



## Prostovoljno delo v Keniji preko društva ELA

Vas Kathuriri, občina Embu, Kenija, vzhodna Afrika

### ❖ Kako do nas v Kenijo?

#### AVION: EVROPA-KENIJA

Letiš lahko iz Slovenije ali Hrvaške ali Italije (Venice, Marco Polo) do glavnega mesta Nairobi/JKIA (Jomo Kenyatta Int. Airport). Cena dvosmerne karte je okoli 600-800€. Letalske družbe, ki letijo so: Lufthansa, Turkish airways (pozor na 8 urni postanek v Istanbulu), Ethiopian airlines (pri nakupu karte lahko za pomoč prosiš agente; Kompas, Sonček, STA)

Ko priletiš na letališče v Nairobi te bo tam počakal taksi, ki mu zaupamo in bo v roki držal tablo s tvojim imenom in pripisom ELA. Odpeljal te bo v hotel, ki ga poznamo. Stroške za taksi kriješ sam/a (okoli 20 Dolarjev, odvisno od cen bencina). Receptor iz hotela te bo naslednje jutro pospremil na minibus postajo »Tearoom«, kjer boš kupila karto do mesta Runyenjes, tam te bo pričakal nekdo iz ELA ekipe. Preden odideš iz Nairobija si kupi še SIM kartico operaterja Safaricom in me pokliči (moj tel. bom delila v ELINO Whatsapp skupino, v katero te dodam, ko mi pošlješ prijavnico), da bomo na vezi, ko si na poti. Pot iz NBI do Runyenjes je dolga 125 km in traja okoli 3-4 ure. Super je, da greš na pot pred 12.00, da v miru in ko je še dan, prideš na cilj.

V mestu Runyenjes gremo spit en čaj in pojedst kosilo, potem pa te odpeljemo v Elin center. Tam ti dodelimo sobo, da se spočiješ do naslednjega dne, ko bom imela jutranje predavanje o tvojih odgovornostih kot ELIN prostovoljec/prostovoljka. O tem kje si, v kakšni kulturi, kaj je vljudno početi in kaj ne, kakšen je ELIN urnik, tvoje naloge, kaj lahko počneš med vikendi ipd.

### ❖ kenijska viza

**Nujno moraš urediti kenijsko vizo pred prihodom v Kenijo in sicer portala e-citizen Kenya;**

<https://accounts.ecitizen.go.ke/en/register/foreigner/basic-info> Tu si ustvariš account/račun in vpišeš vse potrebne informacije, plačaš 50\$ in potrdilo dobiš v max. 7 dneh na mail. Tega sprintaš in neseš s seboj poleg potnega lista. Na vizo napišeš čas, ki ga boš preživela v Keniji glede na avionsko karto. Viza traja 6 mesecev, po preteku tega časa moraš ven iz države in ostati zunaj nje par dni in nato lahko dobiš vizo še za nadaljnjih 6 mesecev. V e-portalu bodo vprašanja zakaj greš v Kenijo ipd. Napiši, da greš kot turist malo v Mombaso, malo na safari (Maasai Mara, Serengeti, Tsavo) in na potovanje po celotni Keniji. Ne pisat, da si prostovoljec, ker potem hočejo, da si urediš work permit, ki pa ga je zelo težko dobiti ali delovno vizo, ki stane par tisoč Dolarjev.

Da postaneš Elin/a prostovoljec/prostovoljka moraš izpolniti prijavnico na Elini strani pod prostovoljstvo. Ko ti odgovorimo pa začni urejati vizo oz. jo moraš urediti vsaj 10 dni pred letom.

### ❖ Zavarovanje

Po izkušnjah je najboljše, da si urediš »zavarovanje za svet« preko Adriatica-Coriss (<https://www.coris.si/zavarovanja/turisticno-zavarovanje-za-tujino-za-dolocen-cas/sklenitev-zavarovanja>) ali malce

cenejša opcija preko Vzajemne <https://www.vzajemna.si/mojvaruhzdravja/sklepanje/zavarovanje-tujina/moj-paket> Obstajajo različni paketi (mesečni, pol-letni in eno-letni). Toplo priporočamo, da ne prideš brez urejenega zavarovanja. Res je, da so stroški zdravljenja tu cenejši, a ko govorimo o npr. nujni urgentni oskrbi, direktnemu prevozu v Slovenijo pa stroški eksponentno rastejo, takrat se res splača imet to zavarovanje.

