

# Le Porteur

**Partez en trek en employant les services d'un porteur.** Employer un porteur est la meilleure manière d'injecter de l'argent dans les plus pauvres couches sociales. Un bon salaire pour un long trek peut aider un porteur et sa famille à subvenir à leurs besoins pendant six mois.

**Donnez aux porteurs du thé et de la nourriture.** Fournir des repas est un beau geste, surtout quand une tasse de thé coûte 25 roupies et un dal bhat 150 roupies. Assurez vous que vos porteurs s'alimentent correctement en nourriture et eau.

**Donnez un pourboire à vos porteurs.** Le pourboire recommandé est d'une journée de salaire pour une semaine travaillé, normalement payé à la fin du trek. C'est également généreux de donner de l'équipement supplémentaire après le trek.

**Reportez tout type d'abus ou de manquements.** Envoyez un email à [info@hec.org](mailto:info@hec.org) ou [info@ippg.net](mailto:info@ippg.net). Au Népal, reportez les abus au Kathmandu Environmental Education Project, HEC ou bien aux bureaux du Porter's Progress.



**Sélectionnez des porteurs solides et expérimentés pour les treks engagés et en haute altitude.** Assurez vous que vos porteurs sont équipés correctement pour avoir suffisamment de nourriture, de vêtements, de matériels, de tapis de sols et de tentes (Les tentes mess ne sont pas suffisantes.)

**Portez une charge vous-même.** Cela ne vous prendra pas longtemps pour comprendre comment ces gens sont exceptionnels. Ne surchargez pas votre porteur.

**Prenez soin de vos porteurs malades.** Vos porteurs requièrent le même type de traitements, soins et secours que vous. Assurez vous que vos porteurs malades redescendent avec quelqu'un qui parle leur langue ou comprends leur problème.

**Assurez vous que votre porteur est correctement vêtu.** Tenant compte de la destination, les porteurs ont besoin de chaussures, vestes, pantalon, bonnet, gants, lunette de soleil, etc. De l'équipement en prêt est disponible au HEC et aux bureaux du Porter's Progress.

**Passez du temps avec votre porteur.** Il y a bien plus à apprendre de ces hommes et femmes, et prendre du temps à leur côté directement va non seulement les encourager, mais également améliorer votre propre expérience au cours du trek.