

KAMEROEN

IKILIWINDI

Leeftijd: 18+

Soort project: sociaal en bouwen



Kameroen - Ikiliwindi

Bouw mee aan zorg voor gehandicapte kinderen in Kameroen

Periode:

In overleg. Mogelijke periodes zijn van januari – medio mei 2016 en medio november – medio december 2016.

Vrijwilligers

We zoeken vrijwilligers die willen helpen in het Casey's Home in Ikiliwindi. We zoeken vrijwilligers die mee willen helpen met de ontwikkeling en revalidatie van de kinderen en vrijwilligers die willen helpen bij allerlei bouwklussen die er nog zijn. Maar ook hulp in het studiecentrum waar kinderen en volwassenen computer en taalles krijgen. Het Casey's Home is een huis waar maximaal 15 (lichamelijk) gehandicapte kinderen tijdelijk wonen voor zorg en revalidatie is in februari 2014 geopend. Ook komen er kinderen uit de regio voor revalidatie overdag. Het project gaat door bij minimaal drie vrijwilligers. De kinderen van de Casey Association Cameroon wonen voor het grote deel in de dorpen (ruim 35) voor een ander deel wonen kinderen voor intensieve zorg en revalidatie in het Casey's Home.

Project

Sally Ebot vluchtte in 2003 uit Kameroen en kwam in Nederland terecht. Zij was toen zwanger van een tweeling, en in Nederland kreeg zij twee zoons; Shawn (gezond) en Casey, die geboren is met een ernstige vorm van spina bifida (open rug) . Ondanks zijn slechte prognose is Casey vrolijk, en gaat hij overdag naar school.

Als Casey in Kameroen geboren zou zijn dan zou hij al lang overleden zijn omdat er voor beperkte kinderen in Kameroen vrijwel geen zorg is. Ouders weten zich geen raad met een gehandicapt kind en er ligt een taboe op. Er zijn geen medische voorzieningen, en als die er wel zijn hebben de ouders geen geld om een behandeling te betalen. Gehandicapte kinderen worden aan hun lot overgelaten: ze liggen vaak in afgesloten ruimtes en krijgen vaak te weinig te eten. In de regio Kumba – waar Sally vandaan komt – is een groot aantal gehandicapte kinderen. Om iets te kunnen betekenen voor de kinderen in haar moederland heeft Sally in samenwerking met haar pleegmoeder Caroline Visser de Casey Troy Foundation opgericht. Met deze stichting probeert zij de omstandigheden waarin deze kinderen in Kameroen leven te verbeteren, ze de kans te geven om zich te ontwikkelen en hen de meest basale zorg te bieden. Er is een intensieve samenwerking met de Casey Association, de partnerorganisatie in Kameroen, die verantwoordelijk is voor de zorg voor de kinderen in Kameroen.



Vanaf 2012 worden kinderen door de Casey Association opgevangen. Eerst in een tijdelijk gebouw en sinds februari 2014 in een nieuw gebouw: het Casey's Home.

De kinderen worden verzorgd door vrouwen uit de dorpsgemeenschap van Ikiliwindi, de leiding van het centrum is in handen van Miss Comfort. Deze laatste bezoekt ook de thuiswonende kinderen en helpt hen met fysiotherapie en zorgt indien nodig voor een matras en een rollator of een rolstoel.

In augustus 2015 is het Study Center geopend: een onderwijsruimte bij het Casey's Home waar een aantal activiteiten van start gaan:

- 's morgens les voor de kinderen van het Casey's Home die niet in staat zijn om naar school te gaan. Er staan 8 computers in het lokaal .
- 's middags mogen de twee scholen in Ikiliwindi er gebruik van maken
- 's avonds en in de weekenden start in 2015-2016 er volwassen onderwijs: lezen, rekenen, schrijven en computerles voor ouders van kinderen en daarnaast naailes.

IBO Nederland ondersteunt de Casey Troy Foundation sinds 2014.

Werkzaamheden

Er is zowel technisch/bouwwerk als sociaal werk te doen.

