



GUÍA DE INTERÉS Y UTILIDAD PARA DENTRO Y FUERA DE LAS ESTANCIAS SOLIDARIAS.

Hart Afrika te ofrece esta guía cultural para que tu experiencia siga siendo enriquecedora.

Lo que se pretende en esta pequeña guía es orientar al viajero/a sobre su participación dentro del entorno de una asociación que reside en un país diferente al que pertenece.

Con esto esperamos que seas consciente de la importancia que tiene tu compromiso con **Hart Afrika** y con el trabajo que desempeñas, y deseamos asimismo hacer más sencilla tu incorporación y mantener viva tu motivación.

Una breve referencia del país:

Marruecos es el "**país de los contrastes**". Desde hace unos años se ha convertido en uno de los países más visitados por los turistas, debido, precisamente, a la insólita variedad de impresiones y experiencias que ofrece al visitante, algo que muy pocos países pueden ofrecer con tan generosa abundancia.

Sus antiguas ciudades, con los maravillosos edificios y monumentos artísticos y sus calles rebosantes de una vida palpitante y multicolor, le ofrecen al visitante una bella visión del mundo magrebí.

El carácter propio de las diferentes regiones naturales marroquíes se hace patente a través de un amplísimo territorio que abarca desde maravillosas costas y playas a orillas del Atlántico o Mediterráneo; clima templado y agradable ; oasis situados en los bordes saharianos , pasando por sus bosques de cedro en el Atlas Medio y las nevadas cumbres de las montañas del Gran Atlas. Debido a esta variedad climática y geográfica, cada una de estas regiones se convierte en un objetivo turístico apropiado para cada estación del año.

Resumen geográfico

Marruecos es el país más occidental del Norte de África, formando, conjuntamente con Argelia y Túnez, el Magreb, el "occidente árabe". Limita al norte con el Mediterráneo, al oeste con el Atlántico, al sur con Mauritania y al este con Argelia. La costa mediterránea tiene una longitud de 450 Km, la Atlántica unos 2500 Km.

La estructura del relieve de Marruecos está construida por varias cadenas montañosas de gran altitud: las montañas del Rif al norte, de hasta 2500 m de altitud, y tres cordilleras casi paralelas al Atlas, formadas por el Atlas Medio, el Gran Atlas y el Anti Atlas, que se prolongan hacia el sur con las montañas del Djebel Bani. La máxima elevación le corresponde a Djbel Tubkal (4165 m), en el Gran Atlas.

El clima

El Gran Atlas y el Atlas Medio constituyen una clara divisoria climática: al oeste reina el clima mediterráneo, con precipitaciones invernales (hasta 900 mm anuales), al este impera el clima desértico (menos de 200 mm). La nieve permanece hasta cinco meses en las montañas del Gran Atlas. Las temperaturas veraniegas en Agadir no suelen superar, debido a la fría corriente canaria, las registradas en Tánger.

Por el contrario, en el interior, como Fez, pueden registrarse heladas en febrero y un tórrido calor en verano. En el desierto, las temperaturas diurnas pueden alcanzar en el verano los 45 grados, pudiendo descender en invierno hasta los cero grados.

El país y su gente

Población, economía y sociedad

Marruecos se enfrenta, como todo país en vías de desarrollo al problema siempre creciendo del **éxodo rural**. La esperanza de encontrar un trabajo y una vida mejor sigue siendo un motivo principal, atraen a la gente del campo que llega a las ciudades que no están equipadas para hacer frente a esta invasión. Esas personas se ven obligadas a vivir en los suburbios en **chabolos**. Casablanca es una de las ciudades mas afectadas por este problema.

Población

Tiene un total de 29,36 millones de habitantes y en proceso de estabilización, cada vez con más personas jóvenes.

Los **bereberes**, los primitivos habitantes de Marruecos, conservan su pureza en las zonas montañosas y el sur del país, en contraste con los árabes, practican la monogamia y sus mujeres no se ocultan con un velo.

Te pueden **invitar a comer a casa**, si esto ocurre, “donde fueres haz lo que vieres”, así que una cosa que tienes que hacer antes de entrar en una casa marroquí es quitarte los zapatos. También llevar un obsequio es una costumbre típica en Marruecos.

En general, la gente en Marruecos es muy **amigable**. Es **hospitalaria**, si tienes una actitud correcta, podrás hacer amigos y pasar una estancia muy agradable.

Ir a Marruecos y conocer gente puede ser muy positivo, sobretodo de cara a realizar más visitas y conocer más profundamente su cultura.

