



**MEMÒRIA**  
**HEALTH US NEPAL**  
**Any 2019**

## MEMÒRIA HEALTH US NEPAL 2019

Durant aquest any 2019 la ONG Health Us Nepal ha fet el segon aniversari, amb treball intens per part d'en Marc al Nepal i també a Catalunya. S'ha progressat amb el compliment dels objectius plantejats per l'any. Ens havíem plantejat els següents objectius pel 2019

### Al Nepal:

1. Millora del centre mèdic.
2. Consolidació de l'equip mèdic local.
3. Creació Contrapart ONG Local:
4. Contracte laboral a Marc Boix (Contracte local a Catalunya)

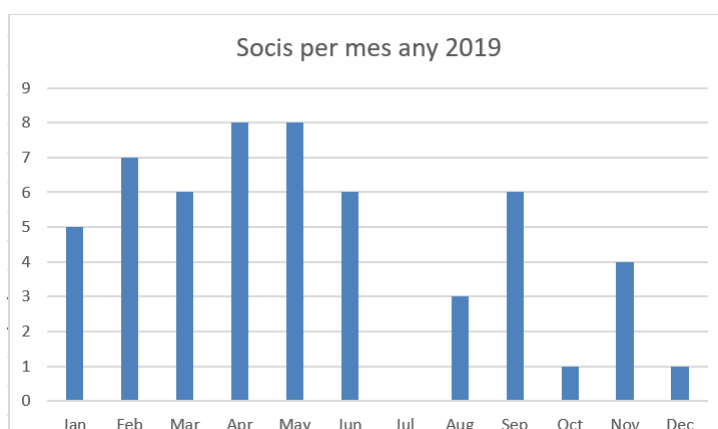
### A Catalunya:

5. Augmentar la base social: 120 socis a final de 2019
6. Arribar a 1000 seguidors a facebook / Instagram
7. Promoció de la ONG a nivell local (conferències)
8. Consolidació dels canals de comunicació de la ONG
9. Consolidació de l'acció al Nepal, gestió de comptes i persones

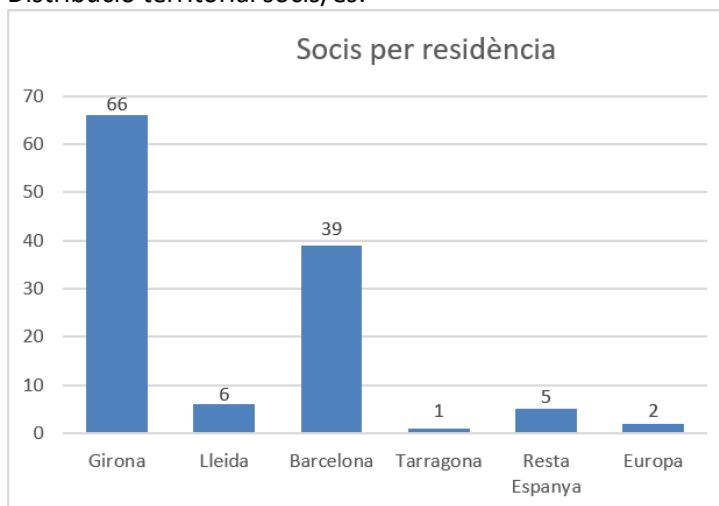
Aquest segon any de l'associació era el de consolidació i l'assentament. Es fa una valoració molt positiva dels diferents àmbits a tenir en compte:

1. S'ha fet una bona tasca de difusió i promoció de l'associació a diferents nivells, tal com es pot veure amb detall en el desglossat per àmbits.
2. S'han complert, sobradament, les expectatives d'acció al Nepal, amb un gran esforç d'en Marc tant pel que fa als contactes i cerca de col·laboradors i treballadors allà, com amb el seu treball directe tant a Simikot amb la farmàcia i espai d'atenció sanitària, com amb el seu desplaçament periòdic als diferents pobles de la zona.
3. S'ha aconseguit un bon nombre de persones associades i donants puntuals que resumim amb les dades següents:

- **Total sòcies/es incorporats a l'any 2019. 5,7,6,8,8,6,0,3,6,1,4,1. Total any 2019: 55**  
Altes durant l'any:



### Distribució territorial socis/es:



- **Socis:** 119. Dels quals, 45 homes i 72 dones. A més, dues empreses.
- **Persones donants puntuals:** 104 (entre els quals 2 ajuntaments i 5 empreses)

## A. Àmbit de Comunicació

### A.1. Creació d'una pàgina web

Pàgina web creada, amb el domini [www.healthusnepal.org](http://www.healthusnepal.org), creada amb base wordpress. Traduïda al català i al castellà. S'ha donat de baixa de Don Dominio i s'ha migrat a la plataforma Abcore, de Help On. El manteniment té un cost de 18 euros al mes i ens permet fer front als problemes tècnics que varem tenir (atacs informàtics). També s'ha adquirit un plugin de traducció, que té un cost d'aproximadament 60 euros l'any (a confirmar al venciment). Amb tot, s'ha aconseguit establir la web.

### A.2. Organització de xerrades informatives i altres activitats

Data	Lloc / destinataris / acció / ...	Tipus d'activitat	assistents
12/02/19	Univ. Girona. Facs. Medicina i Infermeria	presentació	90
22/03/19	Univ. BCNA. Fac. Medicina. Bellvitge	presentació	130
30/04/19	Rotary Banyoles	presentació	12
16/05/19	Univ. BCNA. Fac. Medicina. Clinic	presentació	40
21/05/19	IES Santa Coloma. Alumnes 1er Bx	presentació	89
24/05/19	Associació La Sagrera es mou. BCNA	presentació	24
08/06/19	Semergen Catalunya. 4t. Congrès Metges de família	presentació	40
08/07/19	Centre Excursionista Farners	presentació	28
11/07/19	Arxiu comarcal de la Garrotxa	presentació	35
11/07/19	Rotary Olot	presentació	13
16/07/19	Rotary Banyoles	presentació	10
04/10/19	Blanes. Centre Catòlic	presentació	25
28/11/19	Centre Excursionista Olot	presentació	26
10/12/19	Trobada ex- comandaments NESTLE	presentació	28
16/12/19	Amics de la UNESCO. Barcelona	presentació	14

Altres activitats:

Localització	Data	Tema
Escola Castanyer de St. Joan les Fonts	25/02/19	Presentació en la Fira Sta. Llúcia
Hospital Arnau Vilanova de Lleida	04/07/19	Trobada amb companys MIR
Ajuntament Olot	11/07/19	Nomenament Marc embaixador d'Olot al Nepal
Ajuntament Les Preses	11/07/19	Trobada Alcaldia
Fira de Girona.	26-29/10/19	Participació a l'estand de Ratafia Malhivern
Fira de la Ratafia. Sta. Coloma de Farners	09/11/19	Participació a l'estand de Ratafia Malhivern
Fira de la Ratafia i Xocolata. Berga	23/11/19	Participació a l'estand de Ratafia Malhivern
Centre Exc. Olot	28/11/19	Exposició fotos 18-29/11
Fira de St. Nicolau. El Mallol	06/12/19	Participació a l'estand de Ratafia Malhivern

### A.3. campanyes on-line

#### **Teaming.net**

S'ha obert un compte a teaming.net: [www.teaming.net/healthusnepal](http://www.teaming.net/healthusnepal) . S'ha fet promoció en el segment més jove i en xerrades a estudiants de Medicina i d'infermeria a universitats. A final de 2019 hi havia 3 participants i s'han recollit 20 euros.

#### **Worldcoo**

La campanya a través de Worldcoo/Netquest finalitzada a finals de 2018, es va ingressar el Gener de 2019, i es va dur a terme l'acció sobre el terreny (Veure apartat Nepal). Finalitzada i justificada el Setembre de 2019.

S'ha completat una nova campanya on-line de 2019, per Worldcoo i Netquest, que s'ha començat a executar durant el quart trimestre. Es preveu completar-la durant el primer trimestre de 2020. Hem ingressat al 2019, 11.018 €

### A.4. Vídeo informatiu i material per conferències

No s'ha pogut avançar com estava previst en aquest aspecte. Segueix pendent d'aconseguir un voluntari que ens pugui ajudar. De totes maneres, el vídeo de campanya del diari El País, servirà com a material de qualitat per difondre el missatge.

