

Merkblatt des Vereins Riverboat-Doctors-International e.V. für ehrenamtliche MitarbeiterInnen in Buniadu – Gambia

Wir möchten Sie als ehrenamtliche Mitarbeiterin, bzw. als ehrenamtlichen Mitarbeiter in unserem Projekt in Buniadu“ ganz herzlich begrüßen und Ihnen mit diesem Merkblatt die Vorbereitung auf Ihren Einsatz und die Einstellung auf die besonderen Gegebenheiten vor Ort etwas erleichtern.

Bitte lesen Sie sich dieses Merkblatt aufmerksam durch und bestätigen uns vor Beginn Ihres Einsatz die Kenntnisnahme durch Ihre Unterschrift am Ende des Merkblattes.

Weitere Einzelheiten können Sie natürlich jederzeit gerne erfragen.

1. Wie und wie lange kann ich mich aktiv in dem Projekt einbringen und was erwartet mich?

In unserer Krankenstation sowie in unserem Kindergarten freut sich unser Team über tatkräftige Unterstützung. Ein Aufenthalt von mindestens vier Wochen ist empfehlenswert, da das Erfassen von Eindrücken, als auch das Eintauchen in eine fremde Kultur, die täglichen Gegebenheiten und die Arbeit seiner Zeit bedarf. Gerade für den Kindergarten ist es schön, wenn kein ständiges „Kommen und Gehen“ herrscht. Zu berücksichtigen ist, dass der Kindergarten (und auch die Schulen) in den Sommerferien von Ende Juni bis Anfang September geschlossen ist. Zudem gibt es Ferien zu Weihnachten, Ostern und an anderen christlichen und muslimischen Feiertagen.

Sie werden in jedem Falle viele neue Erfahrungen sammeln und für westliche Verhältnisse ungewohnte Perspektiven und Ansichten kennenlernen. Sie haben Ansprechpartner in Gambia und Deutschland, sowie einen kostenlosen Flughafentransfer von Banjul (Yundum international) zu Ihrer (Ankunfts-)Unterkunft. Das Büro (Main office) befindet sich in Manjai Kunda, wo unser Projektmanager **Mass Suso** arbeitet. Über ihn erhalten Sie weitere Unterstützung was z.B. die Aufenthaltserlaubnis oder auch eine Sim-Karte mit Internetzugang angeht. Reisekosten und Ausgaben vor Ort werden nicht übernommen.

2. Welche Voraussetzungen sollte ich mitbringen?

Um ein Praktikum in Buniadu zu absolvieren, sollten Sie Volljährig sein. Das Personal, die Patienten und Kinder sprechen zwar oftmals in ihren eigenen Sprachen miteinander, dennoch sind Kenntnisse der englischen Sprache unabdingbar. Englisch ist die Amtssprache in Gambia und wird dort größtenteils auch von allen verstanden und ist für Sie die Sprache der Wahl. Sie sollten bereit sein, in einem neuen Kulturkreis zu leben und sich darin zu integrieren. Zudem sollten Sie sich auch mit dem Leitbild unseren Vereins identifizieren können.

3. Welche Kosten kommen auf mich zu?

Das Praktikum selbst kostet Sie nichts. Allerdings ist eine Mitgliedschaft bei RDI e.V. Bedingung für das Praktikum. Die Mitgliedschaft kostet derzeit 36 Euro pro Jahr und erfolgt per Post oder Fax. Den Antrag dazu finden Sie online auf unserer Website. Riverboat Doctors International e.V. ist ein gemeinnütziger Verein, der seine Projekte durch Spendengelder finanziert und aufrechterhält. Wir freuen uns über Freiwillige wie Sie, möchten aber darauf hinweisen, dass es bei dem Praktikum in erster Linie darum geht, neues zu lernen und nicht zu lehren. Sie sind eingeladen, sich Ihren Fähigkeiten und Interessen nach in das Projekt einzubringen, indem Sie sich in die Arbeit vor Ort integrieren. Die Flugkosten tragen Sie selbst. Die Unterbringung in Buniadu ist frei. Hier haben Sie die Möglichkeit, sich von Mama Kumba, einer Dame aus dem Dorf, einmal am Tag mit warmen Essen versorgen zu lassen. Meist besteht das Essen aus Reis oder Kartoffeln mit Gemüse und Fleisch oder Fisch. Die Kosten dafür übernimmt RDI e.V. Für die restliche Verpflegung müssen Sie selbst sorgen. Hier können Sie mit ca. 150- 250 Dalasi (3 – 5 Euro) pro Tag rechnen.

