



**d'Orientació  
Sociolaboral  
a Amèrica  
Llatina  
Bolívia**



# Introducció

---

Una de les principals manifestacions de la crisi al nostre país és l'enorme taxa d'atur, que provoca que molts ciutadans, majoritàriament joves, hagin d'optar per emigrar a altres països en busca de feina.

El gran dinamisme de les economies llatinoamericanes atrau a milers de ciutadans del nostre país que busquen feina, essent ja el continent que rep més emigració catalana; però, a diferència de la Unió Europea, cadascun dels estats d'Amèrica Llatina té una legislació pròpia en matèria de permisos de treball, de seguretat social o en matèria laboral. A més, hi ha diferències notables en aquests països pel que fa als sectors emergents, a la relació entre salaris i preus; presenten, d'altra banda, una gran diversitat en aspectes culturals, econòmics i polítics o en una sèrie de qüestions pràctiques i quotidianes. El coneixement previ d'aquestes realitats és fonamental i imprescindible a l'hora d'escollir el país de destinació.

La Guia per a l'Orientació Sociolaboral a Amèrica Llatina compta amb tota la informació útil dels divuit països més dinàmics de la regió. Des de les principals plataformes de recerca de feina o pis fins als tràmits per a l'obtenció dels visats i permisos de treball, passant pel context econòmic, polític o social de cada país. Des d'un llistat d'ambaixades, consolats i Comunitats Catalanes a l'Exterior que poden ser d'utilitat fins a una relació detallada dels salaris per sector. Des d'informacions sobre aspectes com la seguretat, sanitat o permisos de conduir fins als preus de la cistella bàsica de productes. Des d'un llistat dels principals dialectalismes fins a una radiografia del mercat laboral de cada país, passant per altres informacions pràctiques d'utilitat.

En definitiva, la Guia per a l'Orientació Sociolaboral a Amèrica Llatina pretén esdevenir una eina útil i pràctica per a totes aquelles persones en situació d'atur o que volen millorar la seva situació laboral i que no es tanquen les portes a l'emergent mercat laboral llatinoamericà.

La Guia per a l'Orientació Sociolaboral a Amèrica Llatina ha estat elaborada per **Gerard Bover i Vila** i **Martí Coromina i Quintana**. Per més informació ens podeu contactar a [guia.americallatina@gmail.com](mailto:guia.americallatina@gmail.com)

Amb el suport de:



Disseny portada i maquetació:



# 0. Índex

---

## 1. Dades del país ..... pàg. 06

- a) Dades sociodemogràfiques ..... pàg. 06
- b) Context historicopolític ..... pàg. 06
- c) Context econòmic ..... pàg. 06

## 2. Treballar a Bolívia ..... pàg. 08

- a) Estructura laboral ..... pàg. 08  
*Com és el mercat laboral?*
- b) Plataformes de recerca de feina ..... pàg. 08  
*On puc buscar feina?*
- c) Relació de salaris per sector ..... pàg. 08  
*Aproximadament, quant es cobra?*
- d) Permisos de treball ..... pàg. 10  
*Com obtinc els papers per treballar legalment a Bolívia*
- e) Consolat de Bolívia a Catalunya ..... pàg. 10  
*On m'he de dirigir per aconseguir els papers?*
- f) Ambaixada i consolats espanyols a Bolívia ..... pàg. 10  
*Qui més em pot assessorar?*

## 3. Què he de saber per viure a Bolívia ..... pàg. 12

- a) Cost de la vida ..... pàg. 12  
*Quin preu tenen els productes bàsics?*
- b) Plataformes de recerca de pis ..... pàg. 12  
*A on puc buscar allotjament?*
- c) Diners ..... pàg. 13  
*Quines monedes i bitllets hi ha?*  
*Com puc treure o canviar diners?*  
*Altres coses importants*
- d) Idiosincràsia ..... pàg. 13  
*Com són els bolivians i les bolivianes?*
- e) Dialectalismes ..... pàg. 14  
*Quines paraules he de conèixer?*

