



PRAKTIKANTENKATALOG

dindingo-Gambia e.V.

INHALT

| | |
|---|----|
| 1 HALLO LIEBE/R PRAKTIKANT/IN !..... | 2 |
| 2 DEINE ARBEIT IN GAMBIA..... | 2 |
| 2.1 Mögliche Aufgaben für Praktikanten..... | 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 Notfallnummern in Gambia..... | 6 |
| 4.4 Kommunikation..... | 7 |
| 4.5 Kulturelle Regeln..... | 9 |
| 4.6 Versicherung..... | 10 |
| 4.7 Dokumente..... | 10 |
| 4.8 Kosten / Geld..... | 11 |
| 4.9 Einkaufen..... | 12 |
| 4.10 Krankheiten und Gesundheitsvorsorge..... | 13 |
| 4.11 Arztbesuch in Gambia..... | 14 |
| 4.12 Diplomatische Vertretungen von Gambia..... | 15 |
| 4.13 Empfehlungen..... | 16 |

1 HALLO LIEBE/R PRAKTIKANT/IN !

Schön, dass Du Dich interessiert/ dazu entschieden hast, ein Praktikum beim dindingo - Gambia e.V. zu machen!

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

2 DEINE ARBEIT IN GAMBIA

Erst einmal stellst Du ein Verbindungsglied zwischen unserem Projekt in Gambia und sowie dem dindingo - Gambia e.V. in Deutschland dar.

Dafür ist es wichtig, dass Du uns regelmäßig über Deinen Aufenthalt und die Arbeit im Projekt informierst. Du wirst in Deutschland von Vereinsmitgliedern auf Dein Praktikum vorbereitet und Deine Aufgabenbereiche werden besprochen und auch während deines Einsatzes ist immer jemand vom Verein Ansprechperson und begleitet Deine Zeit vor Ort. Natürlich ist in Gambia selbst unser Direktor für die Einführung und Begleitung zuständig.

Hauptsächlich wird der Einsatzbereich in der Zusammenarbeit mit dem Direktor und den LehrerInnen liegen. Dabei musst Du Dich darauf einstellen, dass die Kinder ihre Muttersprache Mandinka sprechen und nur Schritt für Schritt die englische Sprache erlernen. Die Kommunikation zwischen Dir und den Kindern, besonders den ganz Kleinen, wird sich sicher durch andere Kommunikationswege gestalten.

Es wäre von Vorteil, wenn Du Dir bereits in Deutschland z.B. mögliche Spiele einfallen lässt, damit die Kinder spielerisch die englische Sprache erlernen können. Die gambischen LehrerInnen praktizieren oft Frontalunterricht und ein Wiederholungsprinzip, bei dem die Kinder den Lehrkräften Alphabet, Zahlen, usw. nachsprechen müssen. Anregungen und Ideen zu alternativen Lernmethoden sind immer willkommen.

Solltest Du handwerklich begabt sein oder über landwirtschaftliches Wissen und Interesse verfügen, ist auch eine Zusammenarbeit mit dem Hausmeister und Gärtner ein guter Einsatzort.

2.1 MÖGLICHE AUFGABEN FÜR PRAKTIKANTEN

Diese Auflistung sind lediglich Möglichkeiten. Deine Aufgabenbereiche werden mit Dir gemeinsam erarbeitet und zusammengestellt, je nach Interesse und Fähigkeiten.

- **Mitgestaltung** des Unterrichts (Spiele, Theater, Tanzen, Sport, Musik, Schulgarten, Hygiene) , Hospitation
- **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 (z.B. Ball-, Seil- oder Kreisspiele).
- **Unterstützung** der LehrerInnen und der Nanny beim Essen und Zähneputzen
- **Gestaltung** und Dekoration der Klassenräume und des Spielzimmers (gemeinsam mit den LehrerInnen)
- **Einzelförderungen** der Kinder mit besonderen Bedürfnissen
- **Teilnahme** und ggf. Organisation von Lehrerversammlungen und Treffen des Elternkomitees (PTA-Parents-Teacher-Association) - Diskussion von Problemen im Projekt und Verbesserungsmöglichkeiten; Organisation von Schulfest, Sportfest, Fußballturnieren mit anderen Kindergärten etc.
- **Teilnahme** an diversen außerschulischen Aktivitäten (workshops, Sitzungen der ECCA-Early Childhood and Care Association)
- **Unterstützung** und Zusammenarbeit mit dem mothers club der Vorschule (z.B. Teilnahme an Treffen, gemeinsame Vorbereitung von Aktivitäten, wie Verkauf, workshops, etc.)
- **Besuch** anderer Kindergärten (z.B. Kiga Tubakuta, Serekundading, Kuloro, Wattenscheid, Bottrop in Brikama, etc), 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, Child Fund, Kundembo Health and Youth Center in Gunjur (Saul)

