

Infobroschüre

# Longo Mai

**Ausleihen der Broschüre:** Gratis

**Kaufpreis:** 1.000 Colones/ bei Martha erhältlich



¡Bienvenidos a Longo Mai! Wir freuen uns, dass du einige Zeit mit uns verbringen wirst. In dieser Broschüre möchten wir dich über das Dorf, seine Freizeitangebote und Projekte informieren.

Zu Beginn findest du eine Zusammenfassung der Geschichte Longo Mais. Dann folgen praktische Informationen für den Aufenthalt in Longo Mai und im dritten Teil eine Beschreibung des Freizeitangebotes. Für längere Aufenthalte findest du am Ende einige Informationen zum Projekttourismus in Longo Mai.

Wir hoffen, dass dir die vorliegende Publikation ein nützlicher Wegbegleiter ist und freuen uns auf alle Anregungen und Verbesserungsvorschläge!

**Informationsstand: Dez 2015**

## Geschichte von Longo Mai

Die Longo-Mai-Bewegung hat ihre Ursprünge in Österreich, Deutschland, der Schweiz und Frankreich. Von jungen Leuten der 68er-Generation wurde im Jahr 1973 in Frankreich die erste Niederlassung gegründet („*Longo mai*“ heißt im Provenzalischen so viel wie „es möge lange währen“). Im Vordergrund stand das gemeinschaftliche Zusammenleben auf Basis von Selbstverwaltung und landwirtschaftlicher Selbstversorgung. Zusätzlich wurden verschiedenste soziale Projekte durchgeführt.

Als im Jahr 1979 zahlreiche Nicaraguaner vor dem Terrorregime Anastasio Somozas fliehen mussten, entschloss sich die Kooperative zum Kauf von Land in Costa Rica. Die Idee war, den Flüchtlingen das Land zur Verfügung zu stellen und ihnen dadurch ein selbständiges Leben zu ermöglichen. Nach dem Sieg der Sandinisten in Nicaragua kehrten die meisten der Nicaraguaner zurück in ihr Heimatland. Flüchtlingsfamilien aus El Salvador ersetzten die Nicaraguaner, außerdem siedelten sich landlose costaricanische Bauernfamilien an, indigene und nicht indigene. Heute ist die Dorfbevölkerung mehrheitlich salvadorianischen Ursprungs.

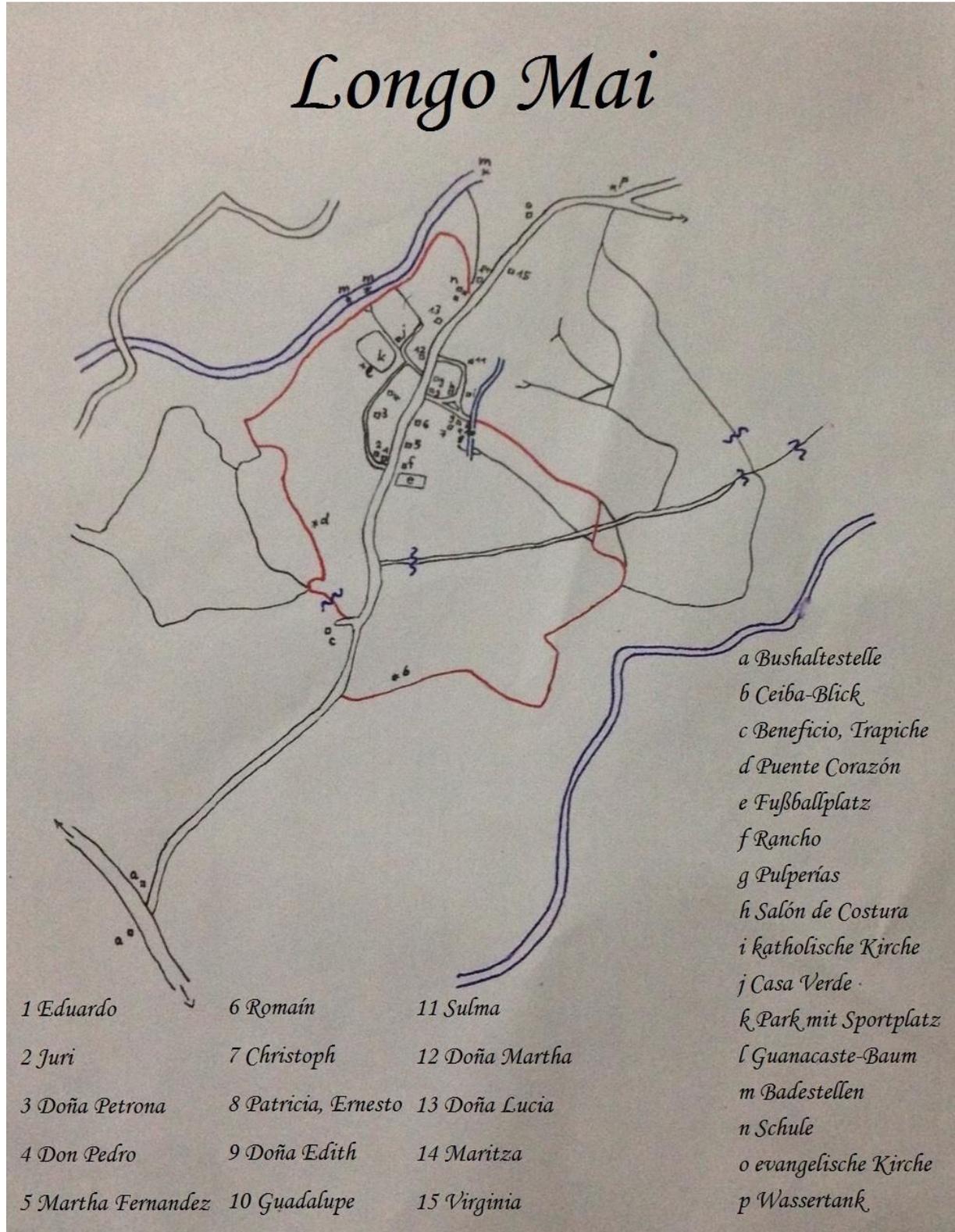
Roland Spendlingwimmer, Gründungsmitglied von Longo Mai, betreute das Projekt vom ersten Tag an. Während es in den 80ern darum ging, Flüchtlingen aus dem zentralamerikanischen Raum eine Zufluchtsstätte zu bieten, entwickelt sich die Gemeinschaft heute mehr und mehr zu einem Ökozentrum. Inmitten der Ananas-Plantagen von Del Monte gelegen, nimmt das Dorf Longo Mai (*Longo Mai* wird synonym mit *Finca Sonador* gebraucht) die Position einer „grünen Lunge“ ein.

Während die Ananas-Pflanzungen des Konzerns eine soziale und ökologische Katastrophe darstellen, wird die Landwirtschaft in Longo Mai mit Umweltschutz und Ökotourismus verknüpft. Für die Selbstversorgung des Dorfes werden Mais, Bohnen, Reis, Yucca, Bananen, Platanos, Fleisch, Milch, Eier, Früchte etc. produziert, für den Markt vor allem Kaffee und Zuckerrohr. Das Gebiet von Longo Mai umfasst heute 950 ha, davon ist etwa die Hälfte geschützter Regenwald. Für die rund 700 Einwohner gibt es zwei *pulperías* (Gemischtwarenläden), eine Schule, einen Kindergarten und zwei Kirchen. Außerdem befindet sich in Longo Mai der Sitz einer regionalen Umweltorganisation (UNAPROA). Die Infrastruktur und die verschiedenen Aktivitäten werden von zahlreichen Komitees gemanagt.