## f) Seguretat ..... pàg. 14

*Bolívia és segura?*

## g) Sanitat ..... pàg. 14

*De què m'he de prevenir?*

*I si em poso malalt?*

*Trobaré tots els medicaments?*

## h) Clima ..... pàg. 15

*Quin temps hi fa?*

## i) Permís de conduir ..... pàg. 15

*Puc conduir amb el permís europeu?*

## j) Endolls ..... pàg. 15

*Com són els endolls?*

## 4. Comunitats catalanes a l'exterior ..... pàg. 16

*Què són els casals catalans? ..... pàg. 16*

*Quins casals hi ha a Bolívia? ..... pàg. 16*

*Altres canals on contactar amb catalans residents a Bolívia ..... pàg. 16*

# 1. Dades del país

## a) Dades sociodemogràfiques

**Nom oficial:** Estat Plurinacional de Bolívia

**Capital:** La Paz

**Superfície:** 1.098.581 km<sup>2</sup>

**Població:** 10.027.257 milions d'habitants

**Idioma:** Espanyol, aimara, quítxua i 36 llengües precolombines

**Moneda:** Bolívia (BOB)

**Religió:** Des de la constitució de 2009 no existeix cap religió oficial. El 95% de la població es declara catòlica

**Divisió administrativa:** 9 departaments, 113 províncies i més de 300 municipis

**Densitat de població:** 9,15 hab/km<sup>2</sup>

**Renda per càpita:** 2.640 USD

**Domini internet:** .bo

**Codi telefònic:** +591

## b) Context historicopolític

Bolívia es troba en un punt d'inflexió i de canvis profunds des de l'any 2002. El període de 2002 a 2005 va ser un dels més crítics de la història boliviana, caracteritzat per una forta crisi econòmica i política, amb continus moviments de convulsió social. Durant aquest període Bolívia va tenir quatre presidents, fins que el desembre de 2005, Evo Morales Ayma, candidat del Movimiento al Socialismo i ciutadà indígena, és elegit president per majoria absoluta, amb al 54% de vots.

A partir d'aquí, el govern de Bolívia planteja un nou patró de desenvolupament econòmic, social i cultural, que consisteix en la construcció d'un Estat Plurinacional, inclusiu, que valori les persones i els pobles i que possibiliti l'empoderament dels moviments socials. El 2006 es presenta el Pla Nacional de Desenvolupament (PND) sota el títol "Bolívia Digna, Soberana, Democràtica para Vivir Bien", en el qual es marquen les quatre línies generals de treball del govern: la Bolívia productiva, que impulsa un rol més actiu de l'estat en l'economia productiva; la Bolívia digna, que abraça qüestions com els drets de les persones, l'exclusió social, la sanitat o l'habitatge; la Bolívia sobirana, que tracta com han de ser les relacions internacionals, i la Bolívia democràtica, que pretén aprofundir en la participació de la població.

L'evolució i la legitimitat del procés iniciat per Evo Morales ha estat, en general, positiva i amb el suport de la societat boliviana, fet que ho demostra la reelecció del candidat a les eleccions del 2009.

Si es vol aprofundir més en el tema, recomanem aquests documentals:

*Cocalero (2007)*

*La Guerra del Gas, Bolívia antes de Evo (2003)*

## c) Context econòmic

Com a conseqüència dels elevats preus dels productes bàsics que exporta el país, i d'una política macroeconòmica prudent, la taxa de creixement de Bolívia dels últims 10 anys ha estat d'un 4,8% de mitjana, amb la consecució

d'importants superàvits durant aquest període i amb un balanç fiscal que passa a ser positiu a partir del 2006. Gràcies a aquest context i a l'estabilitat política que ofereix la reforma impulsada pel govern l'any 2006, el deute públic disminueix del 94% del PIB l'any 2003 a menys del 40% el 2013. També hi augmenten significativament les reserves internacionals, es tripliquen els dipòsits i els crèdits bancaris i es reforça la solvència i la liquiditat dels bancs.

La millora del context econòmic permet que es redueixi l'índex de pobresa del 65% al 45%, mentre que l'Índex de Gini, l'indicador de les desigualtats socials, també es redueix de 0,60 a 0,46 durant el mateix període. Aquests resultats es deuen al fet que els segments més pobres de la població són els grans beneficiaris del creixement econòmic, complementat amb la projecció de programes socials fermes. Tot i els avanços, la desigualtat d'ingressos continua sent molt elevada i molts dels indicadors socials estan força per sota dels estàndards de la regió.

El creixement econòmic bolivià és molt vulnerable als canvis dels preus internacionals dels productes bàsics. La inversió privada encara s'hi ha de desenvolupar i els grans projectes d'inversió impulsats pel govern van força endarrerits. Un altre punt és l'alta taxa d'economia informal, que afecta directament la productivitat del país. S'ha avançat molt en el desenvolupament productiu a les àrees rurals, on viu un terç de la població, però encara existeix una infraestructura productiva i de serveis força precària.

