

Informationer for volontører i New Life Africa International



Volontørarbejde

Vi har den glæde, at mange mennesker vælger at bruge nogle måneder af deres tid til at hjælpe i NLAI's arbejde i Nakuru, Kenya.

I NLAI er vi interesseret i at have volontører til at hjælpe, da vi tror på, at det er givende og inspirerende for alle parter. Som volontør kommer man tæt på børnene og medarbejderne i NLAI. Dette giver en større kulturforståelse, som kan være en god ballast, hvor end i verden man skal arbejde i fremtiden.

Efter samtale med en leder i NLAI aftaler man, hvilke arbejdsopgaver man kan udføre. Alt afhænger af ens uddannelse, interesse, evner og kvalifikationer. Som langtidsvolontør forventes der, at du er her for at tage aktiv del i NLAI's arbejde. Derfor beder vi volontører om at arbejde minimum 30 timer om ugen, som efter aftale med lederne kan fordeles i ugedagene og weekenderne (der kan være særlige aftaler for pensionister). Hertil 1 times frokostpause, hvor mad kan medbringes eller købes i de mange cafeer og restauranter der findes alle steder. I arbejdet på NLAI må man være fleksibel. Under dit ophold er der mulighed for at tage på forskellige ture rundt i det smukke land. Tidspunkter for disse kan aftales nærmere med lederne.

NLAI-centret ligger på Filadelfia Kirkens grund. NLAI har et tæt samarbejde med kirken, hvor du er meget velkommen til at deltage i gudstjenesten om søndagen. Hele NLAI's arbejde er bygget på kristne principper og værdier.

Da man som volontør hos NLAI arbejder med mennesker, skal man respektere, at man har tavshedspligt, ligesom man vil have på andre lignende arbejdspladser. Følg NLAI's regler, politikker og retningslinjer, herunder organisationens arbejds- og sikkerhedsprotokoller. Rapport eventuelle problemer til manageren Kennedy eller til Susanne og Leif.

I NLAI er der behov for hjælp til følgende:

Kontoret:

- I forbindelse med sponsorkabsarbejde: skrivning af historier, oversættelse fra engelsk til dansk, billedsortering af børn og unge, som bliver sponsoreret. (kontakt Director Susanne Madsen newlifeafricainternational@gmail.com)
- Tage situationsbilleder i NLAI.
- Forberede billeder og videoklip til hjemmeside og instagram og facebook
- Evt. Power Point m.m.

Skolen:

- I klasserne: hjælpe lærerne efter aftale med skolelederen, ikke undervise alene.
- Forberedelse af madlavning og servering af mad til skoleeleverne.

- Rengøring af forskellige lokaler og områder.
- Deltage i sportsaktiviteter.
- Deltage i musikundervisning.

Afhængigt af hvornår på året du vælger at være frivillig hos os, kan skolen være lukket i nogle uger. Den er lukket tre gange om året. Børnehjemmet er altid åbent.

Børnehjemmene:

- Lege med børnene i deres fritid (særligt i weekenderne og i skoleferierne), socialt samvær med børnene, sang, musik, sport, spil, historielæsning, tegning, bagning m.m. Der er et specielt indrettet legerum med plads til ca. 12-15 børn ad gangen.
- Lektiehjælp til børnene på børnehjemmet om eftermiddagen.
- Hjælpe med forberedelse af madlavning til børnene på hjemmene.
- Ekstra rengøring på børnehjemmene og af køkkener og andre områder som toiletter, der kunne trænge til ekstra rengøring.

Praktisk arbejde:

- Forefaldende arbejde, reparationer, maling m.m.
- Rengøring, oprydning og sortering af ting i containeren, som er lagerplads til tøj mm.

Seniorvolontørarbejde:

- Seniorvolontører er også velkomne i NLAI. Der er stort behov for hjælp på det danske kontor, som nu ligger i Aalborg, men meget kan gøres over internettet. Men har man andre specielle evner eller interesser, er man også velkommen til at arbejde inden for dette.

