

# **Rundbrief 1**

## **November/Dezember 2021**

### **Sabine Nienhaus**



### **Das Leben ist eine Reise**

Nachdem ich nunmehr seit fast 3 Monaten in Uganda lebe, möchte ich Euch Allen ein wenig davon berichten, wie es mir hier in Mbarara / Uganda so ergeht.

Zunächst einmal aber ein kleiner Rückblick darauf, wie es dazu gekommen ist...

Vor genau einem Jahr bin ich nach langer Recherche im Internet auf „EIRENE Internationaler Christlicher Friedensdienst“ gestoßen. Das war insofern wegweisend für mich, als das EIRENE Freiwilligendienst nicht nur für junge Menschen bis 28 Jahren (wie fast alle anderen Organisationen, die vom Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung gefördert werden) sondern auch Freiwilligendienste für Ältere anbietet.

Seit über 20 Jahren schon hatte ich mir vorgenommen, mich irgendwann einmal, wenn sich eine Situation ergibt, für einen Freiwilligendienst im Bereich internationaler Entwicklungszusammenarbeit zur Verfügung zu stellen.

Nachdem die Corona-Pandemie bei mir voll zugeschlagen hatte und ich durch die Insolvenz meines Arbeitgebers arbeitslos wurde schien mir dieser lang ersehnte Freiwilligendienst über EIRENE in greifbare Nähe gerückt zu sein.

Ich hatte mich für Uganda entschieden, da ich nach 20-jähriger Berufserfahrung in Asien jetzt gerne eine für mich neue Welt in Afrika kennenlernen wollte. Das Bewerbungsverfahren lief sehr erfolgreich ab und ich bekam einen Tag vor Heiligabend 2020 die Zusage, daß ich für das Freiwilligenprogramm aufgenommen wurde. Somit begann eine spannende Vorbereitungsphase und ich möchte bei dieser Gelegenheit die sehr intensive und kompetente Begleitung durch EIRENE nicht unerwähnt lassen.

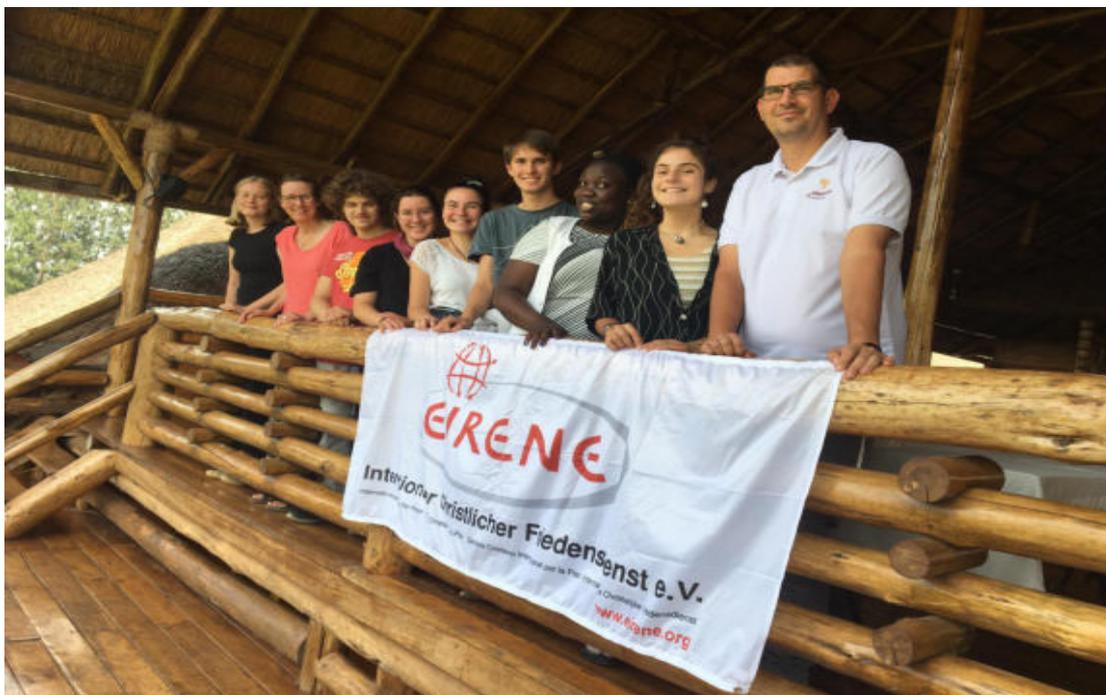
### **Ausreise Deutschland und Ankunft Uganda**

