



the bamboo retreat

...a truly himalayanboutique-hotel & panorama restaurant

## Ein Voluntär-Einsatz in Sikkim

Sie wollen eine nicht-alltägliche Erfahrung in einer anderen Kultur machen? Und Sie wollen gegen Kost und Logis eine Weile bei uns im Hotel leben und arbeiten? Dann kann ein Volontäreinsatz bei uns für Sie genau das Richtige sein!

Wir sind ein kleines 12-Zimmer-Boutiquehotel und darum sollten Sie flexibel einsetzbar und anpassungsfähig sein. Dafür dürfen Sie sich auf ganz neue Erfahrungen in anderer Umgebung und Kultur erfreuen.

### Wir suchen:

Interessierte Menschen mit Erfahrungen und/oder einer Ausbildung in mindestens einem der folgenden Bereiche:

- Tourismus, Reiseleitung (deutsch u/o englisch), oder gar Trekking?
- Hotel generell: im Restaurant als KellnerIn, in der Küche (Hilfskoch/Aushilfe), evtl. Mithilfe beim lokalen Einkauf.
- Administration/Rezeption, Buchhaltung, Organisation
- Journalismus, Redaktion & Grafik-Design
- Marketing / Web-Marketing
- Informatik, Microsoft
- Permakultur, Organic Farming, Gartenbau, Landschaftsbau, Botanik
- Wellness / Klassische Massage-Therapie
- Zimmerleute, begabte HandwerkerInnen oder Mechanikerinnen
- oder sprechen Sie so gut Fremdsprachen, im besonderen Englisch, dass Sie unser lokales Personal etwas schulen könnten?
- Fahrzeugausweis und praktische Erfahrung mit Linksverkehr von Vorteil.
  
- oder haben Sie eine Idee für uns?

### Völkerverständigung und *Social Media*

Verfügen Sie über Erfahrung oder professionellen Hintergrund um für die lokale Bevölkerung einen nützlichen Kurs oder Workshops anzubieten und leiten?

-1-

**THE BAMBOO RETREAT, SAJONG, RUMTEK / GANGTOK**

P.O. Box 20, Gangtok 737101, Sikkim, India

SKYPE: bambooretreat

www.bambooretreat.in www.bambooretreathotel.com

Email: reservations.bambooretreat@gmail.com, bambooretreat@gmail.com, info@sikkim.ch

T: +91 92325 13090, 03592 252516 M: 98320 79320, 94343 82036, 9647851055, 96478 50210, 97330 06595, 99333 33389



the bamboo retreat

...a truly himalayanboutique-hotel & panorama restaurant

## Ein Voluntär-Einsatz in Sikkim

Dann helfen wir Ihnen bei der Organisation und Durchführung . In Zusammenarbeit mit qualifizierten Freiwilligen haben wir z.B. erfolgreich Kurse für lokale Teilnehmer in Erste Hilfe sowie Grundausbildung in Klassische Massage-Therapie durchgeführt.

Sikkim ist bekannt für seine zahlreichen buddhistischen Klöster verschiedener Schulen wie auch für seine Flora, Fauna und Biodiversität. Möchten Sie auf einem dieser Gebiete lernen oder Wissen vermitteln? Wir sind offen für Ihre Ideen. Folgend finden Sie eine Liste möglicher Kurse & Workshops:

- Erste Hilfe-Kurs, z.B. für Trekking-Guides (Erste-Hilfe-Puppe verfügbar)
- Massage- oder Fussreflexzonentherapie-Kurs
- Intensive Sprachkurse: Englisch / Deutsch / Französisch / Italienisch
- Ernährungslehre / gesundes, leichtes Kochen
- Feng Shui
- Kreativ-Workshops für Kinder
- Natürliche Kosmetik, selbstgemacht
- Buddhismus
  
- oder haben Sie eine Idee für uns?

