



derechos humanos
(informaciones: 158)

economía solidaria
(informaciones: 58)

proyectos y campañas
(informaciones: 262)

Escapadas solidarias

▶ Viajes solidarios: una opción para cada motivación



Programas de acogida a inmigrantes



Trabajar en una misión de paz



Dependencia en el medio rural



Copa Mundial de los Sin Techo



Voluntarios por horas

[noticias](#) | [artículos](#)
| [investigaciones](#) | [entrevistas](#)
| [infografías](#) | [vídeos](#)



vídeo: Mejorar el trato a las personas mayores

noticias

[\[Ver más noticias\]](#)

- [Expertos internacionales hacen frente a la malaria](#)
- [Uno de cada cuatro menores vive por debajo del umbral de la pobreza](#)
- [Diversas organizaciones se plantean los retos del pacifismo en este siglo](#)
- [Más de 1.400 españoles celebran el Día del Cooperante](#)
- [Los contratos a personas con discapacidad aumentaron un 34% entre 2003 y 2007](#)



"África no es noticia, sólo interesa para grabar un documental lacrimógeno o de animales"

María Rebollo
Premio Joven 2007 de Solidaridad y presidenta de la ONG Zerka y Lejos



Escapadas solidarias

Mientras en verano se organizan en grupo, el resto del año se puede viajar y trabajar como voluntario de manera individual

En este artículo

Diferentes motivaciones	[Pág. 1]
Organizar el viaje	[Pág. 2]
Propuestas	[Pág. 3]

Organizar el viaje

Los viajes se pueden organizar de diferentes maneras. Lo más habitual es contactar con una entidad u [ONG](#) que realice proyectos en el destino elegido, aunque también se puede crear un viaje casi a medida. La [guía Turismo Responsable](#) de ACSUD-Las Segovias ofrece información sobre iniciativas de turismo "sostenible, responsable y justo" que se realizan en todo el mundo. Está diseñada como un directorio de enlaces agrupados por temáticas, que pretende servir como punto de información. "El objetivo - indica Paola Sarti- es crear un sitio en Internet donde se puedan recopilar las direcciones de las entidades que organizan estos viajes, además de eventos, artículos o bibliografía".

Por lo general, los viajes solidarios tienen una fecha cerrada, puesto que es necesario reservar los billetes de avión del grupo. Sin embargo, cuando el viaje se organiza de



- Imagen: ACSUD Las Segovias -

manera individual, existe una flexibilidad mayor. En el caso de Sabática, se ofrecen respuestas concretas a los intereses de cada persona, aunque es recomendable organizar todos los detalles, al menos, con ocho o diez semanas de antelación. En marcha desde 2007, Sabática surgió después de que su fundadora decidiera hacer un paréntesis de seis meses, que se convirtieron en dos años de viajes. "Recorrí Sudáfrica y Australia, donde pude visitar muchos de los proyectos con los que ahora trabajamos, mezclarme con la gente, participar en programas con niños y, sobre todo, despejar la mente", recuerda Meritxell Morera.

Algunos consejos

- Para realizar una escapada o viaje solidario es necesario ser mayor de edad.
- Antes de iniciar el viaje hay que **informarse sobre el país** de destino, por si hubiera que [vacunarse](#) o fuera conveniente contratar un seguro médico.
- En los destinos de habla no hispana es conveniente tener **cierto nivel de inglés**.
- En ocasiones, el coste del viaje no incluye los billetes avión.
- En el lugar de destino suele haber un coordinador o personal de apoyo por si se produjera alguna emergencia. Es importante llevar siempre el teléfono de contacto.

DESTACAMOS

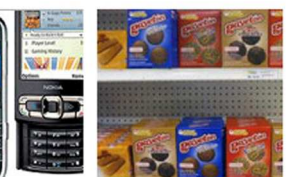
Síndrome de vejiga hiperactiva



Analizados 37 carriles bici y 11 servicios públicos de préstamo de bicicletas



Los rivales del iPhone



Alimentos enriquecidos con L-carnitina



Análisis de 10 balones de fútbol



Análisis de 7 zumos de naranja envasados



"El estrés influye en las subidas de presión arterial"

Pedro Aranda

Presidente de la Sociedad Española de Hipertensión-Liga Española para la Lucha contra la Hipertensión Arterial (SEH-LELHA)

Escapadas solidarias

Mientras en verano se organizan en grupo, el resto del año se puede viajar y trabajar como voluntario de manera individual

En este artículo

Diferentes motivaciones [Pág. 1]

Organizar el viaje [Pág. 2]

Propuestas [Pág. 3]

Organizar el viaje

Los viajes se pueden organizar de diferentes maneras. Lo más habitual es contactar con una entidad u [ONG](#) que realice proyectos en el destino elegido, aunque también se puede crear un viaje casi a medida. La [guía Turismo Responsable](#) de ACSUD-Las Segovias ofrece información sobre iniciativas de turismo "sostenible, responsable y justo" que se realizan en todo el mundo. Está diseñada como un directorio de enlaces agrupados por temáticas, que pretende servir como punto de información. "El objetivo - indica Paola Sarti- es crear un sitio en Internet donde se puedan recopilar las direcciones de las entidades que organizan estos viajes, además de eventos, artículos o bibliografía".

