



## Welcome to Uganda



So meine lieben Unterstützer/innen,

Endlich ist es soweit und ihr werdet einen ersten kleinen Eindruck von Uganda und meinem Leben hier bekommen. Vorher möchte ich aber die Chance ergreifen, um mich in meinem ersten Rundbrief für eure Unterstützung, für eure lieben Wünsche und euer Interesse zu bedanken!!

Nun bin ich schon ganze drei Monate im wunderschönen Uganda und ich muss ehrlich sagen: Time is running at this place! Es kommt mir so vor als wäre es erst gestern gewesen, dass ich meine Arbeitsstelle für mein kleines Abenteuer verlassen habe, die zwei Koffer gepackt und mit den anderen 5 Freiwilligen und deren Familien am Frankfurter Flughafen sowohl Vorfreude als auch Ungewissheit geteilt habe. Ich muss ehrlich zugeben: Am Anfang fühlte es sich so an als würden die anderen Freiwilligen und ich am 01.08. für wenige Wochen gemeinsam in Urlaub fliegen; mir war und ist teilweise immer noch nicht zu 100% bewusst, dass ich in Uganda mehr als einen Urlaub machen werde, ich werde dort für über 1 Jahr leben und arbeiten! Diesem fehlenden Bewusstsein hatte ich zu verdanken, dass ich von Nervosität vor , während und nach dem Flug nichts gespürt habe und ich alles relativ entspannt auf mich zukommen lassen konnte.



Hannah, Astrid, Lisa, Ich und Jannes (Raphael fehlt auf diesem Foto) trotz früher Morgenstunde voller Vorfreude am Frankfurter Flughafen. Nach dem emotionalen Abschied von meiner Mama, meinem Bruder und meinem Freund wurde die Sache ernst und wir machten uns auf den Weg zur Sicherheitskontrolle.



Nach dem mehrstündigen Flug sind wir alle in der Nacht erschöpft, aber super glücklich in Entebbe, Uganda angekommen. Wir erhielten ohne Probleme unsere Visa und wurden am Flughafen von unserer Koordinatorin Vanessa empfangen. Nachdem wir alle Koffer in einem und uns selbst in einem anderen Auto verstaute hatten, fuhren wir ca.1 Stunde nach Kampala, um dort in einem Guesthouse für die nächsten Tage unterzukommen. Das Erste, was ich von Uganda „gespürt“ habe, war die Luft: Sie war einfach warm, staubig & ich habe mich im ersten Moment gefragt: „Werde ich mich jemals daran gewöhnen?“. Darüber hinaus habe ich auf der Fahrt nach Kampala viele kleine

Geschäfte, Barbecue-Stellen und Menschen an den Straßenrändern bemerkt – das pure Leben! Angekommen im Guesthouse waren wir dann auch alle sehr froh uns totmüde in die Betten (natürlich unter einem Mosquito-Netz) fallen lassen zu können 😊

Am nächsten frühen Morgen (02.08.) startete dann direkt unser Einreiseseminar für 3 Tage, durch das wir neben den Vorbereitungskursen in Deutschland auf unseren kommenden Aufenthalt bestmöglich vorbereitet worden sind. Das Einreiseseminar fand auf Englisch statt und wurde neben unserer Koordinatorin Vanessa von Anne, Edson und Barbara begleitet. Anne ist auch eine Freiwillige, die sich dazu entschieden hat ein weiteres Jahr in Uganda zu bleiben; Edson und Barbara waren EIRENE- Freiwilliger mit dem kleinen Unterschied, dass sie ihren Friedensdienst in Deutschland gemacht haben.

Unsere erste „Amtshandlung“ auf ugandischem Boden war der Gang zu einer „Shopping-Mall“, in der wir uns alle mit neuen SIM-Karten ausgestattet haben, um unseren Liebsten in Deutschland mitteilen zu können, dass wir nach der langen Reise wohlbehalten in Uganda angekommen sind. Darüber hinaus hat sich jeder Freiwillige an einem Bankautomaten ausprobiert, um Ugandische Schillings zu erhalten.



