



PRAKTIKANTENKATALOG



DINDINGO-GAMBIA E.V.

INHALT

1	HALLO LIEBE PRAKTIKANTINNEN !.....	2
2	EURE ARBEIT IN GAMBIA.....	2
2.1	Mögliche Aufgaben für PraktikantInnen	3
2.2	Was Du mitbringen solltest.....	4
3	WAS WIR VON DIR ERWARTEN.....	5
4	IN GAMBIA ---- INFOS UND TIPS.....	6
4.1	Unterbringung.....	6
4.2	Flug.....	6
4.3	Kulturelle Regeln.....	7
4.4	Versicherung.....	8
4.5	Dokumente.....	8
4.6	Kosten / Geld.....	9
4.7	Einkaufen.....	10
4.8	Krankheiten und Gesundheitsvorsorge.....	11
4.9	Arztbesuch in Gambia.....	12
4.10	Diplomatische Vertretungen von Gambia.....	13
4.11	Botschaft.....	13
4.12	Empfehlungen.....	13
5	FÖRDERUNG.....	14

1 HALLO LIEBE PRAKTIKANTINNEN !

Schön, dass Ihr Euch interessiert/ dazu entschieden habt, ein Praktikum beim Dindingo e.V. zu machen!

Wir hoffen, Ihr verbringt eine erlebnisreiche Zeit in Gambia & in unserem Projekt und kommt zurück mit einer Menge schöner Erinnerungen & vielen wertvollen Erfahrungen. Mit diesem Katalog wollen wir Euch einige Informationen über das Land Gambia und auch ein paar Hinweise für Euer Praktikum im Projekt geben.

2 EURE ARBEIT IN GAMBIA

Erst einmal stellt Ihr ein Verbindungsglied zwischen Gambia und unserem Projekt in Mandinaba sowie dem Dindingo e.V. hier in Deutschland dar.

Dafür ist es wichtig, dass Ihr uns möglichst objektiv über die Geschehnisse im Projekt informiert. Im Normalfall werdet Ihr in Deutschland von VereinsmitgliederInnen auf Euer Praktikum vorbereitet bzw. werden Eure Aufgabenbereiche besprochen.

Hauptsächlich wird der Einsatzbereich in der Unterstützung der LehrerInnen im Unterricht liegen. Dabei müsst ihr Euch darauf einstellen, dass die Kinder ihre Muttersprache Mandinka sprechen und nur Schritt für Schritt die englische Sprache erlernen. Die Kommunikation zwischen Euch und den Kindern, besonders den ganz Kleinen, wird sich schwierig gestalten.

Es wäre sehr sinnvoll, wenn Ihr Euch bereits in Deutschland mögliche Spiele einfallen lasst, denn die Kids sollen spielerisch die englische Sprache erlernen. Die gambischen LehrerInnen praktizieren leider oft Frontalunterricht und ein Wiederholungsprinzip, bei dem die Kinder den Lehrkräften überlaut Alphabet, Zahlen, usw. nachsprechen müssen. Vielleicht könntet Ihr durch Euer Handeln den LehrerInnen ein paar Anregungen bieten.

2.1 MÖGLICHE AUFGABEN FÜR PRAKTIKANTINNEN

- **Mitgestaltung** des Unterrichts (Spiele, Theater, Tanzen, Sport, Musik, Schulgarten, Hygiene)
- **speziell für LehramtsstudentInnen:** Aufbereitung und Einbeziehen des gambischen Lehrplans, um gemeinsam mit den LehrerInnen praktische Umsetzungsmöglichkeiten zu überlegen und auszuprobieren
- **Betreuung** während der Pausen und Anregungen von Sport & Spielaktivitäten - neben der Unterrichtsbetreuung ist die Pausenbetreuung entscheidend. Versucht Ball-, Seil- oder Kreisspiele zu organisieren. Dabei solltet Ihr Euch durchsetzen, dass alle !!! Bälle zum Einsatz kommen.
- **ggf. Organisation** von Lehrerversammlungen und Treffen des Elternkomitees - Diskussion von Problemen im Projekt und Verbesserungsmöglichkeiten; Organisation von Schulfest, Sportfest, Fußballturnieren mit anderen Kindergärten etc.
- **Besuch** anderer Kindergärten (z.B. Kiga Tubakuta, Serekundading, Kuloro, Wattenscheid in Brikama), um sich ein Bild von der Situation in Gambia zu machen und Ideen einzuholen bzw. einen Austausch anzuregen
- **Kontakt** zu anderen NGOs in Mandinaba, z.B. BAFROW und Anfrage für Gesundheits-& Hygieneaufklärung im Kindergarten
- **Infostand** in Touristenorten mit Vorstellung der Projektarbeit (Infobroschüre, Fotos, kleines Programm von Kindern aus Mandinaba - Lieder, Tänze, Theaterstück etc.)
- **Werbung** von PatInnen & SpenderInnen
- **Organisation** von Projektbesuchen für interessierte TouristInnen und deren Begleitung; Vorbereitung im Projekt (Unterrichtsstunde, Hofspiele, kleines Kulturprogramm)