### ❖ Denar in kartice

V glavnem mestu Nairobi obstajajo internacionalni bančni avtomati (visa, maestro in mastercard). Bančni avtomati so tudi v bližnjem, mestu Runyenjes (Visa kartica) V vsakem manjšem mestu so banke, kjer je možno menjati Eur (1 Eur = okoli 150 Ksh). S seboj vzemi bankovce; Eure (bankovce od 20€ naprej) ali pa Dolarje (čim novejše-po letu 2006). Zamenjaš jih lahko v vsaki banki. Ne nosi travellers cheques / potovalne čeke, ker jih nihče več ne vzema.

Priporočamo, da če greš na safari, da ga plačaš že v SLO, da s seboj ne rabiš nositi večje količine denarja. Lahko ti svetujem s katero safari firmo pojdi, ki ji zaupam in je zelo ugodna. Če bi šla po ali pred prostovoljnem delu v ELI še na potovanje po Keniji pa za 2 tedna potovanja z minibusi, s spanjem v poceni hotelih (max 30 EUR na noč), za hrano, potrebuješ okoli 800€.

Generalno je varno potovati po Keniji (razen na območje skupnosti Turkana ti ne priporočamo da greš), če se držiš parih pravil. 1.) Potni list in denar imej, ko potuješ, vedno shranjene pod oblačili (money belt ali ploska torbica okoli vratu na prsnem košu.) 2.) v mali denarnici v žepu ali v fanny pack/torbica okoli pasu, imej malo drobiža, ki ga uporabljaš za plačevanja prevozov, nakupa hrane na tržnici ipd. 3.) vedno poskrbi, da potovanja z avtobusi in javnimi prevozi planiraš tako, da na cilj prideš preden zaide sonce in da že več v kateri hotel greš (Booking.com je super zanesljiva zadeva tudi v Keniji). Po sončnem zahodu ni priporočljivo hoditi zunaj (po mestu, vaseh ali kjerkoli drugje). Kraje raziskuj podnevi. 4.) Ko sediš v avtobusu in v minibusu in čakaš da ta spelje s postaje, ne imet mobija v roki, ker bo ta hitro izginil pod prsti spretnih tatičev zunaj minibusov.

### ❖ Cepljenja in antimalariki

**Za vstop v Kenijo ni obvezno nobeno cepljenje.**

Če nameravaš potovati po Tanzaniji je bilo včasih obvezno cepljenje proti rumeni mrzlici, zdaj pa ni več obvezno. Priporočljivo se je cepiti proti Hepatitis A&B (pametno se je skupaj v kombinaciji cepiti), otroška paraliza (polio), tetanus. Pametno, da zaključiš z vsemi cepljenji kakšen mesec pred

potovanjem, tako, da se telo lahko dobro odpočije. Jemanje preventivnih zdravil za malarijo ni potrebno, saj na predelu kjer stoji ELIN center ni nobenih komarjev z malarijo. Če pa boš npr, pred ali po prostovoljnem delu potovala po Keniji (obala, nac. Parki, predeli ob Viktorijinem jezeru) pa je jemanje antimalarikov priporočljivo.

Obstajata dve vrsti zdravil, ena je Malaron, tablete, ki se jih jemlje vsak dan, so občutno dražje od druge vrste Lariam, jemlje se 1x tedensko, je cenejše zdravilo a s potencialno več stranskimi učinki (tablet lahko tudi prepoloviš in ga vzameš 2x tedensko, da so učinki manjši).

☺ V vednost: antimalariki ne zaščitijo pred vsemi oblikami malarije, res pa je, da so preventiva in te ob potencialnem piku malaričnega komarja obvaruje. V centru ima vsaka postelja mrežo proti komarjem, torej jih ne rabiš nositi s seboj. Če v sobo v Elinem centru pride kakšen komar, ta nima malarije, bodite brez skrbi.

