratante, cacao para los labios, protección solar, esparadrapo, venda elástica, tiritas y antiséptico.

MATERIAL RECOMENDADO (SEMANA SANTA):

- Saco de dormir (0 ºC para semana santa).
- Calzado de marcha cómodo (ya usado). Debe sujetar bien el tobillo y tener una suela gruesa.
- Zapatillas o sandalias para descansar los pies después de las marchas.
- Calcetines de caña alta.
- Una linterna frontal.
- 2 pantalones cómodos y ligeros.
- Camisas de manga larga. Estas son una excelente protección contra el sol y evita la deshidratación.
- Una buena chaqueta cortavientos impermeable, un forro polar para las noches.
- Cantimplora.
- Bolsa de aseo y toallitas húmedas.
- Un pequeño botiquín con medicamentos personales, analgésicos, antiinflamatorio, antibiótico, antidiarréicos, crema hidratante, cacao para los labios, protección solar, esparadrapo, venda elástica, tiritas y antiséptico.

ALOJAMIENTO

Durante el viaje hasta el inicio de la ruta, nos alojaremos en albergues. Durante la ruta a pie, nos alojaremos en refugios en casas de bereberes. Los refugios y albergues están perfectamente acondicionados para asegurar el buen descanso de los participantes.

INFORMACIÓN PREVIA AL VIAJE
ATLAS TREKKING SOLIDARIO

VIAJE HASTA NUESTRO DESTINO

Es un viaje largo, despertar la capacidad de disfrute desde el comienzo es la mejor alternativa hacia la tolerancia, ayuda a unirse el grupo, los lazos que se crean en éstos viajes son fuertes pues florecen las emociones y los mejores sentimientos.

BARCO

IMPORTANTE: Hay que estar a las 21:30 horas en la puerta principal del puerto de Almería (Terminal Nador - Melilla). Por favor no llegues tarde, el barco no espera. La puerta de embarque cierra a las 23:30 h.

General:

- El barco no es barato, por lo que todo lo que lleves de casa ayudará a tu economía.
- Si te mareas, no olvides la Biodramina.

Para los que viajáis en BUTACA: las butacas son cómodas, no obstante, se puede dormir acostado en el suelo en las zonas comunes del barco. Os recomendamos que llevéis el saco de dormir y un pequeño cojín para acostaros en el suelo (pasaréis mejor noche). Estad atentos para entrar los primeros al barco y coger los mejores sitios para dormir. Respecto a las **donaciones**: Déjalas en la bodega al subir al barco y recógelas antes de abandonarlo.

Para los que viajáis en CAMAROTE: quienes tenéis camarote, tenéis que recoger la llave. Se recogen en la recepción dentro del ferry, haciendo entrega del billete. Respecto a las **donaciones**: las donaciones irán contigo en el camarote.

SALIDA DEL PUERTO DE ALMERÍA

- Te esperaremos en la puerta de la terminal (Nador - Melilla), nos reconocerás porque llevaremos petos de colores. Acercate hasta nosotros para recoger tu billete y entregarnos tu pasaporte. (Ver Frontera).
- La asociación llevará material a donar. Te pedimos que colabores en subirlo y bajarlo del barco.
- Durante el viaje en barco eres responsable de todos tus bultos (personal y donaciones)

LLEGADA AL PUERTO DE MELILLA

La llegada está estimada a las 8:00 h. Antes de salir del barco, pasa por la bodega y recoge el mismo número de bultos que dejaste a tu entrada. Sal del barco hasta la puerta principal donde un monitor de tu grupo, te indicará donde está el autobús. Una vez llegues al autobús, no metas nada en la bodega. Espera a seguir las indicaciones de los monitores.

AUTOBÚS:

El viaje es largo pero el paisaje hace que sea un viaje muy ameno.
En el albergue nos espera la hospitalidad marroquí para recuperar fuerzas para el día siguiente
Prepara una mochilita con: dinero, cosas de valor, comida, útiles de aseo, medicación. Recuerda que la bodega permanecerá cerrada todo el viaje con los bultos personales y las donaciones.

DINERO

Intenta cambiar algo de dinero en tú banco con al menos dos semanas de antelación (el Banco de España no cambia moneda, tienes que cambiar en tu banco). Una vez en Marruecos, es muy fácil cambiar dinero.

INFORMACIÓN PREVIA AL VIAJE
ATLAS TREKKING SOLIDARIO

FRONTERA

El paso de la frontera Marroquí no es fácil. Un coordinador saldrá del barco con todos los pasaportes y se irá directo a la frontera para agilizar los trámites. La media de espera es de entre 2 y 4 horas. Una vez llegue el bus a la frontera, debes quedarte con el grupo cerca del bus. Es un sitio "delicado", por lo que no debes sacar fotos (podrían retenerte y quitarte el equipo), no hagas caso de nadie pues hay mucho buscavidas intentando engañar a los turistas. Los monitores harán juegos de presentación para pasar el rato e ir conociéndonos. Tómate la espera con calma.