## Kontaktaufnahme

Interessieren Sie sich für einen freiwilligen Einsatz als Voluntär bei uns im Hotel, möchten Sie einen Kurs oder Workshop leiten oder sind Sie an einem Einsatz in einem Kinderhilfswerk interessiert?

Dann melden Sie sich bei uns per Email and [info@sikkim.ch](mailto:info@sikkim.ch) mit

- Name, Adresse, Tel-Nr., Email-Adresse, Skype-Kontakt (falls vorhanden), Pass-Infos (Nationalität, Pass-Nr. & Gültigkeit)
- ihrem Motivationsgrund
- Beschrieb Ihres professionellem Hintergrunds und Ihrer Erfahrungen und Ihrem Lebenslauf
- möglichem Einsatzzeitraum (ca. von – bis)

-2-

**THE BAMBOO RETREAT, SAJONG, RUMTEK / GANGTOK**

P.O. Box 20, Gangtok 737101, Sikkim, India

SKYPE: bambooretreat

[www.bambooretreat.in](http://www.bambooretreat.in) [www.bambooretreathotel.com](http://www.bambooretreathotel.com)

Email: [reservations.bambooretreat@gmail.com](mailto:reservations.bambooretreat@gmail.com), [bambooretreat@gmail.com](mailto:bambooretreat@gmail.com), [info@sikkim.ch](mailto:info@sikkim.ch)

T: +91 92325 13090, 03592 252516 M: 98320 79320, 94343 82036, 9647851055, 96478 50210, 97330 06595, 99333 33389



the bamboo retreat

...a truly himalayanboutique-hotel & panorama restaurant

## Ein Voluntär-Einsatz in Sikkim

### Was bieten wir?

- Unterkunft im Hotelzimmer (Standard oder Eco-Zimmer)
- Verpflegung; bis zu drei Mahlzeiten pro Tag im Bamboo Retreat, gemeinsam mit dem Personal.
- Wifi-Internet
- Eine unvergessliche, interkulturelle Erfahrung
- Reiseberatung

### Wer sind wir?

Wir führen das Bamboo Retreat Hotel ([www.bambooretreat.in](http://www.bambooretreat.in)) im Himalaya von Sikkim, Indien sowie die Reise- & Trekkingagenturen Terralaya Travels ([www.terralaya.com](http://www.terralaya.com)) und Yetilaya Travels ([www.yetilaya.com](http://www.yetilaya.com)). Ausserdem sind wir mit einer NGO mit Schulprojekt verbunden und helfen dort mit der Vermittlung von Lehrkräften.

Eingebettet zwischen terrassierten Reisfeldern, Wald, Garten und Flüsschen liegt das Bamboo Retreat auf drei Hektaren Land gegenüber der Stadt Gangtok. Diese ist im Lokaltaxi oder Auto je nach Verkehrssituation in ca. 30 bis 40 min. erreichbar. In unseren Gärten kultivieren wir eine Vielfalt von lokalen und gemeinen Sorten von Gemüse, Blumen, Heilpflanzen, und Kräutern ökologisch. Mit Permakultur-Techniken wünschen wir die Artenvielfalt unseres Gartens und die Fruchtbarkeit unseres Boden zu erhöhen. Es ist unser Ziel, die 0.5 Hektaren terrassierten Landes in einen florierenden Garten umzuwandeln, dies mit ökologischem Landbau und Permakultur.

Unser Team aus sieben ständigen Mitarbeitern freut sich auf jegliche Art der Unterstützung und freut sich mit Ihnen zusammenzuarbeiten.

Helfen Sie uns z.B. mit Ihrer Erfahrung die Qualität unserer Böden zu verbessern durch Kompostieren und Mulchen, unseren Kräuter- & Blumengarten zu gestalten und biologische Anbaumethoden für den Gemüseanbau zu fördern; oder unterstützen Sie unser Personal mit Schulung, etc.