Technische werkzaamheden:

- Aanleg moestuin
- Planten van bomen en struiken
- Rolstoeltoegankelijk maken van terrein
- Opzetten van afvalplaats (niet alles zomaar buiten weggooien)
- Plaatsen van 2 vlaggenmasten
- Rolstoelonderhoud
- Maken van kasten in het Casey's Home
- Maken van tafel en banken op veranda

Sociale werkzaamheden/zorg:

- Spelenderwijs elk kind en zijn/ haar verstandelijke en emotionele ontwikkeling leren kennen
- Op basis daarvan spel- en leeractiviteiten individueel afstemmen
- Het onderlinge begrip en samenspel in de groep kinderen bevorderen
- Ervaringen en bevindingen delen met de verantwoordelijken van de stichting in Kameroen en in Nederland

- In samenwerking met de aanwezige leiding en vrijwilligers de revalidatie ondersteunen, bijvoorbeeld zindelijkheidstraining en ADL-vaardigheden (algemene dagelijkse levensverrichtingen) en de dagelijks zorg voor de kinderen
- helpen bij uitwerken van zorgplannen
- Zo mogelijk een uitje voor de kinderen organiseren, zoals naar de markt gaan.
- Eenmalig leerlingen van de beide andere scholen uitnodigen voor een gezamenlijke spel/sport/knutselactiviteit.
- Helpen bij dagelijkse zorg voor de kinderen. Om misverstanden over de taakverdeling te voorkomen, moet dit altijd in overleg met de plaatselijke vrijwilligers gebeuren.
- Ondersteunen bij computer en naailes.

Verblijf

Het Family house is begin 2014 opgeknapt, zodat de vrijwilligers hier van maandag tot vrijdag kunnen verblijven. Tijdens je verblijf wordt er gezorgd voor ontbijt, lunch en diner. Mama Mary zorgt ervoor dat dit elke dag weer netjes voor elkaar is. Het eten is eenvoudig, ontbijt en lunch is wit brood met soms salade/ei en meestal veel zoet beleg. Er is dagelijks fruit, afhankelijk van de periode dat je in Ikiliwindi bent. Er wordt thee gedronken. Als je koffie wil is het handig om oploskoffie mee te nemen. In het dorp of in Kumba kan je frisdrank (TOP) kopen en eventueel bier.

In het Family Home zijn 5 slaapkamers. In principe zorg Miss Mary voor het “grote” onderhoud (dit is bij de prijs in begrepen). Wel wordt er verwacht dat er geholpen wordt met afruimen van de tafel en opruimen. Er is een douche, maar door lage waterdruk is er soms maar een dun straaltje water. Gebruik van een emmer is dan handiger!

Je kunt elke ochtend en middag van het family house naar het Casey home lopen. Dit is enkele minuten van elkaar vandaan.

De slaapkamerdeuren in het Family house kunnen niet op slot. Het is wel handig om een hangslot mee te nemen omdat er gewerkt wordt aan een mogelijkheid tot afsluiten van de kamers. Een koffer met cijferslot is ideaal om je belangrijke spullen in op te bergen.



Onderweg van Kumba naar Ikiliwindi



Het family home

Telefoon

Ter plekke kan je een SIM kaart van MTN (of Orange) kopen en deze steeds opladen indien nodig. Met het bellen van *155# kan je je saldo opvragen. In Kameroen bellen mensen je vaak voor vrijwel niets. Of ze 'beepen' je: over laten gaan in de hoop dat jij terug belt. Onbekenden vragen vaak direct je nummer. Geef die niet te snel af, vraag liever hun nummer (en trap er niet in ze ter plekke meteen te bellen om te controleren, want dan hebben ze jouw nummer ook..)

Een praktische tip: er zijn telefoonopladers die werken op zonne-energie. Omdat in Kumba of Ikiliwindi regelmatig de stroom uitvalt, kan dit erg van pas komen. In het Casey's Home en studiecencentrum is wel elektriciteit door gebruik van zonnepanelen.

