

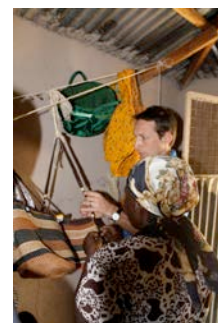
Sindiso e.V.
Aventinusstraße 30
93073 Neutraubling
Fon: 0 94 01 / 13 67
sindiso@web.de
www.sindiso.de



Sindiso e.V.
Aventinusstraße 30
93073 Neutraubling
Fon: 0 94 01 / 13 67
sindiso@web.de
www.sindiso.de

Spendenkonto
Raiffeisenbank
Oberpfalz Süd eG.
BLZ 75 06 20 26
Konto 7302762

Volunteering im Sindiso-Projekt in Kenia



Informationen und Leitlinien für Volunteers im Sindiso-Projekt Umbrella Widows and Orphans in Rabuor (Kenia)

Grundsätzliche Bestimmungen:

- Alle Kosten, die dem/der Volunteer im Rahmen seines/ihrer Aufenthalt entstehen (inkl. Kosten im Vorfeld) sind von ihr/ihm selber zu tragen.
- Sindiso e.V. als Vermittler des Volunteerings übernimmt keinerlei Haftung.
- Die Vorbereitung erfolgt durch Telefonate und mindestens einem Treffen bei einer der Verantwortlichen des Volunteer-Programms von Sindiso e.V. (i.d.R. Regensburg, München oder Hamburg)
- Während des Aufenthalts im Projekt berichtet der/die Volunteer mindestens einmal pro Woche Sindiso e.V. per Email
- Bis spätestens ein Monat nach seinem/ihrer Aufenthalt stellt der/die Volunteer Sindiso e.V. einen Erfahrungsbericht zur Verfügung
- Im Zeitraum von einem Monat nach Rückkehr findet ein Nachgespräch statt (telefonisch oder Treffen)
- Auslandsversicherung ist von der/dem Volunteer selbst zu organisieren
- Impfungen sind von der/dem Volunteer selbst zu organisieren

Visum:

Das Visum kann folgendermaßen beantragt werden:

- im voraus bei der kenianischen Botschaft in Berlin (Dauer ca. zehn Tage, Kosten ca. 50 €)
- bei der Anreise direkt am Flughafen in Nairobi (ca. 20 €)

Allgemeine Informationen findet man dazu auch unter:

http://visa-info.konsulate.de/visum/visum_einreise_kenia.php

<http://www.visumexpress.de/laenderinfos/kenia.htm>

Beantragung des Visums erfolgt durch den/die Volunteer.

Anreise:

- Flug zum Kenyata Airport in Nairobi
- Die Organisation des Flugs übernimmt der/die Volunteer
- Abholung am Flughafen durch ein Mitglied der Projektfamilie (Kosten ca. 50 bis 80 €)
- Organisation der Weiterreise mit dem Bus von Nairobi nach Kisumu erfolgt durch ein Mitglied der Projektfamilie (Kosten: ca. 12 €, Dauer: ca. 8h)
- Falls die Weiterreise nicht am selben Tag erfolgen kann, bietet Benjamin Oloo (Sohn der Projektfamilie, Anwalt in Nairobi) eine Übernachtungsmöglichkeit in seiner Wohnung an (Unkostenbeitrag 10 €)
- Abholung von der Bushaltestelle in Kisumu erfolgt durch die Projektfamilie

Geographische Lage:

- Das Projekt befindet sich in Rabuor
- Rabour ist ein Dorf, etwa 12 km von Kisumu entfernt
- Kisumu ist die drittgrößte Stadt von Kenia und liegt direkt am Viktoriasee. Es gibt hier alle Arten von Geschäften und Dienstleistungen (Internetcafé, Markt, Telekommunikationsgeschäft, Banken, Wechselstuben, Supermärkte etc.)
- Fahrt von Rabuor nach Kisumu dauert im Matatu (Minibustaxi ca. 50 cents) etwa 20 min.

Unterkunft:

- Die/der Volunteer ist bei der Familie Oloo untergebracht, die das Projekt leitet
- Sie wohnt direkt neben dem Projekt
- Am Anfang des Aufenthaltes wird gezeigt, wie man in die nächstgrößere Stadt Kisumu kommt und es gibt eine kleine Einweisung/Vorstellung von Kisumu
- Falls gewünscht, gibt es die Möglichkeit bestimmte Plätze der Gegend rund ums Projekt mit einem Mitglied der Familie zu besuchen (die Kosten fürs Benzin müssen vom Freiwilligen übernommen werden)
- Beachte: Teure elektronische Ausrüstung (Camera, Handy,...), Pass, viel Geld etc. sollten nicht (ohne Rücksprache mit der Gastfamilie) außerhalb des Projekts mitgenommen bzw. verwendet werden.
- Wenn während des Aufenthaltes oder der Arbeit irgendwelche Fragen oder Probleme auftauchen, dann können jederzeit alle Mitglieder der Familie gefragt werden.
- Ideen oder Aktivitäten, durch die wir unsere Arbeit im Projekt verbessern können, sind jederzeit erwünscht
- Der Freiwillige sollte innerhalb der ersten Woche der Ankunft eine Essens- / Unterkunftsgebühr bezahlen (Pro Monat: 120 €, pro Woche 30 €)
- Ein bis zwei Mal pro Woche gibt es ein traditionelles Abendessen im Haus der Projektfamilie

Kulturelle Gegebenheiten

- Ländliche Region
- Traditioneller Lebensstil/ Traditionelle Rollenverteilung zwischen Mann und Frau
- Große Armut
- Mangelnde Schulbildung
- Straßenkinder
- Religion vorwiegend christlich (katholisch)
- Gewisse Themen sollten in der Öffentlichkeit nicht angesprochen werden (Rücksprache mit Sindiso e.V.)