### A.5. Impulsar relacions amb altres ONG's

S'ha continuat la relació amb altres ONG's i fundacions com son:

Al Nepal

- **Hugging Nepal**, relació potenciada aquest any, han ajudat especialment tan a recollir material que ens han anat portant voluntaris com a guardar-lo.

A Catalunya

- **Iwith/ Help On:** HUN és actual membre de la fundació. Ramon Boix contribueix personalment el cost de soci de la nostra associació (uns 12eur mensuals). Alhora, ens gestionen la web (part tècnica). La fundació ha canviat de nom a Help on.
- **Live Nepal** el senyor Josep Cabrera, fisioterapeuta, constituïda a partir del terratrèmol de 2015. Actuen en els camps de la sanitat i assistència social, tant a la capital com a zones remotes del Lang Tag. El seu promotor, en Josep Cabrera, va anar a SIMIKOT el més de març passat amb un altre membre de la seva ONG i va poder veure les condicions de la regió on es treballa. També va poder ajudar en alguns casos a en Marc
- **Ajudant Ajudar:** a través del senyor Josep Maria Trabal amb qui s'ha obert la possibilitat de establir algun conveni que ens ajudi. Hem explorat la col·laboració però finalment s'ha desestimat
- **Amics de NEPAL:** Associació amb uns 20 anys de història, que ens ha explicat formes de gestionar fiscalment.

A.6. Comunicació a mitjans

PREMSA 2019		
data	Mitjà	Tema
01/01/19	Ressó. Sta. Coloma de Farners	Col·laboració de ratafia Malivern a la Festa de la Ratafia de Sta. Coloma de Farners.
21/01/19	Xarxanet	La ONG
14/03/19	La Comarca. OLOT	Donació de l'Escola Castanyer de St. Joan les Fonts
18/04/19	Diari de Girona	Resum assemblea
18/04/19	El Punt. Avui	
01/05/19	Ressó. Sta. Coloma de Farners	
09/05/19	La Comarca. OLOT	Donació Rotary Olot
21/05/19	Xarxanet	La ONG. En anglès ( <a href="#">link</a> ).
11/07/19	El garrotxí.cat	Nomenament a l'Ajuntament d'Olot de en Marc com a embaixador d'OLOT al NEPAL
12/07/19	Garrotxa digital.cat	
13/07/19	Diari de Girona	
16/07/19	El Punt. Avui	
18/07/19	La Comarca. OLOT	
01/09/19	Ressó. Sta. Coloma de Farners	Reunio al Centre Exc. Farners
28/11/19	La Comarca. OLOT	Expliquen exp. fotos al local del Centre Exc. Olot

ENTREVISTES 2019		
Data	Mitjà	Activitat
21/01/19	Xarxanet	entrevista Ramon Boix
23/01/19	Radio Euskadi. La casa de la Palabra	Entrevista Aleix Pujades
25/06/19	El País	Reportatge Pienso luego actuo. Entrevista a en Marc Boix ( <a href="#">Link</a> )
02/07/19	Radio Euskadi. Levantando anclas	Entrevista Marc Boix i Aleix Pujades
17/07/19	TV OLOT. La Finestra	entrevista a Marc Boix
28/11/19	Radio La Vall. Les Preses	entrevista Ramon Boix

#### A.7. Comunicació interna

- La llista de distribució actual a Mailchimp és d'unes 1000 adreces. A Facebook hi ha uns 900 seguidors i a Instagram uns 600. El ressò del correu és important, amb bons ratis d'obertura
- S'ha començat un grup de whatsapp pels associats
- S'han imprès 1.000 còpies més del fullet informatiu de Health Us Nepal, a través de Pixart Printing, la opció més econòmica.

### **B. Àmbit de Administració de la ONG**

#### B.1. Elaboració de comunicacions estàndards a socis i simpatitzants

No s'han elaborat comunicacions estandarditzades ja que es vol continuar amb correus personalitzats. S'han sincronitzat els dos comptes: [info@healthusnepal.org](mailto:info@healthusnepal.org) i [healthusnepal@gmail.com](mailto:healthusnepal@gmail.com). La idea és fer servir exclusivament info@...

#### B.2. Obertura del llibre de comptabilitat i seguiment de pressupostos

S'ha començat a treballar amb la gestoria Casanovas per tal que ens ajudi a complir amb les obligacions que la normativa d'associacions en obliga. També per anar fent les memòries econòmiques i de funcionament segons normatives que ens permetin plantejar les desgravacions fiscals en un futur.