Lengua

El idioma del país es el **árabe** y el **darija**. El idioma comercial y educativo es el **francés**, pero predomina el **castellano** en los antiguos territorios españoles. Dialectos bereberes muy difundidos son el **tamazight, tashlihit y el tarifet**.

Gobierno y administración

El gobierno marroquí es una **monarquía constitucional** cuyo rey, Mohamed VI, posee poderes casi absolutos, y representa también la máxima dignidad religiosa del país “el príncipe de los creyentes”. La bandera nacional marroquí muestra una estrella de cinco puntas sobre un fondo rojo.

El país y su gente

Economía

Marruecos es un país en vías de desarrollo; pero se enfrenta aún a graves problemas económicos y sociales.

El principal factor económico del país corresponde a la **agricultura**, que da ocupación a las dos quintas partes de la población, y también la **pesca**. La **artesanía** sigue desempeñando un papel relevante, si bien muchos artistas no siempre son independientes, sino que producen para unas cooperativas o grandes empresas. Algunos de los artículos considerados como “recuerdos” por los turistas pertenecen, en realidad, a la vida cotidiana.

Cultura

La cultura marroquí es una mezcla de **cultura africana, europea y musulmana**. Es una cultura ancestral, pero influenciada por algunos aspectos de nuestros días. La **mujer** no cuenta con muchas libertades en la cultura musulmana, pero poco a poco, todo esto está cambiando. Es una cultura totalmente distinta a cualquiera que podamos encontrar en Europa. De cualquier forma, **la gente no es cerrada y si eres una persona respetuosa no tardarás en hacer amistades locales**.

Música

En Marruecos se establece una diferencia entre música clásica, popular y bereber. La música clásica recibe también el nombre de música andaluza, por haber surgido en la España musulmana. La música popular es la música del hombre de la calle, son canciones sencillas cantadas en dialectos árabes, en primer lugar esta **EL-GRIHA** (improvisación), una canción cuyo texto reviste mucha más importancia que la melodía. En el Malhoun, el texto adopta la forma de un largo recitado, acompañado con instrumentos de percusión. **La música bereber** es también música popular, rural, y casi exclusivamente para bailar. Son danzas expresivas. Solo acompañadas, generalmente, por el “bendir” una especie de tambor plano compuesto de un marco con una piel de cabra tensada.

Las danzas mas conocidas son las de “**ahidus**”. De los beréberes rífenos del nordeste de Marruecos, y las danzas “**ahwash**”, propias casi exclusivamente del sudoeste..

Comidas y bebidas

La cocina Marroquí suele ser sencilla y fácil de cocinar, sus principales ingredientes más habituales suelen ser: cuscús, verduras, carne, pescado y marisco. **Todos comen de un plato**, en lugar de utilizar los cubiertos, utilizan **pan** y las **manos**. Junto con el tajine, se sirven pequeños platos con ensalada. **Cuando se duda de qué plato comer, siempre el más cercano a ti**.

Una de las bebidas mas consumidas en Marruecos es el **té**, el cual se llega a tomar hasta unas 6 veces al día. Si nos ofrecen una taza de te, **no debemos rechazarla**, ya que sería visto de mal gusto.

La religión: El Islam

El Islam es la religión oficial del estado en Marruecos. La religión islámica sigue influyendo decisivamente en muchos aspectos de la vida y de la sociedad marroquí. Los árabes trajeron esta religión en el séptimo de nuestra era.

El profeta Mohamed

Nacido en el año 570, era hijo de una importante, pero pobre, familia de la Meca. Fue huérfano de padre y de madre y tuvo que ganarse el sustento primero como pastor de ovejas, y más tarde, como conductor de caravanas, sus numerosos viajes le permitieron conocer la religión monoteísta de judíos y cristianos y empezó a dudar del politeísmo y de la adoración de los espíritus practicada por los árabes. Según la leyenda, durante su búsqueda de la fe verdadera recibió del arcángel Gabriel la revelación de Dios. A partir de dicho instante, Mohamed se consideró el profeta de Dios, de Ala.

La doctrina

El núcleo de la doctrina islámica se basa en la frase "Ala es el único Dios y Mohamed es su profeta". Ala, el único. Entrenado todopoderoso y omnisciente, ha creado el mundo y el hombre. Los hombres deben seguir y consagrarse ilimitadamente a Dios (árabe: Islam) sin preguntar por qué y los motivos. El ser humano posee un libre albedrío. Pero Ala ha predeterminado su destino (Kisma), al que no puede eludir.

