

Factsheet für Praktikanten und Gäste im «Health Center Endamarariek»

Online-Auftritt:

- **Homepage:** www.stiftungenda.ch
- **Instagram:** @stiftungendamariarik

Endamarariek

Endamarariek liegt auf dem Land, südlich von Karatu, eingebettet zwischen Lake Manyara, Lake Eyasi, Serengeti und Ngorongoro-Nationalpark (alles bekannte Touristengebiete). Abseits der Transitstrasse sieht man jedoch kaum Touristen. Das Dorf hat ca 3000 Einwohner, die meisten Menschen leben als Selbstversorger. Relativ angenehmes Klima auf 1500 müM.

Infrastruktur

Primar- und Sekundarschule, Kindergarten. Mehrere Apotheken, Papeterie, lokaler Markt und Detailhandel. Die kleine Stadt Karatu (mit Lodges, Markt, versch. Spitälern, Banken) ist mit dem Auto in 30-45 Minuten erreichbar.

Stiftung Endamarariek

Die Stiftung wurde vor ca 15 Jahren durch Dr. med. Sales Huber gegründet. Heute umfasst der Stiftungsrat 6 Stiftungsrat-Mitglieder und mehrere Beisitzende, die verschiedene Projekte betreuen. Alle Stiftungsratsmitglieder arbeiten ehrenamtlich, alle Spenden fliessen zu 100% ins Projekt.

Die Stiftung garantiert finanzielle Unterstützung im Sinne einer Defizitgarantie.

Wichtigste Ziele der Stiftung: Nachhaltigkeit, Eigenwirtschaftlichkeit und Selbständigkeit des Personals.

Health Center

Ca. 50 Betten, die Hälfte Wochenbett. 40 Angestellte, davon 4-6 Ärzte. Das Spital beschäftigt ausschliesslich einheimische Arbeitskräfte (inkl. Führungsebene) und strebt nach Eigenverantwortlichkeit und wirtschaftlicher Selbstständigkeit. Dies zu unterstützen ist auch das oberste Ziel der Stiftung.

Spektrum des Praktikums

Wir bieten Praktika im Bereich der Basismedizin für Medizinstudenten, junge Ärzte, Pflegepersonal und Hebammen an (i.d.R. 1-2-monatiger Aufenthalt). Auch interessierte Personen aus anderen Bereichen sind herzlich willkommen.

Folgende Bereiche deckt das Health Center ab:

- Wochenbett (maternity ward)
- Gebärsaal
- Einfache Neonatologie
- allgemeine Station (general ward)
- ambulante Sprechstunden (outpatient clinic)
- ambulante Interventionen (minor theatre)
- OP (major theatre)
- Labor
- Apotheke
- Kinder- und Müttervorsorge (RCH)
- Röntgen

Ambulanzfahrzeug vorhanden, wird gelegentlich für Aktionen in umliegenden Dörfern eingesetzt.

Während des Praktikums sollt ihr durch die Stationen rotieren.

Anerkennung der Praktika durch die Uni ggf. bitte im Voraus abklären.

Tagesablauf

7:30 - Morgenmeeting mit Gebetsrunde und wichtigen Informationen durch die Tagesverantwortlichen. Danach Pflegeübergabe, Reinigungsaufgaben, Start der Konsultationen im Ambulatorium.

Zwischen 9 und 10:00 - Start der Visite auf den Stationen, Ambulatorium, Vormittagspause

13:00 - Essen im Guesthouse (nach Absprache anpassbar)

Nachmittag - Stationsarbeit, Ambulatorium meistens ist spätestens zwischen 15-16:00 die Arbeit im Ambulatorium beendet. Dienstübergabe der Ärzte um 16:00.

Verhalten und Selbstverständnis der Besucher

Das Spital agiert unabhängig von personeller Unterstützung aus dem Ausland. Praktikanten aus dem Ausland werden jederzeit herzlich willkommen geheißen und sind gern gesehene Gäste. Praktikanten dürfen fast überall im Spital dabei sein und nach Möglichkeit auch Hand anlegen. Auch wird Wissen aus Europa geschätzt, jedoch sollte es respektvoll und zurückhaltend vermittelt werden. Wir bitten die Praktikanten, sich entsprechend angepasst zu verhalten. Mehr dazu findet ihr im Beilagenblatt «Tipps und Empfehlungen für die Praktikanten».

Reisen

Die Flugreise muss selbst organisiert werden. Nächster internationaler Flughafen: Kilimanjaro Airport. Taxi/öffentlicher Bus vom Flughafen nach Endamarariiek kann bei Bedarf via Barnabas Daffi oder Anja organisiert werden. (Kosten mit Taxi ca 200 USD, mit ÖV ca. 60 USD). Bei Aufenthalt <90 Tagen ist ein Tourismusvisum am Flughafen direkt erhältlich (Kosten 50 USD), mit einem Online-Visum lassen sich ggf. Wartezeiten vermeiden. Um Kosten zu vermeiden als Tourist und nicht als Volunteer deklarieren.

Unterkunft

Vier 2-Zimmer-Appartments mit Doppelbett, eigener Nasszelle und kleiner Stube. Mückennetze vornanden. Gebäude und Innenhof sind nachts abgeschlossen und bewacht. Koch/Köchin und Wäscheservice vor Ort. Kosten für Praktikanten: 15 USD/Nacht.