Obwohl Uganda lange Zeit von der Corona-Pandemie weniger betroffen war, schlug sie dann ab Mai hart zu. Der ugandische Präsident hatte bis Ende Juli einen harten Lockdown verhängt und somit mußte unsere anfänglich geplante Ausreise vom 31. Juli auf den 2. September verschoben werden. Ich konnte es

tatsächlich erst realisieren, als ich endlich am Flughafen in Frankfurt angekommen war, meine Boardkarte in der Hand hielt und meine 5 Mitfreiwilligen traf.



Am Flughafen in Entebbe am 3. September gegen 6:00 Uhr morgens gelandet, wurden wir von unserem Freiwilligen-Koordinator Georg abgeholt. Jetzt ging es erst einmal für die nächsten 4 Tage zum „Kira Farm Training Center“ in der Nähe von Kampala, einer ökologischen Farm, die jedes Jahr ca. 50 ugandische Lehrlinge mit problematischem Familienhintergrund aufnimmt und ausbildet. In diesem 4-tägigen Orientierungsseminar wurden uns viele wichtige Tipps und Hinweise zur ugandischen Kultur und Tradition vermittelt- also ein praktischer erster Einstieg in unsere neue Welt. Am 7. September wurden wir Alle letztenendes an die Orte gefahren, wo wir die kommenden 12 Monate verbringen sollten.



## Mein neues Zuhause in Mbarara

Die Fahrt vom „Kira Farm Training Center“ bis zu meiner Einsatzstelle „St. Francis Family Helper Programme“ in der süd-westlich gelegenen Stadt Mbarara dauerte ca. 5 Std. Unterwegs haben wir den Äquator überquert, bei dem man die Gelegenheit hat, mit jeweils einem Bein auf der Süd- und

Nordhalbkugel zu stehen. Und nur so ganz nebenbei ergeben die Kürzel **S** und **N** auch gleichzeitig die Kürzel meines Namens. Welch ein Zufall!!



Meine Freiwilligen-Kollegin Theresa arbeitet mit mir in der gleichen Stadt allerdings in einer anderen Einsatzstelle und somit wurden wir gemeinsam dorthin gefahren. Pünktlich zur Mittagszeit kamen wir an und wurden sehr herzlich und gastfreundlich von der Direktorin Sr. Christine mit einem ugandischen Mittagessen empfangen. Danach wurde uns unsere neue Unterkunft gezeigt. Theresa und ich wohnen hier auf dem Grundstück der Schneiderschule von St. Francis zusammen in einem Gästehaus. Anfänglich war geplant, daß Theresa separat in einer WG in der Stadt wohnen soll aber die jetzige Lösung erschien für alle Parteien die Beste zu sein. Und somit lebe ich seit 3 Monaten in einer gut funktionierenden 2er WG mit meiner 30 Jahre

jüngeren Mitbewohnerin aus Bayern.



Die Anlage befindet sich direkt hinter der Kathedrale von Mbarara etwas außerhalb der Stadt auf einem kleinen Hügel im Stadtteil Nyamitanga und der Erzbischof von Mbarara ist unser Nachbar.

Bei Ankunft dort vielen mir direkt die sehr ordentlich gestutzten Rasenflächen der Umgebung auf und in der Tat vergeht nicht ein

Tag, an dem man nicht irgendwo in der Nachbarschaft das Geräusch des Rasenmähers hört.