Når du ankommer til NLAI, mødes du med manager Kennedy Kariuki, PR-ansvarlige Mary Wanjiru Gachuho, sekretær Beth Waithira Muthee og skoleleder Jane Makena for at aftale nærmere program for dit ophold. Husk at udveksle telefonnumre med de ansatte, så I altid kan komme i kontakt med hinanden. Det er vigtigt, at du melder sygdom og andet fravær til din kontaktperson hos NLAI.

Hvis du i løbet af dit ophold alligevel bliver i tvivl om, hvad du skal lave, skal du henvende dig til sekretær Beth, som sidder i receptionen på NLAI-centret og kan hjælpe dig videre med opgaverne.

Betingelser for at blive volontør:

- Du skal være mindst 20 år gammel.
- Dit ophold skal vare minimum 2 måneder

- Du skal skrive lidt om dig selv, din uddannelse, interesser og evner. Max. 1 A4-side, på dansk og engelsk. Send til: dkoffice.nlai@gmail.com
- Til samme e-mailadresse skal du sende 2 danske anbefalinger fra forskellige personer. De må ikke være skrevet af familiemedlemmer.
- Vi aftaler et møde med dig enten fysisk eller online, så du er godt klædt på til at tage til Kenya
- I forbindelse med længere ophold anbefaler vi en samtale med Betania Kirkecenters ledelse (Susanne og Leifs udsenderkirke), inden du kan blive accepteret som volontør.

Kultur

Kenyanernes tankegang er meget forskellig fra vores på mange områder. Derfor må vi tage hensyn til deres måde at tænke på og vise respekt for deres kultur. Kenyanerne er som oftest venlige og imødekommende. Husk, at du er gæst i et fremmed land, hvor du skal lytte og spørge kenyanerne til råds og bede dem om vejledning.

På NLAI-centret: Hils og smil til folk, du møder – også når du skal tale med en bestemt person, og der er andre til stede. I den kenyanske kultur betyder et håndtryk eller et smil meget.

Alting går langsomt i Kenya (undtagen i trafikken) De fleste har ikke samme begreb om tid her. Tålmodighed er nødvendig, da præcise tider oftest ikke bliver overholdt.

Nogle kenyanere kan være meget direkte og spørger gerne om penge og materielle ting, derfor vil vi fraråde at de får din e-mailadresse, da de ofte ser folk fra Vesten som velhavende. Hvis man f.eks. siger ”måske” til noget, som de gerne vil have fra dig, opfatter de det oftest som et ”ja”. På grund af kulturelle forskelle er det klogt at rådføre dig med os Susanne og Leif, hvis du gerne vil give økonomisk støtte til lokale, da der kan opstå store problemer med netop dette. Vær forsigtig med at låne ting eller penge til andre, da du risikerer ikke at få dem igen.

Det er ikke tilladt at gå på diskotek, indtage alkohol og euforiserende stoffer, imens du arbejder for NLAI og befinder dig i Nakuru. Du må som udgangspunkt ikke ryge i arbejdstiden, men rygere kan lave sær aftale med Manager Kennedy Kariuki om rygepause uden for grunden. Mange af børnene og de unge kommer fra hjem med alkoholmisbrug og forbinder derfor alkohol med noget negativt. Desuden har kenyanere et andet syn på rygning og alkohol, end danskere har. For det første er det ikke noget man gør og indtager som kristen efter deres mening. For det andet kan mange kenyanere ikke drikke for nydelsens skyld, men kun for at blive beruset.

Det bedste, du kan gøre som pige, er at koncentrere dig om pigerne, og det modsatte med drengene. Ellers bør samtaler tages i åbne rum, da de fleste kenyanere lægger mere i en samtale med det modsatte køn, end vi gør i Danmark. Vi anbefaler af flere grunde, at der ikke flirtes eller dannes kærestepar. For det første viser man i Kenya normalt ikke, at man er kærester, før man annoncerer bryllup. For det andet kan det bl.a. påvirke de frivilliges sammenhold, forholdet til børnene og de ansatte hos NLAI.

