



# Reis med FORUT til Nepal

## Mandag 5. til torsdag 15. oktober 2020

Fra Nepal-reisen oktober 2019. På besøk på byggeplassen til Nepals første barnepsykiatriske klinikk.

### På FORUTs reiser for sine støttespillere får deltakerne:

1. Se nærmere på FORUTs utviklingsprosjekter. Hvor går bistandsmidlene?
2. Møte med FORUTs prosjektpartnere for å få nærmere innsikt i lokale forhold, utfordringer, gjeldende policy og utviklingsstrategier.
3. Møte med den norske ambassaden for å få innsikt i Norges bilaterale utviklingssamarbeid.
4. Lære om Nepal og få innsikt i politikk og relevante samfunnsforhold.
5. Kultur- og turistopplevelser
6. Motivasjon til komme tilbake til Norge som gode FORUT-ambassadører og delta i arbeidet med å få vervet nye FORUT-faddere!

### Miljøansvar

I tillegg til at vi reiser med mål og mening har vi pålagt oss selv en klimakvote for å kompensere for vårt klimafotavtrykk. Langdistanse flyreiser er den reisemåten med størst utslipp av CO2 per passasjer. Dette tar FORUT konsekvensen av og betaler nå klimakvote for alle sine flyreiser gjennom den sveitsiske anerkjente organisasjonen, MyClimate ([www.myclimate.org](http://www.myclimate.org)). De støtter prosjekter som binder karbon og bidrar til bærekraftige, klimatilpassede prosjekter i Sør.

### Full pakke:

Reisen koster kr. 21.000,- som dekker flyreise tur/retur Gardermoen, klimakvote, hotell på dobbeltrom, minimum to måltider pr. dag, sightseeing, transport i Nepal, andre programkostnader og reiseledelse. Enkeltromstillegg kr. 4.000.

## FORUT i Nepal

I Nepal samarbeider FORUT med organisasjonene CWIN (Child Workers in Nepal) som primært retter sin innsats mot barn og barns rettigheter, og organisasjonen Tuki som er en anerkjent organisasjon som jobber med bærekraftig jordbruk og kvinners rettigheter på landsbygda.

CWIN og FORUT har vært partnere i mer enn 25 år.

I programmet for reisen inngår besøk på tre av CWINs prosjekter som alle støttes av FORUT:

1. CWIN Balika Peace Home er et transithjem for jenter (Balika betyr jente på nepali). Jenter tas hånd om av CWIN etter å ha blitt reddet fra vold, overgrep eller andre former for mishandling og omsorgssvikt. De får beskyttelse og omsorg, medisinsk hjelp og terapi til å bearbeide sine traumer og et midlertidig hjem. I de tilfellene der det ikke er mulig med gjenforening med egen familie gis jentene utdanning og styrke og motivasjon til å komme videre i livet etter oppholdet på Balika.

2. Child Helpline er en gratis krisetelefon for barn i regi av CWIN og myndighetene i Nepal som dekker fem distrikter. Krisetelefonen mottar tusenvis av henvendelser årlig, om alt fra alvorlige overgrep til barn som vil snakke med noen om ulike bekymringer. Child Helpline 1098 henter også barn ut av akutte, alvorlige situasjoner og gir barna beskyttelse og oppfølging.

3. Et nytt stort prosjekt ser dagens lys i 2020! Endelig kan vi markere/feire at Nepal har fått sin første barnepsykiatriske klinikk!

### Nepal-reisen høsten 2020 blir historisk!

Endelig kan vi markere/feire at Nepal har fått sin første barnepsykiatriske klinikk! Et prosjekt i regi av CWIN og FORUT.

### Påmelding

Ved påmelding gjelder prinsippet om «første mann til mølla» Det er i utgangspunktet 25 plasser på denne reisen.

Kontaktperson/påmelding: [terje.heggernes@forut.no](mailto:terje.heggernes@forut.no), mobil: 90036987.