Por lo general, los viajes solidarios tienen una fecha cerrada, puesto que es necesario reservar los billetes de avión del grupo. Sin embargo, cuando el viaje se organiza de



- Imagen: ACSUD Las Segovias -

manera individual, existe una flexibilidad mayor. En el caso de Sabática, se ofrecen respuestas concretas a los intereses de cada persona, aunque es recomendable organizar todos los detalles, al menos, con ocho o diez semanas de antelación. En marcha desde 2007, Sabática surgió después de que su fundadora decidiera hacer un paréntesis de seis meses, que se convirtieron en dos años de viajes. "Recorrí Sudáfrica y Australia, donde pude visitar muchos de los proyectos con los que ahora trabajamos, mezclarme con la gente, participar en programas con niños y, sobre todo, despejar la mente", recuerda Meritxell Morera.

Algunos consejos

- Para realizar una escapada o viaje solidario es necesario ser mayor de edad.
- Antes de iniciar el viaje hay que **informarse sobre el país** de destino, por si hubiera que [vacunarse](#) o fuera conveniente contratar un seguro médico.
- En los destinos de habla no hispana es conveniente tener **cierto nivel de inglés**.
- En ocasiones, el coste del viaje no incluye los billetes avión.
- En el lugar de destino suele haber un coordinador o personal de apoyo por si se produjera alguna emergencia. Es importante llevar siempre el teléfono de contacto.

« [Diferentes motivaciones](#) [Pág. 2 de 3]

[Propuestas](#) »

DESTACAMOS

Síndrome de vejiga hiperactiva



Analizados 37 carriles bici y 11 servicios públicos de préstamo de bicicletas



Los rivales del iPhone



Análisis de 10 balones de fútbol

Alimentos enriquecidos con L-carnitina



Análisis de 7 zumos de naranja envasados



"El estrés influye en las subidas de presión arterial"

Pedro Aranda

Presidente de la Sociedad Española de Hipertensión-Liga Española para la Lucha contra la Hipertensión Arterial (SEH-LELHA)

Escapadas solidarias

Mientras en verano se organizan en grupo, el resto del año se puede viajar y trabajar como voluntario de manera individual

En este artículo

- Diferentes motivaciones [\[Pág. 1\]](#)
- Organizar el viaje [\[Pág. 2\]](#)
- Propuestas** [\[Pág. 3\]](#)

TAMBIÉN TE INTERESA

- [Viajes solidarios: una opción para cada motivación](#)
- [Voluntariado internacional de larga duración](#)
- [Trabajar en una misión de paz](#)
- [Copa Mundial de los Sin Techo](#)
- [Voluntarios por horas](#)
- [Combatir la desnutrición](#)

Propuestas

Los viajes recorren el mundo entero. Las propuestas de voluntariado de Sabática, por ejemplo, ofertan programas de **medio ambiente, desarrollo social, sector salud y educación** en Australia, Nueva Zelanda, Estados Unidos, Sudáfrica, India, Ghana, Zambia, Perú, Costa Rica, Brasil, Ecuador y Galápagos, Guatemala o China. Previamente, la entidad realiza un estudio personalizado para ofrecer una propuesta adaptada a las necesidades, tiempo, recursos económicos y deseos de cada persona. "Nuestro objetivo es hacer fácil la decisión de tomar un respiro", afirma Meritxell Morera. De hecho, cuando se detecta que una persona no está preparada para esta experiencia, se proponen alternativas.

Por edad, la media se sitúa entre 30 y 35 años, aunque hay programas especiales para personas mayores de 50 años o a partir de 60, jubiladas y con más tiempo libre, o con una situación económica más óptima para hacer frente al coste del viaje. "En cuanto al sexo, hay que destacar el aumento de la demanda de mujeres de 23 a 50 años, que cada vez más quieren viajar solas", apunta Morera.



- Imagen: Sabática -

- **Costa Rica.** Sabática propone proyectos de ecología en Costa Rica para realizar actividades que ayuden a preservar la población de [tortugas marinas](#), en peligro de extinción tras caer un 65% en los últimos 20 años. Los voluntarios pueden medir nidos, recoger huevos durante el periodo de desove, monitorizar el comportamiento de las tortugas, construir viveros, colaborar en la limpieza de playas o recopilar datos. Estas labores se realizan en diversos parques nacionales de Costa Rica como Tortuguero, Cahuita, Gandoca, Matapalo, Buenavista o Playa Hermosa.
- **Nepal y Perú.** La asociación Tierra, Agua y Sol, con sede en Granada, organiza viajes a Nepal, donde realiza proyectos en la pequeña aldea de Báseri, "una zona escasamente desarrollada, con un alto índice de pobreza y una economía rural muy primaria", explica la asociación. Además, del 4 a 26 de octubre tiene previsto su primer viaje a Perú, con una duración de 22 días. El viaje servirá para estrechar la colaboración con varias organizaciones de ayuda humanitaria en Lima, Pisco y Cuzco, así como la visita a diferentes lugares de la cultura inca y preinca. El coste del viaje (1.890 euros) incluye un donativo para los proyectos que la asociación realiza en el país.
- **Argentina y Ecuador.** ACSUD-Las Segovias propone diversos destinos a través de las organizaciones que trabajan directamente en terreno. Los viajes de grupo sólo se ofertan en verano, pero el resto del año se puede viajar hasta Ecuador, "donde las organizaciones trabajan durante todo el año", recuerda Paola Sarti.

DESTACAMOS

Síndrome de vejiga hiperactiva



Analizados 37 carriles bici y 11 servicios públicos de préstamo de bicicletas



Los rivales del iPhone



Alimentos enriquecidos con L-carnitina



Análisis de 10 balones de fútbol



Análisis de 7 zumos de naranja envasados



"El estrés influye en las subidas de presión arterial"

Pedro Aranda

Presidente de la Sociedad Española de Hipertensión-Liga Española para la Lucha contra la Hipertensión Arterial (SEH-LELHA)