

AREA MARINA DE PESCA RESPONSABLE PAQUERA-TAMBOR



VOLUNTARIADO EN LABORES DE ADAPTACIÓN AL CAMBIO
CLIMÁTICO EN LAS COMUNIDADES DE PAQUERA Y TAMBOR

MANUAL DEL VOLUNTARIO

Enero, 2018



Contenido

| | |
|--|----|
| I- Información General | 4 |
| Península de Nicoya..... | 4 |
| El Área Marina de Pesca Responsable (AMPR) Paquera-Tambor..... | 4 |
| II- Información del Voluntariado Rural Comunitario | 5 |
| Tú puedes hacer la diferencia. | 5 |
| ¿Cuándo venir a hacer voluntariado?..... | 5 |
| Tu trabajo como Voluntario..... | 5 |
| Un día en la vida del Voluntario..... | 5 |
| III- Tu estadía en Paquera | 6 |
| Idioma..... | 6 |
| Clima | 6 |
| Comida | 6 |
| Dinero, costos y gastos | 7 |
| ¿Cómo llegar a Paquera?..... | 7 |
| Salud y Seguridad | 8 |
| Lista de Artículos Recomendados | 8 |
| IV- Plan de Trabajo del Voluntario | 10 |
| Principal 1: Actividades Agrícolas en Micro Fincas..... | 10 |
| Principal 2: Monitoreo de Capturas en los centros de acopio del AMPR..... | 10 |
| Principal 3: Actividades de mantenimiento en Reservas Curú y la Reserva del Colegio Técnico Profesional de Paquera | 10 |
| Principal 4: Coordinación y participación en actividades de Adaptación al Cambio Climático de la Asada (acueducto local) | 10 |
| Potencial 5: Monitoreo de Arrecifes Artificiales y Naturales – Depende de que haya monitoreo programado entre Diciembre y Abril: | 11 |
| Potencial 6: Monitoreo y reforestación de Manglares – Depende de que haya monitoreo o reforestación programada. | 11 |
| Potencial 7: Monitoreo de Corales – Depende de que haya monitoreo programado entre Diciembre y Abril: | 11 |
| Potencial 8: Monitoreo de cetáceos – Depende de que haya monitoreo entre Abril y Agosto..... | 12 |
| Potencial 9: Publicidad de las actividades y logros del AMPR – Depende de tus habilidades en manejo de contenido Web..... | 12 |

Potencial 10: Práctica de Inglés – Depende de tus habilidades en el idioma..... 12

I- Información General

Península de Nicoya



La Península de Nicoya es la península más grande del país y se encuentra al sur de la Costa Norte del Pacífico de Costa Rica, al otro lado del Golfo de Nicoya frente a Puntarenas. Aquí se encuentran algunas de las playas más aisladas y hermosas de Costa Rica. Esta península escarpada es uno de los destinos turísticos más populares, especialmente para aquellos que buscan pasar un buen rato bajo el sol. Aquí usted puede encontrar de todo: impresionantes cataratas, algunos de los mejores puntos de surf de la Costa Pacífica, impresionantes lugares para ver la puesta de sol. Puede encontrar también desde pintorescos pueblos rurales, maravillosas reservas

naturales reconocidas a nivel mundial, hasta hoteles de clase mundial.

El Área Marina de Pesca Responsable (AMPR) Paquera-Tambor.

Las comunidades, organizaciones, cámaras de turismo, gobiernos locales y proyectos integrados al AMPR han asumido el reto de hacer de la pesca una actividad más sostenible donde la recuperación del recurso pesquero, el enfoque ecosistémico, el mejoramiento ambiental del ecosistema marino, la diversidad productiva, una mejor calidad de vida para los pescadores y sus familias, la participación de los diferentes actores que asuman lo establecido en el Plan de Ordenamiento Pesquero, la preparación ante los efectos del cambio climático, la búsqueda de la unión con otros grupos productivos e instituciones de la zona para mejorar las condiciones de desarrollo del Distrito de Paquera y la comunidad de Tambor son ejes fundamentales de desarrollo y de fortalecimiento del AMPR.



Es importante señalar que, como una de las tareas iniciales es ordenar la casa, se está trabajando en fortalecer las bases, mejorar el nivel organizativo y administrativo de las organizaciones, establecer los lineamientos de trabajo de nuestro Comité de Gobernanza Local administrador del AMPR y generar las condiciones locales para mejorar el acopio, la sanidad e inocuidad de los productos de la pesca y acuicultura que nos permita posicionarnos en un mejor nivel de negocio para la comercialización.

