



**Conditions et
recommandations
pour un départ avec
l'Association Manoj !**

1

Préparer votre départ

Avoir un passeport en cours de validité

Votre passeport doit être en cours de validité, et valable encore six mois après votre retour du Népal.

Prévoir de l'argent liquide pour payer le visa de tourisme à l'aéroport (euros ou USD)

Faire un point sur vos vaccins

Nous vous conseillons de vous assurer que vous disposez de vos vaccins universels (DCTP, Hépatite B), mais également d'avoir les vaccins Hépatite A et Typhoïde. Voir : <https://www.pasteur.fr/fr/centre-medical/preparer-son-voyage/nepal>

Souscrire à une assurance voyage

Nous vous recommandons de vérifier vos conditions d'assurance et d'assistance voyage (prise en charge des frais médicaux et rapatriement - attention aux treks en haute montagne, vérifier les conditions) et de consulter le site suivant :

<https://np.ambafrance.org/-Conseils-aux-voyageurs-5->

Également de vous signaler sur le fil d'Ariane : <https://pastel.diplomatie.gouv.fr/fildariane/dyn/public/login.html>

Préparer son équipement

Nous pouvons vous transmettre une liste d'équipement recommandé pour un trek au Népal (liste en Annexe).

Préparation physique

Manoj demande à chacun des bénévoles une préparation physique adaptée aux conditions d'un voyage se situant en zone de montagnes, voire de hautes montagnes, et parfois dans des conditions sanitaires précaires.

Pour les treks médicaux ou touristiques

Fournir à Thierry Giraud les documents suivants : **photocopie du passeport, une photo d'identité, une copie de votre billet d'avion.**

Paraphe

2

Organisation de la mission

Programme

Manoj propose des missions allant d'une semaine à 15 jours. Le reste du voyage est libre à chacun. L'association peut vous proposer un trek touristique pour compléter votre voyage par l'intermédiaire de notre agence partenaire (TrekEthik).

Toutes les missions sont organisées par l'association Manoj et sont dirigées par l'un de nos guides/coordonateurs locaux francophones et anglophones. Avant votre départ, vous serez systématiquement mis en relation avec le guide/coordonateur accompagnant via les réseaux sociaux.

Manoj vous communiquera le programme de votre mission avant votre départ. Il n'est toutefois pas figé. Il faut s'attendre à un peu de souplesse. En effet, ce programme peut être ajusté en fonction de contraintes géographiques (villages perchés, isolés, difficiles d'accès), politiques, météorologiques (neige), de glissements de terrain, de problèmes de santé de l'un des membres du groupe constitué, etc. Un trek médical, c'est un départ d'un point A connu et une arrivée au terme du trek à un point B, mais le parcours n'est pas forcément figé. Il peut être modifié en fonction des rencontres sur le terrain (conseils des populations locales).

Partir avec Manoj comporte une part d'aventure mais l'esprit qui nous anime n'est pas celui d'une agence de voyage !

Mission type

Manoj s'engage à proposer un ordre de mission et un objectif médical uniquement aux professionnels de santé. D'autres actions (hors médical) peuvent être proposées aux non-soignants.

Un **trek médical** consiste à randonner de villages en villages avec pour rôle médical de :

- soigner des plaies simples ou urgentes
- effectuer un dépistage de maladies et de pathologies diverses dans les villages, les écoles et tout le long du parcours
- visiter les dispensaires locaux et lister les besoins en matériel médical
- retrouver des personnes ayant reçu des soins pour s'assurer de leur bon état de santé
- retrouver des patients dépistés qui n'ont jamais consulté
- former du personnel soignant infirmier (lors de treks médicaux spécifiques : ORL, maïeutique, dermatologie, etc)

Chaque soignant se doit de s'impliquer dans sa mission en collaboration avec le guide/coordonateur accompagnant : interrogatoire, examen médical, remplissage de la fiche médicale du patient fournie par l'association Manoj. Nous attirons votre attention sur le fait que les treks médicaux se déroulent dans des régions peu ou pas visitées encore par l'association. De ce fait le nombre de cas médicaux rencontré est aléatoire et peut être restreint. On ne peut que se réjouir si peu de cas médicaux se présentent.