Lisa, Raphael und ich noch verschlafen beim Frühstück auf der Terrasse des Guesthouses und ganz gespannt was uns die nächsten Tage in Kampala und auch sonst erwarten wird 😊



Edson, Astrid, Raphael, Lisa, Vanessa (Koordinatorin), Ich, Hannah & Jannes auf dem Dach der Shopping-Mall nachdem wir alle die SIM-Karten und Schillings in der Tasche hatten.

Der zweite Tag sollte auch nicht ohne Programm verlaufen, denn es standen ein Besuch der Deutschen Botschaft an, um noch einmal mehr Informationen bezüglich Sicherheit in Uganda zu erhalten, und ein Besuch des UMC- Krankenhauses, in dem wir eine kleine Rundführung bekommen haben und den Chefarzt allerlei Dinge fragen konnten. Alles in allem war der Tag bis dahin sehr theoretisch, aber dann machten Raphael, Jannes und ich gemeinsam mit Anne unsere ersten Erfahrungen mit dem Fahren in einem Taxi (=Kleinbus, der offiziell 14 Menschen transportiert; jedoch wird gerne mal Platz für mehr Personen gefunden- irgendwie) und allem was dazu gehört. Wir lernten von Anne die richtige Mimik und Gestik, um ein Taxi

oder auch um ein Boda-Boda (Motorrad) anzuhalten, Zeichen der Conductor (er ist für das „Einsammeln“ von Fahrgästen zuständig) zu deuten und dass wir am Anfang um den Preis verhandeln und erst beim Ausstieg/Abstieg bezahlen.

Am letzten Tag des Einreiseseminars stand uns der größte praktische Teil bevor, denn an diesem Tag machten wir eine kleine City-Tour durch Kampala, zu der es gehörte, dass wir uns am Verhandeln auf einen Markt ausprobieren und zum Abschluss alle gemeinsam lokal essen gehen. Die Erfahrungen, die ich während der City-Tour gemacht habe, ließen mich einfach nur innerlich „Wow“ sagen, denn ich war auf eine Art überfordert und wusste nicht wo ich noch Platz für die vielen neuen Eindrücke in meinem Gehirn finden sollte und auf



andere Art machte es mich noch mehr neugierig auf die ugandische Kultur. Am meisten zu verarbeiten hatte ich in Downtown, denn hier gab es das größte Menschen-Gewusel, sodass wir uns nur langsam unseren Weg durch die Straßen mit einer Gruppe von 5 Leuten bahnen konnten ohne jemanden zu verlieren. Ebenso sind wir auch sehr durch unsere Hautfarbe aufgefallen, sodass wir des Öfteren mit „Muzungu, Muzungu, how are you?“ angesprochen worden sind. „Muzungu“ werden hier alle Menschen mit weißer Hautfarbe genannt. Am Anfang wusste ich gar nicht wie ich auf diese Rufe reagieren sollte, nachdem ich aber lernte, dass es keine Art der Diskriminierung ist, sondern man einfach so angesprochen wird, habe ich mich

damit mit der Zeit abgefunden. Auffallen wird man hier immer, egal wie lange man schon hier lebt oder wie gut man angepasst ist- die Hautfarbe lässt sich nun mal nicht ändern. Am Abend stand dann das Treffen mit unseren Vorgängern an, denn diese holten uns in Kampala ab, um mit uns gemeinsam in die Orientierungswoche im jeweiligen Projekt zu starten. Die



Fahrt nach Mbarara dauerte ca. 5 Stunden mit dem Bus und ich konnte es kaum abwarten endlich mein neues zu Hause für die nächsten 13 Monate kennen zu lernen, sodass ich schon auf der Fahrt meinen Vorgänger mit allen möglichen Fragen durchlöcherte und so kam es, dass die Zeit wie im Flug an mir vorbeigezogen ist. Angekommen in meinem neuen Zuhause und heilfroh nicht mehr meine zwei schweren Gepäckstücke irgendwie buchsieren zu müssen (vorallem auf einem Boda :D) lernte ich noch vor meiner Mitbewohnerin Anthea meine Nachbarskinder kennen, die zur Begrüßung erstmal auf uns stürzten und uns umarmten. Mein Zuhause ist ein kleines Häuschen, welches ich mir mit Anthea teile, bestehend aus 2 Schlafzimmern, einem Bad, einer Küche und einem Wohnzimmer. Beim Kennenlernen der neuen