Dades macroeconòmiques	
Creixement econòmic (2013)	6,83%
PIB (2013)	28.704 milions d'USD
PIB per càpita (2013)	2.575,68 USD
IDH (2013)	0,675
Coefficient de Gini (2013)	0,46
Taxa d'inflació (2013)	5,7%
Taxa d'atur (2012)	3,8%

Font: CEPAL, FMI i Banc Mundial

## 2. Treballar a Bolívia

### a) Estructura laboral

*Com és el mercat laboral?*

La demanda de llicenciats i tècnics és present tant en empreses públiques com privades. Actualment el panorama laboral bolivià mostra una gran manca de personal tècnic, en especialment d'enginyers, arquitectes i constructors. Tot i que els enginyers tenen poc pes dins el mercat laboral, sobretot perquè està regit per un gran volum de població amb pocs estudis, segons un informe fet pel mateix govern, calen treballadors amb una més gran especialització i experiència per satisfer les necessitats de les empreses dels diferents sectors. Altres àmbits destacables són els dels professionals de l'administració d'empreses, de l'economia, la medicina i les ciències jurídiques.

El centre econòmic del país és Santa Cruz. Tot i que la capital és la Paz, Santa Cruz és la ciutat més gran del país i la majoria de les grans i mitjanes empreses hi tenen les instal·lades. També és on, en proporció, hi ha els salaris més elevats del país, la feina més estable i, en general, on hi ha les millors ofertes de treball en el sector privat. La Paz i Sucre són els centres de producció d'ofertes de feina en el sector públic.

En l'àmbit industrial i manufacturer, el sector de l'agricultura és un dels que ofereix més llocs de treball del país, seguit per la mineria i la construcció. La quantitat de llocs de feina, però, no s'ajusta amb el nivell d'ingressos. Les activitats més ben remunerades estan relacionades amb la qualificació i el nivell d'estudis. El sectors predominants són els hidrocarburs seguits per la indústria de la fusta, l'agroindústria, la indústria alimentària, les telecomunicacions i la construcció de nivell tècnic.

### b) Plataformes de recerca de feina

*On puc buscar feina?*

#### **Públiques**

La Direcció General de Treball desenvolupa serveis d'intermediari, orientació i capacitació laboral per millorar les condicions de treball i d'accés al mercat laboral. És necessari inscriure-s'hi.

[www.mintrabajo.gob.bo/DGE.asp](http://www.mintrabajo.gob.bo/DGE.asp)

#### **Privades**

Plataformes gratuïtes per buscar feina. Les empreses hi publiquen les seves ofertes laborals. En algunes és necessari registrar-se i adjuntar-hi el curriculum vitae. Les ofertes són consultables per sector laboral i localització.

<http://mundoanunciobolivia.com/trabajo>

[www.bo.computrabajo.com](http://www.bo.computrabajo.com)

[www.trabajopolis.bo](http://www.trabajopolis.bo)

[www.empleate.com/bolivia](http://www.empleate.com/bolivia)

[www.locanto.com.bo/Empleo](http://www.locanto.com.bo/Empleo)

[www.opcionempleo.com.bo](http://www.opcionempleo.com.bo)

### c) Relació de salaris per sector

*Aproximadament quan es cobra?*

**1 euro són 9,47 bolivians (BOB).** Per comprovar possibles variacions en el canvi de divises consulteu el següent enllaç: [www.xe.com/es/currencyconverter](http://www.xe.com/es/currencyconverter)