Ansonsten benötigen Sie in Buniadu nicht viel Geld (ca. 100 Euro pro Monat). Es ist auch ein bisschen davon abhängig, ob Sie sich immer Trinkwasser im nächsten Ort, Barra; kaufen oder ob Sie das Wasser aus dem Brunnen vertragen können (Das Wasser aus dem Brunnen wurde getestet und hat Trinkwasserqualität). Brot können Sie sich vor Ort kaufen und kostet ca. 7 Dalasi (ca. 14 Cent). Westliche Lebensmittel haben auch europäische Preise (z.B. Nutella). In Banjul und Umgebung ist es etwas teurer als auf den Dörfern, dafür gibt es aber mehr Auswahl und Einkaufsmöglichkeiten. Dementsprechend geben Sie dort evt. mehr Geld aus.

4. Was muss ich in Deutschland vorbereiten?

Vor dem Praktikum ist es natürlich notwendig, Kontakt zu unserem Vorstand aufzunehmen, da dieser die Praktika koordiniert. Die Kontaktdaten dazu finden Sie auf der Homepage. Desweiteren bitten wir, Sie eine Vereinsmitgliedschaft abzuschließen. Zusammen mit dem Mitgliedsantrag senden Sie uns bitte einen Lebenslauf mit Passbild sowie die Daten für Ihren gewünschten Aufenthalt. In einem anschließenden Telefonat können dann weitere Details und Informationen ausgetauscht werden.

Für Freiwillige aus Deutschland ist es nicht erforderlich, sich bereits hier um ein Visum zu kümmern. Ein 21 Tage Visum wird bei Ankunft auf dem Flughafen erteilt. Die Verlängerung erfolgt im Land durch unseren Projektmanager (für Freiwillige übernimmt RDI e.V. die Kosten der Verlängerung). Für die Ein- und Ausreise benötigen Sie einen Reisepass, der noch mindestens 6 Monate gültig sein muss. Zudem sollte er noch mehrere freie Seiten haben, für die vielen Stempel und Eintragungen der örtlichen Behörden.

Gegen Krankheit sind Sie als Privatpatient im Normalfall weltweit versichert. Trotz allem empfehlen wir Ihnen, bei Ihrer Krankenversicherung nachzufragen. Zudem empfehlen wir eine Auslandsrankenversicherung mit Rücktransport abzuschließen.

Bitte sprechen Sie frühzeitig vor Reisebeginn mit Ihrem Arzt über notwendige Impfungen. Zudem benötigen Sie einen internationalen Impfpass. Empfohlene

Impfungen sind Typhus, Hepatitis A/B, Polio, Tetanus, Diphtherie, Masern, Mumps, Röteln und ggf. Gelbfieber. Die Übernahme der Kosten ist von Ihrer Krankenversicherung abhängig.

5. Welche Dinge und Kleidung sollte ich mitnehmen?

Am Besten nehmen Sie leichte Baumwollkleidung mit. Zu beachten ist, dass das Entblößen der Knie und Schultern in muslimischen Ländern als obszön angesehen wird (Ausnahme am Strand oder in den Touristengebieten). Daher sollten während der Arbeitszeit zwingend lange Hosen und T-Shirts getragen werden. Für die Abendstunden denken Sie an hautbedeckende leichte Kleidung zum Schutz vor den Moskitos. Für Ausflüge in die Buschprovinzen benötigen Sie festes Schuhwerk.

Eine Taschenlampe mit Ersatzbatterien oder Solarbetrieb sollte nicht vergessen werden. Eine Digitalkamera mit ausreichend Ersatzbatterien oder Akkus. Strom steht nur tagsüber im Health Center zur Verfügung. Dort gibt es Steckdosen mit europäischem Standard.

Moskitoschutzmittel, Sonnenbrille, Kopfbedeckung, Duschgel und Taschentücher sollten nicht fehlen.

Da Sie nach der Arbeit viel Freizeit haben werden, nehmen Sie sich Bücher oder Musik mit.