Arbeitskollegen und des Arbeitsplatzes wurde ich genauso wie von den Nachbarskindern mit offenen Armen und Herzen aufgenommen. Ich konnte die Orientierungswoche dafür nutzen, um durch meinen Vorgänger Cornelius einen groben Überblick über die Abläufe im Projekt zu erhalten und auch um die wichtigsten Punkte der Stadt Mbarara zu entdecken. Ich habe mich hier direkt sehr wohl gefühlt, da das Städtchen mit seinen ca. 80.000 Einwohnern deutlich kleiner ist als Kampala und weil ich so schon kein Fan von Großstädten und den dadurch bedingten Gewusel bin, kommt mir das hübsche Städtchen Mbarara sehr gelegen.



Für alle die sich fragen „In was für einem Projekt arbeitet Nina nochmal?“ werde ich es im Folgenden nochmal kurz beschreiben. Ich arbeite in dem Projekt „OURS- organised useful rehabilitation services“, in dem Kinder von Säuglingsalter bis zum Alter von 16 mit jeglicher Art von Beeinträchtigung therapiert werden. Die häufigsten Erkrankungen, die ich bisher



gesehen habe, sind Spina bifida, Dekubiti, Cerebralparese, Amputationen und Klumpfüße. OURS hat ein interdisziplinäres Team bestehend aus zwei Physio-, einem Ergotherapeuten, einer Sozialarbeiterin, einem Orthopäden und einer Krankenschwester. Natürlich muss hinter dem Ganzen auch ein Team der Verwaltung stehen. Im Verlaufe des Aufenthaltes des Kindes mit Mutter/Großmutter/ältere Schwester wird die jeweilige Bezugsperson

angeleitet bestimmte Übungen, Stillen (Mutter), Lagerungen, CIC (clean intermittent catheterization) durchzuführen. CIC wird bis zum Alter von 3 Jahren von der Bezugsperson durchgeführt, danach wird das Kind z.B. mit Spina bifida selbst dazu angeleitet dies 6x am Tag zu tun. CIC wird angewendet, um die Blase zu entleeren, wenn das Kind nicht in der Lage ist diese zu kontrollieren. Des Weiteren werden hier Klienten mit Hilfsmitteln wie Orthesen, Prothesen, Unterarmgehstützen, Rollstühlen, ... versorgt und erhalten ein Training im Umgang mit diesen. Zu erwähnen ist auch, dass die Therapeuten hier erweiterte Aufgaben verglichen zu meiner Erfahrung als Ergotherapeutin in Deutschland haben, denn meine Kollegen sind neben der eigentlichen Therapie auch für Medikationen, Diagnosen und ähnliches zuständig, da in Uganda ein Ärztemangel herrscht bzw. es wenige Spezialisten in dem Gebiet der körperlichen und vor allem geistigen Beeinträchtigungen gibt.

Neben der Arbeit vor Ort finden auch sogenannte „Outreaches“ statt. Bei diesem reist mindestens ein Therapeut in ein Dorf, um dort Eltern/Kinder mit Medikamenten, Katheter, ... zu versorgen, um Aufklärungsarbeit zu betreiben und um den aktuellen Gesundheitszustand eines Kindes zu sichten & gegebenenfalls zu intervenieren. Schaut auch mal gerne auf der Facebook-Seite von OURS vorbei.

Nach der ersten Eindruck-gebenden Orientierungswoche im Projekt, hieß es dann für mich zum ersten Mal alleine zurück nach Kampala zu reisen, denn dort stand für jeden von uns



Freiwilligen der 4-wöchigen Sprachkurs an. Für mich war es ein total komisches Gefühl alleine unterwegs zu sein und ich war zugegeben ein wenig überfordert – wie es nun mal so ist, wenn man in einer fremden Umgebung unterwegs ist. Es kamen so Fragen auf „Was muss ich dem Bodafahrer nochmal sagen, wo ich hinwill.“, „Wie viel kostet nochmal die Fahrt nach Kampala?“ oder „Woran erkenne ich, dass ich jetzt aussteigen muss und hoffentlich hört der Conductor

meine Rufe.“ In Kampala ohne weitere Vorkommnisse gut am vereinbarten Treffpunkt angekommen, standen für uns die „Blind dates“ mit unseren Gastfamilien an. Ich war total aufgeregt endlich meine ugandische Familie kennen zu lernen, denn wir alle waren wie für ein Blind-date üblich vorher in keinem Kontakt mit ihnen. Ich wurde total lieb aufgenommen, sodass ich mich relativ schnell in meinem vorübergehenden Zuhause eingelebt habe. Meine