2.2 WAS DU MITBRINGEN SOLLTEST

- *I*nterkulturelle Fähigkeiten & kulturelle Sensibilität
- *V*erständnis, dass das Ziel von Entwicklungszusammenarbeit die Hilfe zur Selbsthilfe ist und dieser Prozess nur unterstützt werden kann, d.h. die Bevölkerung vor Ort am besten weiß, was gut für sie ist
- *F*ähigkeit zur Anpassung an das Leben in einem völlig fremden Kulturraum und damit einhergehend das Beachten der kulturellen & sozialen Regeln vor Ort
- *E*inlassen auf ein Leben unter einfachen Bedingungen (keine permanente Strom- & Wasserversorgung)
- sehr viel Eigeninitiative
- *p*ädagogische Kompetenzen
- vorherige Beschäftigung mit dem Bereich, in welchem du arbeiten möchtest und ggf. schon Sammlung von Infos, Materialien (z.B. Spiel & Bastelideen)

3 WAS WIR VON DIR ERWARTEN

- wöchentlicher Kurzbericht per E-Mail (Gamtel u.a. Internetcafés sind vorhanden, Stromversorgung ist nicht immer gegeben, Geduld erforderlich)
- sofortige Kontaktaufnahme bei Problemen im Projekt, Änderung Deiner Praktikumspläne, persönliche Schwierigkeiten etc.
- Wenn Dir negatives Verhalten der LehrerInnen auffällt - Unpünktlichkeit oder Fernbleiben, kein Interesse an der Pausenbetreuung - möchten wir darüber informiert werden. Wenn du bemerkst, dass die LehrerInnen die Kinder schlagen, interveniere sofort und sprich Dich eindeutig dagegen aus. Die LehrerInnen sind informiert, dass in dem Kindergarten keine Schläge als Erziehungsmethode eingesetzt werden dürfen! Versuche Dich sofort durchzusetzen und informiere uns darüber. Natürlich sind auch positive Nachrichten über die Projektarbeit willkommen!
- Als RepräsentantIn des Dindingo e.V. kulturell angemessenes Verhalten (keine Geschenke im Sinne des "großen Gönners", angemessene Kleidung). Es ist sicher schwierig, die vielen bettelnden Kinder zu sehen, aber es ist nicht angebracht, den Wünschen nach Stiften, Bonbons und Geld nachzugehen. Damit würdest Du die allseits verbreitete Meinung des reichen Weißen verstärken. Die Kinder sollten zur Schule gehen und nicht das Gefühl haben, dass sie durch Betteln viel Geld verdienen können. Wenn Du etwas spenden möchtest, bring' doch einfach Stifte u.a. in eine Schule oder in ein organisiertes Projekt.
- regelmäßige Absprachen mit der Direktorin Jainaba Jammeh - Tel: 99 36 899 & unserem Projektkoordinator Pa Arona Jagana - Tel: 44 84 501, 99 13 228 (mobile)
- Wir hoffen ebenso darauf, dass Du die dort gemachten Erfahrungen mit in unsere Vereinsarbeit integrieren wirst.

4 IN GAMBIA ---- INFOS UND TIPS

4.1 UNTERBRINGUNG

Leider hat der Verein keine eigene PraktikantInnenunterkunft. Wir werden uns jedoch vor Deiner Abreise um ein Zimmer (in Brikama oder Mandinaba) kümmern. In Gambia darfst Du kein Komfort erwarten. In der Regel sind aber westliche Toiletten (mit Spülung) und Duschen vorhanden.