Im Jahr 2004 wurde das Konzept des sozialverträglichen Tourismus auf Basis von interkulturellem Austausch mit dem To-Do-Award des deutschen „Studienkreises für Tourismus und Entwicklung“ ausgezeichnet.

Karte von Longo Mai (Skizze) – Stand 2015

# Longo Mai



## Praktische Informationen

### # Gastfamilie

Die Abhängigkeit von den Weltmarktpreisen für Kaffee bzw. Zuckerrohr ist sehr groß – umso wichtiger ist für die Bewohner Longo Mai das Einkommen, das durch den Tourismus generiert wird. Zahlreiche Familien in Longo Mai bieten Gästezimmer oder *cabinas* (Gästezimmer mit eigenem Zugang) mit Vollpension an.

Die Zuteilung zu den Familien erfolgt durch das Tourismuskomitee, repräsentiert durch Doña Edith bei der man auch die aktuellen Preise erfragt. Neuankömmlinge wenden sich zunächst an sie. Sollte es mit der zugeteilten Gastfamilie ein Problem geben, ist es für uns wichtig, davon zu erfahren. Denkbar sind ein klärendes Gespräch mit der Familie oder mit Doña Edith, auch ein Familienwechsel ist jederzeit problemlos möglich. Die Zimmer oder *cabinas* sind in der Regel sehr einfach, Sauberkeit kann aber in jedem Fall vorausgesetzt werden.

Die meisten Familien sind gerne bereit, für ihre Gäste zu waschen. Informationen zu Land und Leuten sowie der neueste Dorftratsch sind gratis. ;-)

### # Am Alltag aktiv teilnehmen – interkultureller Austausch

- Familien bei der Gartenarbeit helfen und an traditionellem Wissen teilhaben (Medizinalpflanzen: Maritza, Don Pedro, Doña Edith...)
- Mitarbeit auf dem Feld (Kaffee- und Zuckerrohrernte, Mais, Bohnen usw.)

Ansprechpartner: Familien

### # Kommunizieren

Innerhalb Costa Ricas kann man zu relativ günstigen Preisen telefonieren. Für Gespräche ins Ausland empfiehlt sich das Internettelefon im Internetcafé "El Balcón" in San Isidro bzw. Skype (Internet kostet 1 Stunde 600 Colones /mit mitgebrachtem Gerät über Wifi 350 Colones), da Handytelefonate sehr teuer sind. Die günstigste und unkomplizierteste Methode, mit Familie und Freunden Kontakt zu halten, ist jedoch über Internetmessenger (Whatsapp etc.). Hierfür kauft man sich eine billige Sim-Karte eines costaricanischen Anbieters (Mit „kölbi“ hat man in Longo Mai den besten Empfang) und lässt das Handy ggf. bei einem der zahlreichen Handyläden in San Isidro konfigurieren. Das Internet kostet ohne zubuchbare Dienste etwa 100 Colones pro 10 MB (Achtung! Der Internet-Empfang ist oftmals schwach, je nach Tageszeit und Standort im Dorf. Großer Datenverkehr, wie etwa Videos laden, ist deshalb oft mühsam).

### # Post

Unter dieser Adresse kann man Post in Longo Mai empfangen:

Longo Mai  
Apdo. 292-8000  
San Isidro de El General  
11901 - Costa Rica

Das Postfach gehört Roland und wird von ihm unregelmäßig gelehrt und die Briefe bei Edith abgegeben. Für Päckchen bekommt man einen Abholschein und muss sie selbstständig in der Post in San Isidro abholen (Mo-Fr: 8.00-17.00, Sa: 8.00-12.00).

## # Einkaufen

Einige Lebensmittel und andere Produkte sind in den *pulperías* (kleine Dorfläden) erhältlich. Für mehr Auswahl empfiehlt sich ein Einkauf in San Isidro. Viele Bewohner Longo Mai verkaufen auch ihre eigenen Produkte im Dorf (zB. Don Pedro verkauft täglich Milch, Käse und Fisch alles aus eigener Zucht, Aino verkauft in Longo Mai hergestellten Kaffee), zudem findet im Abstand von 2 Wochen samstags eine „Feria“ (Bauernmarkt) in Longo Mai statt.

Die Besucher werden gebeten, exzessiven Konsum von Alkohol etc. nicht in der Öffentlichkeit auszuleben. Des Weiteren soll Kindern und Jugendlichen nicht der Zugang zu Drogen (inkl. Alkohol und Zigaretten) erleichtert werden. Die Gesetze gegen Drogenmissbrauch sind streng in Costa Rica.

Das **Trinkwasser** in Longo Mai kommt von Januar bis April aus dem sauberen Bergbach Rio Convento und von Mai bis Dezember aus einer Quelle. Dem Wasser wird etwas Chlor beigesetzt, wie fast überall in Costa Rica, somit ist es zu jeder Zeit trinkbar.

## # Zu beachten

Wertgegenstände: Beim Verlassen der Finca ist es ratsam, Wertgegenstände und Geld auf dem Körper unter der Kleidung zu tragen. Anstelle des Reisepasses genügt es, eine Kopie der ersten Seite sowie der Seite mit der Aufenthaltsgenehmigung bzw. dem Einreisestempel mit sich zu führen. Auch im Dorf empfiehlt es sich, beim Verlassen des Zimmers Türe und Fenster abzuschließen und Wertgegenstände im Auge zu behalten; z.B. am Fluss Wertgegenstände nie unbeaufsichtigt liegen lassen!

- Wasser – Regen in den Bergen kann rasches Anschwellen der Flüsse bewirken (evtl. Rückweg versperrt)
- Blitze – Nähe von allein stehenden Bäumen etc. meiden (Unwetter treten auch sehr plötzlich auf)
- Giftschlangen – **Gummistiefel** (vor allem in der Regenzeit sehr ratsam) tragen, insbesondere im Wald – bis jetzt kein Unfall mit Besuchern
- Sonnenschutz, viel trinken
- Erdbeben – meist handelt es sich um leichte Beben – bei starkem Beben unter einem Tisch oder Türrahmen Schutz suchen, nicht ins Freie laufen (fallende Gegenstände) – Beben dauern in der Regel nur wenige Sekunden, Körperverletzungen durch Erdbeben sind aufgrund der leichten Bauweise der Häuser sehr unwahrscheinlich (Erdbeben treten aber selten auf)
- Hunde (abends), Pferde (können ausschlagen, Gefahren für unerfahrene Reiter)
- Insektenstiche – nicht kratzen (Infektionen)

Du bist u.U. der einzige Besucher deines Landes, den die Bevölkerung von Longo Mai jemals zu Gesicht bekommt – mit deinem Verhalten repräsentierst du alle Bürger deines Landes – repräsentiere sie gut!

## # Gesundheit

In Longo Mai gibt es zahlreiche Medizinalpflanzen und viele Leute mit umfangreichen Kenntnissen in Bezug auf natürliches Heilen. Mögliche Ansprechpartner sind Doña Edith, Don Pedro, Don Carlos Mora, Maritza und Yendri.