2.2 WAS DU MITBRINGEN SOLLTEST

- **I**nterkulturelle Fähigkeiten & Sensibilität
- **V**erständnis, dass das Ziel von Entwicklungszusammenarbeit die Hilfe zur Selbsthilfe ist und dieser Prozess nur unterstützt werden kann, d.h. Begegnung auf Augenhöhe, Einbezug der Bevölkerung in Prozesse, etc.
- **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 (z.B. keine permanente Strom- & Wasserversorgung)
- **s**ehr viel Eigeninitiative
- **p**ädagogische Kompetenzen
- **v**orherige Beschäftigung mit oder Erfahrungen in dem Bereich, in welchem du arbeiten möchtest
- **G**eduld mit Dir selbst und Situationen vor Ort
- **E**nglischkenntnisse

3 WAS WIR VON DIR ERWARTEN

- **Regelmäßiger** Kurzbericht an den Verein in Deutschland
- **Sofortige** Kontaktaufnahme bei Problemen im Projekt, Änderung Deiner Praktikumspläne, persönliche Schwierigkeiten etc.
- **Wenn** Dir negatives Verhalten der LehrerInnen auffällt möchten wir darüber informiert werden. Deine erste Ansprechperson bei Fragen, Unklarheiten, Unsicherheiten, Unverständnis ist der Direktor. Besprich bitte alle Situationen mit ihm, um eventuelle Mißverständnisse auszuräumen. Natürlich sind auch positive Nachrichten über die Projektarbeit willkommen!
- **Als** PraktikantIn des dindingo – Gambia e.V. und dadurch auch Bindeglied zwischen Gambia und Deutschland, ist kulturell angemessenes Verhalten sehr wichtig (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 dem Direktor Ansumana Jawo.
- **Der** Verein kann leider Kosten wie Flug, Impfungen, etc. nicht übernehmen. Wir schauen aber, dass wir die Kosten für die Unterkunft während Deines Aufenthalts übernehmen.
- **Da** die Unterkunft in Brikama sein wird, ist die tägliche Fahrt nach Mandinaba zu organisieren, z.B. durch Kauf eines Fahrrads (am Ende wieder Verkauf) oder durch Bus/shared Taxi.
- **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

Der Verein hat keine eigene PraktikantInnenunterkunft. Wir werden uns jedoch vor Deiner Abreise um ein Zimmer kümmern. In Gambia darfst Du kein Komfort erwarten. In der Regel sind aber fließend Wasser, Strom und westliche Toiletten (mit Spülung) und Duschen vorhanden. Details werden wir mit Dir vorher besprechen.

4.2 FLUG

Deinen Flug kannst Du online bei den einzelnen Fluggesellschaften über die entsprechende Airline oder über ein Reisebüro buchen. Zu empfehlen ist *African World Touristik* aus Düsseldorf, die gut beraten und auch einen günstigen Flug suchen. Zu finden im Internet unter <http://www.africanworld.de/german/index.html> - die Telefonnummer von Frau Badje, die für gambische Reisen zuständig ist, ist 0211-302069220.