Če potuješ drugje po Keniji pa je tole dober nasvet: Komarji, ki prenašajo malarijo pikajo od sončnega zahodu do sončnega vzhoda. Če se ob zahodu oblečeš v dolge rokave in hlače, se namažeš/posprejaš z repelenti je to zadostna zaščita. Seveda pa v Keniji obstajajo tudi različna in močna zdravila za zdravljenje malarije, če jo slučajno dobiš. Tukajšnji zdravniki so izjemno izkušeni glede zdravljenja malarije zato brez strahu. Ob prvih znakih (vročina in boleči sklepi te peljemo v lokalno bolnico kjer te bodo testirali z »rapid« testom in takoj vidimo rezultat. Če imaš malarijo ti bodo takoj dali zdravila, ki te bodo pozdravila v 3 dneh in še med temi tremi dnevi ni hudo, občutek boš imela kot da imaš angino. Če malarijo zdraviš takoj s tableti, ko jo občutiš (glavobol...) res ni krize. Problem postane, če je ne bi zdravil/a s tableti in bi se ta oblika malarije razvila v hujšo stopnjo, torej najpomembneje je, da se zdraviš takoj in ne čakaš.

## ❖ **Prostovoljno delo v Elinem izobraževalnem centru**

### **Kdaj do nas?**

#### **Dobrodošel/dobrodošla si kadarkoli med letom .**

Kenijsko šolsko leto traja od januarja do konca oktobra. Imajo 3 šolske semestre. Tudi ko imajo po zaključenih semestrih/ na vsake 3 mesece 2 tedenske počitnice so otroci vseskozi doma, torej ni strahu, da nikogar ne bi bilo v Elinem centru. Med počitnicami vodimo pa počitniške delavnice, ki so še bolj zabavne-

### **Vreme:**

Januar-sredine aprila je sušna doba, kar pomeni temperature do max 30 C, v aprilu do sredine maja je prva deževna doba, kar pomeni oblačno vreme in pol-urno deževje večkrat na dan ter nočno deževje. Temperature se gibljejo okoli 20C, Junij-avgust so najhladnejši meseci v letu/afriška zima, kar pomeni podnevi temperature okoli 15 C-18 C in ponoči okoli 10 C), september-oktober je druga deževna doba in november ter december se temperature višajo, saj prihaja sušna doba, na par dni pa tudi pada dež.

## Kje poteka tvoje delo in kje bivaš v ELINEM izobraževalnem centru

V vasi Katuriri smo na 6000m<sup>2</sup> zemlje januarja 2020 začeli z gradnjo Elinega izobraževalnega kompleksa. Zgradili smo Elin center za otroke (2 veliki učilnici), glasbeno- filmsko šola, 2 kuhinji (zunanja in notranja), hiško za prostovoljce s 3 sobami, pisarno, 2 kopalnici in 4 stranišča. Vse skupaj okoli 500m<sup>2</sup> in poleg tega smo morali postaviti še 500m<sup>2</sup> podpornih zidov zaradi strmega naklona. Gradnjo smo zaključili v septembru 2023. V centru je tudi elektrika in tuši s toplo vodo (poraba elektrike).

### Osnovna šola Kathuriri

Šolo Kathuriri obiskuje par sto otrok, šola je osemletka. Zaradi priročnosti lokacije (saj je šola le 300 metrov stran od našega centra) in ogromnih potreb nizke sposobnosti učencev, učnih težav, posebnih potreb, smo se lotili pomoči tej šoli. V to šolo boste tudi dnevno hodili kot pomočniki lokalnih učiteljev in jim pomagali pri poučevanju otrok, pri organizaciji delavnic, popravljanju testov, organizaciji športnih aktivnosti ipd.

Takoj, ko bo center začel delovati v 2024 (ko ga opremimo) bomo začeli s programom dela, kot je bil s strani slovenskih specialnih pedagogov prirejen za potrebe pomoči otrokom v tej šoli, ki se težje učijo, zaostajajo v znanju, ponavljajo razrede, imajo kakšne sepcifične posebne potrebe. Ko začnemo z vodenjem glasbenih (poučevanje igranja inštrumentov in poučevanje petja) in gledaliških delavnic pa bo vsakakršna pomoč toplo dobrodošla, če imaš znanja s teh področij.