Bei ernsteren gesundheitlichen Problemen ist es ratsam, in einer Apotheke (In den meisten Apotheken arbeitet auch ein Arzt) in San Isidro einen Doktor aufzusuchen – Diagnosen sind gratis,

allerdings wird der Doktor versuchen, dir Medikamente zu verkaufen. In San Isidro finden sich zahlreiche gute Ärzte, für Notfälle steht die Notfallstelle des Spitals in San Isidro zur Verfügung. Für weiterführende Infos wende dich an Doña Edith, Don Pedro, Ernesto, Cristóbal oder Roland.

## # Recycling

Vor der katholischen Kirche finden sich Behälter für Glas, Metall (Konserven, Dosen), PET-Flaschen und gebrauchte Batterien – diese bitte benutzen! Bitte niemals Toilettenpapier oder andere Artikel in die Toiletten werfen – die Rohrsysteme sind nicht darauf ausgelegt und können verstopfen. Infos bezüglich Müll und Recycling gibt es bei Ernesto und Maritza.

## # Öffentlicher Verkehr

Von San José nach Longo Mai fährt man umsteigefrei mit den Bussen der Firma *Tracopa*. Alternativ kann man einen *Musoc*-Bus bis San Isidro und danach einen *Gafeso*-Bus Richtung Buenos Aires nehmen.

Ist man im Bus, bleiben auf Anfrage beim Chauffeur bzw. nach rechtzeitigem Ziehen an der Schnur alle Busse in Longo Mai stehen. Wartet man an der Haltestelle von Longo Mai, ist der Einstieg in der Regel jedoch nur in Indirecto-Busse möglich (rechtzeitig das Einsteigen signalisieren). Diese werden von der Gesellschaft *Gafeso* zwischen Buenos Aires und San Isidro (ugs. „Pérez“) geführt. Auch in die meisten *Tracopa*-Busse ist der Einstieg möglich.

Abfahrtszeiten der *Gafeso*-Busse in Buenos Aires (Stand 2015):

5:15 AM (indirecto)	9:00 AM (indirecto)	2:00 PM (directo)
6:00 AM (directo)	10:00 AM (directo)	3:00 PM (indirecto)
6:30 AM (indirecto)	11:00 AM (indirecto)	4:00 PM (indirecto)
7:30 AM (directo, fährt Mo-Sa)	12:15 PM (directo, fährt Mo-Sa)	5:00 PM (directo)
8:00 AM (indirecto)	1:15 PM (indirecto)	6:00 PM (indirecto, fährt Mo-Fr)

Abfahrtszeiten der *Gafeso*-Busse in San Isidro (Stand 2015):

5:15 AM (directo, fährt Mo-Sa)	12:15 PM (directo, fährt Mo-Sa)	5:00 PM (directo)
6:00 AM (indirecto)	1:00 PM (indirecto)	6:30 PM (indirecto)
7:20 AM (directo)	2:00 PM (indirecto, fährt Mo-Sa)	7:45 PM (indirecto)
8:30 AM (indirecto)	3:00 PM (directo)	10:00 PM (indirecto, fährt Mo-Fr)
10:00 AM (directo)	4:00 PM (indirecto)	

Ungefähre Abfahrtszeiten der *Tracopa*-Busse in San Isidro (\* = ab San I.=pünktlich):

nach Paso Canoas: 8 AM / 4 PM / 7:30 PM / 9 PM

nach Golfito: 10 AM / 6 PM

nach David: 10:30 AM (directo)

nach Ciudad Cortes: 11:30 AM / 5:30 PM

nach Coto 47: 1:30 PM

nach Laurel: 2 PM (directo)

nach San Vito: 5:30 AM\* / 9 AM / 11 AM / 2 PM\* / 2:30 PM / 7 PM

nach Ciudad Neily: 4:45 AM\* / 6:30 AM\* / 12:30 PM\* / 3 PM\*

nach San Jose: 7:00 AM / 8:30 AM / 9:00 AM / 10:30 AM / 1:00 PM / 4:00 PM / 5:45 PM / 8:30 PM

Abfahrtszeiten der *Blanco*-Busse in San Isidro (\*\* = aus bzw. nach San José):

nach Quepos (*nicht* über Longo Mai): 7 AM / 11:30 AM / 3:30 PM

nach Uvita (*nicht* über Longo Mai): 9 AM / 4 PM

nach El Roble (*nicht* über Longo Mai): 12:15 PM / 5 PM

nach Puerto Jiménez (über Longo Mai): 6:30 AM / 11 AM\*\* / 3 PM\*\*

Die Directo-Busse sind aufgrund der beschränkten Einstiegsmöglichkeit schneller unterwegs als die Indirecto-Busse. In einem Directo bezahlt man, unabhängig von der Ausstiegsstelle, stets den Fahrpreis bis zur Endstation (Für einen Europäer erscheinen die Bustarife in jedem Fall sehr günstig, die Strecke Longo Mai- San Isidro wird mit 600-1200 Colones berechnet). Die *Gafeso*-Busse aus Richtung Buenos Aires brauchen je nach Auslastung ca. 30-55 Minuten nach Longo Mai, beispielsweise ist der 8:00-Indirecto nach San Isidro häufig zwischen 8:40 und 8:45 Uhr in Longo Mai.

Ab San Isidro brauchen die Directos ca. 30-50 Minuten nach Longo Mai, die Indirectos tagsüber rund eine Stunde. *Tracopa*-Busse (tariflich mit den Directos von *Gafeso* vergleichbar) benötigen ca. 40-50 Minuten. Das *Tracopa*-Terminal befindet sich in San Isidro nur rund zwei Fußminuten vom *Gafeso*-Terminal entfernt, wenn es zu einer bestimmten Zeit keine *Gafeso*-Busse gibt, empfiehlt es sich, bei *Tracopa* vorbeizuschauen. Es empfiehlt sich die Tickets bei *Gafeso* 1-2 Stunden vor Abfahrt des Busses gekauft werden, ansonsten kann es sein, dass auch die Stehplätze ausverkauft sind und man nicht mehr mitgenommen wird.

Von der Bushaltestelle Longo Mai ist ein **Shuttleservice** ins Dorf möglich, die Anwohner rund um die Haltestelle sowie Ediths Familie (Tel. 8330 6118) heben dafür eine Gebühr von ca.3.000 CRC ein. Bei frühzeitiger Anmeldung ist auch eine Abholung mit Pferden möglich.

Eine Alternative zum öffentlichen Verkehr bieten auch Jovino, Mingo, Enrique und Nando an. Mit ihnen könne Ausflüge in die nähere Umgebung geplant werden.

## # Ansprechpersonen

Scheut nicht einfach nach den Personen bei den Gastfamilien oder einfach auf der Straße zu fragen. Die Leute im Dorf kennen einander und geben gerne Auskunft.