-3-

**THE BAMBOO RETREAT, SAJONG, RUMTEK / GANGTOK**

P.O. Box 20, Gangtok 737101, Sikkim, India

SKYPE: bambooretreat

[www.bambooretreat.in](http://www.bambooretreat.in) [www.bambooretreathotel.com](http://www.bambooretreathotel.com)

Email: [reservations.bambooretreat@gmail.com](mailto:reservations.bambooretreat@gmail.com), [bambooretreat@gmail.com](mailto:bambooretreat@gmail.com), [info@sikkim.ch](mailto:info@sikkim.ch)

T: +91 92325 13090, 03592 252516 M: 98320 79320, 94343 82036, 9647851055, 96478 50210, 97330 06595, 99333 33389



the bamboo retreat

...a truly himalayanboutique-hotel & panorama restaurant

## Ein Voluntär-Einsatz in Sikkim

### Welche Rolle spielen wir?

- Wir arbeiten im Bamboo Retreat Hotel in verschiedenen Bereichen mit Freiwilligen zusammen.
- Wir organisieren Kurse und Workshops mit Hilfe von Freiwilligen zum Nutzen der lokalen Bevölkerung. Wir stellen die nötigen Räumlichkeiten zur Verfügung und kümmern uns um die Bekanntmachung des Workshops / Kurses.
- Wir vermitteln Freiwillige an NGO-Schulprojekte

### Fragen & Antworten

#### Wo sind Freiwillige untergebracht?

Freiwillige im Bamboo Retreat sind in einem Standard- oder Eco-Zimmer untergebracht. Evt. teilen Sie sich ihr Zimmer mit einem weiteren Voluntär. Die Standard-Zimmer verfügen über Bad & WC während die für die Eco-Zimmer ein Gemeinschaftsbad zur Verfügung steht.

#### Welche Verpflegung erwartet Sie?

Mahlzeiten für Freiwillige im Bamboo Retreat bestehen zumeist aus seiner Kombination von Reis-, Gemüse, und Linsengerichte. Es befindet sich eine Tee-Bar im 1. Stock. Gefiltertes oder abgekochtes Wasser steht immer zur Verfügung.

#### Wer führt das Bamboo Retreat Hotel?

Das Bamboo Retreat wird von einem vierköpfigen Schweizerisch-Indischen Team geführt.

#### Kann ich im Winter kommen?

Ja, von Dezember bis Februar ist Trockensaison und ‚Winter‘. Sie benötigen warme Winterkleidung. Da über keine Zentralheizung verfügt wird bewegen sich die Temperaturen dann zwischen + 5°C (nachts) bis ca. + 15° C. Für denjenigen der die kühleren Temperaturen nicht scheut ist winter eine schöne, ruhige Zeit mit wenigen Touristen.

-4-

**THE BAMBOO RETREAT, SAJONG, RUMTEK / GANGTOK**

P.O. Box 20, Gangtok 737101, Sikkim, India

SKYPE: bambooretreat

www.bambooretreat.in www.bambooretreathotel.com

Email: reservations.bambooretreat@gmail.com, bambooretreat@gmail.com, info@sikkim.ch

T: +91 92325 13090, 03592 252516 M: 98320 79320, 94343 82036, 9647851055, 96478 50210, 97330 06595, 99333 33389



the bamboo retreat

...a truly himalayanboutique-hotel & panorama restaurant

## **Ein Voluntär-Einsatz in Sikkim**

### **Wie erreiche ich Sikkim und mit welchen Kosten muss ich rechnen?**

Es gibt ganzjährlich täglich mehrere Flüge nach Bagdogra (IXB) in Westbengalen und zwar entweder ab Delhi oder Kolkota. Vom Flughafen Bagdogra bis zum Bamboo Retreat in Sikkim dauert die Fahrt 4.5 Stunden im privat gebuchten Fahrzeug.