Bevor Sie nach Buniadu gebracht werden besteht die Möglichkeit, im Supermarkt einzukaufen. In den Touristengebieten lassen diese kaum Wünsche offen.

Mitnehmen sollten sie hier allerdings Toilettenpapier und bestimmte Lebensmittelkonserven u.ä. (Nescafé, Milchpulver, Marmelade...)

RDI e.V. kann keine Haftung für Ihre Wertgegenstände übernehmen.

6. Wie komme ich nach Gambia?

Brüssels Airlines fliegt das ganze Jahr über mehrmals pro Woche von Brüssel aus nach Gambia. Viele der deutschen Flughäfen fliegen Brüssel an, sodass Sie diese Zubringer nutzen können. Bei Brüssels Airlines können Sie zweimal 23 kg Freigepäck mitnehmen. Die Flugpreise variieren je nach Saison (600 – 900 Euro). Wir sind bei der Buchung eines günstigen Fluges gerne behilflich. Nach Beendigung des Einsatzes können wir Ihnen eine steuerbegünstigende Spendenbescheinigung in Höhe der Flugkosten ausstellen.

7. Ankunft- und dann?

Wo und wie lebe ich vor Ort?

Am Flughafen in Banjul (Yundum international) erwartet Sie einer unserer Fahrer direkt nach der Gepäckausgabe. Dieser wird einen Zettel mit Ihrem Namen hochhalten, sodass Sie sich leicht finden werden. Aufgrund der meist späten Ankunft in Banjul bringt er Sie in eine Unterkunft zur Zwischenübernachtung, bevor es nach Buniadu geht. Das Projektbüro (Main Office) der Projekthilfe Gambia e.V. sowie der RDI e.V. befindet sich in Manjai Kunda und ist ca. 40 Minuten vom Flughafen entfernt.

In Buniadu wohnen Sie in sehr einfach ausgestatteten Unterkünften. Diese Unterkünfte werden im Oktober 2017 komplett renoviert und saniert. Sie wohnen auf einem großen Naturgelände in der Nähe eines Nebenarmes des Gambia Flusses. Auf diesem Gelände wohnen einige einheimische Familien sowie die leitende Krankenschwester Ramatoulie Saïdykhan. Das Gesundheitszentrum befindet sich in etwa 1km Entfernung.

Die Unterkünfte verfügen weder über fließendes Wasser noch über Elektrizität. Es gibt jedoch ein europäisches WC sowie einen separaten Wasserabfluss, der gleichzeitig als Duschaum genutzt werden kann. Die Betten sind mit Moskitonetzen versehen. Bettwäsche und Handtücher sind vorhanden, Wechselhandtücher sollten mitgebracht werden.

Eine Kochgelegenheit sowie Koch- und Essgeschirr sind vorhanden.

Arbeitskleidung ist bitte aus Deutschland mitzubringen.

8. Wie komme ich nach Buniadu?

Auch der Transport nach Buniadu wird von unserem Projektmanager Mass Suso organisiert. Um nach Buniadu zu gelangen, müssen Sie die Fähre nehmen. Diese startet von Banjul und fährt nach Barra. Die Überfahrt dauert ca. 30 – 45 Minuten. In Barra angekommen, werden Sie von unserem Ambulanzfahrer abgeholt und nach Buniadu gebracht. Dafür können Sie weitere 30 Minuten einplanen. Diese Zeiten sind allerdings reine Transportzeiten, wenn Sie denn dann auf bzw. in deinem Gefährt angekommen sind. Einen strikten Zeitplan wie in Deutschland gibt es nicht. Manchmal muss die Fähre tanken, was lange Wartezeiten verursacht oder der Ambulanzfahrer steht „im Stau“. Spannend wird es allemal.