Se debe resaltar el gran apoyo que han brindado el proyecto entidades como BID-GOLFOS- Marviva, los Concejos Municipales de los Distritos de Paquera y Cóbano, las organizaciones de pescadores, el proyecto Ostrícola Punta Cuchillo, las Cámaras de Turismo de Paquera y Tambor, Incopeca y Turismo Curú. Y ahora, en una de nuestras fases más interesantes, tú puedes ayudarnos a hacer la diferencia.

II- Información del Voluntariado Rural Comunitario

Tú puedes hacer la diferencia.

Necesitamos voluntarios de todas partes del mundo que quieran venir a ayudarnos a hacer la diferencia en la comunidad de Paquera a través de la coordinación del AMPR Paquera-Tambor y la Asociación de Buzos de Paquera.

¿Cuándo venir a hacer voluntariado?

Puedes hacer voluntariado con nosotros en cualquier momento del año.

Tu trabajo como Voluntario.

Los voluntarios tendrán la posibilidad de trabajar en labores de Adaptación al Cambio Climático en las comunidades rurales de Paquera y Tambor. Hay cuatro labores principales que se realizan 365 días al año:

1. Actividades Agrícolas en micro fincas
2. Monitoreo de Capturas en los centros de acopio del AMPR
3. Actividades de mantenimiento en Reserva Curú y la Reserva del Colegio Técnico Profesional de Paquera
4. Coordinación y participación en actividades de Adaptación al Cambio Climático de la Asada (acueducto local)

También tenemos otras labores que soportan los esfuerzos de la comunidad de Paquera y del AMPR, que no se realizan todo el año, y que dependerán de las habilidades y/o certificaciones (PADI/NAUI) del voluntario y la época del año en que nos visiten. Estas actividades incluyen:

- Monitoreo de Arrecifes Artificiales y Naturales
- Monitoreo y reforestación de Manglares
- Monitoreo y Siembra de Coral
- Monitoreo de Cetáceos
- Publicidad de las actividades y logros del AMPR
- Práctica del Inglés con las familias hospederas

Para más información sobre cada actividad, ver la sección **IV- Plan de Trabajo del Voluntario**.

Un día en la vida del Voluntario.

No existe un día típico en la vida del Voluntario pues el Voluntariado Rural Comunitario, tus habilidades, y la época del año en que nos visites harán que tengas una experiencia única, preparada específicamente para tu visita. De hecho podrías visitarnos el siguiente mes y tener un cronograma totalmente distinto; sin embargo, lo que sí puedes esperar es tener un programa que de 6 horas del día, 6 días a la semana.

Aquí te puedes dar una idea de cómo puede ser tu día:

- Tu día empezará entre las **5:00 am y las 7:00 am** con el desayuno en tu casa hospedera
- Inmediatamente partirás a la **actividad programada** para la mañana
- En algún momento entre las **11:00 am y la 1:00 pm** será el almuerzo ya sea en tu casa hospedera o un almuerzo preparado si te encuentras lejos de Paquera
- En la tarde continuará la **actividad programada** de la mañana o tendrás una actividad totalmente diferente
- En algún momento entre las **3:00 pm y las 5:00 pm** terminarás la actividad programada para la tarde.
- El resto del día lo tendrás **libre** para disfrutar en Paquera, con la familia hospedera o explorando la zona.
- Entre las **7:00pm y las 9:00pm** será la cena en tu casa hospedera

III- Tu estadía en Paquera

Idioma

El inglés y el español son los idiomas oficiales del programa de Voluntariado Rural Comunitario. Aunque contamos con un coordinador bilingüe, esta experiencia te dará la oportunidad de desarrollar y/o practicar tus habilidades en el idioma español y/o compartir tu conocimiento del inglés con el líder local, tu familia hospedera, y a quienes acompañes en las actividades de tu Plan de Trabajo.

Clima

Con un clima cálido la mayor parte del año, la Península de Nicoya es conocida por sus buenas condiciones del tiempo. La temperatura oscila entre los 22 y los 32 grados centígrados todo el año, con temperatura promedio de 26 grados centígrados en general y 28 grados durante el mes de Abril (el mes más cálido). La temporada de lluvias va de Mayo a Noviembre y de Diciembre a Abril son los meses más secos.