# Program

## FORUTs Nepal-reise

5. - 15. oktober 2020

### Dag 1

Avreise fra Gardermoen 16.10

### Dag 2

Ankomst Katmandu (10.15)



Etter noen timers hvile og felles lunsj på hotellet blir det avgang til bydelen Thamel og Katmandu Durbar Square som er to eksotiske turistmagneter.

### Dag 3

**Første møte med CWIN • Child Help Line • Politisk oppdatering**

Vi møter Sumnima Thuladar, leder for vår viktigste prosjektpartner; CWIN, for å bli nærmere kjent med denne unike barnerettighetsorganisasjonen som FORUT har samarbeidet med i mer enn 25 år. Vi samles



i CWINs lokaler som ligger i tilknytning Child Help Line som er en landsdekkende krise-telefon for barn hvor CWIN er svært sentral i driften.

Seinere på dagen vil vi også møte FORUT-venn og tidligere leder av CWIN, Gauri Pradhan. Gauri vil hjelpe oss med å forstå den politiske situasjonen i Nepal.

### Dag 4

**Namo Buddha + landsbytrekking + Balika Peace Home**

Vi starter med å kjøre til det kjente klosteret/tempelet Namu Buddha, som ligger i Dhulikhel ca. 30 km øst for Katmandu.



Fra Namu Buddha har vi den første "trekking-turen" på 2-3 timer, der vi vandrer gjennom unikt landskap og flere mindre



landsbyer på veien til Balika Peace Home. Et høydepunkt på turen blir å komme til Balika Peace Home, et transithjem for vanskeligstilte jenter. Vi tilbringer ettermiddagen og kvelden på Balika der målet er å få innblikk i det nye livet til disse jentene og forståelse for CWINs arbeid i praksis.

### Dag 5

**Nepals første barnepsykiatriske klinikk**



Endelig har dagen kommet for å markere/feire at Nepal har fått sin første barnepsykiatriske klinikk – et prosjekt i regi av FORUTs samarbeidspartner, CWIN. Bygningen har i stor grad vært finansiert av FORUT/FORUT-faddere.

### Dag 6

**Bhaktapur – den tredje oldtidsbyen i Katmandu-dalen.**



Vi besøker Bhaktapur som ligger i Katmandudalen og som ble hardt rammet av jordskjelvet i 2015. Bygningene i Bhaktapur er sentrale i verdenshistorien og flere står oppført på FNs verdensarvliste.

### Dag 7 & 8

**Trekking til Nagarkot**

Nagarkot ligger 32 km fra Katmandu og har en fantastisk beliggenhet med perfekt utsikt mot Himalaya. Nagarkot ligger 2000 meter over havet og vi skal gå denne turen begge veier. Turen opp beregnes til ca. 4-5 timer, mens tilbaketuren er beregnet til tre timer.



Vi overnatter i Nagarkot for å få med oss både solnedgangen og soloppgangen.

### Dag 9

**Sightseeing i Katmandu**

**+ besøk på den norske ambassaden**



En 4-timers guidet sightseeing vil ta oss rundt til de tre største turist/kulturattraksjonene i Katmandu; Patan Durbar Square, Bodhnat stupa (Buddhist-tempel) og Pashupatinath (Hindu-tempel med likbrenning).

Denne dagen vil vi også besøke den norske ambassaden for å bli oppdatert på Norges samarbeid med Nepal.

### Dag 10

**Flytur langs Himalaya + Hjemreise**



Vi har kommet til siste dagen med muligheter for å få med oss enda mer, eller å følge opp noe man har lyst til å ha mere av. Mange har startet dagen med å kjøpe seg inn på en times flytur langs Himalaya - helt til man nærmest føler nærkontakt med Mount Everest.



Flyavgang hjem til Norge 20.50 som betyr avreise fra hotellet 18.00.

### Dag 11

**Torsdag 15. oktober:**

**Ankomst Oslo/Gardermoen (07.15)**