### ❖ Trajanje prostovoljnega dela:

#### Lahko prideš kadarkoli v letu, za kolikor časa želiš.

Priporočamo da prideš minimalno za vsaj 14 dni (izjemoma bomo dovolili tudi 10 dni, manj pa raje ne), saj lahko tako zagotovimo kvalitetno delo. V tem času lahko vsaj malo spoznaš kulturo, življenje in dosežeš kakšne napredke z otroki. Če prideš za manj časa bomo dejavnosti prilagodili. Na začetku tvojega prihoda boš imel/a orientacijo (spoznavanje vasi, narave, izlet v vas-obisk lokalne družine, opazovanje dela v ELI in v šoli, da vidiš njihov način poučevanja) in počasi te bomo uvajali v Eline aktivnosti in vodenje delavnic.

Tvoje delo bo v glavnem vključevalo delo z otroki ter občasno z mladino. Vsekakor pa tvoje delo ne bo rutinsko po že utečenih tirnicah, ampak boš spodbujan/a da deliš svoje izkušnje, ideje kako naš spec. program za otroke s posebnimi potrebami kot tudi generalne delavnice še izboljšati (kreiranje novih učnih pripomočkov, prilagajanje slovenskih instrumentov za odkrivanje različnih primanjkljajev na lokalno malavijsko kulturo in podobno). To je tudi razlog, da iščemo prostovoljce med profili kot so specialni pedagogi, pedagogi, psihologi in učitelji razrednega pouka in sorodni profili, a vendar zagotovo ti niso pogoj, da prideš in nam pomagaš. Prijavi se in pogovorili se bomo o vsem.

Med 10 tedenskimi počitnicami (november in december) in krajšimi 3 tedenskimi počitnicami v avgustu, ko imajo otroci počitnice bomo vodili počitniški program (organizirali bomo športne igre,

dramske igre, otroke učili o higieni, svetu, vzpodbujali njihovo domišljijo z branjem pravljic, vrteli risanke in poučne dokumentarne oddaje.) Spisali smo počitniški program, ki ga uporabljamo in ta ti bo dal nekakšne smernice, seveda pa lahko programu pridodaš svoje ideje, znanje, izkušnje.

Za vikende si prost/a in takrat spoznaš okolico, organiziramo izlet v nasade čaja, kave ali v bližji nacionalni park (60 km stran), raziskuješ lokalne vasice z gorskim kolesom, ki ti ga najamemo, preživiš dan z lokalno družino in spoznaš njihove navade in kako poteka njihov dan, greš na sprehod z Janino družino do bližnjega slapa, greš v adrenalinski park Ndunda 30 km stran, obiščeš Mt. Kenya gozd z lokalnim vodičem in morda vidiš slone, se odpraviš v Mwea nac.rezervat (60 km izven ELE) s sloni, zebami, antilopami, hipot,...

Preden boš prišel/prišla na prostovoljno delo, boš imela Zoom sestanek z Jano/predsednica ELE in dobila še jasnejše informacije. V Whatsapp skupini se boš povezal/a z ostalimi prostovoljci, ki bodo potovali v enakih obdobjih kot ti in lahko potujete skupaj.

### ❖ **Obleka, kultura, jezik, ljudje**

**Obleka;** za moške ni nobenih predpisov, za ženske pa je priporočljivo krilo do kolen. Lahko pa brez zadržkov nosite tudi kratke hlače do kolen, (neraztrgane) kavbojke, itd. Glede majic pa je edino vodilo, da te morajo pokrivati trebuh, hrbet in popek, ramena so lahko tudi nepokrita. Preglobok dekolte tudi ni priporočljiv.

**Kultura** na splošno ne pozna koncepta »osebnega prostora«, kar pomeni, da boš na avtobusih in minibusih stisnjen/a. Tudi pri blagajni v katerikoli trgovini te bodo domačini pogosto preskočili, če boš »preveč« vljuden/vljudna. Je pa za razliko z drugimi afriškimi državami izjemno prijetno nakupovati na tržnicah, saj nihče ne sili vate ampak ti pustijo, da si stvari ogleduješ v miru. Pri cenah ti bomo dali malo okvirov, da boš vedel/a koliko približno nekaj stane, da ne boš plačevala Mzungu price (belske cene). V večini v mestu vsi govorijo vsaj osnovno angleščino, tako, da ne bo noben problem pri nakupovanju hrane.