Comida

Las familias hospederas sirven las comidas caseras típica costarricense cocinadas diariamente. En Costa Rica comemos mucho arroz y frijoles, sea separados o unidos en un platillo estrella llamado “Gallo Pinto”, frutas tropicales y vegetales harinosos y no harinosos. Carne (pollo, pescado, res y cerdo), huevos, queso y otros granos como las lentejas y garbanzos son también parte de los ingredientes utilizados en la cocina costarricense. Los vegetarianos o veganos van a encontrar nuestra comida satisfactoria. Parte de la información que te vamos a solicitar es información sobre potenciales restricciones alimenticias para intentar acomodar las mismas en la medida de lo posible.

Dinero, costos y gastos

La moneda nacional de Costa Rica es el Colón. En el momento de escribir este manual el tipo de cambio era 1 dólar = 575 colones. Sin importar de donde nos visites, es generalmente conveniente "pensar" en dólares y asumir que 1 dólar = 500 colones o, en otras palabras, 2 dólares = 1,000 colones.

Te recordamos que todos los gastos de transporte hasta llegar a Paquera corren por tu cuenta; esto incluye transporte internacional, transporte local en Costa Rica hacia y desde Paquera. También corre por tu cuenta cualquier gastos extras que desees realizar durante el voluntariado como lo son llamadas telefónicas, uso de internet, snacks, souvenirs, tours, etc. Durante tu estadía, todo el transporte a las actividades del voluntariado de tu Programa de Trabajo será provisto por el programa.

El costo diario del voluntariado, el cual incluye tres comidas diarias (desayuno, almuerzo y cena) te será comunicado de manera separada al recibir este manual. También puedes revisar los costos diarios en la página del programa de Voluntariado Rural Comunitario en Paquera de la Fundación Corcovado.

¿Cómo llegar a Paquera?

Hay varias opciones para llegar a Paquera:

- Por Aire: Puedes volar desde el Aeropuerto Internacional Juan Santamaría hasta el la Pista de Aterrizaje de Tambor y de ahí tomar un taxi a Paquera. Ten en cuenta que durante la temporada de lluvias, los aeropuertos pueden cerrarse en cualquier momento del día debido a condiciones climáticas y podrías experimentar retrasos de horas y/o días.
- Por Tierra: Puedes alquilar un carro desde San José y manejar hasta el muelle del Ferry Naviera Tambor (<http://www.navieratambor.com>). Una vez que cruces el Golfo de Nicoya en el Ferry y atraques en el muelle de Paquera, son 10 minutos de carretera y llegarás al centro de Paquera. Existe también la opción de tomar el Ferry a Playa Naranjo (<http://www.coonatramar.com>) per ten en cuenta que son 45 minutos de carretera rural (no pavimentada) entre Naranjo y Paquera. Si vas a alquilar un carro ten también en cuenta que durante la temporada de lluvias que va de Mayo a Noviembre muchas carreteras rurales pueden llegar a tornarse intransitables debido a crecidas de ríos y/o a deslizamientos. Durante esta época lo más recomendable es la ruta usando el Ferry Naviera Tambor.
- Por Tierra: Puedes tomar el bus de San José a Puntarenas (<http://www.eupsacr.com>) en San José en Barrio Los Ángeles, Avenida 10 y 12, calle 16. Una vez que llegues a la terminal de Puntarenas, puedes caminar o tomar un taxi al muelle del Ferry Naviera Tambor. Una vez que cruces el Golfo de Nicoya y atraques en el muelle de Paquera, puedes tomar un taxi o un bus al centro de Paquera.



Salud y Seguridad

Como recomendación te decimos que todas tus vacunas regulares debieran estar al día antes de viajar a Costa Rica o a cualquier otro destino internacional. La salud y la seguridad de nuestros amigos voluntarios es nuestra prioridad. En general, Costa Rica es un país seguro, ciertamente el más seguro de Centroamérica y muchos otros países latinoamericanos. Sí hay crimen, sí hay ladrones que pueden interesarse en tus artículos de valor por lo cual debes ejercer las mismas medidas de seguridad y precaución que ejercerías en otras ciudades.