9. Wie wird meine Arbeit vor Ort aussehen?

Einsatz im medizinischen Bereich

Eine abgeschlossene Berufsausbildung oder Grundwissen im medizinischen Bereich sind in der Klinik wichtig. Das Gesundheitszentrum wird von einer erfahrenen und gut ausgebildeten gambischen Krankenschwester geführt. Das weitere Team besteht aus zum Teil ungelernten gambischen Mitarbeitern. Auch wenn einiges anders läuft als in Deutschland gilt, dass die Mitarbeiter vor Ort den lokalen Betrieb gut im Griff haben. Nach einer individuellen Einarbeitungszeit werden Sie entsprechend Ihrer Qualifikation in Absprache mit der Projektleitung eingesetzt. Möglich wäre, in der Behandlung, bei Verbandswechseln oder in der Apotheke mitzuarbeiten. Wir empfehlen, jeden Bereich mehrere Tage zu besuchen, um die Abläufe kennenzulernen und Sie Ihren Interessen und Fähigkeiten entsprechend einzusetzen.

Einsatz im pädagogischen Bereich

Im Kindergarten arbeitet eine in Gambia ausgebildete Lehrerin sowie eine unausgebildete Hilfskraft. Es ist keine Ausbildung im pädagogischen Bereich erforderlich, dennoch wäre es schön, wenn Sie einen Draht zu Kindern haben. Kindergärten in Gambia sind anders strukturiert als in Deutschland und es findet schon früh Unterricht in verschiedenen Fächern statt. Auch hier wird nach einer

individuellen Einarbeitungszeit geschaut, wie man Sie am Besten einsetzen kann. Vielleicht geben Sie Englisch oder Mathe Kurse oder bringen den Kindern spielerisch hygienische Grundsätze bei.

Einsatz im handwerklich – technischen Bereich

Ihrer Qualifikation entsprechend werden Sie für Renovierungs-, Umbau- oder Erneuerungsarbeiten eingesetzt. Wir sind bemüht, die Arbeiten so weit möglich nach europäischen Normen durchzuführen. In Absprache mit dem Projektmanager übernehmen Sie z.B. einzelne Bauphasen. Schwerpunkte dieser Tätigkeit können Einweisung, Anleitung und Einteilung unserer gambischen Mitarbeiter in den Arbeitsablauf betreffen. Da unsere gambischen Mitarbeiter oftmals weder eine Berufsausbildung noch eine schulische Ausbildung haben, ist es möglich, dass kompliziertere Arbeiten von Ihnen persönlich durchgeführt werden müssen. Vorhandenes Material bitten wir nur nach Rücksprache mit der Projektleitung einzusetzen.

10. Wie sind die Arbeitszeiten im Health Center und im Kindergarten?

Wenn nichts anderes vereinbart wurde, freuen wir uns über Ihre Mithilfe von Montags bis Freitags. Am Wochenende sind das Health Center und der Kindergarten geschlossen. Notfälle an den Wochenenden werden in dem ca. 10 km entfernten Health Center in Essau behandelt.

11. Welche Besonderheiten soll ich für mein Verhalten beachten?

Als Europäer kommen Sie als Gast in ein Land, dessen Geschichte und Entwicklung von kolonialer und wirtschaftlicher Einflussnahme durch Europäer belastet ist. Die Freundlichkeit und Offenheit, der Sie begegnen, darf nicht darüber hinwegtäuschen, dass das Verhalten der europäischen Gäste genau beobachtet wird. Neben den bei uns üblichen Höflichkeitsformen sollten Sie offen sein für die Begegnung mit einer fremden Welt. Es wird sehr positiv registriert, wenn Sie sich bemühen, überall zu grüßen (egal ob in Englisch, Französisch, Wolof oder Mandinka). Wenn möglich, bringen Sie viel Zeit mit und nutzen Sie jede Gelegenheit, um zuzuhören und so über die Kultur der Menschen in Buniadu zu lernen.

Bedenken Sie bitte, dass Sie als „Weißer“ in einem afrikanischen Dorf leben werden. Somit müssen Sie die afrikanische Kultur respektieren, was nicht immer einfach ist. Für Einladungen bedankt man sich mit kleinen Geschenken (z.B. Obst). Ihre persönliche Meinung zu politischen, konfessionellen oder rituellen Geschehnissen in Gambia sollten Sie zu Ihrem eigenen Schutz für sich behalten. Auch dann, wenn Sie eindringlich nach Ihrer Meinung befragt werden. RDI e.V. ist ein politisch und konfessionell ungebundener Verein und hat das Ziel, einen Beitrag zur gesundheitlichen Versorgung der Menschen in Gambia zu leisten. Dies ist nur möglich, wenn RDI e.V. und seine Mitarbeiter sich neutral zu politischen, konfessionellen und rituellen Fragen verhalten.