CONSEJOS GENERALES

MUJERES: en todos los pueblos de la zona, la gente está acostumbrada a ver turistas. Cuando estemos en zocos es posible que te sientas un poco observada. Lleva ropa larga ayuda a caminar con un poco más de tranquilidad. Por supuesto es un consejo.

PAREJAS: sois libres de mostrar vuestro amor en público, pero alguna persona os puede recriminar dicha acción. Intentad no ser "demasiado cariñosos".

FOTOGRAFÍAS: El pueblo bereber en general no acepta con agrado fotografías directas a las personas. En la medida de lo posible procura pedir permiso, evitarás problemas.

FACEBOOK: No proporciones tus datos a nadie con quien realmente no establezcas una amistad. Internet es algo relativamente nuevo para ellos.

REGALOS A LOS NIÑOS: es importante que NUNCA des dinero ni regalos a niños. Hay muchos que dejan de ir a la escuela por esperar a turistas que les den dinero o golosinas. Todo lo que quieras donar, hazlo por medio de la asociación, ya que nosotros lo entregamos a los responsables.

ACTIVIDADES DURANTE EL VIAJE

No somos una agencia de viajes, somos una asociación que propone y realiza actividades cuya asistencia es voluntaria.

TELÉFONOS DE CONTACTO DURANTE EL VIAJE

Miguel: +34 630 683 008

Apúntalo en tu teléfono para cualquier cosa que pueda surgir durante el viaje.

SEGURO

En caso de haber contratado seguro de viaje puedes ver las condiciones generales **AQUÍ**

¿ PREGUNTAS FRECUENTES ?

¿Podemos hacer turismo por libre? Durante las etapas, a llegar por la tarde al punto de destino, tendrás tiempo para conocer los lugares a tu manera. La asociación siempre tendrá actividades preparadas para quien quiera unirse.

¿Qué tiempo hace? En fin de año hace frio (máximas de 15ºC y mínimas de -2ºC). En semana santa las temperaturas son más agradables, aun así lleva ropa de abrigo, por la noche hace frio (máximas de 33ºC y mínimas de 10º C).Ten en cuenta que la ruta parte de 1000 m.s.n. y llegamos a 1900 m.s.n. Mira la previsión del tiempo un par de días antes de salir para elegir bien la ropa que llevarás. Mira el tiempo en Telouet, Marruecos.

¿Llevo botiquín? La organización cuenta con un botiquín de primeros auxilios, pero además de esto, prepara un botiquín con la medicación que sueles tomar en España. Incluye material para pequeñas curas. Importante: material para cura de ampollas.

¿Hay cobertura móvil? Por suerte Marruecos carece de muchos servicios, pero no es el caso de la telefonía móvil que llega a todas partes. Lleva un teléfono libre para conectar con una tarjeta marroquí. La organización mantendrá por las redes sociales informados a amigos y familiares, por lo que te aconsejamos que te unas a Facebook y Twitter.

- **Facebook**: https://www.facebook.com/nortesurviento
- **Página Facebook**: https://www.facebook.com/vientonortesur.org
- **Twitter**: https://twitter.com/VientoNorteSur

¿Cuántas horas dura el viaje? El ferry de Almería a Melilla tarda 7 horas. El primer día son unas 10 horas de bus. Y el segundo unas 5 horas. Incluyendo paradas cada 2-3 horas.

¿Podemos parar a comer durante el viaje de bus? No. Lleva comida para todo el trayecto. Si paramos a comer en un restaurante, el viaje se hará muy pesado. Ten en cuenta que el ritmo marroquí es muy lento.

¿La conexión eléctrica es igual que en España? Si, no se necesita ningún tipo de adaptador (230 V, 50hz).

10 CONSEJOS

PARA UN VIAJE MÁS RESPONSABLE

1.- EMPATIZA con el entorno, es decir, puede ponerse en la situación de las personas (o incluso animales) con los que se relaciona y comprender mejor sus reacciones ante su presencia.

Ejemplo: En algunas zonas las personas parecen muy serias cuando te reciben, especialmente en áreas rurales. Ponerse en su lugar significa entender que ellos son tanto o más tímidos que nosotros e incluso en algunos casos pueden sentir cierto temor. Una sonrisa, un saludo, un minuto de conversación y normalmente todo cambia.
Contraejemplo: en presencia de animales salvajes, siempre hay que seguir las indicaciones de los guías. Pese a saberlo, algunos turistas cometen errores que puede resultar graves. Acercarse demasiado, tener comida cerca, obtener la mejor foto, gritar o incluso lanzarles objetos para llamar la atención, etc… no son conductas responsables.

2.- APRENDE de lo que ve para poder adaptarse al nuevo entorno. Viajar es la mejor experiencia de aprendizaje.