En cuanto a salud, es importante que tengas en cuenta que Costa Rica es un país tropical en el cual aproximadamente el 25% del territorio está protegido. Tenemos más de 615 especies por cada 10,000 kilómetros cuadrados lo cual nos coloca en la lista de los países con mayor biodiversidad especialmente en aves e insectos.

Esto significa también que los siguientes son cohabitantes de Costa Rica:

- Mosquitos, purrejas y otros tipos de insectos que pican por lo que te sugerimos traer bastante y buen repelente de mosquitos.
- Serpientes: son poco comunes en áreas pobladas pero más comunes en áreas menos pobladas. Lo recomendable es estar alerta y saber que, aunque la mayor parte de las serpientes de Costa Rica no son venenosas, algunas sí lo son.

Finalmente, ten en cuenta que Costa Rica tiene muchísimas playas, algunas muy desarrolladas y otras más vírgenes. Muchas tienen corrientes peligrosas por lo que es bueno preguntarle siempre a los locales sobre los cuidados que hay que tener en la playa que vayas a visitar.

Lista de Artículos Recomendados

Documentos

- ✘ Pasaporte con al menos 6 meses de vigencia. Visa en caso de que sea necesaria.
- ✘ Foto o fotocopia de la página biográfica de tu pasaporte en caso de que se te dañe.

Ropa

- ✘ Ropa para clima caliente y húmedo. Trata de evitar los pantalones de mezclilla, son mejores las prendas de tela de secado rápido.
- ✘ Suficiente ropa íntima y medias
- ✘ Traje de baño
- ✘ Anteojos oscuros y gorra o sombrero

Zapatos

- ✘ Sandalias para cuando estés en el pueblo
- ✘ Zapatos de playa que se puedan mojar
- ✘ No te recomendamos traer zapatos nuevos, es mejor que traigas zapatos que ya hayas usado y que te sean cómodos

Otros

- ✘ Artículos de higiene personal
- ✘ Botiquín de emergencia
- ✘ Bloqueador y repelente de mosquitos
- ✘ Botella para agua o bebidas
- ✘ Reloj
- ✘ Mochila pequeña para aquellas actividades de voluntariado donde quieras llevar comida, meriendas, ropa extra.
- ✘ Bolsas “ziplock” o “drybags” en caso de que tu Plan de Trabajo incluya actividades de monitoreo acuáticas.
- ✘ Dinero para tus gastos

IV- Plan de Trabajo del Voluntario

Principal 1: Actividades Agrícolas en Micro Fincas

- a. Ayuda en actividades agrícolas: Vas a ser parte de nuestro equipo de ayuda a micro agricultores quienes, como Ajuste al Cambio Climático, han puesto a producir pequeñas fincas para no depender de la pesca de buceo. Estos pequeños agricultores son todos de la comunidad de Paquera y realizan todas las labores agrícolas ellos mismos, desde la siembra hasta la venta del producto maduro en las “ferias” locales.

Principal 2: Monitoreo de Capturas en los centros de acopio del AMPR

- a. Monitoreo de capturas: Vas a ser parte de nuestro equipo de auditoría y monitoreo en campo de las capturas (pesca diaria) que los pescadores traen a los dos centros de acopio del AMPR; uno en Paquera y uno en Tambor. Esta labor es clave ya que los centros de acopio tratan de manera justa al pescador y, a la vez, vigilan que los productos capturados cumplan con las tallas mínimas para un manejo razonable del recurso marino.
- b. Digitación de datos: Vas a ser parte de nuestro equipo de digitación de los datos tomados durante el registro diario de las capturas (de las facturas a la base de datos).
- c. Los miembros de los centros de acopio tienen una gran necesidad de aprender a manejar de mejor manera programas como Excel y Word. Si conoces bien estos programas, vas a colaborar en incrementar las habilidades de los miembros de los centros de acopio.

Principal 3: Actividades de mantenimiento en Reservas Curú y la Reserva del Colegio Técnico Profesional de Paquera

- a. Refugio Silvestre Curú: Vas a ser parte de nuestro equipo que trabaja en labores de apoyo y/o mantenimiento en las playas galardonadas como Bandera Azul del Refugio Silvestre Curú.