Bitte haben Sie Verständnis dafür, wenn wir Sie an dieser Stelle ausdrücklich darauf hinweisen, dass ein Verhalten, das den Sitten des Gastgeberlandes entgegen läuft

oder das Ansehen von RDI e.V. schädigt, zur sofortigen Beendigung Ihres Einsatzes führen wird.

12. Wie schütze ich mich vor Malaria?

In Westafrika wird die regelmäßige Einnahme eines vorbeugenden Medikaments durch die WHO empfohlen. Das bevorzugte Medikament richtet sich nach persönlicher Verträglichkeit, evtl. anderen regelmäßig einzunehmenden Medikamenten und nach der Dauer des Aufenthaltes. Ein tropenmedizinisch erfahrener Arzt kann Sie hierzu beraten. Bitte beachten Sie die entsprechende Dauer der Medikation und bringen Sie ggf. dann die für Ihren Aufenthalt entsprechende Menge mit. Die Preise variieren je nach Krankenkasse.

Der beste Malariaschutz ist, nicht gestochen zu werden. Daher gilt:

Kein Stich - Keine Infektion! Mückenschutzmittel ist **ohne Ausnahme** morgens und abends in der Dämmerung aufzutragen. Zudem sollte immer unter dem Moskitonetz geschlafen werden. Es ist angeraten, die Kleidung besonders abends anzupassen - lange Hosenbeine, ggf. Strümpfe, lange Ärmel, helle Farben. Gute Mückenabwehrmittel sind z.B. Ballistol® (sehr wirksam), Zanzarin® BioLotion oder Autan.

Eine Malaria beginnt meist mit grippeähnlichen Symptomen (z.B. Kopfschmerzen, Übelkeit, Erbrechen, Fieber, Gliederschmerzen). Sie kann durch eine einfache Blutuntersuchung diagnostiziert werden. Sollten Sie also Symptome aufweisen, lassen Sie sich bitte sofort testen um eine Malaria auszuschließen. Den Test können Sie jederzeit in der Klinik durchführen lassen. Bei negativem Befund aber weiterhin bestehenden Symptomen kann eine Wiederholung des Tests sinnvoll sein. Je früher eine Behandlung begonnen wird, desto unkomplizierter verläuft die Behandlung. Malaria hat eine Inkubationszeit von 10- 14 Tagen. Daher sollten Sie auch nach der Rückkehr nach Deutschland auf Symptome achten und Ihren Arzt darüber informieren, dass Sie sich in den letzten Wochen/ Monaten in einem Malariagebiet aufgehalten haben.

13. Wo kann ich mein Geld in gambische Dalasi tauschen?

Sie können Ihr Geld bei unserem Projektleiter Mass Suso in Dalasi tauschen. Ansonsten können Sie auch in den lokalen Wechselstuben tauschen. Dazu sollten Sie vorher nochmal den aktuellen Wechselkurs prüfen (z.B. unter www.xe.com). Dieser schwankt immer etwas und ändert sich zudem je nach Saison (40- 50 Dalasi für einen Euro). Die gambische Währung ist nicht frei konvertierbar, daher lassen sich nur in Gambia selbst Euros in Dalasi umtauschen. Sie sollten allerdings kein Geld auf den Straßen oder Touristenmärkten tauschen. Dies ist illegal und oftmals mit Betrug verbunden.

14. Wie kann ich meine Wäsche waschen?

Eine Waschmaschine gibt es in Buniadu nicht. Typischerweise wird die Wäsche in zwei Waschschüsseln gewaschen. Diese finden Sie im Gästehaus. Die Frauen im Dorf waschen alle ihre Wäsche so, daher zugucken, lernen und selbst ausprobieren. Waschmittel kann gerne aus Deutschland mitgenommen werden, da die Damen vor Ort meistens Seife zum Waschen benutzen.