Salari (en bolivians)	
Salari mitjà a temps complet	Entre 1.500 i 2.500 bolivians
Salari mínim	1.400 bolivians
Salaris per professió	
Metge/ssa	Entre 5.000 i 12.000 bolivians
Infermer/a	Entre 1.500 i 3.000 bolivians
Dependent/a d'un comerç	Entre 1.400 i 2.000 bolivians
Comercial	Entre 2.000 i 4.000 bolivians
Peó Industrial	Entre 1.400 i 2.000 bolivians
Professional en Gestió Cultural	Entre 2.000 i 5.000 bolivians
Transportista	Entre 1.400 i 2.500 bolivians
Activitats de periodisme i comunicació	Entre 2.500 i 5.000 bolivians
Professor/a de primària	Entre 1.700 i 8.300 bolivians (depenent d'antiguitat)
Professor/a de secundària	Entre 1.700 i 8.300 bolivians
Professor/a d'universitat	Entre 1.700 i 10.000 bolivians (depenent d'antiguitat, rang del professor i càrrega d'hores lectives)
Auxiliar administratiu/va	Entre 1.400 i 2.500 bolivians
Arquitecte/a	Entre 6.000 i 12.000 bolivians
Recepcionista d'hotel	Entre 1.400 i 2.500 bolivians
Cambrer/a	Entre 1.400 i 2.000 bolivians
Advocat/a	Entre 4.500 i 8.000 bolivians
Enginyer/a	Entre 6.500 i 12.000 bolivians
Educador/treballador social	Entre 1.400 i 2.500 bolivians

## 2. Treballar a Bolívia

### d) Permisos de treball

*Com obtinc els papers per treballar legalment a Bolívia?*

Per obtenir el permís de treball cal tenir un contracte de feina a priori, és a dir, que l'empresa legalment establerta a Bolívia emeti la sol·licitud. Amb el visat de turista es poden tramitar els visats de treballador un cop s'ha ingressat al país. Una altra opció és aconseguir el permís de treball abans de partir cap a la destinació a través de la gestió al Consolat General de Bolívia a Barcelona. Hi ha dues bones opcions que s'han de tenir en compte:

#### 1. Visat d'objecte determinat

Visat que se sol·licita per a viatges de negocis o amb un contracte laboral. Té una durada determinada de 30 dies, prorrogable en dues ocasions, amb un màxim de 90 dies. Els requisits es poden trobar a la següent pàgina web del Consolat de Bolívia a Barcelona, on s'especifica la documentació necessària i des d'on es poden descarregar els formularis de sol·licitud.

<http://consuladodeboliviaenbarcelona.es/slide/tramite/visa.php>

O també:

[www.empleo.gob.es/es/mundo/consejerias/peru/trabajar/Bolivia/index.htm](http://www.empleo.gob.es/es/mundo/consejerias/peru/trabajar/Bolivia/index.htm)

#### 2. Visat de Residència Temporal d'un Any

Permet la residència temporal d'un any, durant el qual es podran dur a terme diferents activitats, remunerades i no remunerades, tant econòmiques, esportives com de voluntariat. Es recomanable aquest tipus de visat si es van a fer activitats de voluntariat o de treball social. Els requisits es poden trobar a la següent pàgina web, on s'especifica la documentació necessària i des d'on es poden descarregar els formularis de sol·licitud. Un cop caducada es pot renovar fàcilment.

<http://consuladodeboliviaenbarcelona.es/slide/tramite/visa.php>

### e) Consolat de Bolívia a Catalunya

*On m'he de dirigir per aconseguir els papers?*

**Consolat General de Bolívia a Barcelona**

**Adreça:** Carrer Trafalgar, núm. 6, principal, 1a, 08010 Barcelona (Zona d'Urquinaona)

**Telèfons:** 93 3226512, 93 3009289

**Pàgina web:** <http://consuladodeboliviaenbarcelona.es/>

A la pàgina web hi ha un apartat de consultes per correu electrònic.

**Horari d'atenció:** de dilluns a divendres, de 8.30h a 14.00h

### f) Ambaixada i consolats espanyols a Bolívia

**Ambaixada d'Espanya a La Paz**

**Adreça:** Av. 6 de Agosto, 2827.- La Paz. Casilla de Correos: 282.

**Telèfon:** (591) 2.243.35.18

**Telèfon d'emergència consular:** (591) 720.264.21

**Fax:** (591) 2 .211.32.67

**Correu electrònic:** emb.lapaz@maec.es

**Consolat General d'Espanya a Santa Cruz**

**Adreça:** Av. Cañota esq. Perú.

**Telèfon:** (591) 3.334.65.00

**Fax:** (591) 3.312.13.68

**Correu electrònic:** cog.santacruzdelasierra@maec.es

**Consolat General Honorari d'Espanya a Sucre**

**Adreça:** Calle Bolivar, 625, Sucre

**Telèfon:** (591) 4.643.95.92

**Fax:** (591) 691.19.18

**Vice-Consolat Honorari d'Espanya a Tarija**

**Adreça:** Calle Sucre, 721, Tarija

**Telèfon:** (591) 4. 66.444.46

**Fax:** (591) 4.664.50.17

**Consolat Honorari d'Espanya a Cochabamba**

Actualment, sense oficina física

**Correu electrònic:** consulhon.es.cbba@hotmail.es

**Telèfon mòbil:** (591) 70758302 (Per a consultes. Només els dies laborables, de 16.00h a 20.00h, hora boliviana)

# 3. Què he de saber per viure a Bolívia

## a) Cost de la vida

*Quin preu tenen els productes bàsics?*

**1 euro són 9,47 bolivians (BOB)**

Per comprovar possibles variacions en el canvi de divises consulteu el següent enllaç:

