



VOLUNTARIADO REPÚBLICA DOMINICANA

Global Health Initiative



En convivencia con americanos
De 14 a 18 años

ASTEX
Education

ASTEX

Education

La República Dominicana es un país ubicado en la isla de La Española, en el Caribe, compartiendo fronteras con Haití al oeste. Su geografía diversa incluye playas de arena blanca, montañas y selvas tropicales. Con un clima tropical, el país se destaca por su rica historia colonial, evidente en la ciudad capital, Santo Domingo, hogar de la Zona Colonial, un sitio del Patrimonio Mundial de la UNESCO. La cultura dominicana es una fusión única de influencias taínas, africanas y europeas, reflejada en la música, la danza y festividades como el carnaval.



La gastronomía dominicana es variada y deliciosa, con influencias de África, España y la cultura taína. Platos típicos incluyen mangu, sancocho, mofongo y arroz con habichuelas. Los mariscos y pescados son esenciales debido a la ubicación costera. Las frutas tropicales como mango, piña y guayaba son abundantes, utilizadas en jugos y postres. El café dominicano también es altamente apreciado. La diversidad biológica de la isla también es notable, con una amplia variedad de plantas, aves, reptiles y mamíferos.



Habitantes:

10.9 millones

Capital:

Santo Domingo

Idioma:

Español

Moneda:

Peso dominicano (DOP)

Pasaporte: Si

Visado: No

Vacunas obligatorias: No

Clima:

El clima en República Dominicana es tropical, con temperaturas que oscilan entre los 25°C y 35°C a lo largo del año.

FECHAS

14 días: 13/06-26/06/24
30/06 - 13/07/24
20/06-03/07/24
30/06-13/07/24
07/07-20/07/24
17/07 - 30/07/24
24/07-06/08/24

INCLUYE:

- » Programa de voluntariado
- » Alojamiento
- » Traslados desde/hasta aeropuerto
- » 3 comidas al día
- » Actividades culturales, ponencias y excursiones
- » Teléfono de emergencia 24/7
- » Seguro de asistencia y médico
- » Materiales previos a la salida y soporte
- » Materiales educativos

NO INCLUYE:

- » Billetes de avión
- » Tasas de visado
- » Seguro de cancelación

14 días: 5.175€

PROYECTO DE VOLUNTARIADO GLOBAL HEALTH INITIATIVE

En este programa de voluntariado te podrás acercar a la realidad del cuidado de la salud y las necesidades de comunidades vulnerables. Aprende las diferencias entre salud pública y medicina, y cómo el bienestar de la comunidad depende de ambos. Te guiarán médicos profesionales y empezarás a entender lo que significa ser un trabajador de la salud en República Dominicana. Gana experiencia de campo haciendo trabajo físico y proyectos de sanidad que están enfocados en la salud pública y busca mejorar las vidas de cientos de dominicanos que viven en la pobreza. También tendrás tiempo para la aventura en este viaje. Explora todo lo que quieras las maravillosas playas, la jungla y la cultura caribeña que te rodea .



- Gana experiencia de campo que te introducirá en la medicina y la salud pública.
- Nada en cuevas naturales y en los majestuosos cenotes de la laguna Dudú.
- Monta en un barco y haz esnórquel en mares azules cristalinos.
- Excursiones de aventura en cascadas locales.
- Explora el pueblo de Puerto Plata, con sus edificios de estilo victoriano y su famoso funicular.

Este programa será tu oportunidad para descubrir cómo de relacionadas están la salud pública y la pobreza mediante el acompañamiento a los médicos locales. Trabaja en proyectos de salud pública que previenen enfermedades. Sigue de cerca a médicos profesionales que pasan consulta a pacientes de comunidades en riesgo, irás con ellos durante las evaluaciones y los diagnósticos. Las horas de voluntariado consisten en trabajo físico y seguimiento a doctores para crear una experiencia completa. Se espera que los estudiantes hagan 22 horas de trabajo físico en proyectos relacionados con la infraestructura de la salud pública y otras 18 horas de seguimiento, que incluyen observación detallada y aprendizaje de médicos profesionales.