4.2 FLUG

In der Zeit vom 3. November 2004 – 27.04.2005 fliegt “Thomas Cook“ (www.thomascook.de) von Frankfurt nach Gambia. Eine preiswertere Möglichkeit zu fliegen ist mit “Olympia“ (www.olympia.nl) von Amsterdam in Holland. Ein deutscher Reiseveranstalter, welcher günstig Flüge nach Gambia anbietet ist EMS- Tours (www.gambia-reisen.de). Preiswerte holländische Reiseveranstalter findet man unter www.gambiatravel.com und www.sinin.nl. Mit der SN Brussels Airline (ehemals Sabena) kann man von Brüssel aus nach Banjul fliegen.

4.3 KULTURELLE REGELN

In Gambia bekennen sich etwa 90 % der Bevölkerung zum muslimischen Glauben. Die Muslime in Gambia praktizieren ihren Glauben tief religiös, aber nicht fanatisch radikal. Dort hat der Islam bisher keine Politisierung erfahren. Er weist weder fremdenfeindliche und antiwestliche Einstellungen auf, noch zeigt er Widerstand gegen den westlichen Fortschritt. Die Zusammenarbeit und Solidarität in der islamischen Gemeinde ist eine der wichtigsten Forderungen des Koran.

In diesem uns fremden Kulturkreis herrschen eigene Sitten, nach denen sich der Besucher/die Besucherin richten sollte. Die GambianerInnen sind sehr herzlich und gastfreundlich und Ihr könnt davon ausgehen, dass man/frau mit der Freundlichkeit aufgenommen wird, mit der Ihr Ihnen gegenübertrittet.

Generell wird beim Essen nur die rechte Hand benutzt (die linke dient der Körperreinigung).

Geschenke dagegen werden - als Geste der Dankbarkeit - stets mit beiden Händen entgegengenommen.

Sich in der Öffentlichkeit mit Strandbekleidung, kurzen Röcken oder Hosen, weit ausgeschnittenen Blusen oder T-Shirts zu zeigen, wird als sehr unschicklich angesehen und sollte vermieden werden. In Gambia gilt die Kleidung als Statussymbol. Auch wenn jemand sehr arm ist, ist man/frau bemüht, sauber und gepflegt auszusehen.

Selbstverständlich sollte auch sein, bevor Du jemanden fotografierst, die Person um Erlaubnis zu fragen. Besonders gläubige Muslime lassen sich ungern ablichten.

4.4 VERSICHERUNG

Eine Auslandskrankenversicherung solltest Du unbedingt abschließen. Gegen Vorlage der Quittung bekommst Du das Geld nach dem aktuellen Wechselkurs in Deutschland zurückerstattet. Informiere Dich aber vorher, was für Angaben Deine Versicherungsgesellschaft auf der Quittung erwartet (z.B. Name & Geburtsdatum des Patienten/der Patientin, Diagnose, verschriebene Medikamente/ vorgenommene Untersuchungen, Adresse des Arztes/der Klinik & deren Name, Unterschrift und Stempel etc.)

Gegebenfalls könntest Du über eine Rückholversicherung nachdenken, die sich im Notfall um Deinen Rücktransport nach Deutschland kümmert - ist aber oft in der Auslandsreiseversicherung schon enthalten.

4.5 DOKUMENTE

Zur Einreise nach Gambia benötigst Du einen Reisepass. In Gambia ist es Pflicht, sich stets ausweisen zu können (gilt für GambianerInnen und AusländerInnen). Aus Erfahrung wollen wir Dich aber darauf hinweisen, dass es auch riskant sein kann, das Original stets mit sich zu führen. Wir empfehlen, den Pass zu kopieren und in Gambia mit der Kopie zu reisen. Unser Projektkoordinator, Pa Arona Jagana, verfügt über einen Tresor, in dem Du Deinen Ausweis und Dein Flugticket sicher aufbewahren kannst.

4.6 KOSTEN / GELD

In Gambia selbst kannst Du sehr preiswert leben. Da aber jede Person einen anderen Lebensstandard braucht, können wir schwer sagen, wie viel Geld Du benötigen wirst. Beachte jedoch auch, dass Du im Krankheitsfall alle Kosten erst mal auslegen musst.

Die Landeswährung ist der DALASI, 1 Dalasi = 100 Bututs.

Der Wechselkurs liegt bei 1€ = 36 Dalasi (Juli 2004).