## Meine Einsatzstelle

St. Francis Family Helper Programm besteht aus 3 in sich eigenständigen Bereichen und wurde 1984 von Mary Moran, einer irischen Nonne aus Donegal, gegründet.



Der älteste Bereich ist das Sponsorenprogramm für benachteiligte Kinder. Kindern aus armen Familien wird somit ermöglicht, die Schule zu besuchen denn noch heute können viele Eltern deren Schulgeld nicht bezahlen.

Ende der 80er Jahre wurde die Schneiderschule eröffnet. Sie bietet ca 70 jungen Menschen im Alter zwischen 17 und 25 Jahren eine 2-jährige Schneiderausbildung. Mit Erhalt des Schneiderzertifikat´s sind die Absolventen befugt, ihre eigene kleine Nähstube aufzubauen und sich damit ihren Lebensunterhalt zu verdienen. Die Auszubildenden wohnen auf dem Schulgelände und werden voll gepflegt. Das Schulgeld von jährlich 400,- € wird teilweise von Sponsoren übernommen.

Der dritte und jüngste Bereich ist das Institut zur Ausbildung von Psychotherapeuten (abgekürzt CTI) bis zum Bachelor-Abschluß. Schwerpunkte der Ausbildung sind die Problemkreise Alkoholismus, Gewalt in der Familie, Pflege von Aidskranken, Missbrauch von Kindern, Drogenmissbrauch, Aussprache zwischen Eltern und Kindern und die psychologisch-soziale Beratung von Gruppen in den abgelegenen Dörfern.

Durch meine schneidertechnische Vorbildung bin ich hauptsächlich dazu eingeteilt worden, die Lehrer der Schneiderschule mit meinen Erfahrungen zu unterstützen. Zudem werde ich auch Tätigkeiten zu Öffentlichkeitsarbeiten und Übersetzungsschreiben an die vielen deutschsprachigen Sponsoren im Kinder-Sponsorenprogramm übernehmen.

Im Bereich CTI wurde mir bereits ein 4 - wöchiger Lehrgang mit Zertifikatsabschluss zum Thema „Kommunikation- und Konfliktlösung“ voraussichtlich im Frühling 2022 angeboten. Alles in allem scheint ein sehr bereicherndes Jahr vor mir zu liegen.

## **Aller Anfang ist schwer**

Vielleicht könnt Ihr Euch vorstellen mit welchem Elan und großer Einsatzbereitschaft ich mich nach einem Jahr Arbeitslosigkeit zu Corona-Zeiten und endlich Angekommen in meinem Wunschprojekt in die neue Aufgabe stürzen wollte. Schließlich bietet meine Einrichtung „St. Francis Family Helper Programme“ unter normalen, pandemiefreien Zeiten große Einsatzmöglichkeiten für einen tollen und abwechslungsreichen Freiwilligendienst.

Als ich dann nach dem herzlichen Willkommen feststellen mußte, daß nur eine handvoll Angestellte und keine Schüler auf dem St. Francis Gelände anzutreffen waren, war meine Enttäuschung leider sehr groß und ich fühlte mich mehr als ausgebremst. Der harte Lockdown war zwar beendet aber alle Schulen und Universitäten waren immer noch bis auf Weiteres geschlossen. Für mich brach deshalb anfangs eine Welt zusammen. Wie gerne hätte ich mich doch sofort in die Arbeit gestürzt und mich in allen Abteilungen einbringen wollen aber manche Dinge kann man nicht ändern und ich muß zugeben, daß in der Anfangszeit meine Geduld und mein Vertrauen sehr auf die Probe gestellt wurden.

