**KOVČKOV SEZNAM**

**– ZA PROSTOVOLJCE –**

Za vas smo pripravili seznam stvari, ki jih priporočamo, da jih vzamete seboj na prostovoljno delo v Gambijo.V Gambiji ne potrebujete veliko stvari; to velja še zlasti za oblačila, če jih pravilno uskladimo.

**POMEMBNI DOKUMENTI:**

• osebni dokument – veljaven potni list

• mednarodna knjižica o cepljenju

• zavarovalna polica zdravstvenega / nezgodnega zavarovanja v tujini (vsaj dvojno kritje)

• majhna torbica za denar in dokumente, ki se skrije pod majico ali všit žep pod oblačilom.

**ZA BIVANJE IN DELO**• pribor za osebno higieno

• 1-2 svoji brisači (ena velika, ena mala) Če boste nastanjeni v stanovanjih, ki vam jih rezevriramo mi, dobite sveže brisače, velike in male, vsak dan oz. vsak drug dan. Posteljnino menjajo 1 x na teden oiroma po potrebi.

• papirnati robčki (lahko jih kupite tudi v Gambiji)

• potovalna lekarna - zdravila proti vročini in bolečinam, alergiji (sončni), potovalni slabosti, zdravilo proti prebavnim težavam - zaprtje ali driska (samo oglje ni dovolj, priporočamo še antibotike, probiotike in rehidracijski praški ter odvajalo), antimalariki (če ste se odločili, da jih boste jemali), zdravila proti želodčni kislini (če imate s tem težave) obliži, repelent (priporočamo Autan tropical), zaščitna krema proti soncu, sterilne obveze in gaze, sredstvo za čiščenje/razkuževanje ran, zdravilna sredstva, ki jih uporabljamo po pikih insektov, losjon za lajšanje sončnih opeklin

• vsakodnevna zdravila (če redno jemljete zdravila)

• tekočina za leče (če jih nosite)

• repelente proti komarjem (lahko jih kupite tudi v Gambiji)

• damski vložki/tamponi (lahko jih kupite v Gambiji vendar so slabše kvalitete)

• živila brez katerih težko zdržite. Skoraj vse lahko kupite v Gambiji v trgovinah, ki so namenje turistom in tujcem, vendar so cene nekoliko višje kot v EU. Cedevite, "turške" kave, paštet, suhih salam, čokolina, ipd, se v Gambiji ne da kupiti.

• druge stvari, ki jih ni na seznamu in jih potrebujete

**OBLAČILA / OBUTEV / ZAŠČITA:**• uniforma Za Otroke Sveta - Kids Are The World

• lahka poletna oblačila (majice s kratkimi rokavi, 3/4 hlače, kos dolgega oblačila za vsak slučaj)   
• kopalke & kopalna brisača (po želji)

• kapa s ščitnikom proti soncu, ruta, sončna očala

• športni copati za izlete, natikači

• dežnik (po želji)

• baterijska svetilka (po želji)

• manjši nahrbtnik

**ZA POUK IN RAZVEDRILO:**

• zvezek, pisalo, različen material za ustvarjanje

• družabne igre

• fotoaparat (ter baterije)  
• polnilec

• prenosnik ali tablica

**KAJ PUSTITE DOMA**

1. Kopijo vašega potnega lista
2. Kopijo letalske karte (k**o prejmete letalsko karto, takoj preverite datume, čas odhoda in svoje ime).**
3. Kopijo mednarodnega potrdila o cepljenju
4. Telefonsko številko članov dobrodelne organizacije v Evropi in Gambiji

Prav tako imejte kopijo vseh zgoraj navedenih dokumentov vedno s seboj. Za primer kraje spravite vedno kopije ločeno od originalnih dokumentov. Če vam ukradejo tudi kopijo, lahko prosite nekoga doma, da vam pošlje faks z novo kopijo. Druga možnost je, da dokumente skenirate in jih pošljete na svoj email naslov, ki ga lahko preverite kjerkoli. Kopija vašega potnega lista lahko služi kot osebni dokument na ulici, ali ko želite zamenjati denar na banki oziroma v menjalnicah, tako da lahko varno shranite originalni dokument.

**Preden se odpravite od doma:** pustite vredne predmete doma in vse, kar ni nujno potrebno na vašem potovanju (verižice, zapestnice, uhane, drage naprave, itd.)