- Doña Edith (spanisch): Fragen betreffend das *wer? wie? was? wo?* in Longo Mai, ist für die Zuweisung einer Gastfamilie zuständig – Tel. 8330 6118
- Cristóbal (deutsch, spanisch, englisch, französisch) – umfangreiche Bibliothek u.a. bzgl. Longo Mai (möglichst vor 10 AM oder nach 4 PM kommen), dient als Ansprechpartner für alle Projekte in Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft – [zsuzsacr@yahoo.co.in](mailto:zsuzsacr@yahoo.co.in)
- Roland (deutsch, spanisch, englisch, französisch) – Koordinator von Longo Mai –lebt in San Isidro, kommt meist am Samstag, Tel. +506 86573552, [rolspending@gmx.net](mailto:rolspending@gmx.net)
- Zivildienstleistender – vom Österreichischen Auslandsdienst wird mit gelegentlichen Unterbrechungen jedes Jahr ein Zivilersatzdiener nach Longo Mai entsandt, dieser ist gerne bereit, durch das Dorf zu führen bzw. Auskünfte zu geben (ragt am Besten nach dem „Civi“) Zivi 2009/10 und Ersteller dieser Broschüre ist Anton, zu erreichen unter [anton\\_maurer@gmx.at](mailto:anton_maurer@gmx.at)
- Volontäre – viele Volontäre arbeiten monatelang mit und sind entsprechend gut informiert bzw. haben Ideen, wie man sich produktiv in die Gemeinschaft einbringen könnte
- Für Übersetzungen: Sozialdiener, Volontäre, Yolanda, Olga, Ernesto, Aino, Cristóbal, sowie einige der Besucher
- Für Transporte in die Umgebung: Jovino, Mingo, Enrique oder Nando

Wir sind bemüht, die Voraussetzungen zu schaffen, dass du hier einen angenehmen Aufenthalt hast. Bitte teile uns Verbesserungsvorschläge mit, vergiss nicht, dass alle im Zusammenhang mit Koordination, Information, Kommunikation usw. entstehenden Arbeiten von Freiwilligen ausgeführt werden – der Projekttourismus in Longo Mai ist ein einzigartiges Experiment, zu dem alle Besucher beitragen können.

## Freizeitangebot

Den Besuchern von Longo Mai wird die einzigartige Möglichkeit geboten, langfristige Projekte selbst durchzuführen. Zusätzlich gibt es zahlreiche Aktivitäten, die für jedermann jederzeit möglich sind.

Nicht nur du, auch die Bevölkerung Longo Mais profitiert von dem interkulturellen Austausch. Den meisten Menschen hier ist es nicht möglich, zu reisen (niedrige Einkommen). Das Fernsehen lässt falsche Eindrücke entstehen, die Touristen vermitteln daher oft die einzigen realen Bilder ihrer jeweiligen Länder. Longo Mai unterstützt immer wieder Jugendliche aus dem Dorf, die die Welt erkunden wollen – die also denselben Traum haben, der dich nach Longo Mai geführt hat.



**Der Río Sonador bei Pasiflora**

## # Aktivitäten

In der Regenzeit sollten Ausflüge frühmorgens unternommen werden, da es ab Mittag meist zu Regenschauern und Gewittern kommt (Kleine Rinnsale und Bäche können sich bei Schlechtwetterlage in kürzester Zeit in gefährliche Fluten verwandeln). In jedem Fall sind gute Schuhe und ausreichender Sonnenschutz anzuraten.

- Wandern auf Waldwegen
- Ausritt mit Pferden, beispielsweise zum 2h entfernten, spektakulären Wasserfall „Perica“ – Baden ist im unteren Becken des Wasserfalls mit Vorsicht möglich, im oberen Becken lebensgefährlich – Ansprechpartner für eine Führung (zu Pferd oder zu Fuß) sind Peligro, Daniel, sowie zahlreiche weitere Dorfbewohner
- Pferdeverleih; Ansprechpartner sind Edith, Daniel und andere Familien, die Pferde besitzen – wer nicht gut reitet, sollte ein *caballo manzo* (zahmes Pferd) verlangen –

die Wege sind voller Wurzeln und Steine, Stürze sind sehr gefährlich!

- Tanzen: Typische Tänze sind Cumbia, Salsa, Bachata und Merengue – Kurse bei Daniel, Rolando, Juan Perez
- Im Dorffluss schwimmen
- Fußball spielen

## # Führungen

- Petroglyphenbesichtigungen, Ceiba: Hernán, Tito, Reina, Sara, Peligro u.a.m. (Info: Susana)
- Landwirtschaft: Doña Edith, Daniel, Tito, Yolanda, Nando
- Flora & Fauna im Regenwald: Luis, Maritza, Enoch
- Führung zum Wasserfall: Peligro, Daniel
- Finca Pasiflora: Persönliche Führung nach Absprache mit Doña Edith – auf der drei Kilometer oberhalb von Longo Mai gelegenen Finca Pasiflora können selbstgemachtes Brot, Marmelade und Trockenfrüchte gekauft werden

Der Preis sollte vor Beginn der Führung ausgemacht werden! Meist beläuft sich der Preis einer Tour auf ungefähr 15 000 Colones.

## # Kursangebot

- Spanischunterricht bei Consuelo, Olga, Johanna, Giselle oder Yolanda (sprechen alle Englisch und teilweise auch etwas Deutsch)
- eine weitere Möglichkeit, Spanisch zu lernen, ist es, Schülern oder Studenten im Austausch mit Spanisch Deutsch oder Englisch beizubringen
- Bribri-Stunden bei Baudilia oder anderen Bribri-Sprechern
- Tanzstunden zu typischen Tänzen wie Salsa, Merengue, Cumbia oder Bachata bei Daniel, Sara, Rodolfo

## # Handwerk

- Einkauf von Kunsthandwerk (Armbänder (pulseras), Ohrringe, Gürtel, Kerzen, Vasen usw.) bei Maritza
- Möglichkeit, bei Maritza selbst Schmuck zu machen
- Schusterarbeiten bei Romain; flickt auch Taschen oder Rucksäcke
- Möglichkeit, sich von Don Lito, Doña Dalay oder Doña Otilia Kleidung schneiden bzw. nachschneiden zu lassen; Stoffe, Knöpfe und Zipper sind in San Isidro erhältlich



Von Maritza gefertigte Armbänder

## # Kulinarisches

- Herstellung von Schokolade aus den Kakaobohnen des Dorfes und *dulce* bei Maritza, Edith und Sulma
- Traditionelle salvadorianische Küche (*pupusas, tortillas...*) bei Doña Edith, Ines und Sulma
- Herstellung von Kaffee bei Sulma und Doña Edith
- Brot backen bei Elena
- Zeitweiser Verkauf von Kaffee aus Longo Mai bei Zulma und Doña Martha, ebenso bei Edith und Aino
- Verkauf von hausgemachten Milchprodukten (Käse, Sauerrahm, Frischmilch usw.) bei Doña Elena
- Verkauf von selbstgemachtem Fruchteis: Martha
- Obst/Gemüse: Im Dorf fragen, wer gerade was verkauft – mittwochs und samstags kommt um die Mittagszeit ein Obst- und Gemüsehändler
- Mit den Familien kochen, in die Kirche gehen usw. – werde ein Teil deiner Gastfamilie!

