

Merkblatt für Kurzzeit-Einsätze in Afrika

Als **Kurzzeiteinsätze** bezeichnen wir freiwillige Arbeitseinsätze von Augenärzten, Optikern oder Technikern von mindestens zwei und höchstens sechs Wochen in einer unserer Partnereinrichtungen. Wir können solche Einsätze nur vermitteln, wenn sie von unseren afrikanischen Partnern gewünscht werden. In der Regel erfolgen die Einsätze ehrenamtlich, wobei für die Auslagen eine Spendenbescheinigung ausgestellt werden kann. Im Einzelfall übernehmen wir die Hälfte der Reise-, Impf- und Visumkosten. Die Einsatzstelle in Afrika übernimmt die Aufenthalts- und Reisekosten im Land und ein kleines Taschengeld in Landeswährung.

In diesem Merkblatt können wir Ihnen nur einige **allgemeine Hinweise für die Vorbereitung** Ihres Kurzzeit-Einsatzes in Afrika geben. Weitere konkrete Detailinformationen zu Ihrem Einsatzort erfolgen brieflich oder mündlich.

1. Paß und Visum

Für Ein- und Ausreise verlangen alle afrikanischen Länder einen Reisepaß, der in der Regel noch 6 Monate gültig sein muß und ausreichend leere Seiten für die vielen Stempel und Eintragungen der örtlichen Behörden aufweist.

In der Regel wird für die Einreise ein Visum benötigt, das bei der jeweiligen Botschaft bzw. dem Konsulat mit dort erhältlichen Vordrucken etwa vier Wochen vor Antritt der Ausreise beantragt werden kann. Anschriften in einem Reisebüro erfragen. Das Visum kostet Gebühren, die gleichzeitig mit dem Antrag eingezahlt werden müssen. Wenn vereinbart wurde, daß die AFRICA ACTION die Hälfte der Visumgebühren übernimmt, reichen Sie uns bitte den Beleg ein.

2. Führerschein

Falls Sie einmal einen Pkw fahren müssen, ist es ratsam, den (internationalen) Führerschein mitzunehmen.

3. Internationaler Impfpaß

Für alle afrikanischen Länder benötigen Sie einen Internationalen Gesundheits- bzw. Impfpaß (gemäß Vorschrift der Weltgesundheitsorganisation), der von den Gesundheitsämtern, Tropeninstituten oder vom behandelnden Arzt ausgestellt wird. Dort erfahren Sie auch, welche Pflichtimpfungen für das jeweilige Land vorgeschrieben sind.

In den Impfpaß werden alle Schutzimpfungen, Seruminjektionen, Blutgruppenbestimmungen, Bemerkungen über Diabetes, Bluterkrankheit usw. eingetragen. Der kombinierte internationale Impfpaß enthält außerdem einen farbig besonders gekennzeichneten **Notfall-Ausweis** einschließlich der Möglichkeit zur Eintragung ärztlicher Vermerke über medizinische Risikofaktoren.

Für den Verlustfall fertigen Sie sich **Fotokopien** an von allen wichtigen Reisepapieren (Paß, Impfpaß, Führerschein) und verstauen Sie sie getrennt in ihrem Gepäck.

Sie erleichtern die Ausstellung von Ersatzpapieren, wenn etwas abhanden kommt. Dafür auch 4 zusätzliche Paßfotos mitnehmen.

In der Regel sind folgende **Pflichtimpfungen** notwendig:

Gelbfieber-Impfung:

spätestens 10 Tage vor Abreise, hält 10 Jahre, Abstand zu anderen Lebendimpfungen (z.B. Polioimpfung) etwa 4 Wochen.

Cholera-Impfung:

von der WHO wegen Unwirksamkeit nicht mehr empfohlen;
manche Länder verlangen trotzdem den Impfnachweis.
In diesem Falle einmalige Impfung, hält 6 Monate.

Weitere empfehlenswerte Impfungen:**Tetanus-Impfung:**

Wundstarrkrampfimpfung muß alle 10 Jahre aufgefrischt werden.
Komplette Impfung umfaßt 2 Injektionen im Abstand von 4-8 Wochen,
nach 1 Jahr 3. Impfung, dann wieder alle 10 Jahre.

Kinderlähmung:

Polio ist auch für Erwachsene gefährlich, Risiko ist in den Tropen erhöht.
Auffrischung (Schluckimpfung) alle 10 Jahre.