**Skriti žepi:** Zašijte majhne, neopazne žepe na več mest na notranji strani svojih oblačil. Tako boste lahko skrili skrbno prepognjene bankovce. Razen skritih žepov je tudi dobro, da nosite denarnico za okrog pasu.

**Nahrbtniki s ključavnico**: priporočamo uporabo nahrbtnikov z dvojno zadrgo, ki jo lahko zaklenete z majhno ključavnico.

**V ročni prtljagi ne prenašajte ostrih predmetov**

Prtljaga, ki jo boste odnesli s seboj na letalo ne sme vsebovati nobenih nevarnih ali ostrih predmetov kot so seti za manikuro nohtov s škarjami, veliki in majhni noži, ostala rezila, kovinske pilice za nohte itd.  
  
Dovoljena teža prtljage je običajno 20-23 kg na osebo + ročna prtljaga (10kg). Pred potovanjem preverite dovoljene mere potovalnih kovčkov in dovoljene težo, saj so predpisi odvisni od letalske družbe.

**SVOJO PRTLJAGO PREDHODNO OBVEZNO OZNAČITE Z NASLOVOM V GAMBIJI NA VIDNEM MESTU** (ko se vračate napišite svoje podatke in svoj naslov)  
  
**CHARITY PEARL – THE GAMBIA**  
P.O. BOX 2902  
LATRIKUNDA GERMAN,SEREKUNDA  
THE GAMBIA, WEST AFRICA  
Musa Faal, founder & president of organization  
Phone no: +220 733 9747, +220 393 9748  
info@kidsaretheworld.com

**V kolikor predsednika organizacije ni v Gambiji, za številko kontatne osebe prosite koordinatorko prostovoljstva.**

Prepovedane stvari, ki jih ne smete odnašati iz države : **droge, rastline, živali, semena, kosi arheoloških izkopanin, minerali….**

##### **POTOVALNI BONTON IN NASVETI ZA PRIJETNO POTOVANJE IN BIVANJE**

* Na letališču spremljajte informativne ekrane, saj včasih v zadnjem trenutku spremenijo številko terminala.
* V primeru zamude nas obvestite na naše kontkatne številke v Sloveniji.
* Ob prihodu v Gambijo, morate izpolniti obrazec z vašimi podatki.
* Bodite strpni do javnih uslužbencev. Če se vznemirjate, vas bodo še slabše razumeli in delali še počasneje.
* Nikoli ne kritizirajte stanja države pred uradniki.
* Vedno pijte samo ustekleničeno vodo.
* Zaščitite se pred soncem z uporabo kreme za sončenje z visokim zaščitnim faktorjem in nosite primerna oblačila ter pokrivalo.
* Spoštujte lokalni način življenja, navade, tradicije, religijo itd. Pomnite, da ste gost v njihovi državi.
* V Afriki čas mineva počasneje kot v Evropi. Zamujanje je povesem običajno.
* Vedno vprašajte za dovoljenje, preden nekoga fotografirate in ne zamerite, če vas zavrnejo ali če za to zahtevajo plačilo.
* NIKOLI ne slikajte državnih ustanov (vojaške ustanove, letališča, ambasade, mostove, itd.). Če vas ujamejo, vam lahko brez obrazložitve odvzamejo fotoaparat.
* Oblačite se spoštljivo in se izogibajte oblačilom, ki veliko razkrivajo, saj je večina ljudi muslimanske vere;
* Pokažite, da skrbite za okolje in ga ne onesnažujte z odpadki (kljub temu, da domačini ne pazijo preveč).
* Nikoli ne dajajte denarja otrokom.
* Če kupite sladkarije ali sadje za otroke, le to razdelite, če imate dovolj za vse.
* Izogibajte se raznim rasističnim vicem in šalam o seksu.
* Ne razlagajte koliko denarja imate s seboj, koliko zaslužite, kaj si lahko privoščite.
* **Upoštevajte vrednote in moralna načela našega društva.**
* Ne poskušajte spremeniti način življenja domačinov in jim ne vsiljujete svojega mnenja.
* Spoštujte ljudi pri katerih ste na obisku kljub temu, da ste jim prišli pomagati.
* Priporočamo, da zvečer in ponoči ne hodite ven sami oziroma da upoštevate naša varnostna priporočila.