Im nachhinein betrachtet waren diese ersten Wochen das Beste, was passieren konnte denn ich nutzte die Zeit somit perfekt, um mich auf mein neues Leben einzustellen und um die Umgebung zu erkunden. Gerade wenn man sich in einem komplett neuem Umfeld einleben muß ist Zeit und Geduld das allerwichtigste Gut. Somit konnte ich mich hervorragend auf meinen 4-wöchigen Sprachkurs mit meinem Sprachlehrer Innocent konzentrieren und langsam aber sicher immer tiefer eintauchen in die Verhaltensweisen meines Umfeldes.

In Uganda gibt es ca. 40 verschiedene Sprachen aber Englisch ist die Staatssprache. Dennoch ist es sehr sinnvoll, zumindest Grundkenntnisse in der lokalen Sprache zu erlernen schon deshalb, um seinem nahen Umfeld ein wenig Respekt entgegenzubringen. Und man bekommt ein um so wärmeres und unbezahlbares Lächeln zurück, wenn man einfache Redewendungen wie „Guten morgen“ oder „vielen Dank“ in der lokalen Sprache sprechen kann.

Für mich hieß es also, mich die nächsten 4 Wochen auf die Sprache „Runyankore“ zu konzentrieren. Diese Sprache wird nur in einem sehr kleinen Umfeld im Mbarara District gesprochen und sie ähnelt nicht im entferntesten irgendeiner mir bekannten europäischen Sprache. Auch hier mußte ich mich anfangs sehr an die neue Lehrmethode von Innocent, einem Grundschullehrer, gewöhnen und es war eine echte Herausforderung, mich in diese neue Sprache einzuhören. Da wir einen 1:1 Unterricht hatten war meine Konzentration zu jeder Zeit gefordert. Aber am Ende der 2ten Woche konnte ich schon kurze Sätze bilden und es begann so langsam, Spaß zu machen.

Zusätzlich haben wir die Zeit des Sprachkurses auch genutzt für einen gegenseitigen interkulturellen Austausch was mir zusätzliches Verständnis für viele mir noch bis dahin fremd erscheinene Verhaltensweisen gab. Am Ende des Kurses sind Innocent und ich als Freunde auseinander gegangen und wir stehen weiterhin in gutem Kontakt. Sehr förderlich hierfür war besonders mein Besuch bei seiner Familie in einem Dorf außerhalb der Stadt.



## Zur richtigen Zeit am richtigen Ort

Ende September war die Zeit der Ungewissheit für mich endlich beendet. Präsident Museveni verkündete in einer mir endlos erscheinenden Rede, daß ab dem 1. November sowohl alle Berufs- und weiterbildenden Schulen als auch alle Universitäten des Landes nach dem Lockdown wieder öffnen dürfen.



Meine Erleichterung nach dieser Nachricht kann ich gar nicht in Worte fassen. Für St. Francis hieß es, daß nun die Vorbereitungen zur Schuleröffnung wieder anlaufen konnten. Die Lehrpläne mußten überarbeitet werden, denn schließlich war der Anspruch da, alle Schüler der Schneiderschule und die Psychologiestudenten nach 5-monatiger Schulschließung dennoch bis Ende Dezember so gut vorzubereiten, daß sie

ihre Examen erfolgreich bestehen würden.

In Uganda endet das Schuljahr kurz vor Weihnachten. Man kann sich vielleicht vorstellen, welcher Druck nun auf Lehrpersonal, Schülern und Studenten liegt, den Lehrstoff der letzten 5 schulfreien Monate in nur 7 Wochen nachzuholen. In Deutschland wäre das ein Ding der Unmöglichkeit. Ich habe den Eindruck, das selbst so eine Extremsituation meine afrikanischen Kollegen nicht aus der Fassung bringen kann. Selbst unter diesen Umständen wird sich bereitwillig und jederzeit gerne Zeit für private Gespräche genommen.

Mittlerweile wird mir immer mehr bewußt, daß meine Entscheidung für einen Freiwilligendienst bei St. Francis eine gute Entscheidung war.