## # Ausflüge in die nähere Umgebung

- Besuch der Teribe-Indianer in Terraba, der Boruca-Indianer oder der Bribri in Salitre  
*Ansprechpartner Cristóbal, Roland*
- *Bailes* (Tänze) in Convento, Sonador und anderen Dörfern
- Ausflüge an die Pazifikküste (Uvita, Dominical)
- San Gerónimo (Wasserfälle), Tropenstation La Gamba (Regenwald der Österreicher)
- Cerro Cabécar
- Cerro Chirripó

## # Weitere Aktivitäten

- Lesen

- Costaricanische Zeitungen sind u.a. *La Nación*, *La Prensa*, die *Tico Times* und die von uns empfohlene *Semanario Universidad*.
- Cristobal, Ernesto und Yuri verborgen Bücher zu Themen wie Longo Mai, Indigene, Regenwald, Nord-Süd-Beziehungen, Geschichte Zentralamerikas, Landwirtschaft
- einige Dorfbewohner machen Musik und sind manchmal bereit, kleine Konzerte zu geben (Medardo, Mingo), Anfragen am besten über Edith
- die Sängerin Guadalupe gibt auf Anfrage ebenfalls gerne kleine Konzerte und berichtet über die Kultur Guanacastes
- Don Pedro ist auf Anfrage manchmal bereit, aus der tragischen Geschichte von El Salvador zu erzählen – ein Zivi kann angefragt werden zum Übersetzen

Beratung für weitere Aktivitäten bei Cristóbal oder Roland



Die Sängerin Guadalupe bei einem Kulturfestival im Rancho

## Projekttourismus

### # Philosophie des Projekttourismus in Longo Mai

Der Projekttourismus in Longo Mai zeichnet sich dadurch aus, dass der Fantasie keine Grenzen gesetzt sind. Du bestimmst, ob und wie du dich positiv in die Gemeinschaft einbringen willst. Projekte zielen darauf ab, in verschiedensten Bereichen zur langfristigen Verbesserung der Lebensqualität der Bewohner Longo Mais beizutragen – sei es durch eine intaktere Umwelt, eine bessere akademische Qualifikation oder ein breiteres kulturelles Angebot.

Anfänglich ist es für viele Projekttouristen ungewohnt, sich in einer Organisationsstruktur zu Recht zu finden, die sich v.a. durch die erforderliche Selbständigkeit, das Fehlen von Anweisungen von oben und die nicht existente Kontrolle der geleisteten Arbeit von der westlichen Arbeitsauffassung unterscheidet. Das Gelingen eines Projektes ist von vielen Faktoren abhängig, u.a. von der Länge deines Aufenthalts, von deinen Spanischkenntnissen, vom Status des Projektes (sofern schon

begonnen), von deiner Fähigkeit, mit den Leuten hier zu koordinieren, und von der Fähigkeit, die Dorfbevölkerung in das Projekt einzubinden.

Du bringst dich freiwillig ins Dorfgeschehen ein, ebenso wie die Volontäre und Dorfbewohner, die Organisation und Information im touristischen Bereich übernehmen. Hilfe wird unentgeltlich und freiwillig geleistet – solltest du auf Mängel stoßen, bitten wir daher um Verständnis und um Mithilfe bei deren Behebung! Vergiss nicht, dass es sich um einen Kulturaustausch handelt. Je mehr du dich in das Leben in Longo Mai integrierst, desto mehr Möglichkeiten stehen dir offen. Du bestimmst, wie viele Erfahrungen und Einsichten du mit nachhause nimmst.

Anhand einiger nicht ganz fiktiver Beispiele (die aber bunt zusammengewürfelt sind) soll gezeigt werden, wie der Alltag eines Projekttouristen/Volontärs in Longo Mai nach einer Eingewöhnungsphase aussehen kann:

Gast A hat – durch Aushänge in den *pulperías* – eine Kindergruppe ins Leben gerufen, der er dreimal wöchentlich kreativen Englischunterricht erteilt. Einmal die Woche unterrichtet er auch im Gefängnis. Er hat festgestellt, dass es in Longo Mai kein Internet gibt, und beschließt gemeinsam mit dem Tourismuskomitee, an dessen Sitzungen er teilnimmt, im Dorf eine provisorische Internetstation einzurichten. Dort möchte er Computer- und Internetkurse durchführen.

Tourist A hilft ab und zu in der Landwirtschaft, organisiert gemeinsam mit einem Sozialdiener das jährliche Kulturfestival, und verbringt die Wochenenden damit, die nähere und weitere Umgebung kennenzulernen.

Volontärin B interessiert sich sehr für die costaricanische Pflanzenwelt (Es gibt in diesem Land mehr Arten von Pflanzen als in ganz Europa!) und hat in Absprache mit ihrer Gastfamilie ihren eigenen Pflanzengarten angelegt. Sie arbeitet laufend an verschiedenen Ausgaben der Dorfzeitung und des Dorfnewsletters, was es ihr ermöglicht, mit zahlreichen Mitgliedern der Dorfgemeinschaft Kontakt aufzunehmen. Des Weiteren ist sie an der Konstruktion einer neuen *cabina* beteiligt und unterstützt die Frauengruppe bei allen laufenden Projekten. Ein von ihr initiiertes Projekt ist die Aufarbeitung der Geschichte der Indigenen Longo Mais.

Gast C liest viel und gerne, und nützt die Zeit, um Cristóbal's Bibliothek kennenzulernen (Erste Anlaufstelle für Weltverbesserer!). Er lässt sich von seiner Gastfamilie in die Geheimnisse der traditionellen Küche einweihen, gibt zwei Schülern Flötenunterricht und hat die Aktualisierung der Webseite von Longo Mai übernommen.

Besucherin D recherchiert die Verbrechen, die auf den umliegenden Ananasplantagen an Mensch und Umwelt verübt werden und schreibt für heimische Publikationen informative Artikel darüber (Kauft bio!). Außerdem aktualisiert sie diese Broschüre.

Die Organisationsarbeit in Longo Mai wird von ehrenamtlich arbeitenden Mitgliedern in verschiedenen „Komitees“ und Vereinen abgewickelt. Für das Tourismuskomitee ist es interessant zu wissen, wie Langzeiturlauber das Dorf beurteilen, die Mitarbeit in diversen anderen Komitees ist je nach Interesse möglich. Zeit und Ort der nächsten Sitzung erfährt man bei den jeweils angeführten Ansprechpersonen. Sollten die Mitglieder des betreffenden Komitees zwischenzeitlich neu gewählt worden sein, können die aktuellen Ansprechpersonen der einzelnen Komitees u.a. bei Edith, Cristóbal und Maritza in Erfahrung gebracht werden.

Im Anhang findest du eine Liste möglicher Projekte und der Komitees und Vereine, in denen mitgearbeitet werden kann.

## # Die Zeit danach

Auch nach Beendigung deines Aufenthalts in Longo Mai kannst du helfen, beispielsweise, indem du Spendengelder in Europa sammelst (z.B. für das Stipendienprogramm, Infos auf <http://www.sonador.info/html/de/finca/unterstuetzung/becas.html>).

Eine weitere Möglichkeit, in Europa für Longo Mai tätig zu sein, ist, von Dorfbewohnern erzeugte Waren (Kunsthandwerk...) in deinem Heimatland zu verkaufen. Du kannst deine Eindrücke schriftlich festhalten und eine Kopie an Cristóbal ([zsuzsacr@yahoo.co.in](mailto:zsuzsacr@yahoo.co.in)) schicken. Das hilft uns, unser Konzept des Projekttourismus zu verbessern. Wenn es dir hier gefallen hat, freuen wir uns sehr, wenn du Longo Mai weiterempfehlst.

Mindestens so wichtig: Du kannst ein Botschafter für die Menschen des Südens, für ihre Anliegen und Probleme werden – sprich mit Freunden und Bekannten über die Einmischung des Nordens („Freihandelsverträge“ etc.), die Ananasplantagen, auf denen Mensch und Umwelt ausgebeutet werden usw.