Typhus:

Schluckimpfung (an Tagen 1,3,5); nicht gleichzeitig mit Polio und Malariatabletten.
Nicht vorgeschrieben und nur auf Wunsch verordnet.

Hepatitis A:

als Schutz gegen infektiöse Gelbsucht für Erwachsene 5 ml Gammaglobin (Beriglobin)
kurz vor Abreise (ca.3 Tage), hält 3 Monate.

Hepatitis B:

neuerdings gibt es einen synthetisch hergestellten aktiven Impfstoff (Gen-Hb-Vax)
gegen Serumhepatitis; dreimalige Impfung nach vorheriger Testung auf Antikörper
(Abstände 0,1,9 Monate). Nur bei speziellem Risiko (medizinisches Personal) erforderlich
Kosten ca. 500,- DM.

Wichtig ist, sich rechtzeitig beim Arzt oder einem Apotheker einen Plan machen zu lassen, wann welche Impfungen vorgenommen werden müssen, da manche Impfungen sich nicht vertragen!

4. Weitere Vorsorgemaßnahmen**Malaria-Vorbeugung:**

in allen schwarzafrikanischen Ländern notwendig:
Tabletten-Einnahme (Resorchin, Lariam, Fansidar) eine Woche vor Abreise, danach
einmal wöchentlich immer am gleichen Wochentag bis 6 Wochen nach der Reise.
Außerdem Moskitonetz zum Schlafen benutzen und abends Körper, Arme und Beine
bekleiden. Unbedeckte Körperteile mit Autan oder dgl. einreiben.

Infektionsschutz:

Ein Infektionsschutz-Set für Auslandsreisen können Sie von unserer Servicestelle erhalten.

Sonnenbrand:

Die Haut braucht eine Gewöhnungszeit von etwa 5 Tagen.
Außerdem Sonnenhut oder Mütze, Sonnenschutzmittel mindestens Lichtschutzfaktor 10.

Beachten Sie bitte die Aufstellung für die Reiseapotheke in der beiliegenden Checkliste.

Weitere reisemedizinische Auskünfte:

Travelmed Reise und Gesundheit:

www.travelmed.de

Centrum für Reisemedizin:

www.crm.de

Auswärtiges Amt:

www.auswaertiges-amt.de

Gesundheitsportal / Länder- und Reiseinfos des AA

www.almeda.de

5. Flugscheine

Da die Flugpreise je nach Linie und Jahreszeit sehr schwanken, erkundigen Sie sich bitte vorher nach der preisgünstigsten Flugverbindung. Dabei ist Ihnen das raptim-Reisebüro behilflich:

Internationaler Missionsreisedienst
raptim Deutschland
Postfach 1110
62012 AACHEN

Tel. 0241-7507-02
Fax. 0241-7507-369
e-Mail: raptim@t-online.de

6. Versicherungen

Wir empfehlen Ihnen den Abschluß einer **Auslandsreise-Unfall-/Krankenversicherung**, wenn Ihre Krankenversicherung nicht diese schon einschließt. Nehmen Sie deshalb Kontakt auf mit Ihrer eigenen Krankenversicherung. Die AA/D kann leider keine Haftung und Kosten bei Unfall oder im Krankheitsfall übernehmen.

Außerdem ist der Abschluß einer **Reisegepäckversicherung** zu empfehlen.

7. Geld

Nehmen Sie nur eine kleine Summe an Bargeld in neuen EURO-Scheinen und einige Traveller-Schecks für die Reise mit. Voraussichtlich erhalten Sie etwas Taschengeld in der Landeswährung durch Ihre Einsatzstelle. Außerdem können Sie sich im Notfall bei der Einsatzstelle etwas Geld leihen, das Sie später wieder auf ein europäisches Konto einzahlen können.

8. Kleidung und Ausrüstung

Ihr Flugreisegepäck, das Sie aufgeben, darf 20 kg an Gewicht nicht überschreiten (Ghana-Airways 40 kg). Wertvolle (Fotoapparat, Papiere) und schwere Gegenstände in einem kleinen Koffer (Bordcase) verstauen, den Sie beim Flug bei sich behalten. Nicht zu viel und nur leichte Kleidung mitnehmen (Tropenklima!); Sie können sich leicht etwas selbst auswaschen. Beachten Sie die beigefügte Checkliste. Wenn Sie gebrauchte Kleidung mitnehmen, können Sie sie am Ende Ihres Aufenthaltes an Bekannte verschenken.