Nicht nur der Ort sondern auch der Zeitpunkt scheint ein Volltreffer, sozusagen eine „Win - Win Situation“ für beide Seiten zu sein. Man möchte die Schneiderschule nämlich von einer 2-jährigen auf eine 3-jährige Ausbildung ausweiten und das große langfristige Ziel ist es, einen Diplomabschluß für die Schüler zu ermöglichen. Bislang werden nach 2 Jahren lediglich Zertifikate ausgehändigt. Dazu müssen allerdings vorgegebene Kriterien erfüllt sein wie z.B. das Vorhandensein eines bestimmten Nähmaschinenparks und Ausbildungsmittel, Unterkünfte für die Schüler und ganz besonders wichtig ist geeignetes Fach- und Lehrpersonal mit Diplomabschluß. Das 3te Lehrjahr muß den Schülern schließlich einen Mehrwert geben und sie sollen mit dem Erlernen der Anfertigung komplizierterer Bekleidung wie z.B Jacken und Mäntel ein erweitertes Anwendungsspektrum erlangen.

Und jetzt komme ich zum Einsatz. Alle 4 Lehrkräfte der derzeitigen Ausbildung haben zwar langjährige Ausbildungserfahrungen aber ihnen fehlt der Diplomabschluß. Dieser ist in Uganda jedoch **das** non plus ultra und **der** „Türöffner“ schlechthin. Mit meiner Diplom-Ingenieur Urkunde und meiner Berufserfahrung erhoffen wir uns jetzt alle, daß die Schneiderschule die Akkreditierung für den Diplomabschluß ganz bald erhält.

## Mein Alltag bei St. Francis

Die normale Arbeitszeit ist von Montag bis Freitag von 8:30 bis 17:00 Uhr. Jeder Arbeitstag beginnt mit einer kurzen Meditation. Die Angestellten treffen sich dazu um 8:30 Uhr im Gebetsraum und nach Wochentagen folgend ist jeder Beteiligte abwechselnd dazu aufgefordert, eine kleine Meditation, Atemübung, Gebetseinlage oder Achtsamkeitsübung vorzutragen. Die meist viertelstündige Übung wird mit einem besinnlichen Lied beendet und im Anschluß können bei Bedarf wichtige tagesaktuelle Themen besprochen werden. Danach gehen alle in den normalen Arbeitsalltag. Die Mittagspause ist von 13:00 Uhr bis 14:00 Uhr und jeder Angestellte kann in der Kantine essen. Seit Beendigung meines Sprachkurses Mitte Oktober besteht mein Arbeitsalltag derzeit darin, verarbeitungstechnisch komplizierte Muster anzufertigen. Diese Muster sollen als Ausstellungsstücke für die bevorstehende Akkreditierung des geplanten Diplomabschlusses durch die „Kyambogo University“ in Kampala dienen. Unterstützt werde ich dabei von dem gerade eingestellten Lehrer Andrew, der neben seiner Lehrtätigkeit im Bereich Bekleidungskonstruktion und -fertigung auch noch eine kleine familiäre Schneiderei unterhält.



Wir beide haben uns als Team sehr gut aufeinander abgestimmt- Andrew näht die Herrenmuster und ich die Damenbekleidung. Zwischenzeitlich unterstütze ich auch die Lehrer und Schüler der Schneider- schule und versuche, mich im Unterricht mit meinen verarbeitungstechnischen Erfahrungen einzubringen.



Eine besondere Bereicherung war der Tag, an dem die angehenden Schneiderinnen ihre selbstgenähten Kleider vorgeführt haben. Die farbenfrohen typisch afrikanischen Bitengye Stoffe haben mein Herz höher schlagen lassen und mir wurde schon lange nicht mehr so vor Augen gehalten, wie schön und erfüllend doch mein erlernter Beruf sein kann. Meine eigene Schneiderprüfung liegt 30 Jahre zurück und ich hatte fast vergessen, wie glücklich ich mich mit dieser Ausbildung schätzen darf.