Internet

Internet verbindingen in cafe's zijn erg traag, maar niet duur: 200 CFA/half uur.

Er is in Ikiliwindi zelf geen Internet. Hiervoor moet je naar een grotere stad als, Kumba. Verwacht niet veel van de verbinding. Het openen van je mailbox kan al 20 minuten duren.

Een opmerking van een vrijwilliger die eind 2014 in Ikiliwindi was: "Internet via je eigen smartphone werkt uitstekend en is niet duur. Kan je ter plaatse regelen."

Water

Drink geen water uit de kraan, maar koop je eigen flessen met water. Je bent veel water nodig. Belangrijk is om altijd water achter de hand te hebben. In het family house wordt hiermee ook groenten gewassen en er wordt mee gekookt. Voor de eerste dagen is er water aanwezig.

Dieren

Aai geen apen en honden om mogelijke infecties te voorkomen.

Meenemen (kijk ook even op de algemene informatie die apart bijgesloten krijgt)

- Een koffer met slot (hard case met cijferslot is het makkelijkst.)
- Lakenzak,
- Creditcard (VISA bij ANWB) en/of bankpas wereldwijd, contant geld.
- Rugzak (een goede met een hoes tegen de regen en vakken aan de zijkant waar een fles water in past)
- Multivitaminen. (Geef geen medicatie af of laat het daar achter. Medicatie kan verkeerd gebruikt worden.)
- Buiktasje voor geld en paspoort
- DEET 40%. Zorg dat je voldoende bij je hebt.
- Muskietennet (een goede die geïmpregneerd is).
- Malariapillen (evt. met een klein zakje/toilettasje dat je altijd meedraagt)
- EHBO: O.R.S. tegen uitdroging, middel tegen diarree, paracetamol, pleisters, alcoholdoekjes, gaasjes, leukoplast tape, Betadine, handschoenen, injectiespuiten (voor als je naar een ziekenhuis moet) (koorts)thermometer, evt. een breed spectrum antibioticum via de huisarts, iets tegen zonnebrand/brandwonden bijv. Calendulan emulsie.
- Zonnebrand met hoge factor (30-50)

- Handdesinfectiemiddel (meerdere flesjes)
- Plastic zakken (verschillende formaten, om etenswaren en andere dingen in te bewaren.)
Plastic afval wel zelf verzamelen en mee terugnemen naar Kumba!
- Poncho
- Hoofdlampje en extra batterijen en/of knijplamp.
(Zorg voor voldoende lampen/licht. Dit omdat er niet altijd stroom is)
- Luchtige kleding. Neem in ieder geval T-shirts met korte mouwen mee. Voor broeken geldt dat alle lengtes gewoon kunnen. Neem ook T-shirts of blouses met lange mouwen en kleding met lange broekspijpen en sokken mee voor wanneer de zon onder gaat en muggen actief worden. Neem voldoende kleding mee. Het is warm en vochtig, houd dus rekening met een keer extra omkleden op een dag. Je zweet veel. Sommige vrijwilligers zeggen dat kleding langzaam droogt door de hoge luchtvochtigheid als het regent.
- Sandalen, slippers (1 paar voor in huis en 1 paar voor onder de douche), 1 paar dichte schoenen (best een donkere kleur want het wordt snel vies)
- Zonnebril en/of petje of hoedje
- Liga's of repen voor 'nood'
- Spelletjes (kaarten of mens erger je niet is erg leuk om met Afrikanen te kunnen doen)
- Leesboek(en)
- Gegevens van je verzekering en banknoodnummer enz.
- Je kunt verschillende cadeautjes meenemen voor de mensen die voor je gezorgd hebben. Een kleinigheidje als zeep, douchegeel of potloden etc.. voor de kinderen is voldoende.
(Tip: Geef dit aan het eind, aan mensen die je geholpen hebben/ band mee opgebouwd).