Alternativ ist es auch möglich mit der Bahn bis nach New Jalpaiguri (NJP) zu reisen. Auch von hier aus sind es dann noch 4.5 Stunden im privat gebuchten Fahrzeug / Taxi bis nach Sikkim zum Bamboo Retreat Hotel. Ein Hin- und Rückflugticket von New Delhi nach Bagdogra kostet je nach Jahreszeit ca. CHF 300, plus ca. CHF 120 für die private Anreise im Fahrzeug von Bagdogra nach Sikkim.

### **Wie erreiche ich das Bamboo Retreat Hotel?**

Der einfachste Weg ist mittels privat gebuchtem Fahrzeug ab Flughafen Bagdogra. Ansonsten im Shared-Taxi oder Bus ab Siliguri, Gangtok oder Ranipool. Sie können auch per Helikopter in 35 min. von Bagdogra nach Gangtok gelangen – wir helfen Ihnen gerne bei der Flugeservation. Vom Helikopter Landeplatz in Gangtok sind es mit dem Taxi noch ca. 30 min. zum Bamboo Retreat Hotel.

### **Welches Visum sollten ausländische Voluntäre verlangen?**

Es gibt für Indien kein Visum für Freiwilligenarbeit, so dass nur ein Touristenvisum beantragt werden kann. Bei der Visumsbeantragung achten Sie darauf auf beiden Seiten des Antrags in Handschrift und mit Leuchtstift hervorgehoben zu erwähnen, dass Sie eine 15-Tage-Bewilligung für SIKKIM wünschen. Ihnen wird dann auf Ihr Visum die 15-Tage-Bewilligung für Sikkim aufgestempelt. Mit dieser Bewilligung können Sie für zwei Wochen nach Sikkim einreisen. Wir übernehmen dann für sie die Verlängerung vor Ort. Normalerweise ist eine Verlängerung bis zu 60 Tagen möglich. Zum Besuch von entlegenen Grenzgebieten oder für Trekking sind zusätzliche Genehmigungen erforderlich.

### **Was soll ich mitbringen?**

Sie können in Gangtok fast alles kaufen – von Shampoo, Conditioner, Zahnpasta, Sonnencreme, Binden über Batterien, Bücher, Kleider bis hin zu Sportartikeln, etc. Es ist deshalb empfehlenswert nur das nötige mitzunehmen und ‚leicht‘ zu packen. Es gibt Bücherläden mit Sikkim/Indien Reisebüchern, Bücher über die indische Flora und Tierwelt, Buddhismus, Meditation, den Dalai Lama, Karmapa, Tibet, etc. Im Bamboo Retreat verfügen wir auch über eine kleine Bibliothek mit Bücher über Sikkim Buddhismus, Permakultur, Heilpflanzen, etc.

-5-

**THE BAMBOO RETREAT, SAJONG, RUMTEK / GANGTOK**

P.O. Box 20, Gangtok 737101, Sikkim, India

SKYPE: bambooretreat

[www.bambooretreat.in](http://www.bambooretreat.in) [www.bambooretreathotel.com](http://www.bambooretreathotel.com)

Email: [reservations.bambooretreat@gmail.com](mailto:reservations.bambooretreat@gmail.com), [bambooretreat@gmail.com](mailto:bambooretreat@gmail.com), [info@sikkim.ch](mailto:info@sikkim.ch)

T: +91 92325 13090, 03592 252516 M: 98320 79320, 94343 82036, 9647851055, 96478 50210, 97330 06595, 99333 33389



the bamboo retreat

...a truly himalayanboutique-hotel & panorama restaurant

## **Ein Voluntär-Einsatz in Sikkim**

### **Was für Kleider soll ich mitnehmen?**

Im Winter von November bis Ende Februar bringen Sie auch warme Kleider mit die für Temperaturen von + 5 bis + 15° C geeignet sind; von Mai bis Mitte Oktober bringen Sie auf jeden Fall einen Regenschutz mit. Wir versuchen unseren Abfall im ökologischen Sinn zu segregieren & dem Recycling zuzufügen – vermeiden Sie deshalb nicht wiederverwertbares Material.