La base de la moral y los mandamientos islámicos son las cinco columnas:

1. La confesión, de fe "yo doy fe que no existe un Dios más que Dios y que Mohamed su profeta"
2. La oración, cinco veces al día en dirección a la Meca (antes de la salida del sol, al mediodía, por la tarde, al crepúsculo y dos horas después. La oración del viernes debe realizarse, conjuntamente con otros fieles, en la mezquita.
3. Dar limosna a los mendigos y ayudar a los más necesitados.
4. El ayuno durante el mes de Ramadán el cual, desde el alba hasta el ocaso del sol, le prohíbe al musulmán el comer, beber, fumar, oler fragancias y mantener relaciones sexuales.
5. La peregrinación a la Meca (Hajj) que todo musulmán debe realizar al menos una vez en la vida.

El Islam es una religión del libro, una Revelación divina, que lo mismo que la Tora y la Biblia de los judíos y los cristianos, respectivamente ha quedado plasmada por escrito y legada a la posteridad. Las revelaciones de Ala Mohamed fueron recopiladas después de su muerte y reunidas en 114 lecciones, las suras; la colección en su globalidad recibió el nombre del Kuran (Alcorán).

El Islam no es una iglesia es una **comunidad religiosa**. La oración en común es dirigida por miembro de la comunidad con conocimientos suficientes, o también un imán contratado.

Consejos prácticos

A priori, debe tenerse presente que muchas de las costumbres que rigen el trato entre las personas se hallan profundamente enraizados en el Islam, como pueden ser el **saludo religioso entre los hombres** de cara a cara, o los hombres que se cogen las manos al andar porque poseen una relación fraternal, por lo tanto, como personas conscientes de la propia identidad nacional y cultural de cada uno, se debe tomar en **consideración las peculiaridades culturales y sociales de este país islámico**, intentando cuanto este en sus manos adaptarse a las nuevas circunstancias. Es costumbre estrecharse las manos derechas y poner la mano sobre el corazón, independientemente del sexo.

Qué ropa hay que vestir :

Se puede vestir como se quiera en Marruecos, aunque enseñar mucho por lo general está mal visto.

En los **hombres**, está mal visto **quitarse la camiseta** en público, mientras que en las **mujeres**, llevar poca ropa demuestra falta de **decencia**.

Es necesario respetar la cultura y la costumbre con la que convivimos, por ello recomendamos evitar el uso de escotes y pantalones o faldas muy cortas. Especialmente dentro de los hogares.

Compras

Los productos más solicitados son los artículos de piel, entre ellos las babuchas, cinturones, bolsos y portamonedas, chaquetas y otras prendas de vestir; también artículos de plata, cobre y latón, y joyas de diferentes materiales y, naturalmente, las alfombras beréberes de la región del Atlas.

En el bazar es conveniente **regatear** porque forma parte del rito comercial de los marroquíes. Según de que artículo se trate es posible lograr un descuento de 20 o 60 % del precio inicial; así será mejor que preguntes a tu coordinador sobre el precio real de los objetos que quieres comprar.

Hacer fotos:

Si quieres hacer fotos de la gente de Marruecos, es mejor que **pidas permiso** por adelantado por que esa manía fotográfica se enfrenta, frecuentemente, con el enérgico rechazo del nativo, sobretodo, en las **áreas rurales**. El hecho de que un extranjero fotografíe la **mujer** de un marroquí, es interpretado como si se llevase algo de ella, como una especie de robo. Por ello es siempre recomendable pedir permiso a la persona que se desea fotografiar, además, puede incluso pedirle dinero, aunque estés haciendo una foto de un árbol o de otra cosa que haya cerca.

Por otro lado, si conoces la persona, o has hecho amistad, no es un problema. Ellos incluso pueden llevarte a localizaciones espectaculares, y pueden llegar a pedirte una fotografía para ellos mismos. Esto es algo normal y no pedirán dinero por ello.

Consejos prácticos

En la comida:

En Marruecos ellos suelen **comer con las manos**, es normal aquí.

Si comes con las manos, debes hacerlo con **la derecha** ya que la izquierda es la que se usa en el baño.