Folgende Airlines fliegen nach Gambia:

- SN Brussels (über Brüssel, 46kg Freigepäck)
- Vueling (über Barcelona)
- Air Maroc (über Casablanca)
- Condor (seit 10/2014 eingestellt, schauen, ob sie die Route wieder aufnehmen)

4.3 Notfallnummern in Gambia

Ambulanz: Tel. – 16

Polizei: Tel. – 17

Feuerwehr: Tel. - 18

4.4 KOMMUNIKATION

Von Deutschland nach Gambia:

Telefon von Deutschland nach Gambia

Mit verschiedenen Call-by-Call-Anbietern kann man für ca. 0,15 € die Minute nach Gambia (Mobilfunk) telefonieren. (Quelle: www.billiger-telefonieren.de)

Hier die aktuellen Top-3 Vorwahlen:

- 01047 • 01076 oder • 01097
- Bsp.: Call-by-Call + Vorwahl Gambia (00220) + Mobilfunknummer 01047 + 00220 + 1234567

(Das Verwenden von Call-by-Call-Diensten ist nur mit einem Festnetzanschluss der Telekom möglich!)

Internet-Telefondienste:

- Skype: www.skype.com Minutenpreis für Gambia Mobilfunk: ca. 0,30 €/min
- Voipstunt: www.voipstunt.com Minutenpreis für Gambia Mobilfunk: ca. 0,26 €/min

Von Gambia nach Deutschland:

- Vorwahl Deutschland: 0049 (oder auch +49) + Regionalvorwahl (ohne Null am Anfang)

Anrufe vom eigenen gambischen Mobilfunk können sehr teuer sein (ca. 1€/min). Deshalb ist es besser in ein „Telecenter“ zu gehen, wo man zu einem festgelegten Preis über das Festnetz telefonieren kann.

Internetnutzung per Telefon/Smartphone:

Von fast jedem Anbieter in Gambia (bspw. Q-Cell) kann man sich sein Handy kostenlos für Internetnutzung konfigurieren lassen. Dann kann man mit Prepaid-Guthaben Internet nutzen (bspw. What's App, E-mails). Der Empfang ist zumeist problemlos möglich.

Internetcafés in Gambia:

Der Internetzugang in Gambia ist in den letzten Jahren deutlich besser geworden. In Brikama befinden sich mehrere meist gute und schnelle Internetzugänge. Rechne grundsätzlich mit Störzeiten bei deinen Besuchen und sei darauf vorbereitet, dass sich die Internet-Kommunikation nicht mit deutschen Gewohnheiten vergleichen lassen. USB-Sticks sind mit Vorsicht zu benutzen, viele PCs haben Viren und man sollte nicht davon ausgehen, dass alle Informationen oder Fotos darauf gespeichert bleiben. Es gibt Internetsticks und portable WLAN Router, mit denen man vom eigenen Laptop aus ins Internet kann.

4.5 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 Korans.

In diesem uns fremden Kulturkreis herrschen eigene Sitten, nach denen sich der Besucher/die Besucherin richten sollte. Die GambierInnen sind sehr herzlich, hilfsbereit und gastfreundlich und du kannst davon ausgehen, dass man mit der Freundlichkeit aufgenommen wird, mit der du Ihnen gegenübertrittst.

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, besonders in ländlichen Gegenden. In Gambia gilt die Kleidung als Statussymbol. Auch wenn jemand sehr arm ist, ist man 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.

Da bei Muslimen kein Alkohol erlaubt ist, sollte man diesen auch nicht öffentlich mit sich herum tragen oder konsumieren.

Polizei- und Militärkontrollen (sog. „Police Check Points“) sind Alltag im Land. Man gewöhnt sich daran. Verhalte dich stets respektvoll und höflich gegenüber uniformierten Personen.

4.6 VERSICHERUNG

Eine Auslandskrankenversicherung solltest Du unbedingt abschließen. Diese sollte den Rücktransport mit einschließen. 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.)

Eine Unfall- und Haftpflichtversicherung wird empfohlen.

4.7 DOKUMENTE

Zur Einreise nach Gambia benötigst Du einen Reisepass (auch noch 6 Monate nach der Rückkehr gültig). Das Visum kannst Du vorher beantragen oder direkt bei der Einreise bekommen (vorher direkt für die gesamte Zeit, am Flughafen zunächst für 28 Tage und muss verlängert werden). PraktikantInnen aus der Schweiz müssen das Visum im Voraus beantragen (kein EU-Staat). In Gambia ist es Pflicht, sich stets ausweisen zu können (gilt für GambierInnen 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 und den Visumstempel zu kopieren und in Gambia mit der Kopie zu reisen. Mach Dir von allen wichtigen Dokumenten eine Kopie und bewahre diese getrennt von den Originalen auf. Gut wäre es auch, eine Kopie zu Hause zu lassen und einzuscannen und z.B. auf dropbox zu sichern.