### **Kann ich meine eigenen elektrischen Geräte n Sikkim benutzen?**

Im Bamboo Retreat Hotel wie im Rest von Indien ist der Strom 220 V AC, 50 Hz. Alle Zimmer sind mit Steckdosen ausgestattet. Wenn Ihr Gerät in Europa funktioniert, sollte es auch hier funktionieren.

Nehmen Sie aber einen Adapter für Indien mit und für Stecker mit drei Stäben nehmen Sie bitte physischen Adapter mit. Die Zinken der Stecker in Indien sind rund und dicker als die in Europa. Unsere Drei-Zinken-Stecker benötigen auf jeden Fall einen Adapter auf zwei-Zinken, indischer Grösse.

### **Darf ich im Bamboo Retreat rauchen?**

Innen ist das rauchen im ganzen Gebäude nicht gestattet, Draussen hingegen schon. Am besten verbinden Sie das Rauchen mit einem kleinen Spaziergang.

### **Wie sieht es aus mit Regen und Nebel in Sikkim?**

Während der Monsunzeit von Juli bis September regnet es meist täglich und es ist oft neblig. Dauerregen sind nicht unüblich in dieser Zeit. Selbst von März bis Juni kann es z.T. regelmässig regnen und es ist am Morgen oft dunstig. Ab Mitte Oktober beginnt es immer weniger zu regnen und am trockensten sind die Monate November, Dezember und Januar.

### **Gibt es spezielles zu beachten für Frauen?**

Viele Frauen finden das Reisen in Sikkim weniger ärgerlich als in anderen Teilen von Indien. Selbstverständlich ist kein Ort dieser Welt völlig frei von Belästigung. Wie überall lohnt es sich, sich nicht aufreizend zu kleiden um Belästigung vorzubeugen.

Wie im Rest von Indien ist es auch in Sikkim ratsam, seine Schultern, Bauch und Beine bedeckt zu kleiden. Auch Röcke eignen sich wenig. Lange Hosen und ein Oberteil das die Schultern bedeckt und ohne grossen Ausschnitt eignen sich vorzüglich für Frauen. Oder aber sie lassen sich ein in Gangtok ein tibetisches Kleid nähen.

-6-

**THE BAMBOO RETREAT, SAJONG, RUMTEK / GANGTOK**

P.O. Box 20, Gangtok 737101, Sikkim, India

SKYPE: bambooretreat

www.bambooretreat.in www.bambooretreathotel.com

Email: reservations.bambooretreat@gmail.com, bambooretreat@gmail.com, info@sikkim.ch

T: +91 92325 13090, 03592 252516 M: 98320 79320, 94343 82036, 9647851055, 96478 50210, 97330 06595, 99333 33389



...a truly himalayaboutique-hotel & panorama restaurant

## **Ein Voluntär-Einsatz in Sikkim**

### **Gibt es ATM in Sikkim?**

Es gibt zwischenzeitlich viele ATM's der Strasse entlang von Ranipool bis Gangtok, die meisten akzeptieren auch Visa und Master Card. Es ist ratsam auch Bargeld mitzubringen (CHF, USD oder EURO), dieses können Sie in Gangtok oder im Bamboo Retreat wechseln.

### **Kann ich das Internet nutzen?**

Ja wir verfügen über WiFi-Internet und als Voluntär haben Sie gratis Zugang dazu. Am besten bringen Sie Ihren eigenen Laptop mit, den die Hotel-Computer sind oft besetzt von unseren Angestellten oder Gästen. Seien Sie es sich auch bewusst, dass dieser wifi-Service ab und zu unterbrochen wird wegen schlechtem Wetter (Gewitter) oder Stromausfall. Zwar verfügen wir über einen Generator und back-up USB-Internet-Verbindungen – aber selbst auf diese kann man nicht immer zählen. Ausserdem ist die Verbindung z.T. sehr langsam was Telefonieren per Skype z.T. verunmöglicht. Sie werden wegen der langsamen Verbindung auch nicht in der Lage sein grosse Dateien herunterzuladen. Bringen Sie Software oder Musik die sie benötigen werden mit. Sie können im Notfall Nachrichten an Sie via unsere email-Adressen senden lassen – aber bitte lassen Sie keine Fotos oder grosse Dateien auf diesen Email-Adressen versenden da dies unsere Mailbox tagelang blockieren könnte.