Hvis du ønsker at give gaver til børnene, så fokuser ikke kun på en enkelt person, da nogle har til vane at gøre sig gode venner med volontørerne i håb om at modtage gaver. Derfor får nogle børn oftere gaver end andre. Giv hellere gaver til alle børnene på hjemmene eller til hele klassen. Rådfør dig altid med sekretæren eller manageren først.

Du må ikke invitere nogle af børnene uden for centeret, uden tilladelse fra manageren, og det skal være sammen med en af de ansatte i NLAI. Ved hjemmebesøg skal der altid være en socialarbejder med dig. Her gælder det igen, at nogle børn/unge har til vane at gøre sig gode venner med volontørerne, og andre er meget indadvendte.

Er du på besøg hos kenyanere, er det god skik at medbringe en lille gave – gerne mad, fx sukker og mel.

Praktiske oplysninger

Mad og drikke

Drik ikke vand fra vandhanen, man kan købe drikkevand på flasker.

Vis respekt og accepter, at maden i Kenya er meget anderledes og mindre varieret end i Danmark. Det består mest af frugt, kål, bønner, linser, majs, ris, kartofler og mindre stykker kød, ofte med ben.

Undgå for din egen skyld at spise salat, da det kan være vasket i urent vand, og du bliver meget syg af det.

Det er muligt at få mere varieret mad på byens caféer og restauranter.

Udgifter for volontører

Alle volontører betaler selv for deres udgifter i forbindelse med deres ophold hos NLAI inkl. billetten, visum, opholdstilladelse, vaccinationer, forsikring, kost, logi og al transport, samt udflugter.

Kost og logi

Volontører bor hos en afrikansk familie i byen, hvor de bor sammen med andre volontører. Det koster ca. 17 dollars pr. dag for kost (morgenmad og aftensmad) og logi (det er ca. 120 kr. om dagen). Frokost og drikkevarer er ikke inkluderet. Det er også muligt at få vasket sit tøj her mod betaling.

Aftal nærmere med os ang. logi, så vi kan planlægge det (dkoffice.nlai@gmail.com). Betaling for kost og logi er for en måned ad gangen og betales i Kenyan Shillings.

Flybillet

Det er en fordel at købe en flybillet, så man ankommer til Nairobi først på dagen, så man undgår at skulle betale for en overnatning i Nairobi. Det er farligt at køre efter mørkets frembrud, som er ca. kl. 18:30. Nakuru ligger tre timers kørsel fra Nairobi. Ved hjemrejsen anbefales det at flyve sidst på dagen. Bemærk, at navnet på flybilletten skal være nøjagtigt som skrevet i dit pas.

Turen med taxa til eller fra lufthavnen i Nairobi til Nakuru koster ca. 12000 KES. (ca. 650 kr.) NLAI benytter bestemte taxaer. Planlæg med os om bestilling af taxa. Vi har en som vi normalt bruger, og du kan være tryk ved. Skriv alle ankomstdetaljer med flyselskab, flynummer og ankomsttid til dkoffice.nlai@gmail.com, så kan vi bestille en taxa til dig.

Forsikring

Som volontør ved NLAI skal man tegne en rejseforsikring, der dækker ved ulykke, sygdom, død, hjemtransport m.m. Undersøg om du evt. er dækket gennem din familieforsikring. Det anbefales at tegne en afbestillingsforsikring, som dækker ved akut dokumenteret sygdom op til afrejsen.

NLAI står ikke ansvarlig for din sikkerhed eller evt. tyveri.

Pas og Electronic Travel Authorisation ETA

Det kræves, at passet er gyldigt mindst seks måneder efter hjemrejsedatoen og at der er mindst 3 tomme sider i passet.

I stedet for visum skal du nu udfylde en ansøgning om Electronic Travel Authorisation online inden afgang til Kenya. Godkendelsen kan tage op til 48 timer, så sørg for at søge i god tid, da teknikken også kan trække processen ud. Du ansøger via hjemmesiden: <https://etakenya.go.ke/en>, hvor alt står skrevet om ansøgningen. Du skal søge ETA som turist, som gælder i 3 mdr. og kan så forlænges i yderligere 3 mdr. på internettet. Da det tager et par dage at få godkendt ETA'en, er det mest sikkert at nøjes med et ophold på max 170 dage.