#### B.3. Registre a organismes oficials

Cap canvi respecte al passat. Segueix en estudi incloure la ONG al registre municipal d'entitats de Girona o altres poblacions. Prèviament caldrà fer els tràmits per tenir subseu a Girona.

#### B.4. Ratificació de la Junta i elaboració de comissions

S'ha ratificat la junta i s'ha modificat la composició de la junta incorporant la figura de vicepresident a Joaquim Boix, votat a l'Assamblea de 2019, i no s'ha elaborat cap comissió específica.

#### B.6. Repositori d'imatges i material gràfic de la ONG

Les imatges s'han anat desant a Google Drive, arribant gairebé al límit de l'emmagatzematge.

### **C. Àmbit d'acció territorial (Catalunya)**

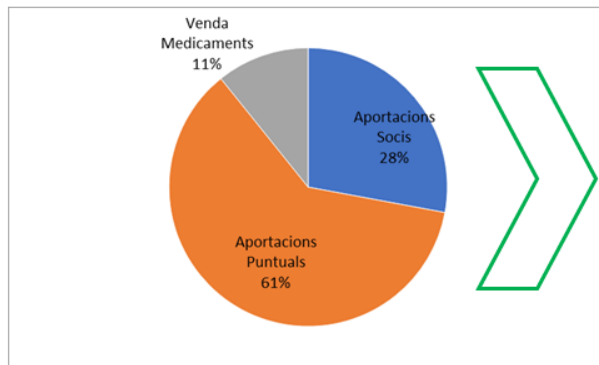
#### C.1. Comunicacions a socis i simpatitzants

- Informacions trimestrals als socis per e-mail. S'han elaborat 4 comunicacions aquest any per mailchimp.
- S'han repartit, sense càrrec, samarretes de la ONG fetes el Nepal, portades per en Marc a socis i col·laboradors puntuals. La donació ha estat de una samarreta per soci-sòcia i col·laborador-a. Si algú n'ha volgut més s'han subministrat amb una donació voluntària.

## C.2. Resultats



**INGRESSOS - 69m€**



42m€	<u>Aportacions puntuals</u>
19m€	<u>Aportacions sòcis</u>
11m€	<u>Venda medicaments</u>

Concepte	Pressupost 19	Executat 19	%
<b>Despeses</b>	-42.883 €	-46.121 €	
<b>Activitat:</b>	-27.883 €	-33.953 €	
<b>Compres i aprovisionaments</b>	-15.000 €	-12.168 €	26,38%
<b>Sous i Salari:</b>	-9.600 €	-12.633 €	27,39%
<b>Arrendaments</b>	-1.440 €	-1.427 €	3,09%
<b>Transport</b>	-4.500 €	-8.637 €	18,73%
- Transport medicaments i materials	-2.500 €	-6.915 €	14,99%
- Viatges Marc	-2.000 €	-1.722 €	3,73%
<b>Serveis bancaris</b>	-200 €	-301 €	0,65%
<b>Reforma farmàcia</b>	-2.000 €	-4.812 €	10,43%
<b>Publicitat, propaganda i relacions públiques</b>	-500 €	-275 €	0,60%
<b>Altres despeses</b>	-1.443 €	-2.654 €	5,75%
-Web	-743 €	-860 €	1,87%
-ONG	-100 €	-34 €	0,07%
-Equipament tècnic	-600 €	-1.759 €	3,81%
<b>Altres no contemplats en pressupost</b>	0 €	-998 €	2,16%
Suport sordmuda		-492 €	1,07%
Altres despeses		-2.090 €	4,53%
Amortitzacions		-331 €	0,72%
<b>Repagament Deute Marc</b>	-8.000 €	0 €	
<b>Total despeses activitat</b>	-27.883 €	-46.121 €	
<b>Benefici o (pèrdua abans d'impostos)</b>	10.417 €	22.941 €	

Inclourem també en aquest apartat de la captació en espècies:

- Recollida de medicaments de persones diverses (que s'han portat de Nepal). Recol·lecta per part dels empleats de Nicequest, així com també per part d'altres col·laboradors i de Live Nepal i de Hugging Nepal.
- Glucòmetres, 4, tires d'anàlisi 200 i punçons estèrils, 200, donats per ROCHE i lliurats a SIMIKOT per Josep Cabrera, de LIVE NEPAL, juntament amb una gran quantitat de medicaments i material mèdic de petit format aconseguits per LIVE NEPAL de varis laboratoris i col·laboradors.
- Medicaments i material sanitari de petit format aportat per diferents persones i lliurat al Nepal.
- Microscopi òptic donat per la Clínica Veterinària 1001, de Banyoles, portats a SIMIKOT

- Equip de centrifugació de mostres de sang per al laboratori que s'ha de muntar a SIMIKOT, aportat per Josefina Marin, infermera de l'Hospital Clínic.
- Material sanitari i medicaments aportats per Pau Donés recollits de l'Hospital del Vall Hebron, tot lliurat a Katmandú. També va portar-hi dues cames ortopèdiques provinents d'una donació particular.
- Motxilles per escolars donades per Helen Doron Galileu, Helen Doron les Corts i Helen Doron Gavà i Viladecans. En Marc ens tramet que és important per la motivació a l'estudi, guardar i portar bé el material escolar i tot dins de la importància que dona al canvi de les mentalitats pel que fa a la higiene en molts aspectes de la vida diària.

#### D. Àmbit d'acció territorial (Nepal)

- Segueix l'activitat de la farmàcia i centre mèdic a Simikot, en local de lloguer, que costa aproximadament 120 euros al mes.
- S'ha aconseguit donar servei i tractar patologies que anteriorment no es podien tractar a la zona, així com dotar de medicaments de qualitat a les persones.
- S'ha potenciat l'atenció a domicili a les zones remotes, focalitzada a persones més necessitades i amb dificultat per desplaçar-se a Simikot
- **Campanya anti-parasitària:** Hem detectat que cada any, després de la temporada d'hivern, les bacteries i els paràsits actuen sense cap obstacle, provocant malalties intestinals a la població més vulnerable de Humla, afectant sobretot als nens.

Per intentar reduir el seu efecte, hem educat a diverses dones de cada poble, perquè siguin les nostres ambaixadores. Ens han ajudat a multiplicar el nostre impacte i s'han encarregat de tractar els nens d'aquests pobles, proporcionant-los medicina preventiva contra el paràsit que els hem donat. S'ha aconseguit tractar a més de 100 nens amb aquesta acció, a un cost aproximat de 3 euros per nen.

- **Malnutrició:** Molts nens petits a Humla mengen terra i pedretes. Sabem que l'alimentació a Humla és monotona, incompleta, en poca quantitat i gens ni gota variada. Per tant, desnutrició i malnutrició general de la població, però sobretot als infants i la gent gran. Aquests dèficits alimentaris s'agreuenc encara més ara, durant l'hivern. Aquestes carències nutricionals fa que molts infants d'entre 2-8 anys tinguin l'instint i la necessitat d'ingerir terra, llepar i rosegar pedretes per suplir els seus dèficits minerals. Es tracta d'un trastorn conegut amb el nom de la Pica. Els nens fent això senten alivio i quasi podríem dir que plaer, la qual cosa, després fa que sigui un hàbit de difícil control i correcció. Allà segurament ho relacionaríem també amb problemes mentals i recurriríem a suport psicològic. Nosaltres hem estat tractant aquests infants amb suplement de zinc i complex polivitamínic amb minerals. Funciona, i ells sols al cap d'unes setmanes abandonen aquest hàbit d'ingerir terra sense haver-los de picar els ditets. El zinc és un oligoelement que forma part d'uns 80 enzims, per tant és un element que intervé en molts processos biològics i metabòlics. Entre aquests cal destacar el seu paper en el creixement de cèl·lules intestinals (per tant millor digestió i absorció dels aliments i nutrients), creixement ossi i enfortiment del sistema immunològic (protecció enfront a les infeccions respiratòries. La dosi que necessitem és d'entre 5mg/dia a 15 mg/dia segons l'edat dels infants. Els requeriments diaris segons la OMS són de 2mg a infants menys d'1 any i de 7mg a infants de 1-3 anys.
- Adquisició d'un terreny propi: És el gran projecte que ens hem marcat a mig-llarg termini. Ens preocupa no poder disposar d'un espai propi. Estarem atents a oportunitats que puguin sorgir d'adquisició d'un terreny per poder construir un centre propi quan poguem assumir-ho



L'acció territorial a Humla a 2019, s'ha centrat en els focus següents:

1. Consolidació farmàcia
2. Millora del centre mèdic
3. Consolidació de l'equip mèdic local
4. Creació Contrapart ONG Local
5. Contracte laboral a Marc Boix (Contracte local a Catalunya)

### **1. Farmàcia**

Consolidada com a farmàcia de referència a la zona.