El agua:

El agua es potable en las ciudades más importantes,

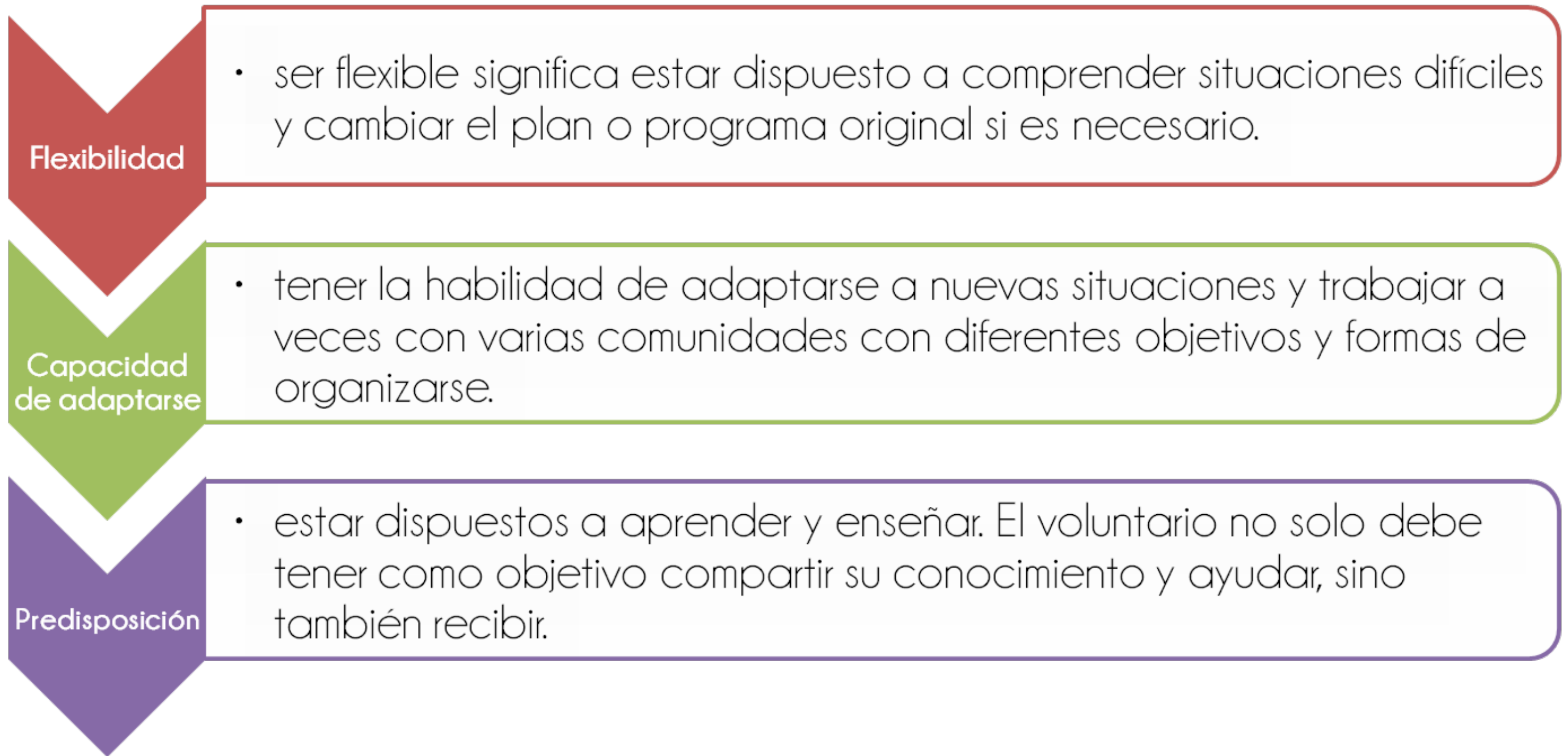
Pero ha sido tan clorada que no resulta aconsejable beber grandes cantidades.

Para evitar posibles trastornos gastrointestinales, es recomendable beber únicamente **agua embotellada**, que puede adquirirse en todos los establecimientos de alimentación.

En las montañas es posible encontrar fuentes protegidas en los bordes de las carreteras. Si el agua es fría, suele ser bastante potable.

Consejos de participación y deberes en la estancia:

Para adaptarse rápidamente a las estancias y a la cultura, la asociación te recomienda tener presente, durante toda tu estancia en los proyectos, estas tres palabras claves:



Las personas participantes s tienen muchas preguntas, quieren aprender cómo, qué, cuándo, quiénes, dónde y porqué. **"Aprender a través de enseñar"** desde una metodología de **aprendizaje-servicio**, que es una de las experiencias más memorables que una/un participante puede tener.

Consejos de participación y deberes en la estancia:

Entre las actitudes deseables que debemos poseer o adquirir destacan las siguientes:

MENTALIDAD ABIERTA: Oír, aceptar, tolerar, respetar...