Ejemplo: dicen por ahí que cada lengua que se pierde es una manera de ver la vida que se pierde. Así pues, cada lengua que se aprende, es una manera diferente de aproximarse a las diferentes realidades. Aprender frases en otro idioma nos aproxima a los locales y nos permite ver las cosas desde otros ángulos.
Contraejemplo: quejarse todo el tiempo porque la comida no es exactamente de nuestro gusto, o no hay electricidad las 24 horas, o no hay agua caliente, etc, impide disfrutar del viaje y crea una distancia todavía mayor con el entorno local. Asumir estas situaciones nos permite aprender sobre nuestros propios

3.- IMPACTA POSITIVAMENTE en el entorno con su presencia, favoreciendo el comercio justo y el enriquecimiento local, al tiempo que reduce al máximo su huella ecológica y cultural.

Ejemplo: Priorizar establecimientos de propiedad local o comunitaria, tanto para dormir, como para comer, moverse o hacer compras, favorece las microeconomías locales.
Contraejemplo: Generar demanda de productos importados, como comida u otros, normalmente solo conlleva un perjuicio para los productores locales y un montón de envases y otros desperdicios difíciles de eliminar o reciclar.

4.- RESPETA las costumbres locales en el modo de vestir y comportarse públicamente.

Ejemplo: Utilizar pantalón largo e incluso manga larga en algunos países pese al calor, permite un acercamiento más tranquilo a la población local, que no se siente tensa por la situación.
Contraejemplo: pese a que normalmente nadie se queja, fumar o beber en público no está demasiado bien visto en algunas culturas, así como demostraciones muy intensas de afecto entre hombre y mujer.

5.- DEMUESTRA PACIENCIA Y COMPRENSION ante situaciones que le resultan extrañas o absurdas según sus estándares.

Ejemplo: en muchos sitios, los vehículos públicos salen cuando se llenan. Demostrar paciencia en esas ocasiones es una de las mejores formas de empezar a entender el tiempo en términos de los habitantes locales.
Contraejemplo: en los restaurantes locales, ponerse a gritar y protestar porque la comida tarda no funciona. Lo que sí funciona es pedir el plato del día, lo que tienen ya preparado y no tienen que ir a buscar al huerto.

6.- RECONOCE LA IMPORTANCIA DE LA DIGNIDAD de ambas partes, locales y extranjeros.

Ejemplo: este es uno de los conceptos clave para viajar responsablemente. Cada cultura tiene sus códigos, y no es necesario ni mostrarse paternalista, ni intentar esconder quiénes somos y de dónde venimos cuando viajamos. Así nos respetarán más y nos sentiremos más cómodos.
Contraejemplo: es un detalle, pero algunos viajeros no se dan cuenta que están hablando con alguien sin quitarse las gafas de sol, tan necesarias en muchas ocasiones, pero que crean una especie de jerarquía innecesaria en tales situaciones. FOTOS: pedir siempre permiso!

7.- AHORRA RECURSOS usando los medios menos contaminantes y escogiendo rutas razonables en términos de distancias y tiempos.

Ejemplo: en bicicleta, a pie, en barco a vela, en piragua, en transporte público, o en última instancia, en transporte privado compartido, son maneras sanas y divertidas de conocer un territorio.
Contraejemplo: Intentar cubrir un país entero en unos pocos días no es la manera óptima de llegar a conocerlo y es más contaminante. Es mejor concentrarse en un área para llegar a conocer a fondo su cultura, paisajes y características específicas.

8.- AYUDA a proteger los ecosistemas naturales, respetando la fauna y la flora local, y no contaminando.

Ejemplo: pasear por los parques usando los recorridos establecidos y no salir fuera de las pistas; no arrancar vegetación local; no consumir carne de animales en peligro de extinción o prohibidos.
Contraejemplo: hay un preocupante incremento en el uso de quads y otros vehículos terrestres o acuáticos, terriblemente dañinos para algunos entornos. Evitar usarlos es una buena manera de prevenir la degradación del entorno.

9.- EDUCA y enseña también, especialmente a los niños, a que el viajero no es un regalo andante.

Ejemplo: Hay muchas maneras de ayudar sin perjudicar la cultura local: ofrecer materiales comprados localmente o dinero a organizaciones de ayuda, misiones, a asociaciones de mujeres, escuelas… ofrecerse voluntario/a para realizar labores educativas, o simplemente pasar un buen rato con niños o adultos compartiendo información.
Contraejemplo: es tentador, pero dar dinero, caramelos, bolígrafos (que se revenden), camisetas, globos, juguetes, solo convierte a los niños en pedigüeños y perjudica los mercados locales. No se trata de un caso, sino de miles de turistas haciendo lo mismo. Es altamente impactante en la cultura local y en el desarrollo del turismo.

10 COMPRA exclusivamente artículos que no perjudiquen los ecosistemas locales, y que no estén prohibidos.

Ejemplo: Cada vez más se encuentran más productos artesanales realizados con elementos reciclados o maderas que no están en peligro de extinción o que perjudiquen gravemente los ecosistemas locales. Libretas o muñecas realizadas con materiales reciclados, o incluso telas y vestidos son un buen ejemplo.
Contraejemplo: Comprar artesanía fabricada con marfil, ébano, u otras maderas tropicales solo favorece la caza furtiva y la deforestación, con la perdida de hábitat para miles de especies de fauna y flora. La compra masiva de tambores djembe empieza a ser un problema.