4.8 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€ = 52 Dalasi (März 2015, am besten immer vorher noch mal nach dem aktuellen Kurs im Internet schauen).

Geld wechseln kannst Du inzwischen an vielen Orten im Land, z.B. bei Banken, in Wechselstuben, auch in Brikama (um den Markt herum). Banken in Gambia: Quelle: www.accessgambia.com (Yellow Pages), mittlerweile in jedem größerem Ort überall vorhanden. Bei Abhebungen an ATMs mit Kreditkarte (am besten Visacard) ist zu beachten, dass es dort einen relativ geringen Höchstbetrag gibt. Man kann jedoch mehrmals hintereinander abheben. Doch Achtung! Dabei fallen auch jedes Mal Gebühren an.

4.9 EINKAUFEN

Super- und Minimärkte findest Du in allen größeren Städten, in Brikama, Serekunda 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) 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 und in Supermärkten. Beachte auch, dass es in Gambia nicht normal ist Toilettenpapier zu benutzen. Dieses findest du aber in den Supermärkten.

Was Spaß macht und günstiger als in Deutschland ist, sind die Gänge zum Schneider oder Schmied. In Gambia kannst Du Dir preiswert 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 Kleidungswünschen 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 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 preiswert, aber durch das x mal vorherige überspielen leidet auch die Qualität etwas.

Ein weiterer Tipp ist der Brikama Craft Market (vor allem Holzschnitzereien), der im Vergleich zu den Kunsthandwerker- Märkten in den Touristengebieten noch günstiger ist (natürlich zählen auch die individuellen Feilschkünste). Am besten, Ihr geht öfter 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.

4.10 KRANKHEITEN UND GESUNDHEITSVORSORGE

Bereits einige Monate vor Deiner Abreise solltest Du für die notwendigen Impfungen sorgen, da zwischen einigen ein zeitlicher Abstand notwendig ist. Am besten Du gehst vor der Abreise zu einem Tropeninstitut/Gesundheitsamt/Tropenarzt und lässt Dich dort beraten. 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 (Gesundheitsamt) zu empfehlen, 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). Entscheiden musst die Form der Anwendung jedoch jedeR für sich selbst.

Vor den Moskitos kannst Du Dich mit Insektenspray (für Haut und Kleidung), Moskitonetz und langer, heller und luftiger Kleidung schützen. Ob und welche Prophylaxe für Dich empfehlenswert ist, hängt erstens von der Verträglichkeit des Medikaments und der Dauer Deines Aufenthalts ab.

Die Anwendung ist über einen längeren Zeitraum nicht ratsam. Eine andere Möglichkeit wäre, eine Prophylaxe mit Malarone. Doxycyclin wäre auch eine andere Option. Ebenso sind eine Schluckimpfung gegen TYPHUS und eine Kombi-Impfung gegen HEPATITIS A+B empfohlen. Die Kosten sind allerdings sehr hoch, werden aber zum Teil von den Krankenkassen übernommen.

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 gibt es entsprechende Augentropfen.

Tipps für die Reiseapotheke:

- Fieber- / Schmerzmittel
- Mittel gegen Durchfall und Verstopfungen
- Desinfektionsmittel (Hand und Fläche)
- Pflasterset (auch Rolle)
- elastische Binde
- Allg. Erkältungsmedikamente
- Hals- und Hustentabletten
- Elektrolyte
- entzündungsstillende Salbe
- Fenistil (Gel)
- Multivitamin-, Magnesium-, Calcium- etc. –Tabletten
- Fieberthermometer

4.11 ARZTBESUCH IN GAMBIA

Einige Wochen vor der Abreise solltest Du noch mal zum Zahnarzt gehen. Ein Arztbesuch in Gambia ist niemandem zu wünschen. Bei den kleinsten Anzeichen von sehr starken Kopfschmerzen in Verbindung mit Fieber und Schüttelfrost solltest du auf jeden Fall einen Arzt aufsuchen.