Die hier gemachten Erfahrungen kann dir keiner nehmen, für dein weiteres Leben werden sie dir von Nutzen sein!

## Spendenkonti

Schülerpatenschaften: Mit 6000 Colones im Monat wird einem Schulkind mit Materialien und der Schuluniform geholfen.

Studienpatenschaften: 10 000 Colones im Monat

Dieser kleine Beitrag finanziert nicht direkt die Ausbildung, sondern wird vor allem für Materialien ausgegeben. Der Betrag geht direkt an die Kinder und Jugendlichen, bzw. Studenten. Man kann diese Spende auch als moralische Unterstützung sehen- Bildung steht nach wie vor nicht an erster Stelle im Leben vieler Familien.

Roland Spendlingwimmer

Kto.-Nr. 2423788

BLZ 34110 (Österr. Raiffeisenbank)

BIC: AT 34110 RZOOAT2L 110 00002423788

IBAN: AT 843411000002423788

Zweck: Bildungsfonds

oder:

Roland Spendlingwimmer

Cuenta Corriente Nr. 2629-2

Banco Nacional de Costa Rica

Sucursal San Isidro de El General.

Zweck: Bildungsfonds

Nähere Infos auf <http://www.sonador.info/patenschaften.html>

**Für Überweisungen auf das Konto des Tourismuskomitees:**

Maria Fernandez Zuniga

Kto.-Nr. 001-647142-0

SWIFT: BNCRCRSJ

Banco de Costa Rica

Für eine Mitgliedschaft im Unterstützungsverein Sonador (Der Verein fördert soziale, ökologische und kulturelle Projekte in Costa Rica – Beitrittsgebühr 20 €, jährlicher Mitgliedsbeitrag 35 €, Studenten und Zivildienstler zahlen die Hälfte):

SONADOR Unterstützungsverein Costa Rica

Kto.-Nr. 16300000913

BLZ 20320

Sparkasse Oberösterreich

BIC: ASPKAT2L

IBAN: AT 56 203 2016300000913

Nähere Infos auf [http://www.sonador.info/verein\\_sonador.html](http://www.sonador.info/verein_sonador.html)

→ Bitte bei jeder Überweisung den Zweck der Spende angeben!

## Anhang

### # Komitees, Vereine

#### # Comité de Turismo (Tourismuskomitee)

Das Tourismuskomitee trifft sich regelmäßig. Es teilt die ankommenden Besucher auf die interessierten Familien auf und hebt eine Tourismussteuer ein, die für Projekte im Dorf oder soziale Notfälle verwendet wird. Etwa 20 – 30 % der Einnahmen im Dorf werden durch Touristen lukriert, in Zeiten von niedrigen Weltmarktpreisen für Kaffee ist diese Einnahmequelle besonders wichtig.

#### Konkrete Aufgaben des Tourismuskomitees:

- \* Erarbeitung von Mindestanforderungen an die Qualität der Unterkünfte
  - \* Verbesserung anderer Dienstleistungen für die Gäste
  - \* Bessere Ausbildung von Führern für die ökologischen, archäologischen und landwirtschaftlichen Sehenswürdigkeiten
  - \* Verbesserung der Information der Besucher
  - \* Erweiterung des Angebotes für Touristen
  - \* Werbung
  - \* Definition der optimalen Entwicklungsrichtung des Tourismus von Longo Mai
- u.a.m.

*Ansprechpersonen: Edith, Cristóbal, Don Pedro*

#### # Kolping

Die Kolpinggruppe umfasst zahlreiche Familien im Dorf, die gemeinsam viele Aktivitäten organisieren. Die Kolpingfamilien sind Teil der weltweiten Organisation "Kolping" und erhalten daher viel Unterstützung und Ideen von außerhalb wie z.B. Freiwillige, die direkt über Kolping ins Dorf kommen.

*Ansprechpersonen: Maritza, Eduardo, Ines, Elena*

#### # Escuela de la tierra

Die Escuela de la tierra versteht sich als alternative Bildungseinrichtung ohne Hierarchie. Sie hat ihren Sitz in Longo Mai, wo mit Stand 2016 die Konstruktion eigener Gebäude auf dem Campo grande stattfindet. Sie bietet offene Kurse zu verschiedensten Themen an. Freiwillige können beim Aufbau des Projekts mithelfen, an Kursen teilnehmen oder selber welche anbieten.

*Ansprechpersonen: Juan, Pablo, Cristof*

#### **# Comité de Agua**

Das Wasserkomitee kümmert sich um die Wasserversorgung des Unterdorfes.

*Ansprechpersonen: Juri*

#### **# Junta de Educación**

Die *junta* besteht aus Eltern von Schulkindern und arbeitet in den Bereichen Schule und Kindergarten. Sie vertritt die Eltern gegenüber den Lehrern und organisiert Arbeit und Finanzierung von Schulkantine und Köchinnen.

*Ansprechpersonen: Daisy, Yolanda*

#### **# Patronato Escolar**

Dieses Komitee besteht ebenfalls aus Eltern von Schulkindern. Es organisiert die Instandhaltung von Schule und Infrastruktur.

*Ansprechperson: Patricia*

#### **# Consejo Pastoral (Pastoralrat)**

Der *consejo pastoral* ist für den Unterhalt der katholischen Kirche Longo Mais zuständig.

*Ansprechpersonen: Lydia, Rafael Pérez*

#### **# Comité Deportivo (Sportkomitee)**

Das Sportkomitee war in der Vergangenheit z.B. für die Erstellung des Fußballplatzes zuständig.

*Ansprechpersonen: Leo, Ricardo, Merlin Martínez*

#### **# Grupo de Mujeres (Frauengruppe)**

Diese Gruppe fertigt und verkauft Kunsthandwerk sowie manchmal Medizin und Ornamentalpflanzen. Bezüglich der aktuellen Aktivitäten empfiehlt es sich, bei den Mitgliedern dieses Vereins anzufragen.

*Ansprechpersonen: v.a. Maritza, Elena, Ines*

#### **# UNAPROA**

1995 gründeten Vertreter von sechs Dorfgemeinschaften der Region den Verein UNAPROA (Unión de Amigos para la Protección del Ambiente). Die Mitglieder sind mehrheitlich Campesinos (Kleinbauern). Die Projekte von UNAPROA erstrecken sich auf 30 Dörfer, darunter auch eine indigene Dorfgemeinschaft. Der Vorstand versammelt sich einmal im Monat.

*Ansprechpersonen: Beltrán, Leo, Doña Edith, Cristóbal, Wade, Yuri*

#### **# Comisión de la Defensa de los Ríos Convento y Sonador**

Die Bedrohung der Flüsse Convento und Sonador durch die geplanten Staudämme rief große Ablehnung unter den Bewohnern der umliegenden Dörfer hervor und so bildete sich unter Unterstützung der Universität eine aktive Gegenbewegung, die den Widerstand organisiert. Diese setzen sich vor allem für die Verteidigung der Flüsse ein, unterstützen und organisieren aber auch andere Projekte wie die Feria.