Les **camps de santé** de médecine générale, de gynécologie, d'ophtalmologie, dentaire ou ORL sont organisés en partenariat avec des hôpitaux népalais partenaires et des professionnels de santé locaux. Ils se déroulent généralement sur un maximum de 5 jours L'objectif est de rendre accessible la médecine dans des villages où l'accès aux soins est très limité.

Rôle médical (trek et camp)

Les diplômes français de soignants ne sont pas reconnus au Népal. En effet, des autorisations spécifiques sont nécessaires pour pratiquer la médecine. Les soignants étrangers ne peuvent donc pas prescrire de médicaments ou opérer, ils peuvent seulement dépister des pathologies ou réaliser des consultations avec des soignants locaux, ces derniers pouvant prescrire. Cependant les soignants français peuvent proposer leur service en fonction de leurs compétences médicales en collaboration avec l'équipe médicale népalaise (consultations avec un traducteur et soins divers).

Ils peuvent aussi proposer des actions de prévention et dépistage divers : prise de tension, dépistage du diabète (glycémie capillaire), dépistage de la cataracte, prévention à propos de la santé bucco-dentaire (nettoyage des mains, geste d'hygiène, etc.).

Lors des camps de santé, il se peut que votre rôle soit limité dans certains cas à de l'aide à l'organisation et de l'observation afin de réaliser un reportage photo et vidéo.

Autres actions

Vous pouvez apporter des peluches (neuves ou lavées), des pantalons de jogging ou des sweats à distribuer, du matériel d'hygiène (brosses à dent, tubes de dentifrice).

Pour les écoles : billes, osselets, puzzles, lego, livres anglais/népalais, matériel scolaire.

Les objets pourront faire l'objet de distributions dans les villages traversés.

Paraphe

Budget

Manoj investit au maximum les dons qu'elle reçoit dans les actions menées. Aussi, **vous ne serez pas indemnisés lors de votre mission** (pas de salaires, pas de compensations, etc.), **aucun frais ne vous sera remboursé.**

Chaque participant devra prendre en charge son billet d'avion, son visa **et ses dépenses sur Kathmandu (repas et hôtel)**. Nous demandons à chaque équipe de **dormir la veille du départ de la mission au Little Nepal Inn (hôtel) pour retrouver facilement le guide/coordonateur et les autres personnes de l'équipe**. Nous avons négocié des prix (environ 15 euros par nuit par personne, petit déjeuner inclus). Les autres nuits sont libres quant à l'endroit.

Un temps d'échange est prévu avec le guide/coordonateur avant le départ afin d'informer l'équipe du déroulement de la mission et régler l'aspect administratif (échange de devises, etc.). Il se peut que ce temps d'échange ne soit pas fixé la veille du départ mais dans les jours précédents. **Nous demandons aux membres des équipes de se rendre disponibles pour assister à ce temps d'échange, il est important puisqu'il permet de répondre à toutes les interrogations des participants.**

Sont aussi à la charge de chacun le prix du trek médical. Le tarif indiqué comprend le bus (ou le 4x4), l'hébergement, les repas, les salaires et les assurances du guide et des porteurs, les frais de dossier de l'agence TrekEthik (notre partenaire sur place). Le trek médical débute du départ de Kathmandu au retour à Kathmandu, hors circuit touristique accolé au trek médical.

S'agissant du point spécifique des camps de santé, l'association Manoj prend en charge les frais d'hébergement, les repas et le transport (si vous apportez un financement pour l'organisation du camp). Vous en êtes, en effet, les représentants de Manoj sur place en tant qu'adhérent. Manoj vous communique un budget prévisionnel, adapté à votre mission. Pour financer le camp, il vous sera demandé de collecter des dons (défiscalisables) via le site HelloAsso.

Chaque don reçu par l'association Manoj est attribué à nos missions médicales et finance le fonctionnement de Mutu Foundation sur place (l'association miroir de Manoj au Népal). Si les fonds récoltés pour une mission spécifique ne sont pas entièrement utilisés, ils seront affectés à d'autres missions, au suivi médical et au fonctionnement de Mutu Foundation.