Geld wechseln kannst Du im Senegambia Area (Touristenviertel um das Hotel Senegambia herum - in Kololi) auf dem Weg nach Serekunda über die Coastal Road oder in Serekunda. In Brikama ist das Wechseln nicht zu empfehlen. Der Wechselkurs ist mit Bargeld am besten. Wenn Du aber auf Nummer sicher gehen willst, kannst Du auch Travellerschecks tauschen. Diese werden bei Diebstahl ersetzt. Beachte jedoch, dass Du dafür in Deutschland Gebühren zahlst und in Gambia einen etwas schlechteren Kurs bekommst.

In einigen großen Banken in Serekunda (Ecke Westfield) bekommst Du auch Geld mit Deiner Kreditkarte, Pass nicht vergessen !!! Mit einer Visa-Karte sowie der Geheimnummer kannst Du an den Geldautomaten der Standard Chatered Bank Geld bekommen. Die zuverlässigsten befinden sich in Bakau und in der Hauptstadt Banjul.

Das sicherste ist während der Banköffnungszeiten Geld abzuheben und nicht Abends oder am Wochenende. Die Automaten in Serekunda-Ecke Westfield und in Kololi (Touristenviertel) sind manchmal leer und deshalb außer Betrieb.

4.7 EINKAUFEN

Große Supermärkte findest Du in Serekunda (z.B. Ecke Westfield) oder in den Touristengebieten (z.B. Senegambia Area). In der Regel gibt es die meisten Sachen zum täglichen Gebrauch auch auf dem Markt. Hygieneartikel (z.B. Tampons) und Filmmaterial (Filme und Batterien für die Kamera) solltest Du aber besser aus Deutschland mitbringen.

Stell Dich darauf ein, dass das Handeln zum Geschäft dazu gehört und es eher unhöflich ist, wenn Du gleich den zuerst geforderten Preis bezahlst. Ausgenommen sind die kleinen sog. Tante Emma Läden, die es an jeder Straßenecke gibt. Beachte auch, dass es in Gambia nicht normal ist Toilettenpapier zu benutzen. Dieses musst du dir in einem Supermarkt in Senegambia oder Serekunda besorgen oder aus Deutschland mitbringen.

Was Spaß macht und günstiger als in Deutschland ist, sind die Gänge zum Schneider oder Schmied. In Gambia kannst Du Dir billig aus vorher gekauftem Stoff Hosen, Oberteile, Kleider etc. nähen lassen. Günstig ist es manchmal, ein Modell z.B. Deiner Lieblingshose zum Schneider mitzunehmen - zwecks Zuschnitt. Rechne aber damit, dass Du bei westlichen Kleidungs Wünschen wegen Abänderungen noch öfters zum Schneider musst - sie sind halt eher das Schneidern afrikanischer Kleider gewöhnt. Das ist aber nicht allgemein gültig.

Beim Schmied könnt ihr Euch sehr günstig Schmuck jeglicher Art nach eigenen Vorstellungen schmieden lassen oder aber fertige Stücke kaufen. Was Ihr auf alle Fälle auch nutzen solltet, ist die große Auswahl an Musikkassetten und CDs (besonders natürlich Reggae und afrikanische Klänge). Es ist eine sehr nette Freizeitbeschäftigung, sich in einem Musikshop einen Nachmittag lang durch die verschiedensten Musikrichtungen durchzuhören. Kopien sind sehr billig, aber durch das x mal vorherige überspielen leidet auch die Qualität etwas.

Ein weiterer Tipp ist der Brikama Craft Market, der im Vergleich zu den Kunsthandwerker-Märkten in den Touristengebieten noch günstiger ist (natürlich zählen auch die individuellen Feilschkünste). Am besten, Ihr geht öfters mal vorbei, um Euch einen Überblick über das Angebot zu verschaffen und die Preise zu vergleichen und kauft erst später was. So sehen die Leute, dass Ihr keine Ein-Tages-Touris seid, sondern länger dort lebt. Dann sind sie eher zu Preisnachlässen bereit.

4.8 KRANKHEITEN UND GESUNDHEITSVORSORGE

Bereits einige Monate vor Deiner Abreise solltest Du für die notwendigen Impfungen sorgen, da zwischen einigen ein zeitlicher Abstand notwendig ist. Falls Du noch keinen Impfschutz gegen TETANUS (Wundstarrkrampf) und POLIO hast, solltest Du dies vor Deiner Abreise nachholen. Neben GELBFIEBER ist eine MALARIAPROPHYLAXE aus medizinischer Sicht unbedingt erforderlich, denn die von der Anophelismücke übertragene Krankheit ist auch in Gambia weit verbreitet. Das Malariarisiko besteht das ganze Jahr, aber besonders in der Regenzeit (Juni – Oktober).