PONERSE EN LUGAR DEL OTRO-EMPATÍA: Siempre debemos ponernos en la piel del otro, de ese modo seremos capaces de comprender mejor su problemática y ayudarle a superar sus deficiencias.

ESCUCHA ACTIVA: La escucha activa consiste en una forma de comunicación que demuestra al que habla que el que escucha le ha entendido, a través de gestos (mirarlo directamente a los ojos; movimientos de cabeza afirmativos...), contestaciones (repetir parte de lo que el otro diga; frases como “te entiendo”, “te escucho”...).

ASERTIVIDAD: Es otra actitud fundamental en la comunicación. Un voluntario con una actitud asertiva expresa sus opiniones, sentimientos, emociones sin amenazar, ni violar los derechos de los demás. La asertividad implica mostrar respeto por los demás, ser consecuentes con nuestras propias opiniones y respetar los derechos y necesidades de la otra persona. El voluntario debe ser un experto en positivizar.

SER OBSERVADORES Y SENSIBLES: Estos están muy ligados a la empatía puesto que debemos observar con detenimiento a nuestro alrededor para detectar las necesidades del colectivo con el que vamos a colaborar y sensibilizarnos con sus problemáticas para poder realizar nuestra labor correctamente.

BUENA AUTOESTIMA: El voluntario debe ser una persona equilibrada que tenga formada su personalidad, coherente y con sentido común. El equilibrio emocional es fundamental para ejercer la labor de voluntario.

RESPECTO: Debemos mostrarnos respetuosos en todo momento con el ambiente y las personas con las que vayamos a colaborar y no escandalizarnos de nada.

AMABILIDAD: Por supuesto debemos mostrar en todo momento una actitud amable, cariñosa y de ayuda hacia la persona a la que vayamos a ayudar, para que esta tome las riendas de su vida y camine con autonomía. Nunca debemos caer en el paternalismo y agenciarnos de la vida del otro, hay una frase que resume muy claramente este concepto “el paternalismo es un reduccionismo aliñado con una lástima bondadosa y un mucho de superioridad”.

Consejos de participación y deberes en la estancia:

HUMILDAD: Nosotros no somos los protagonistas ni las únicas personas que ejercen su labor solidaria con alguien, el protagonista es la persona o personas con las que vamos a desarrollar nuestra labor voluntaria por lo que debemos mostrar una actitud humilde, no debemos sentirnos dioses por estar haciendo lo que hacemos.

PACIENCIA: Es fundamental tener mucha paciencia con las personas con las que vamos a colaborar y en consecuencia con la consecución de los objetivos que nos hemos propuesto. Las cosas llevan su tiempo y tenemos que ser conscientes, debemos aceptar su ritmo, generalmente lento, discontinuo, regresivo y desesperante.

CREATIVIDAD Y ENTUSIASMO: En nuestra labor no debe faltar la creatividad y el entusiasmo. Debemos ser creativos a la hora de llevar a cabo nuestra labor y hacerlo con mucho entusiasmo.

ACTITUD COOPERATIVA: Esto tiene que ver con el trabajo en equipo, debemos trabajar dentro de una entidad, con más voluntarios y con los beneficiarios a quien va dirigida nuestra acción, con lo cual debemos saber trabajar en equipo, ser buenos compañeros.

COMPROMISO Y RESPONSABILIDAD: Una vez que firmamos el compromiso de incorporación en una entidad debemos, valga la redundancia, comprometernos con la causa. La entidad cuenta con nosotros y la persona o personas con las que vamos a llevar a cabo nuestra acción voluntaria también cuenta con nosotros, por lo que debemos ser responsables, no fallar y acudir con la regularidad y constancia que acordamos con la entidad y el usuario de la misma.

Todas estas actitudes mencionadas son importantes no sólo para el voluntario sino también para la entidad con la que este colabora pues el poseer estas actitudes hará que el voluntario se implique en mayor medida y continúe ejerciendo su labor con entusiasmo.

Consejos de participación y deberes en la estancia:

**Los y las
participantes NO
deben:**

Difundir opiniones que deformen la imagen de la religión islámica o bien el régimen del Estado.

Faltar el respeto a sus compañeras/os, a las familias o locales y/o al equipo de coordinación.

Consumir cualquier tipo de drogas durante su Estancia Solidaria.

Para parejas: evitar muestras de cariño en público

Si tienes cualquier consulta escríbenos a: hartafrika@gmail.com

Estancias Solidarias en Marruecos



www.hart-afrika.org

Síguenos en:

 /HartAfrika

@HartAfrika 