[www.xe.com/es/currencyconverter](http://www.xe.com/es/currencyconverter)

- El lloguer d'un pis estàndard de dues habitacions costa entre 300 i 600 dòlars americans
- El lloguer d'una habitació estàndard costa entre 250 i 750 bolivians
- Un bitllet d'autobús urbà o metro costa entre 1,50 i 2,50 bolivians
- Un bitllet d'autobús interurbà de La Paz a Santa Cruz costa 180 bolivians
- Un litre de gasolina costa 3,80 bolivians
- Una hora en un cibercafé costa entre 2 i 4 bolivians
- La quota mensual d'Internet a casa costa entre 225 i 270 bolivians
- La quota mensual de telefonia mòbil costa entre 180 i 220 bolivians
- El menú del dia en un restaurant estàndard costa entre 25 i 40 bolivians
- Una ampolla de litre i mig d'aigua costa entre 6 i 8 bolivians
- Un refresc personal al supermercat costa entre 2,5 i 9.50 bolivians
- Un cafè en un bar estàndard costa entre 5 i 14 bolivians
- Un quilo d'arròs al supermercat costa entre 12 i 16 bolivians
- Mig quilo de carn picada al supermercat costa entre 18 i 22 bolivians
- Mitja dotzena d'ous al supermercat costen entre 4,80 i 6 bolivians
- Un quilo de ceba al supermercat costa entre 8 i 12 bolivians
- Un litre de llet al supermercat costa entre 4,50 i 5 bolivians
- Una cervesa en un bar estàndard costa entre 18 i 22 bolivians
- Un diari al quiosc costa entre 4 i 7 bolivians

## b) Plataformes de recerca de pis

*On puc trobar allotjament?*

El mercat de lloguer per internet té moltes mancances. La majoria d'ofertes de lloguer són per a La Paz, Sucre i Cochabamba.

**Olx:** una de les principals pàgines d'anuncis classificats, especialitzada en lloguer d'habitatges.

[www.olx.com.bo/piso-casa-en-alquiler-cat-363](http://www.olx.com.bo/piso-casa-en-alquiler-cat-363)

**Buen Negocio:** pàgina exclusivament dedicada al lloguer i compravenda de cases i pisos.

[www.buennegocio.bo/bolivia/departamentos-en-alquiler](http://www.buennegocio.bo/bolivia/departamentos-en-alquiler)

**Casas Bolívia:** pàgina especialitzada en el sector immobiliari, classificat per ciutats però amb forta presència d'ofertes.

[www.casas.bo](http://www.casas.bo)

**Inmuebles Bolívia:** una altra de les principals plataformes d'habitatge, ofereix cases i pisos de més categoria.

[www.inmueblesbolivia.net/bi](http://www.inmueblesbolivia.net/bi)

## c) Diners

*Quines monedes i bitllets hi ha?*

La moneda oficial és el bolivià (BOB), tot i que és comú anomenar-la peso. El bolivià es divideix en bitllets de 10, 20, 50, 100 i 200 bolivians, monedes d'1, 2 i 5, i centaus de 10, 20 i 50.

*Com puc treure o canviar diners?*

A totes les ciutats mitjanes i grans hi ha caixers automàtics que accepten les principal marques de targetes de crèdit. Els caixers dispensen bitllets de 50 i 100 bolivians. Es pot pagar amb targeta als grans hotels, supermercats i restaurants, però no a la majoria de comerços del país.

Es pot canviar diners als bancs i a les cases de canvi o a algunes agències de viatges. Tot i que també es poden canviar els euros, el dòlar americà va més cotitzat, ja que és la moneda que utilitzen els bolivians per estalviar.

En moltes sucursals bancàries i en altres establiments es poden rebre transferències internacionals de diners a través d'empreses com Money Gram o Western Union.