Le budget transmis par Manoj ne concerne que la mission. Les taxis et hôtels sur Kathmandu et le reste de votre voyage est libre et naturellement à vos frais exclusifs. Vous devez donc prévoir un budget adapté à la totalité du séjour au Népal.

Pourboire

Il est d'usage d'offrir un pourboire en fin de trek au guide et aux porteurs qui nous accompagnent.

Pour un trek d'une semaine, le montant équivaut à un jour de travail, soit environ 3 500 roupies (env 25 euros) pour le guide et 2 000 roupies (env 15 euros) pour le porteur, par équipe. A partir d'une 8ème jour, les montants sont les suivants : 7000 roupies (env 50 euros) pour le guide et 4000 roupies (env 30 euros) par porteur et par groupe.

L'équipe peut se donner la possibilité de donner plus si elle est satisfaite de la prise en charge globale.

Paraphe

4 Implication dans l'association Manoj

Adhésion

Partir en mission engendre du travail sur deux années : celle de la prise de contact et de l'organisation, et celle de la mission et du suivi médical. **Manoj souhaite donc que chaque bénévole devienne adhérent de l'association à la confirmation de la mission.** Le montant annuel de l'adhésion est de 15 euros (ouvrant droit à une réduction fiscale de 66 % de son montant).

Afin de couvrir ces deux années (contact, organisation, mission, suivi médical), **nous demandons une adhésion à 15 euros (correspondant à l'année 1 - contact/organisation) ainsi qu'un don de 15 euros (correspondant à l'année 2 - mission/suivi médical).**

Don

Afin de soutenir l'action de Manoj, nous encourageons les dons.

Pour les partenariats avec les étudiants en médecine ou les associations déclarées, une participation financière de 300 euros est requise. Cette contribution permet de couvrir les frais liés à une organisation - plus complexe - que requiert ce type de mission (camps de santé multiples, achat et distribution de matériel médical, assurances médicales, etc.)

Compte-rendu de mission

Afin de promouvoir l'action de l'association, Manoj demande à chacune des équipes de réaliser **un compte-rendu précis de la mission réalisée** en français (anglais si possibilité) dans un format libre (word, power point, courte vidéo (env 2 min), etc.). Il sera diffusé sur le site internet de l'association <https://www.manoj.fr> et les réseaux sociaux. Il contiendra un témoignage sur l'expérience népalaise et le ressenti humain.

En cas de production de vidéo, et cela afin de pouvoir réutiliser les rushs, il est demandé de filmer avec une caméra/appareil-photo, un trépied et un micro (dans l'idéal). Les vidéos réalisées avec des téléphones portables sont appréciées mais elles ne sont parfois pas réutilisables. Le format paysage est indispensable, le format MP4 et la qualité vidéo de 1920x1080p seraient parfaits. Il faut varier les scènes et les plans (paysages, personnes, actes médicaux, transports, etc.). Nous vous demandons une certaine retenue vis-à-vis des populations locales dans la captation et la production d'images. Dans la mesure du possible, les personnes, surtout les enfants, ne doivent pas être reconnaissables. Les visages doivent être pris de loin et/ou de profil.

Assemblée Générale

L'Assemblée Générale de Manoj est un moment de partage entre les adhérents et les bénévoles de l'association, idéal pour rencontrer les autres équipes qui se sont rendues sur le terrain et qui ont vécu des expériences similaires. Les vidéos, les photos, les retours d'expériences en présentiel donnent aussi l'occasion aux personnes qui ne se sont jamais rendues au Népal de mieux comprendre les actions réalisées sur le terrain.

Manoj souhaite que, dans la mesure du possible, les bénévoles ayant réalisé des missions avec Manoj puissent se rendre à l'Assemblée Générale (à Matour en Saône-et-Loire, début mars) afin de partager leurs expériences. Ce moment d'échange est essentiel afin de motiver de nouvelles personnes à s'engager auprès de l'association et ainsi pérenniser nos actions.