ITINERARIO

El programa combina actividades de voluntariado con otras **actividades y excursiones** organizadas por el coordinador del programa. Estas actividades incluyen talleres y visitas turísticas.



Día 1 - ¡Bienvenido a República Dominicana!

El personal te recibirá en el aeropuerto (Puerto Plata o Santiago de los Caballeros) y llevará al grupo hasta el alojamiento, a una hora de camino. Nos instalaremos y tendremos nuestra primera comida dominicana juntos y después saldremos a hacer actividades en equipo.

Día 2- Orientación.

Hoy es nuestro primer día entero en República Dominicana como grupo. Saldremos a hacer un tour por el pueblo de Las Canas para explorar la comunidad y ver todo lo que tiene que ofrecer. Después tendremos orientación y hablaremos sobre las expectativas de nuestros anfitriones hacia nosotros como voluntarios. Por la tarde visitaremos la comunidad de Boca de Yasica, donde trabajaremos durante las próximas 2 semanas y recibiremos instrucciones sobre el voluntariado. De vuelta al alojamiento, conoceremos al equipo médico al que seguiremos. Nos bañaremos y nos prepararemos para la cena. Por la noche, los directores del programa nos hablarán sobre la salud pública y nos proporcionarán más contexto sobre el voluntariado y nuestras tareas.

Días 3 - Voluntariado en Boca de Yasica.

Una forma de mejorar de forma sostenible los problemas de salud generalizados es mejorando las condiciones de la vida cotidiana. El acceso universal, asequible y sostenible al agua, el saneamiento y las condiciones de vida seguras son preocupaciones clave de salud pública dentro del desarrollo internacional. Hoy volveremos a Boca de Yasica donde asistiremos a proyectos relacionados con la sanidad que reducen drásticamente el riesgo de enfermedades.

Día 4 - Equipo de Seguimiento a Médicos Locales.

Hoy pondremos esto en práctica todo lo que nos han ido enseñando los primeros días y siguiendo al equipo médico en una de las 7 etapas (registro y farmacia). Aprende cómo el servicio comunitario es clave para romper el círculo de pobreza y asegúrate de que la clínica funciona sin problemas.

ITINERARIO



Día 5 - Laguna de Dudú y Playa Preciosa.

Después de varios días de trabajo duro y voluntariado, pasa tiempo en laguna Dudú, un precioso lugar natural. La laguna tiene forma de cráter y está considerado como uno de los cenotes más bonitos del mundo. Hay piscinas azules de agua fresca y cuevas bajo el agua por las que podrás nadar o pasar el rato con tus amigos cerca del campo de voleibol. Por la tarde visitaremos Playa Preciosa, una playa escondida justo sobre la carretera. Nada en sus aguas turquesas o toma el sol en su arena blanca, rodeada de exuberantes palmeras. De vuelta al alojamiento, cenaremos y tendremos un seminario de salud pública.

Día 6 - Voluntariado en Caño Dulce.

Hoy empezaremos un nuevo proyecto de infraestructura de salud pública en Caño Dulce. Proporcionando a las familias acceso a suelos de hormigón, estufas ventiladas, baños e invernaderos los mantendremos en mejores condiciones. Por la noche nos dividiremos en grupos de mentores para una actividad de reflexión.

Día 7 - Cooperativa del Chocolate de Mujeres y Panales.

Por la mañana visitaremos una cooperativa de mujeres que hace chocolate, donde veremos los alrededores, la producción local de cacao y probaremos algunas muestras muy sabrosas. Por la tarde aprenderemos sobre la importancia de las abejas en el ecosistema y la economía local mientras construimos panales guiados por un apicultor. A la vuelta al alojamiento tendremos tiempo libre antes de juntarnos con los amigos en una playa cercana para una fogata.