Aktivitäten im Projekt

Am ersten Tag des Aufenthaltes des Freiwilligen wird ein Meeting mit den Angestellten jeden Bereichs des Projektes stattfinden, in dem der Volunteer mitarbeitet (Schuldirektor und Lehrer, Computer-Experte, Bäcker, Schreibkraft, Köchinnen und Sozialarbeitern). Diese Treffen sollen helfen, sich gegenseitig kennen zu lernen und herauszufinden, wo und wie der/die Freiwillige mithelfen kann. Sie werden während des Aufenthalts in kleinen Gruppen regelmäßig wiederholt.

Folgende Aktivitäten gehören zu den möglichen Aufgaben des/dem Volunteers:

Grundschule

Unterstützung der Lehrer in der Grundschule

Lesen mit den Kindern

Helfen beim korrigieren der Klassenaufgaben und Hausaufgaben

Nachhilfe für Kinder, die Probleme in der Schule haben

Begrüßung der Kinder am Morgen (7 Uhr) am Schultor

Helfen bei den Nachmittags-Klassen (Volleyball, Fußball, Rad fahren, Creativ-Art,)

Helfen beim Klassenraum säubern

Computer Raum

Assistieren bei den Stunden

Reinigen des Computer Raums

Patenschaftsprogramm

Schreiben der Berichte von den Kindern für die Paten
Übersetzen der Berichte aus dem Englischen ins Deutsche

Pausen

Spielen mit den Kindern
Mittagessen an die Kinder verteilen

Vorschule

Spielen mit Spielsachen
Hilfe bei den Schulstunden
Anleitung für Spiele
Helfen beim Säubern

Sozialarbeit

Besuch bei den Kindern und Witwen zu Hause
Unterstützen der Handarbeiten – Aktivitäten der Witwen

Küche

Hilfe beim Vorbereiten des Mittagessens
Einsammeln und Abwaschen der Tassen und Teller
Reinigung der Küche

Bäckerei

Mitarbeit in der Bäckerei (Brot verkaufen, Schreibarbeiten usw.)
Computerunterricht für die Bäcker
Errichten eines Daten-Systems in der Bäckerei (Vertriebsplan)

Verhalten im Volunteer- Haus

- Sorgfältiger Umgang mit Möbeln und Einrichtung
- Sparsamer Umgang mit Wasser, Licht und Elektrizität
- Alkohol trinken und rauchen sind auf dem Grundstück der Familie, in der Schule und im Sindiso-Haus strikt verboten. Am Eingang des Gästehauses steht ein Aschenbecher, hier ist es erlaubt zu rauchen. Die Zigarettenreste müssen danach in den dafür vorgesehenen Behälter geworfen werden
- Im Haus befindet sich ein Mülleimer, in dem man den Müll entsorgen kann
- Die Räume und das Haus sind bei Verlassen immer zu verschließen
- Gäste dürfen nicht mit in das Sindiso-Haus genommen werden (Ausnahmen mit Erlaubnis durch die Projektfamilie sind möglich)
- Zu späterer Stunde und in der Nacht sollte die Zimmerlautstärke nicht überschritten werden

Verhalten im Familien-Haus

Akzeptieren der Kultur und Tradition der Familie
Waschen der Hände vor dem Essen
Ausziehen der Schuhe vor dem Betreten des Hauses
Gemeinsames Gebet mit der Familie vor dem Essen

Sicherheitsverhältnisse

Aus Sicherheitsgründen müssen die Freiwilligen um 18 Uhr zurück auf dem Grundstück der Familie sein und dieses sollte nicht vor 6.30 Uhr am morgen verlassen werden, wenn man nicht von einem Familienmitglied oder einem Beauftragten begleitet wird. Aus Gesundheitsgründen ist vom Essen und Trinken außerhalb der Gastfamilie dringend abzuraten.

Unbedingt mitnehmen:

Hüttenschlafsack oder Bettwäsche
Taschenlampe
„Bedeckende“ Kleidung (knielange Hosen und Röcke, schulterbedeckte Kleidung)

Sindiso e.V.
Aventinusstraße 30
93073 Neutraubling
Fon: 0 94 01 / 13 67
sindiso@web.de
www.sindiso.de



Sindiso e.V.
Aventinusstraße 30
93073 Neutraubling
Fon: 0 94 01 / 13 67
sindiso@web.de
www.sindiso.de

Spendenkonto
Raiffeisenbank
Oberpfalz Süd eG.
BLZ 75 06 20 26
Konto 7302762

Folgende Impfungen sind empfohlen: Gelbfieber, Typhus, Tetanus, Diphterie, Hepatitis A und B, Polio, Meningitis und evtl. Tollwut.

Bei der Malaria-Prophylaxe werden vorwiegend Lariam, Malarone od. Doxycyclin verwendet. Da alle Mittel einige Nebenwirkungen auslösen können, sollte dies bzgl. eine Absprache mit einem Arzt (Tropenarzt) erfolgen. Empfehlenswert ist die Mitnahme von Schmerzmitteln (Ibuprofen, ASS,...) und Mitteln gegen Durchfall/Übelkeit (Immodium lingual bzw. akut, MCP,...).

Auf keinen Fall Moskitospray und Moskitonetz vergessen (praktisch sind die Netze mit nur einer Aufhängeschlaufe).