Wenn es aber doch mal notwendig ist, einen Arzt aufzusuchen gibt es folgende Möglichkeiten (Quelle: www.accessgambia.com (Yellow Pages)):

Health Centre Gunjur und Kundembo Health Clinic Gunjur,
Kontakt über Sulayman Sambou
Telefon: (+220) 991 64 95

Royal Victoria Hospital Independence Drive; Banjul
Telefon: (+220) 42 28 223/4/5/6
Telefax: (+220) 42 26 152
E-Mail: cmd.rvth@gamtel.gm

MRC Laboratories (von Großbritannien unterstützte Klinik) , Atlantic Boulevard;
Fajara
Telefon: (+220) 44 95 442/6 oder 44 94 072/9
Telefax: (+220) 44 95 919
Internet: www.mrc.gm
E-Mail: communications@mrc.gm

ASB Health Clinic Dippa Kunda (von Deutschen geleitete Klinik), Musu Kebba
Drammeh Street (near Serrekunda market), Dippa Kunda / Serrekunda The
Gambia
Phone: 9934542

Swedent Clinic (Dental Clinic and Lab) (von Schweden unterstützte Klinik), Bertil
Harding Highway; Kotu
Telefon: (+220) 44 61 212
Telefax: (+220) 44 62 223 Notfälle: (+220) 98 07 259
Internet: www.swedent.gm
E-Mail: swedent@work.gm

4.12 DIPLOMATISCHE VERTRETUNGEN VON GAMBIA

- **Honorarkonsulat**

Leiter: Herr Dr. Roman Skoblo
Windscheidstr. 18/19, 10627 Berlin
Tel. 030 – 89 23 121
Fax 030 – 89 11 401
Öffnungszeiten: Di. und Do. 10.00 - 12.00 Uhr

- **Honorargeneralkonsul der Republik Gambia in Deutschland**

Leiter: Herr Rolf Becker,
Gladbacher Straße 17-19, 50672 Köln
Telefon: +49 221 88 8 88 73
Fax: +49 221 88 8 88 73
Öffnungszeiten: Di. - Do. 10.00 - 12.00 Uhr

Darüber hinaus gibt es noch Honorarkonsulate in Frankfurt und in München. Siehe <http://www.auswaertiges-amt.de/DE/Laenderinformationen/Gambia/VertretungenGambia.htm>

- **Generalkonsulat der Republik Gambia**

Postfach 9869, 8036 Zürich
Badenerstrasse 16, 8004 Zürich
Telefon: 043/317 98 87
Fax: 043/317 98 88
Termine nach Vereinbarung

Gambia selbst besitzt keine deutsche Botschaft. Die Botschaft in Dakar (im Nachbarland Senegal) ist auch für Gambia zuständig. Aber es gibt ein deutsches Konsulat in Banjul, der Hauptstadt Gambias. (Quelle: www.auswaertiges-amt.de)

- **Deutsche Botschaft** (nicht in Gambia vorhanden)

Ambassade d'Allemagne, 20.Avenue Pasteur, Angle Rue Mermoz, B.P.2100, Dakar, Senegal,
Tel.: (+221) 338 89 48 84, Fax: (+2 21) 338 22 52 99
Internet: <http://www.dakar.diplo.de/>

- **Deutsches Konsulat in Gambia (Verbindungsbüro der deutschen Botschaft)**

Ort: Office of the German Ambassador; Ker Serign Njaga, Costal Road/
Senegambia Highway,
Banjul Postanschrift: Office of the German Ambassador P.O.B. 833
Telefon: (+220) 446 31 35, Telefax: (+220) 446 30 26

- **Ambassade de Suisse**

Rue René N'Diaye / angle Rue Seydou

Nourou Tall , Dakar /Sénégal

Tél.: +221 33 823 05 90

Fax: +221 33 822 36 57

dak.vertretung@eda.admin.ch, dak.visa@eda.admin.ch

<https://www.eda.admin.ch/countries/senegal/de/home/vertretungen/botschaft.html>

4.13 EMPFEHLUNGEN

- www.auswaertiges-amt.de
- www.projectsingambia.org

Reiseliteratur:

- Reise Know-How Senegal, Gambia und Guinea-Bissau: Reiseführer für individuelles Entdecken, Taschenbuch , 2013 von [Thomas Baur](#) (Autor)
- The Gambia and Senegal (Lonely Planet Gambia & Senegal) (Englisch) Taschenbuch, 2009 von [Katharina Kane](#)
- Gambia - Kleines Urlaubsparadies in Westafrika: Ein anspruchsvoller Begleiter für Ihre Reise nach Gambia, 2013 von [Ilona Hupe](#) (Herausgeber, Autor), [Manfred Vachal](#) (Autor)
- Kauderwelsch, Mandinka für Gambia Wort für Wort Taschenbuch, 2012 von [Karin Knick](#) (Autor), [Claudia Schmidt](#) (Bearbeitung)

allgemeine Literatur:

- Ach, Afrika - Berichte aus dem Inneren eines Kontinents, 2003, von Bartholomäus Grill
- Wurzeln „Roots“, 1994, von Alex Haley
- Afrikanisches Fieber – Erfahrungen aus vierzig Jahren, 1999, von Ryszard Kapuscinski
- Freiwilligendienst in Gambia – Engagement in einer fremden Welt, 2013, von Konrad Müller

Gepäck-Checkliste:

Dies sind lediglich Tipps für Dich und können ganz nach Belieben reduziert oder erweitert werden. Solltest Du etwas vergessen; das meiste ist auch in Gambia erhältlich.

- Toilettenpapier (1 - 2 Rollen für den Anfang mitnehmen!)
- Moskitonetz (incl. etwas zum Aufhängen, z.B. Haken, Schnur)
- Moskito-Spray für Haut und Kleidung (z.B. NoBite, Tyrax – für Kleidung)
- Sommerschlafsack
- 1-2 Laken (es kann im Dezember/Januar durchaus kühler werden!)
- Taschenlampe / Stirnlampe
- Wäscheleine oder Schnur
- Haken zum Aufhängen von Kleidung für die Tür
- Sonnencreme in hoher Stärke je nach Hauttyp
- 2-3 helle Klumpenkerzen
- Feuerzeug
- Hygieneartikel für die Frau (dort teilweise schlecht erhältlich und teuer!)
- Reiseapotheke (siehe Reiseapotheke)
- Handy (mit Schutzhülle gegen Staub) mit gutem Akku (die lokalen sim-Karten sind meist noch in dem „alten“ großen Format)
- Geld
- Bücher (manche bevorzugen e-book)
- feste Halbschuhe
- Sandalen und FlipFlops
- Brust- oder Bauchbeutel für Geld
- Reisepass
- Fotoapparat
- USB-Stick
- Taschenmesser
- Nähzeug (auch festeres)
- Klebeband
- Kopfbedeckung (Sonnenschutz)
- lange Hosen aus leichtem Stoff
- lang- und kurzärmelige Shirts/Hemden
- Badesachen
- (Reise)handtuch
- Wörterbuch (Mandinka, Englisch)
- Familienfotos und ein Stück Heimat (Musik, Deko etc.)
- Reisetagebuch
- Hobby Action (Instrument, Sportschuhe, Volleyball, Spielkarten)
- (Kräuter-)Tee
- MP3 Player mit Box

Mögliche Gastgeschenke:

- Fußball +Utensilien (Schuhe, Handschuhe etc.)
- MP3 Player
- USB-Sticks
- Schminkutensilien
- Handy
- Parfum
- Schmuck
- Schokolade
- Malsachen (für Kinder)

Gastgeschenke lassen sich auch vor Ort kaufen, wenn man sieht und weiß was sinnvoll ist (z.B. Ataya/Tee, Cola-Nüsse, vor allem für Ältere, etc.)!!!!

Wir möchten uns an dieser Stelle auch bei volnet bedanken, von denen wir viele hilfreiche Informationen übernehmen konnten.