For at søge ETA har I brug for et brev fra jeres vært Nancy Gatau, som bekræfter at I skal bo ved hende i den periode I er i Kenya. Men skriv kun 3 mdr. for første ophold.

I skal sende jeres navne og datoer på jeres ophold i Kenya til dkoffice.nlai@gmail.com. Så sender vi det til Nancy, som sender bekræftelsesbrevet på, at du bor der, så du kan bruge det til ansøgningen.

Vaccinationer

Henvend dig til egen læge og tjek www.sikkerrejse.dk. Du skal være opmærksom på, at gul feber kan være indrejsekraft i Kenya. Der findes mange forskellige præparater, som er forebyggende mod malaria, men undersøg, hvilket du ønsker at tage, da bivirkningerne kan være mange og forskellige alt efter præparat.

F.eks. kan præparatet Lariam i sjældne tilfælde have psykiske bivirkninger, så det er godt at holde sig fra dem. Tjek vaccinationer.dk/ for mere information omkring de forskellige malariapiller, du kan købe.

Vær opmærksom på symptomerne på malaria, som er: høj feber, ledsmerter, opkast, hovedpine. Ved mistanke om malaria tager man på hospitalet og bliver testet via en blodprøve. Har man malaria, behandles dette med en tabletkur. Det er vigtigt at bruge de myggenet, som hænger over sengene.

Vi anbefaler alle at tage en ormekur efter hjemrejse. Ormekuren ABZ kan købes på alle apoteker i Nakuru, og den er langt billigere at købe i Kenya end i Danmark.

Transport - rådfør dig med PR. Mary ang. dette.

Matatu (offentlig minibus): er meget billigt, men pas på din taske.

Taxaselskabet Whashiri, er mere sikkert, men du skal downloade en app, så du kan ringe direkte til den nærmeste ledige af deres taxier og du får prisen oplyst med det samme.

Tuk tuk (ombygget scooter med plads til passagerer): Aftal prisen, inden du kører. Kortere ture inden for Nakuru. NLAI benytter tuk tuk, som vi har kendskab til, så spørg efter telefonnummer på disse.

Taxa: Aftal prisen, inden du kører. NLAI benytter taxi, som vi har kendskab til, så spørg efter telefonnummer på dem.

Motorcykel er ikke tilrådeligt, da de ikke har hjelm til dig og kører vildt i trafikken. Mange motorcyklister har ikke kørekort og forsikring.

Cykel: Nok er disse billige, men også meget farlige at benytte i trafikken, så vi anbefaler, at du undgår dem.

Brug af sikkerhedssele er påkrævet, hvis denne findes i bilen også i offentlige busser og taxi. **Desuden er det vigtigt, at man enten opholder sig indendørs efter mørkets frembrud, eller benytter sig af en anbefalet taxa fra dør til dør, pga. den høje kriminalitet.**

Computer, mobil og internet

Det er en god idé at medbringe sin egen laptop. Har du en ældre telefon, er det godt at medbringe den, så du ikke risikerer at få stjålet din smartphone, der er i høj kurs hos tyvene. Du kan evt. købe en ældre model her i Kenya til billige penge. Så brug din iPhone når du er inden døre.

Der er flere forskellige teleselskaber i Kenya. Vi anbefaler Safaricom.

SIM-kort til mobiltelefoner kan købes mange steder i byen. Taletid kan købes i næsten alle forretninger, og taletidskort bruges også til internetdata. Husk at medbringe dit pas, når du skal købe simkort.

PR Mary Gachuho kan hjælpe dig med at finde det bedste sted at købe simkort og taletidskort.

I forretningen hjælper de dig med at skifte simkortet og aktivere det nye kort.

Lad dem oplyse dig om hvordan du tjekker din balance.

Der er internet de fleste steder, men ellers kan du bruge dit mobilinternet og tilkoble din computer. Du kan ringe billigt til DK via Skype og WhatsApp.