Día 8 - Aprendizaje y Seguimiento.

Hoy ayudaremos a otra clínica emergente, ayudaremos a guiar a los pacientes en cada etapa, siguiendo a los doctores y asegurándonos de que todo funciona de forma eficiente. Por la tarde nos relajaremos a la sombra de los árboles para aprender sobre la prevalencia de enfermedades transmitidas por el agua en las comunidades a las que ayudamos y la importancia de los proyectos de saneamiento.

Día 9 - Aventura en la Cascada de Damajagua.

¡Prepárate para la aventura! Hoy visitaremos la famosa cascada de Damajagua donde saltaremos o nos deslizaremos por una serie de cascadas hacia profundas piscinas color turquesa. ¡Usarás un casco y un chaleco salvavidas mientras nadas entre formaciones rocosas y grutas, saltas desde cascadas bajas y te deslizas por suaves toboganes de roca natural para llegar al final del circuito! Por la noche, participarás en una actividad de liderazgo.

ITINERARIO



Días 10 y 11 - Servicio Comunitario y Equipo Médico.

Pasa tiempo con los lugareños y reflexiona sobre el impacto que has tenido al completar el proyecto de saneamiento en Caño Dulce un día y ayudar a los profesionales médicos en la brigada médica final al día siguiente. Por las tardes, aprende sobre justicia social, ciudadanía global y cómo realizar un diagnóstico comunitario para garantizar proyectos de desarrollo liderados por la comunidad.

Día 12- Tranvía a Puerto Plata y Museo del Ámbar.

Viaja a la cercana ciudad de Puerto Plata, conocida por su encantador centro histórico que se estableció en 1496! ¡Exploraremos las calles empedradas de la zona colonial de Puerto Plata y visitaremos el Museo del Ámbar, hogar de cientos de gemas y artefactos de ámbar! Por la tarde, tomaremos un teleférico para disfrutar de una vista impresionante de la ciudad y la costa antes de regresar al alojamiento.



Día 13 - Esnórquel y Paseo en Bote por el Caribe.

Nuestro último día ha llegado! Relájate con una aventura de esnórquel en las cristalinas aguas del Caribe. El bote se detendrá en un lugar ideal para saltar y observar los peces tropicales y los corales que habitan en el área. Pasa el día nadando en aguas cálidas y tentadoras, y tumbate en la playa para tomar una merecida siesta. Por la noche, disfrutarás de una cena de despedida para celebrar todos tus logros y reflexionar sobre tu experiencia aquí.

Día 14 - Salida.

¡Nuestra aventura dominicana debe llegar a su fin! Después del desayuno y las últimas despedidas, viajaremos juntos al aeropuerto para embarcar en vuelos de vuelta a casa. En el aeropuerto, el personal te ayudará a facturar.

ALOJAMIENTO

ALOJAMIENTO

Date un chapuzón bajo el sol caribeño. Pasea con tus nuevos amigos cerca de la playa para disfrutar de la arena y el surf. Tu alojamiento en este programa es un albergue rústico construido con materiales locales al estilo de los taínos. Si bien estarás haciendo actividades del programa, disfruta de estas comodidades cuando tengas tiempo libre. Los estudiantes comparten habitaciones y baños (con duchas de agua fría).

COMIDA

La cocina dominicana se centra en platos de pollo, arroz, alubias, verduras, plátanos y fruta fresca. Los cocineros de los alojamientos prepararán variedad de platos locales para probar. Los platos son normalmente abundantes y son de ingredientes cultivados localmente. La comida será saludable y sabrosa.

CLIMA

República Dominicana tiene un clima tropical, es cálido todo el año, su temporada de lluvias va de abril a octubre. Como ocurre habitualmente en el Caribe, las lluvias suelen ser duchas breves y tormentas.