## Freizeitgestaltung

Alle die mich gut kennen wissen wie wichtig mir meine sportlichen Aktivitäten sind alleine schon, um meinem Rücken eine Wohltat zu gönnen und fit zu halten. Die Suche nach einem guten Fitneßstudio mit geeigneten Geräten schien anfangs komplizierter als erwartet und ich mußte einige Touren unternehmen bis ich mich schließlich für die beste Variante entscheiden konnte. Auch hier war mir meine anfängliche Eingewöhnungsphase behilflich und ich hatte genügend Zeit, mir meine Freizeitaktivitäten aufzubauen.

Mittlerweile gehe ich Dienstags und Freitags zur Zumba-Class und Mittwochs und Samstags in ein nahegelegenes Fitness Studio eines Hotels.

Zusätzlich bin ich dem Kirchenchor „St. Bakhita Ministries“ beigetreten, der sich immer Donnerstags von 17:30 bis 18:30 Uhr zur Chorprobe trifft. Deshalb komme ich nun immer Sonntags in der 11:30 Uhr Messe gesanglich zum Einsatz.

Ganz in der Nähe liegt der Lake Mburo National Park, den wir bereits im September an einem Samstag besucht haben.

An den Wochenende erkunden Theresa und ich meist die Stadt und die nähere Umgebung zu Fuß. Wir laufen ca. 40 Minuten bis in die Innenstadt. Bislang haben wir bei diesen Touren immer wieder Neues entdeckt, sei es Geschäfte, Märkte oder neue Wege. Meist gönnen wir uns dann einen Zwischenstop in einem Cafe.

## Top 5 Liste persönlicher Eindrücke von Land und Leuten

### 1. Kirche und Beten

Kirche spielt in Uganda, und ganz besonders in meiner Einsatzstelle bei St. Francis die katholische Kirche, eine sehr wichtige Rolle für die Menschen.

Es macht auf mich den Eindruck als sei für sie Kirche überlebenswichtig und für Jeden, mit dem ich bislang Kontakt hatte, ist es mehr als selbstverständlich, am Sonntag die heilige Messe zu besuchen.



Jeden Sonntag höre ich ab morgens 7:00 Uhr bis zum Nachmittag Chorgesänge und Trommelklänge und die Menschen beten mit solch einer Hingabe und in bester und sehr bunter Sonntagsgarderobe, die mich jedesmal mit tiefem Respekt und Ergriffenheit erfüllt. Es wird auch vor jeder Besprechung ein kleines Gebet gesprochen und man bedankt sich immer bereits im Vorfeld für dessen positiven

Verlauf.

### 2. Zeitmanagement und Vorausplanung

Die Planungs- und Zeitmanagementkultur hier in Uganda ist immer noch eine große Herausforderung für mich. Mittlerweile bringe ich der sehr flexiblen Lebenseinstellung meiner afrikanischen Mitmenschen aber bereits mehr

Verständnis entgegen als anfangs. Meetings starten grundsätzlich später als sie angesetzt waren denn man kann ja schließlich nicht genau vorhersagen, wie der Verkehr gerade so läuft oder ob ein Familienmitglied nicht evtl. zum Krankenhaus gefahren werden muß. Das Internet ist sehr unzuverlässlich und auch Strom fällt so manches Mal aus, wenn es feste regnet.

Diese Umstände machen deutlich, warum es besser ist, zu jeder Zeit flexibel zu sein und seinen Plan B und sogar C bereitzuhalten, um Enttäuschungen und Spannungen zu vermeiden.

### **3. Verkehr und Boda Boda´s**

Generell scheint auf Ugandas Straßen immer die Regel zu gelten „der Stärkere und Größere hat Vorfahrt“. Wenn man viel zu Fuß unterwegs ist lernt man sehr schnell, wann es brenzlich wird und springt schon automatisch zur Seite. Das Hauptverkehrsmittel hier sind die Boda Boda´s.