Penge

Du kan hæve penge mange steder i Nakuru ved hæveautomater/ATMs, og det er ikke nødvendigt at medbringe Kenya shillings hjemmefra. Man kan højst hæve det, der svarer til 2.000 kr. (ca. 36.000 kes.) pr. visa kort om dagen. I mange butikker er det muligt at betale med visa kort. De fleste banker tager et bestemt gebyr for at hæve på visa kort, så du kan lige så godt hæve et stort beløb ad gangen.

Vejret

Vejret i Kenya kan være meget svingende. Om dagen bliver der ofte meget varmt, men når solen er gået ned, kan det være ret køligt. Det er derfor en god idé at medbringe tøj til både varmt og koldt vejr.

Den varmeste tid er november – marts og den køligste juni og august.

Pakkeliste

Kufferten til check-in:

- Tøj: Sommertøj, tynd jakke, undertøj, lidt strømper, strømpebukser og leggings, lukkede sko, sandaler, enkelte par lange bukser, et par varme trøjer, evt. solhat eller kasket, evt. badetøj. Det er en god ide at medbringe brugt tøj, da solen, støv og vask er hårdt ved tøjet. Så kan du også give noget af tøjet til NLAI's arbejde, inden du rejser hjem, hvis du ønsker.
- Toiletsager, solcreme og håndklæder, men alt kan købes i Kenya.
- El: Opladere til medbragt computer og mobiltelefon, evt. britisk stikkontakt-omformer (ellers kan den købes billigere her), lommelygte.
- Papirer/dokumenter: Kopi af pas, ETA, hævekort og telefonnummer til at spærre kort evt. (hold disse i en anden taske end pas og hævekort, så du har det, hvis du mister tasken med pas). Medbring også en kopi af pas, forsikringsoplysninger og kontaktoplysninger på dine nærmeste, som kan afleveres ved ankomst til NLAI-reception.
- Fra apoteket: Smertestillende, evt. malariapiller, diarrémedicin og forebyggende midler evt. Husk håndsprit, myggespray og evt. ”Husk” som er et pulver af frøskaller, som er godt for maven, i tilfælde af dårlig mave. (naturlægemiddel).
- Evt. rejsesæt med tallerken, bestik og kop, hvis du vil spise frokost på skolen.
- Til safari: varm jakke eller trøje, evt. lette vandresko, lange bukser til morgen- og aftenure.

Har du mere plads i kufferten, må du meget gerne fylde den op med noget godt brugt tøj, legetøj og sengetøj. Hvis du har 2 kufferter med på billetten, vil vi meget gerne sende en af vores kufferter med dig. Vi har pakkede kufferter klar til at tage med ud til NLAI.

Hvis du har noget af dette med til uddeling, så giv det til manager Kennedy Kariuki, som kan formidle videre, så det bliver brugt hvor der er mest behov.

Brugte gode bærbare computere ikke ældre end 5 år er en rigtig god ting at tage med til Kenya og give til vores manager, som kigger dem efter og tømmer dem for alt software og installerer de nødvendige programmer for at computeren kan fungere optimal, så en af vores unge studerende kan bruge den.

Håndbagage:

- Papirer: Pas, ETA udprintet i farve, vaccinationskort, print af billet.
- Computer, mobiltelefon plus evt., en gammel og evt. kamera.
- En lille håndsprit, servietter/lommeletter.
- Medicin hvis din bagage bliver forsinket, samt et ekstra sæt tøj.

Vigtige telefonnumre

Du vil modtage en kopi af guiden med personer og telefonnumre, når du skal af sted.

Din tid i Nakuru

Påklædning

På grund af den kenyanske kultur, skal volontører i NLAI være iført anstændigt tøj, der er passende til arbejde på skole og kontor. Det vil sige, at for kvinders vedkommende skal kjoler, nederdele og shorts nå ned til knæene. Man må gerne gå i bukser. Kortere kjoler/toppe skal bruges med leggings. Stropbluser er tilladt, men korte bluser hvor maven er synlig og dyb udskæring er ikke passende.

For mænds vedkommende er lange shorts, bukser, t-shirts og skjorter passende.

Ved deltagelse i sport, er det fint at bruge ”normalt” sportstøj.