*Ansprechpersonen: Juri, Cristobal*

## **# Projekte**

<b>Projekt (Ansprechpersonen)</b>	<b>Beschreibung</b>	<b>Stand (2015)</b>
<b>Zeitung-Lora Mai (Cristobal)</b>	Die Dorfzeitungen „Lora Mai“ und „Lorita Mai“ werden immer dann publiziert, wenn sich ein Redaktionsteam findet. Die Zeitung kann gemeinsam mit Schülern und interessierten Jugendlichen erstellt werden, alte Exemplare	Inaktiv

	können bei Cristóbal eingesehen werden. Eine Dorfzeitung fördert die Kommunikation und Aktivität im Dorf, es wird den Dorfbewohnern der Zugang zu Literatur und ausgewählter Information ermöglicht.	
<b>Newsletter</b> (Cristobal)	Der Newsletter dient dazu, alle an Longo Mai interessierten Personen bezüglich der Entwicklung des Dorfes auf dem Laufenden zu halten. Sollten für ein interessantes Projekt keine Mittel zur Verfügung stehen, ist es denkbar, im Rahmen eines Newsletters auch einen Spendenaufruf auszusenden.	Teils aktiv
<b>Centro cultural juvenil – Jugendzentrum</b> (Yolanda, Jaqueline)	Dieses Projekt wurde in der Vergangenheit mehrfach auf Eis gelegt (aufgrund von mangelndem Engagement der Jugendlichen bzw. fehlender Finanzierung). Die Idee war, gemeinsam mit den Jugendlichen von Longo Mai Raum für Aktivitäten der Jugend im Dorf zu schaffen. Für den Bau eines Jugendzentrums ist eine bestehende, aktive Jugendgruppe Voraussetzung. 2013 wurde der Bau eines Baumhauses im Park („Casa Buho“) begonnen, dieses ist jedoch nicht fertiggestellt.	Inaktiv
<b>Aufforstung</b> (Aino, Leo, Maritza)	Mischkulturen sind das Ziel; bevorzugte Aufforstungsflächen sind Wegränder, stark erodierte Flächen und stark geneigte Lagen.	Aktiv
<b>Theatergruppe</b> (Patricia, Edith)	Dieses Projekt an der örtlichen Grundschule soll die kreative Betätigung der Schüler verstärken. Es können Theaterstücke einstudiert und präsentiert werden.	inaktiv
<b>Bau von Cabinas, Verbesserung von Gästezimmern</b> (Edith, Cristóbal, Roland, Tourismuskomitee)	Die Beherbergung von Touristen ist eine von sehr wenigen Einnahmequellen für die Bewohner von Longo Mai. Vor allem für alleinerziehende Frauen ist der Bau von Gästezimmern eine große Hilfe. Dazu gehören die Beschaffung von Spendengeldern, das Erstellen von Kostenvoranschlägen, der Materialkauf und das Finden von Personen, die beim Bau mithelfen. Mit Stand 2015 gibt es für das gegenwärtige Touristenaufkommen genug Cabinas, die (Mithilfe bei der) Verbesserung von Gästezimmern ist aber in einigen Fällen sehr willkommen.	aktiv
<b>Unterricht in Longo Mai</b> (Edith, Cristóbal, Patricia)	Gefragt sind der Unterricht in der Dorfschule, für (Kinder-) Gruppen im Salon sowie Privatunterricht und Nachhilfe. Besonders wichtig sind Englisch und Mathematik, daneben auch Deutsch und andere Fächer. Auch in benachbarten Dörfern (z.B. Cristo Rey) und an Dorfschulen der Umgebung ist das Unterrichten möglich. Unter den Erwachsenen Longo Mais finden sich immer noch Analphabeten, die in El Salvador nicht oder kaum die Möglichkeit hatten, eine Schule zu besuchen.	aktiv
<b>Unterricht im Gefängnis</b> (Cristóbal)	Als sehr bereichernd empfunden wurde von einigen Langzeit-Volontären (mindestens drei Monate) das	inaktiv

	Unterrichten im Gefängnis in Palmares (Nähe San Isidro). Gefragt sind neben Englisch und Mathematik auch alle anderen Fächer, ebenso alle Arten von Workshops und Kursen (Sport, Theater, Kunsthandwerk...). Ein Reisepass ist für den Einlass ins Gefängnis unbedingt erforderlich.	
<b>Unterricht in der indigenen Dorfgemeinschaft Terraba</b> (Roland, Cristóbal)	Die Volksgruppe der Teribes ist eines der zahlenmäßig schwächsten indigenen Völker Costa Ricas. Im Jahr 1710 wurden sie aus ihrem Ursprungsgebiet (Bocas del Toro, Panama) nach Costa Rica verschleppt. Während in Panama Sprache und Kultur bewahrt werden konnten, ging in Costa Rica ein großer Teil dieses Erbes verloren. Heute besteht der Wille zur kulturellen Regenerierung, seit 1990 werden Lehrer der panamaischen Teribe ins Dorf geholt, um die Bevölkerung in der alten Sprache und den alten Traditionen zu unterrichten. Freiwillige können in Terraba Sprach-, Computer- und Musikurse anbieten.	inaktiv
<b>Kindernachmittag</b> (Martha, Yolanda, Daisy, Maritza, Barbara unter <a href="mailto:b.kussbach@gmx.at">b.kussbach@gmx.at</a> )	Seit 2012 findet jeden Donnerstag ein Kindernachmittag im Rancho statt. Von Freiwilligen initiiert, wird dieses Projekt heute von einer Gruppe von Müttern geleitet. Freiwillige sind aber immer willkommen, Ideen beizusteuern, bei der Organisation zu helfen und als Unterstützer mit dabei zu sein.	aktiv
<b>Ferienwoche</b> (siehe Kindernachmittag)	Für Projektwochen mit den Kindern des Dorfes bieten sich vor allem die Ferien (Dez bis Feb) an. Dies kann im Rahmen des Kindernachmittags durchgeführt werden, da hier Möglichkeiten zur Materialbeschaffung und Unterstützung bestehen.	aktiv
<b>Dokumentation</b> (Cristóbal, Tourismuskomitee)	Für Hobbyfotografen und -schreiberlinge gibt es zahllose Möglichkeiten, etwas Sinnvolles zur Dorfgemeinschaft beizutragen. Fotos, Videos und Textbeiträge dienen der Touristeninformation und dem Marketing.	teils aktiv
<b>Beratung in rechtlichen Fragen</b> (Leo, Beltrán, Cristóbal)	Klagen z.B. gegen die illegale Abholzung	teils aktiv
<b>Landvermessung, Kartierung</b> (Aino)	Erfasst werden sollen archäologische Stätten, geschützte und wiederbewaldete Flächen. Hilfreich wäre auch die Erstellung einer Karte mit allen Wanderwegen für Touristen.	aktiv
<b>Instandhaltung, Herstellung von Schildern und Wegweisern</b> (Maritza, Aino)	Durch die klimatischen Bedingungen zerfallen Schilder sehr schnell oder werden schlecht lesbar, diese sollten regelmäßig erneuert werden. Zusätzlich besteht die Idee die Rundwege um Longo Mai mit Wegweisern zu versehen.	aktiv
<b>Planung des nächsten Kulturfestivals</b> (Guadalupe, Roland,	Einmal jährlich, im Januar, findet in Longo Mai ein Kulturfestival statt. Dazu werden befreundete Einzelpersonen und Gruppen (z.B. die Zirkusgruppe von	aktiv