Reisegäste und Begleitpersonen sind gern willkommen. Kosten: 20 USD/Nacht. Auch Praktika in den Schulen sind für interessierte Mitreisende möglich.

Tourismus

Die Stiftung organisiert keine Reisen, berät aber gerne.

Beispiele: Ngorongoro-Krater, Serengeti, Lake Manyara, Tarangire, Lake Eyasi. Kultur-Safaris (z.B. Besuch von Massai-Dörfer) Hochland von Mbulu, Berg- und Vulkanwanderungen.

Spaziergänge oder Wanderungen in der Region oder Kennenlernen der lokalen Kultur z.B. bei Markt, Sport-Veranstaltungen oder Familienfesten lässt sich jeweils spontan organisieren.

Regenzeit: Nov. - Dez. und April – Mai.

Sprache

Den vollen Respekt der Tansanianer können wir erst erwarten, wenn wir deren Sprache sprechen. Die Landessprache ist Kiswahili. Als Zweitsprache wird Englisch gesprochen. Die Mitarbeitenden des Health Centers können sich gut in Englisch verständigen. Die Lokalsprache des in dieser Region lebenden Stammes ist Kiiraqw. Ihr könnt euch mit unserem Basic-Wörterbuch und den darin empfohlenen Unterlagen auf Kiswahili vorbereiten.

Kriminalität

Politisch ist Tansania aktuell stabil. Reisen ist relativ sicher, vor allem ausserhalb der Grossstädte. Bitte unter Beachtung u.a. der Hinweise des EDA.

Kommunikation

Gute mobile Netzwerke, Roaming teuer. Empfehlung: lokale Prepaid-Sim-Card mit Datenpaket und Guthaben für Inland-Telefonate.

Vorsorge

Endamarariiek ist kein Malaria-Endemiegebiet. Trotzdem empfiehlt sich eine Malariaprophylaxe. Allg. Impfungen wie Tetanus, MMR/TTP etc. empfohlen. Gelbfieberimpfung nur ab Einreise via Kenia zwingend. Siehe auf jeden Fall die aktuellen medizinischen Empfehlungen für Reisen für subtropische/tropische Regionen (EDA, www.osir.ch, Reiseberatung).

HIV-PEP: Prinzipiell vorhanden, wir klären regelmässig ab, ob sie noch vorhanden ist.

Endamarariiek-Praktikanten können Malariaprophylaxe und Gelbfieberimpfung sowie Reisberatung verbilligt bei Dr. Heeb in St.Gallen beziehen. Onlineberatung möglich. (www.dr-heeb.ch / www.osir.ch).

Weiteres Nützliches: Mückenspray und eine allgemeine Reiseapotheke für Reisen im Rest des Landes. Lasst euch ggf. beraten.

Wichtig: Die Stiftung übernimmt keine Haftung, Versicherung ist Sache der Teilnehmer.

Mitnehmen

- Stethoskop und ggf. andere persönliche Arbeitsutensilien.
- Selbstschutz: Handschuhe, Händedesinfektionsmittel und (Tbc-) Atemschutzmasken für den Eigengebrauch. Angefangene Flaschen und Packungen können später im Spital gelassen werden.
- Handseife für im Gästezimmer
- Mückenschutz (Mückennetz im Zimmer vorhanden)
- Taschenlampe
- Reiseadapter für Steckdosen
- Spitalkleider sind prinzipiell vorhanden, falls Platz vorhanden ist, kann jedoch gerne Nachschub aus dem Lager in der Schweiz mitgenommen werden.
- Kleider für warmes Klima und teils auch kalte Nächte/Regentage. Kulturell werden saubere, schicke Kleider geschätzt. Knie und Schultern werden bedeckt gehalten. Von Weissen wird das aber nicht zwingend erwartet.
- Sportkleider, falls erwünscht: Die Leute im Dorf spielen gern Fussball oder Volleyball, man findet auch Partner zum Joggen.

Geld

Die Miete für das Zimmer sollte im Nachhinein per e-Banking bezahlt werden. Am Automaten können nur Tansanianische Shilling (Max. 200USD pro Transaktion) bezogen werden. Alternative für grössere Beträge: Bar mitnehmen oder z.B. via Western Union senden lassen. Um auf dem Land und in nicht touristischen Läden einzukaufen sind Tz. Shilling nötig.

Weiteres Vorgehen:

- Bitte mindestens 3 Monate im Voraus ungefähre Reisedaten, Kopie von Reisepass und Uni-Legi per Whatsapp an Barnabas Daffi senden (Kontakt s. unten).
- Während des Praktikums bitten wir euch, **mindestens alle 2 Wochen** einen Post für unseren Instagram-Kanal zu verfassen, s. dazu auch das Beilagenblatt «Richtlinien Instagram». Falls ihr einen privaten Kanal habt, könnt ihr die Beiträge auch mit uns teilen.
- Nach dem Praktikum senden wir euch eine Feedback-Umfrage zu, bitte füllt diese aus.

Meldet euch gerne bei Fragen.

1. Ansprechperson:
Anja Marco (Koordination Praktika)
079 682 13 66 / anjahohl93@gmail.com

Barnabas Daffi (Spitalverwaltung, Kommunikation in Englisch):
+255 784 410 444 / barnabas.daffi@yahoo.com