Reserva del Colegio Técnico Profesional de Paquera: Vas a ser parte de nuestro equipo que trabaja en labores de apoyo y/o mantenimiento en la Reserva del Colegio de Paquera y en sus actividades productivas. Además de la reserva, tienen tres actividades productivas que apoyan la enseñanza a los alumnos del colegio:

- Micro finca de limones
- Micro producción de Tilapia
- Micro granja avícola

Principal 4: Coordinación y participación en actividades de Adaptación al Cambio Climático de la Asada (acueducto local)

- a. La Asada (acueducto local) es una entidad clave en el manejo correcto del recurso hídrico de la zona. La Asada cuenta con dos certificaciones claves en el país y que deben mantener a través de distintas actividades: Sello de Calidad Sanitaria y el Programa Bandera Azul Ecológica (<https://www.aya.go.cr/laboratorio/selloCalidad/Paginas/default.aspx> y <https://banderaazulecologica.org/> respectivamente). Vas a ser parte del equipo que coordina y participa en las actividades que debe realizar la Asada anualmente para mantener ambas

certificaciones, ambas directamente relacionadas con un buen manejo del recurso hídrico que va de la mano con Adaptación al Cambio Climático.

Potencial 5: Monitoreo de Arrecifes Artificiales y Naturales – Depende de que haya monitoreo programado entre Diciembre y Abril:

- a. Monitoreo de arrecifes: Vas a ser parte de nuestro equipo de monitoreo de arrecifes artificiales donde, dependiendo de tus calificaciones, puedes:
 - Participar activamente en el monitoreo si tienes vigente la licencia internacional de buceo, o
 - Participar como ayudante en las labores de logística del monitoreo (ayuda a los buzos, ayuda con el equipo, etc.)
- b. Digitación de datos: Vas a ser parte de nuestro equipo de digitación de los datos tomados durante el monitoreo de los arrecifes.

Potencial 6: Monitoreo y reforestación de Manglares – Depende de que haya monitoreo o reforestación programada.

- a. Reforestación: Vas a ser parte de nuestro equipo de apoyo en el manejo de vivero del manglar en donde puedes colaborar:
 - Directamente en el vivero en labores de construcción o mantenimiento del vivero
 - En la toma de datos del vivero
 - En reforestación
- b. Monitoreo de la regeneración natural del manglar: Vas a ser parte de nuestro equipo de apoyo en la inspección de las zonas de manglar en donde puedes colaborar:
 - Directamente en la inspección a las zonas de manglar
 - En la toma de datos
- c. Digitación de datos: Vas a ser parte de nuestro equipo de digitación de los datos tomados en el vivero del manglar o en la zona de manglar.

Potencial 7: Monitoreo de Corales – Depende de que haya monitoreo programado entre Diciembre y Abril:

- a. Siembra de coral. Vas a ser parte de nuestro equipo de siembra de coral donde, dependiendo de tus calificaciones, puedes:
 - Participar activamente en la siembra si tienes vigente la licencia internacional de buceo, o
 - Participar como ayudante en las labores de logística del monitoreo (ayuda a los buzos, ayuda con el equipo, etc.)
- b. Digitación de datos: Vas a ser parte de nuestro equipo de digitación de los datos tomados durante la siembra de coral.

Potencial 8: Monitoreo de cetáceos – Depende de que haya monitoreo entre Abril y Agosto

- a. Monitoreos programados: Vas a ser parte de nuestro equipo de monitoreo de cetáceos con salidas programadas cercanas a la comunidad de Paquera (saliendo de Curú o de Cabo Blanco)
- b. Acompañamiento a tours de la zona: Vas a ser parte de nuestro equipo de monitoreo de cetáceos en salidas turísticas con Turismo Curú. Dependiendo de tu capacidad financiera, si tienes la opción de trasladarte, puedes también ser parte del equipo de monitoreo de cetáceos en salidas turísticas desde Tambor o Montezuma.

Potencial 9: Publicidad de las actividades y logros del AMPR – Depende de tus habilidades en manejo de contenido Web.

- a. Divulgación de actividades del AMPR: Dependiendo de tus habilidades en edición de contenido, fotos, vas a ser parte de nuestro equipo de publicación de las actividades realizadas en el AMPR en las distintas páginas y redes sociales.

Potencial 10: Práctica de Inglés – Depende de tus habilidades en el idioma.

- a. Práctica de Inglés con participantes del Proyecto: Vas a compartir tu conocimiento del idioma inglés con los participantes del Proyecto de Voluntariado Rural Comunitario y así ayudarnos a ser más hospitalarios y a comunicarnos mejor con nuestros voluntarios.