<i>Cristóbal, Zivi)</i>	Diego Gene aus Granada, Nicaragua) eingeladen. Das Festival muss inhaltlich geplant werden (Organisation von Workshops, Vorträgen, Musik- und Theaterabenden usw.), außerdem müssen die Verpflegung und Beherbergung der zahlreichen Gäste organisiert und ein Finanzierungs- und Marketingkonzept aufgestellt werden.	
<b>Übergang zu biologischer Landwirtschaft</b> <i>(Edith, Leo, Aino, Cristóbal)</i>	Viele Campesinos würden gerne biologischen Landbau betreiben, fürchten sich aber vor Risiken/Verlusten. Die Schaffung von regionalen Modellen/Absatzwegen könnte den Konvertierungsprozess beschleunigen. Darüber hinaus ist Marketing für alternative Produkte aus Longo Mai, wie Pejibaye, Paprika, tropische Wurzelgemüse, Trockenfrüchte oder hier produziertem Kaffee möglich. Der Fruchtwechsel kann angeregt und das Brandrodend studiert werden. Seit 2015 findet in Longo Mai und benachbarten Dörfern alle zwei Wochen eine Feria mit regionalen Produkten der Bauern statt. Diese kann mit organisiert und gestaltet werden.	aktiv
<b>Verkauf von Kunsthandwerk (artesanía) und CDs</b> <i>(Die oben erwähnten Kunstschaffenden wie Maritza)</i>	Denkbar sind Verkaufsstände z.B. auf europäischen Advent- oder Wochenmärkten und der Aufbau von Kooperationen mit in Frage kommenden Geschäften in Costa Rica und in Übersee, beispielsweise mit Fachgeschäften für fairen oder lateinamerikanischen Handel. Zielsetzung sollte es sein, für einen oder mehrere Künstler durch die Schaffung einer kontinuierlichen Absatzmöglichkeit eine Einnahmequelle zu festigen.	teils aktiv
<b>Aktualisierung und Ausbau der Webseite von Longo Mai</b> <i>(Roland, Cristóbal, Anton anton_maurer@gmx.at)</i>	Die Webseite <a href="http://www.sonador.info">http://www.sonador.info</a> soll auf dem aktuellen Stand gehalten werden. Besucher, die sich mit HTML etc. auskennen, sind herzlich eingeladen, ihre Kenntnisse zugunsten Longo Mais einzusetzen.	aktiv
<b>Frauengruppe, TUNA</b> <i>(Maritza)</i>	Maritza organisiert während der Trockenzeit mittwochs einen Nachmittag für die älteren Frauen im Dorf, an dem sie sich in der Casa Verde treffen und freut sich über Unterstützung.	aktiv
<b>Fruchtnutzung</b> <i>(Frauengruppe z.B. Maritza, Ines, Elena)</i>	Früchte (Orangen, Zitronen, Mangos, Grapefruit...), die es im Übermaß gibt, und die teilweise einfach verrotten, kann man unkompliziert zu verschiedenen Produkten verarbeiten (Fruchtsäfte, Marmelade, Trockenfrüchte).	inaktiv
<b>Sammeln von Spendengeldern</b> <i>(Roland, Cristóbal, Edith)</i>	für Stipendien, Projekte wie die Wasserversorgung, Schule, Fußballplatz u.a.m.	aktiv
<b>Computer- und Internetkurse für die Dorfbewölkerung</b> <i>(Cristóbal, Zivi)</i>	Textverarbeitung, Tabellenkalkulation, Anlegen einer E-Mail-Adresse, Suchen von Informationen im Internet, 10-Finger-Schreiben...	aktiv

<b>Programm für Kurzurlauber</b> <i>(Cristobal, Edith)</i>	<p>Es bestand die Überlegung, ein Programm für Touristen anzubieten, die nur für kurze Zeit in Longo Mai bleiben. Der Tourist wird praktisch rund um die Uhr betreut, es werden verschiedene Destinationen in der Umgebung bereist, man lernt die Region gut kennen und kann je nach Interesse Spanisch oder lateinamerikanische Tänze lernen. Hierfür soll in Absprache mit den interessierten Dorfbewohnern eine Webseite eingerichtet werden, um Kunden zu werben.</p>	inaktiv
<b>Projekte von Vida Nueva</b> <i>(Roland, Alexandra unter alexandra@vida-nueva.co.cr)</i>	<p>Zirkusprojekt in San Isidro, Obdachlosenausspeisung u.a.m.</p>	aktiv
<b>Zirkusnachmittag</b> <i>(Zirkusfreiwillige aus San Isidro, Roland)</i>	<p>In Kooperation mit dem „Circo Fantanztico“ aus San Isidro findet jeden Montag ein Zirkusnachmittag mit den Kindern des Dorfes im Rancho statt. Geplant ist auch ein Training mit den älteren Jugendlichen und Erwachsenen.</p>	aktiv
<b>Projekte im Zusammenhang mit UNAPROA</b> <i>(Leo, Cristóbal, Beltrán, Juri)</i>	<p>UNAPROA ist eine Umweltschutzorganisation mit Sitz in Longo Mai. Informationen zu allen laufenden oder geplanten Projekten (Aufforstung etc.) können bei den Vereinsmitgliedern eingeholt werden.</p>	inaktiv
<b>Instandhaltung des Medizinalpflanzengartens (UNAPROA)</b> <i>(Leo, Cristóbal, Beltrán, Edith, Maritza)</i>	<p>Aufgabe von Freiwilligen ist es, den Garten zu pflegen bzw. neu anzulegen.</p>	aktiv
<b>Umweltunterricht an Schulen (UNAPROA)</b> <i>(Leo, Cristóbal, Beltrán, Edith, Maritza)</i>	<p>Man fährt in die umliegenden Dörfer, um dort mit zwei Mitgliedern von UNAPROA umweltorientierten Unterricht zu erteilen.</p>	inaktiv
<b>Wiederinstandsetzung und Instandhaltung des Ökolehrpfads (UNAPROA)</b>	<p>In Longo Mai wurde vor einigen Jahren ein Ökolehrpfad initiiert, dieser wurde zwischenzeitlich von der Natur zurückerobert und muss nun wiederinstandgesetzt werden.  <i>Informationen zu den ehemaligen Stationen des Lehrpfades gibt es bei Cristóbal.</i></p>	inaktiv
<b>Jardín de la Memoria</b> <i>(Guadalupe)</i>	<p>Von Guadalupe initiiert sollen in Longo Mai ca. 75 Hektar in einen „Garten der Erinnerung“ umgewandelt werden, wo die Petroglyphen der Umgebung zugänglich gemacht werden sollen und ein großer Garten mit einer höheren Diversität an Pflanzen angelegt werden soll. In einem Zentrum sollen Informationen zu den Petroglyphen, Pflanzen und alten Traditionen der Öffentlichkeit zugänglich gemacht werden.</p>	aktiv

---

**Möglichkeiten für Studien,  
Forschungsarbeiten**

- \* Präkolumbianische Archäologie (Petroglyphen)
- \* Nachhaltige Nutzung des Regenwaldes
- \* Bestimmung von Tieren und Pflanzen
- \* Biologie (Regenwald)
- \* Wasserqualität
- \* Bodenkonservierung
- \* Agro-Marktnischen
- \* Produktion, Verarbeitung, Vermarktung
- \* Mischkulturen
- \* Ökotourismus
- \* (Biologischer) Landbau

teils aktiv

u.a.m.

*Eine Sammlung von schon gemachten Studien sowie  
weitere Vorschläge für neue Studien befinden sich bei  
Cristóbal.*

---