Når man er uden for NLAI-centret er valg af påklædning frivillig, men for din egen skyld anbefaler vi at tage hensyn til kulturen.

Indkøb

Der kan gøres mange gode indkøb i Kenya. I supermarkederne kan man købe stort set alt, hvad man har behov for, og der er faste priser. Man kan betale med visa i langt de fleste forretninger.

Når man går på udendørs markeder, skal man til gengæld diskutere om prisen. De vil gøre alt for at sælge til dig. Spørg altid efter deres pris, så kan du sige din pris. Ved souvenirs kan man ofte gå over 50 % ned, i forhold til den første pris, de nævner.

Fritid

Der er mulighed for at tage på ture eller arrangere udflugter til forskellige spændende steder i Kenya.

I Nakuru er der hoteller med pool, som du kan få adgang til mod betaling.

Vi vil opmuntre dig til at komme i kirke, og det kan være fint at besøge Filadelfia kirken så mange søndage som du har lyst til og helst mindst en gang om måneden. Der findes også en Vineyard-kirke i nærheden af det lokale sygehus, som har en mere moderne stil.

Som tidligere nævnt er der nogle hensyn, du bør tage til den kenyanske kultur. Nedenfor er også beskrevet nogle forbehold i forbindelse med sikkerheden i Kenya. Hvis du nogensinde er i tvivl om, hvilke steder der er sikre at tage hen, og hvornår på dagen, man kan opholde sig sikkert der, så spørg endelig. Hellere spørge en gang for meget, end at opholde sig usikre steder.

Tyveri, sikkerhed og trafik

Tag ikke smykker eller lign. med, som har høj affektionsværdi for dig, da risikoen for tyveri er meget større end i Danmark.

Vær så vidt muligt indendørs efter mørkets frembrud, som er ca. kl. 18:30, ellers må du aftale med din vært Nancy, som skal vide hvor du befinder dig. Hvis du vil ud, må du, som tidligere nævnt, benytte taxa fra dør til dør, da det er risikabelt at færdes ude i mørket pga. overfald og tyveri. Brug taxa også selvom andre måske siger, der er en sikker vej at gå. Det er bedst at benytte taxachauffører, som er anbefalet af PR. Mary eller jeres vært Nancy.

Vær forsigtig, da der er en voldsom trafik, og færdselsreglerne ikke altid bliver overholdt. I Kenya kører man i venstre side af vejen. Pas godt på dig selv, hvor end du færdes.

Lad ikke børnene benytte din telefon, kamera osv. Vi har ikke mulighed for at erstatte dine ting, hvis det går i stykker eller bliver væk. Du kan få låst dine værdigenstande inde på kontoret på NLAI-centret, imens du arbejder.

Sygdom

Skulle du være uheldig og få brug for læge eller hospital kontakt din vært Nancy eller Mary PR.

Brug: Aga Khan University Hospital, Westside Mall, Nakuru 1.st. floor.

Hvis du skal indlægges, anbefaler vi Aga Khan Hospital i Nairobi, i samråd med din forsikring.

Vi vil også gerne informeres, i tilfælde af alvorlig sygdom, indlæggelse eller tidlig hjemrejse.

Du kan læse mere om NLAI på www.newlife-africa.org. Du kan også følge os på Facebook på www.facebook.com/newlifeafricainternational og er velkommen til at deltage på den årlige NLAI-dag i Danmark, kontakt Susanne og Leif Madsen: newlifeafricainternational@gmail.com

Husk at tilmelde dig på hjemmesiden, om danskere i Kenya, så de på ambassaden ved at du er der i tilfælde af problemer i landet, og afmelde igen ved hjemrejsen.

Skulle du under dit ophold eller efter hjemkomst få lyst til at blive fadder for et barn enten på skolerne eller på børnehjemmet, vil det være en stor hjælp for NLAI, og du kan kontakte Susanne på: newlifeafricainternational@gmail.com

Tak fordi du valgte at komme og hjælpe os her i Nakuru, og må Gud velsigne dit ophold.

Venlig hilsen

Susanne og Leif Madsen

New Life Africa International

Email: newlifeafricainternational@gmail.com