9. Unterrichtsvorbereitung

Ihre Hauptaufgabe am Einsatzort besteht sicher auch in der Fortbildung und Praxisanleitung (training-on-the-job) für die einheimischen Mitarbeiter. Bereiten Sie sich darauf vor, einige Lektionen in Theorie der Ausbildung in Englisch zu halten. Einige schriftliche Aufzeichnungen können hilfreich sein sowie ein **Wörterverzeichnis** der wichtigsten Fachausdrücke in Englisch. Vielleicht gelingt es Ihnen auch, ein Optiker- oder Augenarztlehrbuch in Englisch zu besorgen.

10. Verhalten

Als Europäer kommen wir als Gast in Länder, deren Geschichte und Entwicklung durch koloniale und wirtschaftliche Einflußnahme durch Europäer belastet ist. Die Freundlichkeit und Offenheit, der wir zumeist begegnen, darf nicht darüber hinwegtäuschen, daß das Verhalten der europäischen Gäste sehr genau beobachtet wird. Wenn Sie die bei uns üblichen Höflichkeitsformen und Freundlichkeit im Umgang mit jedermann beachten, werden Sie überall akzeptiert werden. Sie sind ein "Good-will-Botschafter" Ihres Landes.

Für Gastfreundschaft bedanken Sie sich mit einem kleinen Geschenk, für Hilfsbereitschaft und Gefälligkeit mit einem kleinen Trinkgeld, aber lassen Sie sich nicht anbetteln ohne Gegenleistung. Vermeiden Sie es, als geschenkeverteilender oder besserwissender Europäer aufzutreten. Machen Sie keine Versprechungen. Nutzen Sie jede Gelegenheit zuzuhören und zu lernen.

Die Gesundheitseinrichtungen sind Teil der karitativen Arbeit der christlichen Kirchen. Begegnen Sie den einheimischen Christen als Partner und Freunde, achten Sie ihre Kultur und Überzeugungen und nehmen Sie teil am Gemeinschaftsleben und an den Gottesdiensten der Gemeinden.

Abschließende Bitten

Nach Abschluß Ihres Einsatzes bitten wir Sie um einen kurzen Erfahrungsbericht.
Über wichtige Gespräche fertigen sie bitte Gesprächsnotizen an mit Namen und Anschrift des Gesprächspartners.

Über Ihre persönlichen Eindrücke hinaus wären wir für folgende Hinweise dankbar:

- Wie lassen sich die künftigen Kurzzeiteinsätze von Augenärzten / Optikern / Technikern noch besser vorbereiten und gestalten?
- Was ist zur Verbesserung der Einrichtungen am Projektort und zur Qualifizierung des Personals notwendig? Was wird konkret besonders gebraucht? (Bedarfslisten anfertigen)
- Welche Notlagen der Bevölkerung haben Sie beobachtet?
Wie könnte geholfen werden?

Ihr Bericht kann nachfolgenden Einsatzleistenden eine Hilfe sein für Vorbereitung und Einsatz.

Wir danken Ihnen für Ihre Bereitschaft zur Mitarbeit und wünschen Ihnen einen erfolgreichen und gewinnbringenden Aufenthalt und Gottes Segen für die Reise.

africa action / Deutschland e.V.
Hilfswerk für Blinde und andere Behinderte in Afrika

Vorbereitungsliteratur:

	EURO
Evang.Missionswerk in Südwestdeutschland e.V. (Hrsg.): Länderheft GHANA, Fakten, Bilder, Aspekte, Ausg. 1994	2,56
Cobbinah, Jojo: Ghana, Praktisches Reisehandbuch für die „Goldküste“ Westafrikas	19,88
Bebey, Francis: Das Alphabet der Sonne während des Regens, ein Roman aus dem Milieu der Marktfrauen in Accra	14,32
Shell / KLM: A guide map of Accra and road map of Ghana	6,14
Bühr, Pierre A.: In den Tropen reisen und leben. Ratschläge eines Arztes, Verlag Huber Bern	
Deutsche Welthungerhilfe (Hrsg.): Länderbeschüre Mali / Burkina-Faso	2,50
Deutsche Welthungerhilfe (Hrsg.): Afrika total normal – Jugendliche in Burkina-Faso	5,00

Diese und weitere Afrikaliteratur zu beziehen bei:

africa action - Dritte-Welt-Laden, Postfach 1562, 50105 BERGHEIM, Tel.02271-76 75 40

Ein Bestellformular können Sie auch von unserer Homepage herunterladen oder per e-Mail bestellen.