Vrije tijd

In de weekenden wordt verwacht dat je erop uit gaat. Dit om de omgeving te bekijken, maar ook om de plaatselijke vrijwilligers rust te kunnen geven. De kosten van eten, drinken, vervoer en overnachting van deze weekenden worden door jou zelf betaald.

Het kan zijn, dat leden of vrienden van de stichting bereid en in staat zijn je helemaal te begeleiden. Zij hebben in principe een programma, je komt dan bijvoorbeeld vaker bij mensen thuis. Als tegenprestatie draag je bij aan de kosten van activiteiten, zoals hun maaltijd buitenshuis/entree e.d. Als je het echt op eigen houtje wil doen, is er een goede reisgids: Cameroon, door Ben West, 2011, een Bradt guide. Het boekje Kameroen van Sanne Terlingen geeft veel achtergrondsituatie over het land. Reizen naar het Noorden van Kameroen is niet toegestaan, daar geldt een negatief reisadvies van Buitenlandse Zaken.

De taxikosten zijn erg verschillend. Wanneer je een kleine rit maakt ben je meer geld kwijt, dan wanneer je langere afstanden aflegt. Een lange reis met het openbaar vervoer kost 2000 CFA. Een taxirit van Kumba naar Ikiliwindi kost 7000 CFA.

Natuur:

- Korup National Park (ingang is bij Mundemba, ongeveer 4 uur van Kumba). Regenwoud met hele oude bomen en veel groen. Ook veel vogels die je vooral hoort. Bosolifanten en kleine aapjes zijn er wel, maar moeilijk te zien.
- Mount Cameroon (in Buea: spreek uit Boja, ongeveer 1,5 uur van Kumba). Er is een zwembad bij het Chariott hotel. Het Capitol Residence hotel is redelijk duur, maar het is schoon en heeft warm water en goed eten. Als je de berg op wilt, is slapen in het eenvoudige guesthouse van de Presbyterianen een goede keus: 4.000 CFA bij 1 persoon per kamer, relaxed, lekker koel, want al hoger gelegen, dichtbij het ECO center waar je de trip kunt boeken.
- Kratermeer bij Kumba in de buurt

Zee:

- Limbe (ong. 2.30 uur reizen). Zwart strand vanwege vulkaangrond. Down beach en Seme beach zijn beiden mooi. Hotel Dallas Inn (beetje buiten het centrum, prima hotel). Nightclub aan zee en de 'Bamboo bar' met live muziek zijn leuk. Victoria guesthouse, te onderhandelen voor 10.000 CFA met airco: dichtbij, goed, gezellig
- Kribi (nog onder Douala dus ongeveer 5 a 6 uur reizen met overstap in Edea) : Lobe Falls/ boottochtje naar de Pygmeeën. Hotel 'La vie est belle' ligt aan zee en kan je met onderhandelen voor 20.000/ nacht krijgen. Daarnaast is Pal Beach, wat luxer nog en 25.000/nacht. Hotel Ilomba, bungalows aan zee ong. 2.500CFA??? Geld pinnen lukte vrijwilligers in voorgaande jaren alleen in de Total (daar binnen was een CSB automaat).

Taal

Het project vindt plaats in het Engelstalig gedeelte van Kameroen.

Bijzonderheden

- Laat je bij aankomst door de contactpersoon goed informeren over de "do's and don'ts" in het gebied. Zo is het erg belangrijk, dat je rekening houdt met de cultuurverschillen tussen Nederland en Kameroen. Belangrijk is dat je respecteert wat de vrijwilligers van de stichting in Kameroen met minimale middelen bereikte hebben. Goedbedoelde adviezen over hoe in onze ogen iets beter of efficiënter kan, worden niet altijd gewaardeerd.

Verder zijn Nederlanders in de ogen van de mensen in Kameroen erg 'open, direct en vrij' en maken relatief veel grapjes en stellen veel vragen. De mensen in Kameroen wachten in sommige situaties eerst af voordat ze een gesprek beginnen, pas als ze een vraag gesteld wordt, of als iemand anders wat zegt, antwoorden ze. Dit is uiteraard erg afhankelijk van de situatie en persoon.