- Es subvencionen els medicaments ja que la població no té prou recursos. S'estima que es segueix subvencionant aproximadament el 40-50% del cost dels medicaments. S'intenta cobrar a tothom encara que sigui a un preu simbòlic, ja que es considera que no es poden donar gratuïtament a la població. S'ha creat un registre de morosos per poder controlar els impagaments de forma més precisa.
- S'educa la població en la presa de medicaments, acompanyant el pacient durant tot el tractament. En molts casos se li dóna dosis petites perquè vagi recurrentment a la farmàcia i se li pugui fer el seguiment
- L'auxiliar de farmàcia continua de l'any anterior
- S'han adquirit un ordinador de taula i una impressora / escàner per poder controlar, digitalitzar factures i transaccions.
- S'ha adquirit un equip de telefonia mòbil adequat per cobrir els desplaçaments d'en Marc. Ell funcionava amb un equip propi ja obsolet.
- S'ha instal·lat una càmera de vídeo vigilància per millorar la seguretat

### **2. Millora i ampliació del centre mèdic i de l'atenció**

- En Marc està avaluant ampliar el local actual amb el lloguer d'un local adjacent, que duplicaria la superfície. En permetria tenir una zona exclusiva per tractar pacients, a diferència de l'actual, que és dins la mateixa farmàcia, en un petit espai diferenciat. Quedaria tot l'espai actual per la farmàcia i al duplicar l'espai, aquest ja seria només per l'atenció mèdica i permetria avançar en la instal·lació de RX i de un laboratori d'anàlisi. Les gestions, al NEPAL, son lentes.
- De mitjana, es segueixen atenent més de 30 pacients al dia de gravetats diverses, per part de Marc i els seus ajudants.
- S'ha contractat un nou Health assistant, ja que l'anterior va marxar per preparar oposicions per ser Health assistant oficial. El noi era molt valuós per la feina que feia, però en Marc creu que si quedés destinat a un dels pobles de la rodalia, ell hi tindrà una ajuda.
- S'ha contractat a temps parcial un ajut pel manteniment del local i per qüestions crematístiques de neteja de l'espai i del material sanitari que hi ha.
- En Marc, juntament amb l'equip mèdic va a visitar pobles remots, per tractar els malalts que no poden desplaçar-se a la capital. L'hivern ha sigut especialment difícil i s'ha pogut tractar pacients amb grans dificultats.
- + 20.000 € invertits en medicaments i material, ampliant el rang de malalties que podem tractar.
- Nou equipament mèdic adquirit: glucòmetre, nevera, tensiòmetre, etc.

### 3. Equip humà a tancament de 2019

- **Marc:** Gestió de projecte i doctor principal -
- **Narayan Phaderaas:** Farmacèutic, gestió d'stock, venda farmàcia, atenció bàsica -
- **Lokendra Budhaas:** Health Assistant. Atenció als pacients i ajuda a en Marc -
- **Gorasingh Bhandari:** Higene i neteja del local -

### 4. ONG Local

S'ha avaluat (tràmits legals, consultes amb advocats) la creació d'una ONG local al Nepal, perquè actuï localment com a contrapart de Health Us Nepal. Serviria per dotar de més autonomia i cobrir legalment l'acció al Nepal, ja que ara cau sobre en Marc. La valoració dels següents passos està pendent a 31.12.19

### 5. Contracte laboral

Segueix en estudi la creació d'un contracte laboral per en Marc

#### E. Junta de Govern (JdG)

S'han fet les reunions de la Junta següents durant l'any 2019:

- 3/5/2019, a Girona
- 5/7/19, a Girona
- 25/8/19, a Girona
- 20/12/19, a Girona