*Altres coses importants*

L'IVA a Bolívia és d'un 13% i sempre s'ha d'incloure en el preu.

És recomanable anar a comprar amb bitllets petits, menys de 50 bolivians, ja que trobar canvi és una cosa realment complicada. Si es canvien diners, és necessari demanar bitllets petits. En cas que sigui necessari, els bancs poden ser útils per descanviar bitllets grans.

## d) Idiosincràsia

*Com són els bolivians i les bolivianes?*

La vida quotidiana i l'actitud dels bolivians varia molt segons el clima i l'altitud. Es diu que els habitants de les terres baixes, els *cambas*, són més acollidors que els *collas*, habitants de les terres altes. Segons els tòpics locals, els *collas* són més treballadors i més tancats amb els estrangers. Les grans desigualtats socials i la diferència entre el món rural i l'urbà també marquen la forma de viure.

Gran part de la població viu en zones rurals. Els pagesos tenen un estil de vida tradicional, moltes vegades sense aigua corrent, calefacció o electricitat, mentre que la vida urbana de les grans ciutats ofereix totes les comoditats. La vestimenta també canvia força: des dels vestits típics de les *cholitas* de l'altiplà, a la moda d'última tendència de Santa Cruz, la ciutat més gran del país. Molts afirmen que Santa Cruz és més brasilera que boliviana.

# 3. Què he de saber per viure a Bolívia

Bolívia té una extensa cultura tradicional. Els rituals d'ofrenes a la *Pachamama*, la mare terra, o el fet de mastegar la coca durant tot el dia per no cansar-se i per l'altura, en són trets característics. El 70% de la població viu a l'altiplà. La majoria de la societat reivindica la seva identitat indígena i molts d'ells parlen el quítxua o l'aimara, les dues llengües indígenes més parlades.

## e) Dialectalismes

*Quines paraules he de conèixer?*

### Paraules comunes del llenguatge a Amèrica Llatina

Ahorita – Expressa pròximament  
Boleto – Bitllet, entrada  
Camarón – Gamba  
Celular – Telèfon mòbil  
Chancho – Porc  
Chismoso – Xafarder  
Closet – Armari  
Coger – Acte sexual  
Computadora – Ordinador  
Gringo – Relatiu a EUA  
Laptop – Ordinador portàtil  
Maní – Cacauets  
Papa – Patata  
Pendejo – Estúpid. Idiota (despectiu)  
Piso – Terra, sòl  
Puto – Homosexual (despectiu)  
Rata – Lladre  
Res – Carn de vaca  
Soroche – Mal d'altura  
Tenis – Sabates esportives  
Verga – Òrgan sexual masculí

### Paraules específiques de Bolívia

Bulto – Motxilla  
Ch'aquí – Ressaca  
Chau – Adéu, fins aviat  
Chicha – Beguda típica de farina macerada.  
Choco – Ros, persona de cabell clar  
Churo/a – Bonic, persona atractiva  
Disque – Diu que  
Facho – Feixista  
Guagua – Infant, en quítxua  
Obrar – Anar de ventre  
Pega – Feina, treball  
Pelado/a – Noi o noia jove

Pegar – Tancar, per exemple, una porta  
Quilombo – Caos, desordre  
Tranquera – Accés, entrada  
Th'anta – Pa, en quítxua

## f) Seguretat

*Bolívia és segura?*

A la Paz, Cochabamba i Copacabana és on es concentren la petita delinqüència i els grups d'estafadors. A Bolívia hi ha una forta tradició de protesta social, i les manifestacions hi són freqüents, però normalment són pacífiques. Els bloquejos de les carreteres i les vagues en el transport també hi són habituals i poden provocar col·lapses durant uns quants dies.

El principal problema de Bolívia són les carreteres. Moltes no estan asfaltades i no hi ha manteniment, cosa que provoca un índex elevat d'accidents de trànsit. Durant la temporada de pluges són comunes les inundacions i els talls de carreteres. És important informar-se de l'estat de les vies abans de fer un desplaçament.

## g) Sanitat

*De què m'he de prevenir?*

El principal malestar que afecta els nous visitants de Bolívia són els problemes derivats del menjar, els problemes estomacals. Es demana, sobretot els primers dies, vigilar amb el menjar i la beguda.