Dabei handelt es sich um Motorradtaxi´s, die einen für sehr wenig Geld zum Ziel bringen. Von der Verkehrssicherheit sei da mal ein wenig abgesehen und es gehört durchaus etwas Mut und Gottvertrauen dazu, sich auf den Sitz der immer sehr freundlichen Fahrer zu schwingen.



### **4. Ernährung**

Uganda ist ein recht grünes Land und es kann in vielen Landesteilen 2mal pro Jahr geerntet werden.

Zur Hauptmahlzeit zählt Matooke (ein aus gekochten grünen Bananen bereitetes Püree), Posho (Maismehlbrei) und dicke rote Bohnen mit Sauce.



Alles in allem also eine recht kohlenhydrathaltige und zudem noch günstige Ernährung. Wenn man sieht, welche körperlich harte Arbeit die meisten Menschen während des Tages so erledigen, kann man diese Kost verstehen. Gekocht wird bei St. Francis auf offener Flamme in einem separaten Zelt und es liegt fast immer ein Lagerfeuergeruch in der Luft. Nach dem Essen ist es bei uns üblich, daß jeder (auch das Management) seinen Teller selber

abspült. Das wäre in einer deutschen Kantine undenkbar. Ein, wie ich empfinde, toller Gleichheitsgedanke, daß derjenige, der was beschmutzt es auch wieder säubern muß.

### **5. Sparsamkeit und Kreativität**

Man lernt hier in Uganda kreativ zu werden und mit den vorhandenen Mitteln zum Ziel zu kommen. Ich bin immer wieder erstaunt und begeistert, wie geschickt und ressourcenschonend man das Leben hier meistert. Für Alles gibt es mindestens eine 2te Verwertung. Selbst die kleinsten Stoff- und Papierreste

in der Schneiderei werden noch dazu genutzt, Kissen zu füllen, die man dann wieder als Bügelkissen einsetzen kann. Schließlich hat man kein Geld für teure



Bügeltische mit integriertem Bügelarm.  
Statt Elektrobügeleisen werden Herrensakkos mit schweren Kohlebügeleisen gebügelt, denn Strom ist teuer und oft nicht vorhanden. Das Endergebnis bringt mich jedesmal erneut zum Erstaunen.

## **Ausblick**

Obwohl ich noch sehr viel mehr und lange weiter schreiben könnte, möchte ich diesen 1. Rundbrief jetzt beenden. Ich habe das Gefühl, daß ich jetzt schon ein ganzes Buch über meine neu gewonnenen Erfahrungen und Eindrücke schreiben könnte. Aber ein Rundbrief ist und bleibt nur ein Auszug bzw. eine kurze Zusammenfassung.

Das Gute aber ist, daß während meines Freiwilligendienstes noch 3 weitere Rundbriefe im Abstand von jeweils 3 Monaten folgen werden mit hoffentlich spannenden neuen Berichten meiner Erlebnisse.

Falls ihr bestimmte Themenvorschläge habt, die in diesem Rundbrief nicht erwähnt wurden, könnt ihr mir diese gerne per email mitteilen. Ich versuche dann darauf beim nächsten Schreiben einzugehen.

Besonders wichtig zum Schluß ist es mir, Euch Allen nochmals meinen herzlichen Dank auszusprechen für all Eure Unterstützung- ob finanziell, emotional und/oder mental. Jeder hat auf seine Art und Weise einen Teil dazu beigetragen, daß ich meinen Traum in Uganda verwirklichen kann. Ich bin unglaublich glücklich, selbst unter den derzeitigen Pandemie-Umständen hier sein zu dürfen und wünsche mir, daß noch eine sehr spannende und bereichernde Zeit vor mir liegt und ich Euch darüber berichten darf.

Vor allem wünsche ich uns Allen beste Gesundheit und eine schöne und friedvolle Weihnachtszeit. Das Weihnachtsfest werde ich in diesem Jahr zum ersten Mal nicht mit meiner Familie verbringen.

**Von Herzen alles Gute und  
viele sonnige Grüße aus Mbarara sendet Euch  
Eure Sabine**