Signature de l'adhérent

Paraphe

Informations

- Nom et Prénom :
- Adresse :
- Tél. portable :
- Dates de mission : du au
- Personne à contacter en cas d'urgence :
- Nom et qualité :
- Téléphone (depuis l'étranger) :

Responsabilité civile et professionnelle

En tant que bénévole, je reconnais que ma participation est basée sur l'acceptation de ma propre responsabilité civile, privée et professionnelle. Il est précisé que la responsabilité civile de l'association Manoj ne couvre aucune activité liée à ma mission bénévole.

Assurance rapatriement

Je m'engage à souscrire une assurance rapatriement. Les coordonnées de ma compagnie d'assurance :

Nom de la compagnie et numéro de contrat :

Téléphone (depuis l'étranger) :

Conditions particulières des missions

L'association Manoj attire mon attention sur les difficultés spécifiques que je pourrais rencontrer lors de la mission, notamment liées à :

- Altitude : missions pouvant se dérouler entre 500 et 3 000 mètres d'altitude
- Isolement : régions de montagne souvent difficiles d'accès
- Transport : bus et 4x4 roulant sur des pistes souvent non bétonnées durant des heures
- Climat : chaleur, pluie de mousson, humidité, chemins glissants et sangsues en été
- Hébergement : conditions rudimentaires (chez l'habitant, hôtels précaires, chambres partagées)
- Hygiène : conditions sanitaires rustiques, risque de problèmes digestifs (importance du lavage des mains)
- Repas : cuisine typique népalaise parfois épicée (dal bhat, momos)

Engagement laïque et respect des cultures

Je m'engage à exercer mon activité bénévole à titre laïque, en respectant le principe de neutralité vis-à-vis des autorités politiques et religieuses. Je m'engage également à faire preuve de respect, d'humilité et de retenue vis-à-vis des populations népalaises.

Obligations du bénévole

Lors de la mission, je m'engage à :

- Adopter une attitude et une tenue vestimentaire respectueuses des cultures locales (pas de shorts courts par exemple).
- Ne pas troubler l'ordre public et ne pas consommer de drogues.
- Respecter l'organisation définie par l'association (hébergement, itinéraire, contenu de la mission).
- Respecter les directives données par l'association Manoj et le coordinateur de Manoj.

Fin de collaboration

En cas de manquement aux obligations énoncées dans cette charte, le président de l'association Manoj peut, après avoir entendu mes observations, mettre fin à ma collaboration bénévole.

Forfait fixe à payer

Pour faciliter la logistique sur place, un forfait fixe est établi par l'association Manoj en collaboration avec Dhan Bahadur Gurung, coordinateur de l'association Manoj (président de Mutu Foundation, directeur de l'agence TrekEthik). Pour les treks médicaux et les camps de santé non financés, je m'engage à payer ce forfait fixe en liquide (en euros ou en roupies) et à remettre les fonds au coordinateur local (les virements bancaires sont possibles mais ils occasionnent des frais, ces derniers seront à votre charge).

Droit à l'utilisation de l'image

En tant que bénévole, j'autorise l'association à utiliser mon image dans le cadre de sa communication, afin de rendre compte et témoigner des activités réalisées (sur les sites internet et les réseaux sociaux). Cette autorisation est donnée à titre gratuit pour les supports numériques et imprimés.

(Nous vous invitons à consulter le site internet <https://www.manoj.fr> pour avoir une idée du type de communication réalisée).

Attestation et déduction fiscale

Dans le respect de notre éthique associative tournée vers le bénévolat, les frais que j'engage ne sont pas considérés comme des dons et n'ouvrent pas droit à un reçu fiscal (seules les adhésions et les dons ouvrent droit à une telle réduction d'impôt). Cependant, je peux obtenir une attestation de mission (sans montant), pouvant être utilisée sous ma propre responsabilité.

Engagement

Je soussigné(e),, signataire de la présente charte, avoir pris connaissance de l'ensemble des informations de la charte, et déclare participer aux activités de l'association Manoj à titre bénévole et m'engage à n'en tirer aucun profit direct ou indirect.

Fait le ... à

Nom et Prénom :

Signature précédée de la mention manuscrite « lu et approuvé »