### **Kann ich Anrufe im Bamboo Retreat empfangen und kann ich mein Mobiltelefon in Sikkim benutzen?**

Ja, Sie können Anrufe an unsere Festnetznummer empfangen. Aber Sie können keine intern. Anrufe tätigen ab unserem Festnetz. Internationale Mobiltelefone sowie Indische mit BSNL, Airtel, Vodafone und weiteren Anbietern funktionieren z.T. an einige Stellen besser als an anderen – und z.T. unterschiedlich gut, je nach Tageszeit. Wenn Ihr Handy in Europa funktioniert, können Sie dieses auch in Sikkim benutzen oder aber Sie kaufen sich eine lokale SIM-Karte für die Zeit Ihres Aufenthalts. Die Anzahl der Abonnenten ist viel schneller gewachsen als der Service erweitert wurde, so dass das Netzwerk oft „busy“ zu sein scheint und Anrufer werden manchmal falsch per Autonachricht informiert, dass Ihr Telefon ausgeschaltet oder ausserhalb des Service-Bereichs sei. Dann versuchen Sie es einfach noch einmal in 10 Minuten oder eine Stunde später.

### **Versicherungen**

Bitte stellen Sie sicher, dass Sie über die nötigen oder empfohlenen Versicherungen verfügen. Detaillierten Reise- und Sicherheitshinweise finden Sie unter:  
[www.eda.admin.ch/reisehinweise](http://www.eda.admin.ch/reisehinweise).

-7-

**THE BAMBOO RETREAT, SAJONG, RUMTEK / GANGTOK**

P.O. Box 20, Gangtok 737101, Sikkim, India

SKYPE: bambooretreat

[www.bambooretreat.in](http://www.bambooretreat.in) [www.bambooretreathotel.com](http://www.bambooretreathotel.com)

Email: [reservations.bambooretreat@gmail.com](mailto:reservations.bambooretreat@gmail.com), [bambooretreat@gmail.com](mailto:bambooretreat@gmail.com), [info@sikkim.ch](mailto:info@sikkim.ch)

T: +91 92325 13090, 03592 252516 M: 98320 79320, 94343 82036, 9647851055, 96478 50210, 97330 06595, 99333 33389



the bamboo retreat

...a truly himalayanboutique-hotel & panorama restaurant

## Ein Voluntär-Einsatz in Sikkim

### Gesundheit

Für Ihren Einsatz als Voluntär ist ein tadelloser gesundheitlicher Zustand nötig. Bitte informieren Sie sich mindestens 4 – 6 Wochen vor Abreise über die notwendigen Impfungen. Ausführliche Informationen finden Sie auf der Website für Reisemedizinische Beratung unter [www.safetravel.ch](http://www.safetravel.ch), die jedoch eine Konsultation beim Hausarzt oder bei einem Spezialisten für Reisemedizin nicht ersetzt.

-8-

**THE BAMBOO RETREAT, SAJONG, RUMTEK / GANGTOK**

P.O. Box 20, Gangtok 737101, Sikkim, India

SKYPE: bambooretreat

[www.bambooretreat.in](http://www.bambooretreat.in) [www.bambooretreathotel.com](http://www.bambooretreathotel.com)

Email: [reservations.bambooretreat@gmail.com](mailto:reservations.bambooretreat@gmail.com), [bambooretreat@gmail.com](mailto:bambooretreat@gmail.com), [info@sikkim.ch](mailto:info@sikkim.ch)

T: +91 92325 13090, 03592 252516 M: 98320 79320, 94343 82036, 9647851055, 96478 50210, 97330 06595, 99333 33389