15. Was passiert an den Wochenenden und welche Ausflüge kann ich machen?

Die Wochenenden stehen Ihnen zur freien Verfügung. Berücksichtigen sollten Sie den wöchentlichen Einkauf für Ihren persönlichen Bedarf. Einkaufsmöglichkeiten gibt es in kleinen Shops im Dorf, hier sind allerdings nur einheimische Lebensmittel in geringen Mengen zu erhalten (u.a. Zigaretten, Kekse, Brot, Softdrinks). In Barra, ca. 10 km entfernt (mit dem Buschtaxi zu erreichen, Fahrtkosten 15 Dalasi (ca. 0,40€)) finden Sie auch eine größere Auswahl an Gemüse, Obst, Fisch, Fleisch und Geflügel, sowie einige andere Dinge für die täglichen Bedürfnisse.

Wenn Sie zurück auf die Südbank nach Banjul oder in die Touristengebiete wollen bedenken Sie, dass die An- und Abreise mit der Fähre u.U. einige Stunden in Anspruch nehmen kann. Eine Überfahrt als Fußgänger kostet 25 Dalasi (0,50 Cent). Ein Taxi von Banjul zum Büro nach Manjai Kunda kostet ca. 250 Dalasi (5 Euro). Von Manjai aus haben Sie die Möglichkeit an einen der vielen Strände zu fahren, abends in einem der Restaurants zu essen oder in einem der Clubs tanzen zu gehen (Senegambia). Vom Büro aus ist alles mit dem Taxi für 70- 120 Dalasi (1,50 – 2,50 Euro) erreichbar. Zudem gibt es einen Krokodilpark oder einen kleinen Craft market in Bakau. Bei der Planung von Wochenendausflügen ist Ihnen die Projektleitung gerne behilflich.

16. Wie bleibe ich in Kontakt mit Familie und Freunden?

Es empfiehlt sich in Gambia eine lokale Sim Karte zu besorgen. Diese sind hier günstig zu kaufen (ca. 2 Euro) und lassen sich quasi überall mit Guthaben auffüllen (Guthaben wird auf Plastikkarten in Scheckkartenformat gekauft). Um Ihnen eine Sim Karte zu besorgen und diese zu registrieren, sprechen Sie am besten mit unserem Projektmanager oder einem der Angestellten. Diese werden Ihnen gerne behilflich sein. Mit dieser Karte können Sie dann nach Deutschland telefonieren und auch das Internet nutzen. Da die Netzabdeckung je nach Aufenthaltsort ziemlich instabil ist, fragen Sie am besten den Projektmanager, von welchem Anbieter Sie eine Sim Karte besorgen sollten.

Wenn Sie sich aus Deutschland etwas schicken lassen wollen, sollten Sie die Anschrift unseres Büros nutzen (Straßennamen und Hausnummern wie in Deutschland gibt es eigentlich nicht).

Project Aid The Gambia, NGO 57, P.O. Box 4540 Bakau, The Gambia, West Africa

Zudem ist das Büro täglich von Mo- Do von 8:30 bis 16:30 und am Fr von 8:30 bis 13 Uhr geöffnet.

17. Besteht Interesse an meinen Erfahrungen?

Nach Abschluss Ihres Einsatzes freuen wir uns über einen kurzen schriftlichen Erfahrungsbericht, den Sie bitte per Mail an christian.goeken@rdi-ev.de senden. Sie erklären sich mit Ihrer Unterschrift einverstanden, dass RDI e.V. Ihren Bericht (nach Anpassung) sowie ggf. Fotos auf der Website des Vereins veröffentlichen darf.

Über folgende Hinweise wären wir Ihnen dankbar:

Welche Notlagen der Bevölkerung haben Sie beobachtet? Wie könnte und konnte geholfen werden? Welche persönlichen Erfahrungen haben Sie während Ihres Arbeitseinsatzes gemacht? Welche persönlichen Erfahrungen haben Sie während Ihrer Freizeit gemacht? Wie empfanden Sie das eintauchen in eine fremde Kultur?

Ihr Bericht dient nachfolgenden Einsatzleistenden zur Vorbereitung und uns zur Verbesserung der Organisation.

18. Erhalte ich eine Bestätigung ?

Auf Wunsch stellen wir Ihnen nach Ihrer Rückkehr gerne eine schriftliche formelle Bestätigung Ihres Einsatzes aus.

Wir danken Ihnen für Ihre Bereitschaft zur Mitarbeit und wünschen Ihnen einen erfolgreichen und gewinnbringenden Aufenthalt in Gambia.