Vor den Moskitos kannst Du Dich mit Insektenspray und langen, luftigen Klamotten schützen. Ob eine Prophylaxe für Dich empfehlenswert ist, hängt erstens von der Verträglichkeit des Medikaments und der Dauer Deines Aufenthalts ab. Lariam (8 Tabl. ~ 50,00 €), das am häufigsten verschriebene Medikament, kann sehr verschiedene und unangenehme Nebenwirkungen auslösen.

Die Anwendung ist über einen längeren Zeitraum *nicht* ratsam. Eine andere Möglichkeit wäre, eine Prophylaxe mit Malarone. Am besten gehst Du vor Deiner Abreise in das Gesundheitsamt oder zu einem Tropenarzt und lässt Dich beraten. Ebenso sind eine Schluckimpfung gegen TYPHUS und eine Kombi-Impfung gegen HEPATITIS A+B empfohlen. Die Kosten sind allerdings sehr hoch.

In der Regenzeit tritt verstärkt eine Bindehautentzündung (Appolo) auf. Da sich die Erkrankten immer wieder in und an den Augen reiben, wird diese sehr schnell durch Händekontakt übertragen. In den örtlichen Apotheken (pharmacy in Brikama am Ortseingang aus Richtung Serekunda, gegenüber der Garage, ist gut ausgestattet) gibt es Augentropfen.

4.9 ARZTBESUCH IN GAMBIA

Einige Wochen vor der Abreise solltest Du noch mal zum Zahnarzt gehen. Ein Arztbesuch in Gambia ist niemandem zu wünschen. Wenn es aber doch mal notwendig ist, gibt es die Sweden Clinic in Kotu (Coasta Road - Sene -gambia - Kololi - Kotu, in Richtung Banjul) oder das Royal Victoria Hospital in Banjul.

In Gambia gibt es die Bremen-Klinik (wird aus Bremen unterstützt). Diese ist nicht gerade billig, für gambianische Verhältnisse aber gut. Dort kannst du dich gegen Malaria behandeln lassen. (Bluttest, es folgen dann 2-3 Impfungen mit Chloroquin) Du kannst aber auch fragen, ob sie dir den Impfstoff für die Folgeimpfung mit nach Brikama geben und du lässt dich dann in einer pharmacy in Brikama impfen. Ist möglich und billiger. Wichtig ist das du die Diagnose erfährst.

Geh aber auf keinen Fall in das Brikama Hospital, dort herrschen miserable Zustände. Auf jeden Fall solltest du keine Angst vor der Malaria haben. Sie ist dann tödlich wenn sie nicht behandelt wird.

Bei den kleinsten Anzeichen von sehr starken Kopfschmerzen in Verbindung mit Fieber und Schüttelfrost solltest du auf jeden Fall einen Arzt aufsuchen.

4.10 DIPLOMATISCHE VERTRETUNGEN VON GAMBIA

- Kurfürstendamm 103, 10711 Berlin
Tel. 030 - 892 31 21
Fax 030 - 89 11 401

4.11 BOTSCHAFT

- Deutsche Botschaft (nicht in Gambia vorhanden)
Ambassade d'Allemagne, 20.Avenue Pasteur, Angle Rue Mermoz, B.P.2100, Dakar, Senegal, Tel.: (002 21) 823 48 84, 823 25 19, Fax: (002 21) 822 52 99
Internet: www.ambassade-allemande.sn
- Deutsches Konsulat in Gambia (Verbindungsbüro der deutschen Botschaft)
Independence Drive 1, P.O. Box 833, Banjul, Gambia
Tel. (00220) 422 77 83
Fax:(00220) 422 45 45

4.12 EMPFEHLUNGEN

- www.auswaertiges-amt.de und www.gambia-netzwerk.de
- Reiseführer, Reise Know How (Senegal-Gambia), 2004
- Reiseführer, Lonely Planet, 2002/2003
- Reiseführer, Senegal - Gambia (mit Reisepraxis und Hintergründen zu Geschichte, Gesellschaft und Kultur), 2002
- Tropenarzt in Erfurt:
Dr. Lundershausen, Thälmannstr. 25;
Tel. 566 72 16
- Gesundheitsamt,

5 FÖRDERUNG