Als laatste is het goed om te weten, dat homoseksualiteit in Kameroen (officieel) strafbaar is. Er wordt dus zeer anders tegen homoseksueel gedrag aangekeken dan in Nederland.

Probeer je Westerse bril dus af te zetten en probeer aan te voelen of te informeren wat wel en niet kan. Wat je ook doet, doe alles in overleg met- en respect voor hoe ze het in Kameroen doen.

- In veel Afrikaanse landen is het minder of niet bekend of mensen hepatitis B of HIV besmet zijn. Dat is van de kinderen op het project ook niet bekend. Het algemene advies is om als je iemand helpt die een wondje heeft, of het nu een kind of een volwassene is, dat je voorzichtig bent met bloed contact. In Nederland wordt in de zorg altijd vanuit dit standpunt gehandeld, maar het is wellicht goed om je dat nog eens extra te realiseren.
- Geldzaken: Let op dat pinnen in Kameroen lastig kan zijn. Informeer bij je eigen bank naar de mogelijkheden, maar neem sowieso contant geld mee euro's. Western Union biedt wel mogelijkheden tot het ophalen van geld. Hiervoor dient iemand in Nederland geld naar Western Union over te maken. Vrijwilligers die in 2013 en 2014 naar dit project gegaan zijn, konden in Kumba pinnen bij de SCB bank (zie plattegrondje van Kumba op de laatste bladzijde). Hier schuin tegenover zit ook een bank, maar daar konden ze zelf niet pinnen.



Reis

Organiseer samen met de andere vrijwilligers de reis ruimschoots van tevoren zodat je samen aankomt. Je wordt van het vliegveld te Douala opgehaald.

Visum

Je moet zelf een visum regelen. Hier vind je meer info: <http://www.cameroon-embassy.nl>. De ervaringen van de vrijwilligers waren, dat je geen afspraak hoeft te maken met de ambassade. Je moet hoogstens kijken of bellen of er geen bijzondere feestdag is en de ambassade gesloten is. Normaliter is de ambassade van maandag tot en met vrijdag geopend. Je moet zorgen dat je om 09:30h op de ambassade bent met je paspoort, je uitnodigingsbrief uit Kameroen (via Casey Troy Foundation) je vaccinatieboekje, een kopie van je ticket en een officiële pasfoto (eventueel zit er vlak bij de ambassade een fotograaf als je foto's afgekeurd worden).

Als je ergens moet invullen wat je gaat doen in Kameroen, vul dan in dat je als toerist gaat. Veel landen buiten Europa kennen het concept 'vrijwilligerswerk' namelijk niet. Alle documenten worden

vervolgens ingenomen, en je kunt je paspoort met visum aan het eind van de middag weer ophalen.
 TIP: Haal je visum niet te vroeg van tevoren op. Een maand voor tijd is ruim voldoende.
 TIP 2: bovenstaande informatie is de up-date van november 2015. Kijk altijd zelf op de site van de ambassade om te kijken of er nog actuele wijzigingen zijn!

Vorbereiding

Voor vertrek zal een voorbereidingsbijeenkomst worden georganiseerd.



Vrijwilligers aan het werk in het Casey's home

Voor dit project moet je:

- De **reis** naar het project zelf regelen
- een **reisverzekering** afsluiten die vrijwilligerswerk en WA in het buitenland dekt, bijvoorbeeld via <http://www.tnfs.nl>
- bij de GGD naar je **inenting** informeren
- controleren of je **paspoort** nog lang genoeg geldig is
- een **visum** hebben (90 euro voor maximaal een maand)
- Je eigen flessen met drinkwater betalen.
- Een Verklaring Omtrent Gedrag aanvragen. Je krijgt via IBO per mail een uitnodiging via Dienst Justis.
- De weekenden naar eigen inzicht invullen.

De kosten hiervoor zijn voor eigen rekening en zijn dus niet bij de projectbijdrage inbegrepen.

Contactgegevens project
Volgen na inschrijving

Kaart