**Jezik:** Uradna jezika sta Swahili in angleščina, čeprav so v glavnih okrožjih prisotni še lokalni jeziki. V občini Embu (okrog 700.000 prebivalcev), se govori tudi lokalni jezik Kiembu, poimenovan po skupnosti Embu. V centru bodo za prostovoljce potekale tudi jezikovne delavnice Swahilija, tako, da se boš lahko vsaj malce sporazumeval/a z najmlajšimi otroki in starejšimi (mladina in odrasli govorijo vsaj osnovno angleščino)

**Ljudje:** Kenijci so na splošno zelo prijazni ljudje, a sramežljivi. Dejstvo je, da nimajo stika z belci in sem Jana tu daleč naokoli edina belka, zato so malce zaprti, ker smo jim belo ljudje tuji. Ko boš šla na sprehod te ne bodo pozdravljali, če ti ne boš pozdravila prva. Ko pa jih pozdraviš in se odpreš pa ti vrnejo pozdrav, nasmeh in se sprostijo. Za sabo imajo kruto zgodovino osamosvajanja izpod belske kolonialne nadoblasti in ta je v ljudeh pustila posledice in zaprtost pred tujci, ki so jih izkoriščali. A mladina in odrasli so prijazni in ko boste prebili led s pozdravom in besedo dvema, bo sledilo vprašanje kako vam je ime, od kod ste, kaj tu počnete, kakšna je Kenija v primerjavi s Slovenijo itn.

»Mzungu«: To je beseda, ki v prevodu pomeni »bel človek« in tako boš klican/a skoraj vedno in povsod. Ne zameri, gre za nekakšno pozitivno diskriminacijo. Seveda pa je percepcija skoraj vsakega Afričana, da ima bel človek denar, ne glede na to, da si študent ali ne, marsikateri otroci te bodo prosili za denar. Odloči se sam/a kako boš reagirala, lahko rečeš, da pomagaš v šoli, ko jih učiš, naj cenijo to pomoč. Jaz osebno ne dajem denarja, kar dam je hrana, saj z denarjem otroci ne bodo znali smiselno razpolagati. Tako je bolje, da raje kupiš kos kruha, svinčnik, oreščke, paketek mleka in ga podariš, raje to kot drobiž. Če želiš dati denar, ga vedno daj ženskam, te ga bodo zagotovo porabile za družino, moški pa zase. Naj te strgane in umazane obleke na otrocih ne prizadenejo. Mame jih tako oblečejo v popoldanskem času, ko pridejo iz šole, saj vedo, da se bodo takoj umazali in raztrgali ob divjanju naokrog. Za k maši imajo tudi lepše obleke, kot tudi čevaljce.

### ❖ **Stroški bivanja in prehrane v Elinem centru**

**15 Eur/dan/osebo** = cena 2 polna obroka na dan (zajtrk in kosilo) in prenočišče v ELI (tvoj prispevek gre za nakup hrane iz supermarketa in z lokalne tržnice, krije prenočišče v Elinem centru, krije stroške za elektriko za topel tuš, za wc papir in kot prispevek za plačo Elinih zaposlenih).

**Vsoto plačaš v ELI Kenija z Euri vsak teden vnaprej, lahko pa plačaš tudi celotno vsoto ob prihodu.**

**Variante zajtrkov:** kruh, gres iz koruzne moke, sezonsko sadje, pečen sladek krompir in arrowroot, čaj. Zajtrk (7h-8h) je pripravljen s strani naše kuharice.

**Variante kosil:** Lokalna jed: Riž s zelenjavno omako, navaden krompir/arrowroot s paradižnikovo omako ali s kuhanim fižolom, lokalna polenta iz koruzne moke, ki jo ješ na tradicionalen način - z rokami, lokalna jed z zrnji koruze, fižola in zelenjave/githeri, mukimo (3 vrste pire krompirja s fižolom, koruzo in zelenjavo), sukuma wiki/blitvi podobna zelenjava v kombinaciji s krompirjem ali polento. Jedli boste enako hrano, kot jo bomo kuhali za otroke s posebnimi potrebami. Meso na podeželju se je zelo redko, samo ob božiču ali ob večjih praznikih, zato boste lahko na mesne večerje odšli v mestne lokalne restavracije oz. meso kupite na tržnici in ga pripravite v ELI.

Kuharica sama, ali s pomočjo enega prostovoljca pripravi lokalno kosilo okoli 13h.