El mal d'altura pot afectar a l'altiplà, situat a una altura d'entre 3.000 i 4.000 metres. En aquesta zona, s'hi poden trobar ciutats com La Paz, Copacabana o Potosí. Tot i que no és obligatori, es recomana vacunar-se de la

febre groga abans d'entrar al país, i portar un bon repel·lent de mosquits si un s'estableix a les zones més càlides de Bolívia, com per exemple a Santa Cruz.

*I si em poso malalt?*

Lamentablement, els hospitals públics no disposen de tan equipament clínic com els privats, fet que els impedeix de donar un servei més extens. A les grans ciutats es poden trobar els millors hospitals. A zones més allunyades dels nuclis urbans, és més difícil trobar centre mèdics acceptables. Molts metges i hospitals exigeixen el pagament en efectiu encara que es disposi d'assegurança mèdica.

*Trobaré tots els medicaments?*

A les grans ciutats, la majoria de farmàcies estan ben equipades, però hi ha casos en què falten medicaments poc comuns. A zones més rurals, és més complicat.

*Altres coses que he de tenir en compte*

No és recomanable beure aigua de l'aixeta a tot el país. Per evitar la diarrea, s'ha de vigilar amb els làctics i la fruita o verdura que no hagi estat bullida o pelada prèviament.

## h) Clima

*Quin temps hi fa?*

A Bolívia hi ha tot tipus de zones climàtiques, des de la calor extrema a les zones tropicals, fins al fred més punyent a l'altiplà. La temporada de pluges és a l'estiu, del novembre a l'abril. Les pluges són molt intenses i poden provocar esllavissament a les carreteres. Al final de l'època de pluges, baixen molt les temperatures, i es pot arribar a sota zero a les nits a localitats com la Paz.

El període més sec és de maig a octubre, i és considerat l'època hivernal. A Cochabamba, Sucre i Tarija l'hivern es caracteritza per temperatures òptimes. A la conca de l'Amazones el clima és molt càlid i molt humit tot l'any.

## i) Permís de conduir

*Puc conduir amb el permís europeu?*

A causa de canvis constants en la legislació sobre el trànsit, es recomana aconseguir el Permís Internacional de Conduir, que és expedit per la DGT. En aquesta pàgina web, hi trobareu els requisits per obtenir-lo.

[sede.dgt.gob.es/es/tramites-y-multas/permiso-de-conduccion/permiso-internacional/](https://sede.dgt.gob.es/es/tramites-y-multas/permiso-de-conduccion/permiso-internacional/)

## j) Endolls

*Com són els endolls?*

Els tipus d'endoll més utilitzat són l'A i el C. La tensió acostuma a ser de 230 volts.



# 4. Comunitats catalanes a l'exterior

---

## Què són els casals catalans?

Les Comunitats Catalanes a l'Exterior (CCE) són entitats privades constituïdes per catalans o catalanòfils arreu del món (casals, associacions, centres catalans, agrupacions acadèmiques o empresarials...) reconegudes per la Generalitat de Catalunya.

Les Comunitats Catalanes a l'Exterior compleixen un paper fonamental a l'hora de projectar Catalunya al món: donen a conèixer el país i la cultura i la llengua catalanes arreu. A més, les CCE contribueixen a crear un teixit associatiu a la zona on estan establertes i, amb les activitats que organitzen i les relacions que estableixen, exerceixen de difusors civils de Catalunya.

Per tant, les Comunitats Catalanes a l'Exterior esdevenen un punt de trobada i de suport mutu entre els catalans residents en aquella regió. És un bon punt de trobada per fer contactes i conèixer gent que fa anys que viu al país. Poden orientar o assessorar a l'hora de buscar feina o pis, i és un bon lloc per a la realització d'activitats, celebració de festes tradicionals o parlar català, que sovint es troba a faltar.

## Quins casals hi ha a Bolívia?

De moment no hi ha cap Comunitat Catalana de l'Exterior reconeguda oficialment a Bolívia.

## Altres canals on contactar amb catalans residents a Bolívia

Catalans al món:

[www.catalansalmon.com](http://www.catalansalmon.com)

Facebook de Catalans al món:

[www.facebook.com/pages/CATALANS-AL-M%C3%93N/135642677500](https://www.facebook.com/pages/CATALANS-AL-M%C3%93N/135642677500)

[www.facebook.com/pages/Catalans-Al-M%C3%B3n/192114254245636](https://www.facebook.com/pages/Catalans-Al-M%C3%B3n/192114254245636)

Twitter de Catalans al món:

[@catalanspelmon](https://twitter.com/catalanspelmon)