Gastfamilie bestand aus meinem Vater Julius, Mama Eva, Jeremia (10 Jahre alt) und Daphine (25 Jahre alt) mit denen ich sowohl Spaß hatte, aber seriöse Gespräche führen konnte. Ich habe mir ein Zimmer mit Daphine geteilt und musste mich am Anfang nur an das



Badezimmer gewöhnen, denn dieses war nur mit einem Vorhang abgetrennt (man konnte wirklich jedes Geräusch der anderen hören) und die Toilette war ein gefließtes Loch im Boden. Darüber hinaus mochten Ratten sehr gerne die Küche, aber auch an das habe ich mich wider Erwarten schnell gewöhnt. In meiner Gastfamilie war der Glaube ein ganz großes Thema, denn sie gingen regelmäßig in die Kirche, hatten einmal in der Woche ein Fellowship und auch so traf ich vor allem meine Gastmutter öfter mal laut betend an. Ich habe auch viele Parallelen zu meinem Geschwisterleben in Deutschland angetroffen wie z.B. die Streits wer heute spülen muss, wer heute den Tisch deckt und so weiter. Von zu Hause aus war die Sprachschule ca. 30 Minuten mit dem Boda entfernt und hier

merkte ich wieder, dass Kampala sehr anders im Vergleich zu Mbarara ist. Jeden Morgen (vor allem montags) standen sehr viele Taxen und Autos im Stau, sodass sich alle Bodas irgendwie versucht haben dadurch zu schlängeln. Auf meinem Weg sah ich auch immer Menschen, die Dinge wie Obst, Kopfhörer, Besen, einfach alles Mögliche, an die Autofahrer verkauften oder auch Personen, die mit einer Bibel am Straßenrand standen und die Autofahrer laut segneten. In der Sprachschule angekommen (die immer montags bis freitags stattfand), wurde es für



mich ein wenig einsam, aber gleichzeitig auch lernintensiver, denn ich hatte mit 2 Sprachlehrerinnen Bira und Fatina Einzelunterricht in Runyankole (Bantu-Sprache), da ich die einzige Freiwillige bin, die in dem Gebiet leben wird, in dem diese Sprache gesprochen wird. Insgesamt teilen sich in Uganda 40 endemische Sprachen auf zwei große Gruppen auf: Bantu-Sprachen und Nilo-Saharische Sprachen. Die verbreitetste Bantu-Sprache ist Luganda, das insbesondere in den südlichen und zentralen

Landesteilen von fast allen Menschen gesprochen und verstanden wird. Neben Lernen habe ich in meiner Freizeit viel mit den anderen Freiwillige unternommen, sei es typisches Touri-Programm oder einfach mal gemeinsam etwas essen oder trinken zu gehen. Die einzig brenzliche Situation in dieser Zeit war als es in Kampala gewalttätige Demonstrationen gab, da Bobi Wine, ein ugandischer Politiker (der Opposition), Musiker und Schauspieler, vom Militär festgenommen und misshandelt worden ist. Ich habe mich in diesen wenigen Tagen jedoch relativ sicher gefühlt, da unsere Koordinatorin Vanessa sehr schnell reagiert hat, uns auf dem Laufenden gehalten hat und auch für 2 Tage eine Ausgangssperre verhängen hat, damit wir nicht in laufende Demonstrationen involviert werden. Zum Abschluss kann ich sagen, dass die Art und Weise wie wir an die ugandische Kultur herangeführt worden sind, richtig angenehm für mich wahr, da wir nicht direkt ins kalte Wasser geschmissen wurden, sondern Stückchen für Stücken ans neue Wasser gewöhnt worden sind.

Ich hoffe, dass ich mit diesem Rundbrief einen kleinen Eindruck Ugandas und meines Lebens vor Ort vermitteln konnte. Ich freue mich sehr über Rückmeldungen und Rückfragen!

Ganz liebe und herzliche Grüße aus Uganda nach Deutschland & nochmal ein großes DANKE an meine Unterstützer!!

Nina Jochum