**Variante večerij (hrano nabavljate v mestnih supermarketih in na tržnici in si kuhate sami)**

Voda v centru je deževnica in je pitna.

Za vse ekstra želje; v mestu Runyenjes sta 2 velika supermarketa, kjer si lahko kupite kar želite (Nutella, čokolade, jogurte, marmelade, sladkarije ipd.)

*Info o ceni hrane: Vse kar ni »lokalno pridelano« je dražje kot v Sloveniji, saj stvari pridejo iz Nairobi ali izven države. Primeri cen parih potrebščin: sladkor (1kg=2€), mleko (1l.r=1.5€), mleko v prahu (500g=5€), ducat jajc =3€, marmelada (1kg=9€), med (1l.=10€),*

*→ Ostali primeri dobrot; jogurt (1dcl=1€), čokolada (100g=3€), kosmiči (1kg=5€), navadni piškoti (200g=4€), Nutella (400g=7€), juice v tetrapaku (1liter=3€) → Prigrizek na tržnici (pečen krompirjev čips, porcija nsime, pečen sladek krompir) stane 2€. Tradicionalni obrok v lokalni restavraciji v mestu Runyenjes, ki ga sestavlja nsima/riž/krompir s polovico ribe ali s kakršnim koli koščkom (piščanec, govedina, svinjina) mesa stane okoli 5€.*

**Prenočišče**

V ceno 105€ na teden je všteto tudi prenočišče za 7-dni v Elinem centru ( 3 sobe za prostovoljce, v vsaki 2 pograda). 110m<sup>2</sup> centra in del glasbeno filmske šole služi kot skupni prostor za delo z otroki, kot tudi za pripravo delavnic, obroke pojedete pod zunanjo pokrito teraso ali v kuhinji za mizo. Ločeno od nje sta 2 kuhinji (v zunanji, okrogli kuhinji se kuha na drva, v drugi notranji pa se kuha na plinski štedilnik s pečico. Imamo mali hladilnik ter vse kuhinjske potrebščine. Poleg centra so 4 stranišča in 2 kopalnici s toplima tušema na elektriko.

Če *ne boš* spala in jedla v ELA centru, si moraš tam sama organizirati prenočišče, hrano in prevoze.

**Prispevek 105EUR pokrije tvoje 7-dnevno prenočišče in 14 obrokov hrane na teden v Elinem centru v vasi Kathuriri.**

*Najcenejše prenočišče v bližnjem mestu Runyenjes (3 km stran) je na noč od 20 EUR do 70 EUR za sobo z zakonsko posteljo.*

Ker je društvo ELA neprofitno društvo, ki denarja ne ustvarja temveč se vse finance v društvu porabljajo za vodenje projektov pomoči najranljivejšim skupinam ( otroci, mladina in ženske) v Malaviju in v Keniji, si preprosto ne moremo privoščiti in ti pomagati pri nakupu avionske karte, pri zastoj nastanitvi in hrani oz. pri žepnini. Pri večini podobnih hum.org je podobno, prostovoljci krijejo stroške potovanj in nastanitve. Ni pravično do donatorjev, da zbiramo sredstva za afriške ranljive skupine in potem bi se tak denar v večini porabil za letalske karte prostovoljcev. V Keniji se najcenejše prostovoljno delo z nastanitvijo in hrano začne pri 25 Dolarjih na dan, lahko pa se giblje tudi do 50 Dolarjev na dan ali celo več. Iskreno si želim, da bi bilo mogoče podpreti prostovoljce s kritjem teh stroškov, vendar trenutno to ni izvedljivo. HVALA ZA VAŠE RAZUMEVANJE IN PRIPRAVLJENOST PRIDRUŽITI SE NAM TER POMAGATI. VAŠA PODPORA JE NEPRECENLJIVA. <3

Mogoče te bomo prosili, da nam iz Slovenije v ELO prineseš kakšno malenkost v svoji prtljagi (potrebščine za delavnice, pripomočke, knjige, igre). Saj bodo s teboj prišle hitro in bolj varno, kot bi po pošti (pošiljka rabi več mesecev in vsak paket je ocarinjen.)

Če imaš dodatna vprašanja brez piši na [drustvoela@gmail.com](mailto:drustvoela@gmail.com) ali na [jana.dular@gmail.com](mailto:jana.dular@gmail.com)