

Bericht über meinen Freiwilligendienst

nach einem Monat

Name: Johanna D.

Name des Projekts und der Partnerorganisation: Rehabilitations- und Physiotherapiezentrum Jipijapa, Fundación Proyecto Ecológico Chiriboga,

Dauer des Freiwilligendienstes (von / bis): 2019-2020

1. Warum hast du dich für einen Freiwilligendienst im Ausland entschieden? Welche Erwartungen und welche Motivation haben dich zu der Wahl deines Projekts bewegt?

Meine Hauptmotivation überhaupt einen Freiwilligendienst nach der Schule durchzuführen, war, dass bei mir vorher ehrenamtliches Engagement im Leben ziemlich kurz gekommen ist. Ich habe zwar ab und zu mal Nachhilfe gegeben, aber genau aus diesem Grund wollte ich einen Freiwilligendienst nach der Schule durchführen. Außerdem wollte ich auch nicht direkt nach der Schule studieren. Auf das weltwärts- Programm hat mich dann ein Freund, der ein Jahr in Kenia verbracht hat, aufmerksam gemacht. Letzten Endes habe ich dann nach einem Projekt gesucht, wo ich Spanisch lernen kann (da ich Französisch relativ gut spreche) und wo die Tätigkeiten im Gesundheitsbereich liegen. Ich möchte nach meiner Rückkehr anfangen, Medizin zu studieren, daher hatte ich ebenfalls die Erwartung, dass ich in dem Projekt im Reha- und Physiotherapiezentrum sehe, wie man mit Patienten arbeitet und ebenfalls einiges über das Fachgebiet (gerade was Anatomie angeht) lerne.

2. Welche Vorbereitung hast du durch den SCI erhalten?

Die wichtigsten Vorbereitungen vom SCI meiner Meinung nach waren die Berichte von Vorfreiwilligen sowie die Kontaktweitergabe von Vorfreiwilligen, und natürlich das Vorbereitungsseminar. Wobei das Vorbereitungsseminar eher allgemein auf einen Freiwilligendienst vorbereitet und die Berichte/Kontakte einem mit spezifischeren Informationen zum Projekt/ zur Stadt weiterhelfen konnten.

3. Wie hast du dich selbst auf den Freiwilligendienst vorbereitet? Welche Art der Vorbereitung würdest du einer möglichen Nachfolgerin oder einem möglichen Nachfolger empfehlen? Hast du konkrete Empfehlungen, z.B. Webseiten oder Bücher zum Erlernen der Sprache, für Recherchen über Politik, Geschichte, etc. deines Gastlandes?

Ich selbst habe größtenteils einfach selbst nur Spanisch gelernt. Da ich das vorher auch nicht in der Schule hatte, war das auch sehr wichtig. Dementsprechend habe ich 3 Kurse in Berlin besucht und Spanisch sonst mir selbst beigebracht (die Lehrbücher mit dem Namen Con Gusto fand ich besonders hilfreich). Ansonsten ist mein Lebensretter die App Quizlet, wo man selbst Vokabellisten erstellen kann und sie dann mit Freunden teilen kann. Sehr empfehlenswert.

Auf die Arbeit im Projekt habe ich mich nicht direkt vorbereitet, habe mir vorher aber ein wenig Anatomie angeschaut. Hierbei kann ich die Website Kenhub empfehlen, gerade auch weil man im Projekt direkt Wissen über Anatomie bei den Massagen anwenden muss, das lohnt sich also wirklich.

Ansonsten kann man sicher vorher ein Praktikum durchführen, das hilft sicher, ist aber nicht zwingend notwendig da einem im Projekt alles genau beigebracht wird.

4. Wie wurden deine ersten Tage im Gastland von deiner Partnerorganisation gestaltet?

Ich bin wie einige andere auch früher angereist, um dein einwöchigen Sprachkurs mitzumachen. Den würde ich übrigens auch allen empfehlen, da es Einzelunterricht ist und man gleichzeitig die Möglichkeit hat, Quito in der Freizeit kennenzulernen. Das richtige Seminar ging dann erst eine Woche später los. Dieses wurde von Virginia, der Leiterin der Organisation Fundación Proyecto Ecológico Chiriboga geleitet und wir haben größtenteils in Gruppen über verschiedenste Fragen, Sorgen und Erwartungen gesprochen. Zum Teil waren diese auch sehr projektspezifisch, was einem auch nochmal bestimmte Ängste oder Sorgen genommen hat. Dazu kam, dass wir Informationen zu unseren Gastfamilien bekommen haben und wir waren ebenfalls bei der örtlichen Polizei in Quito, die uns eine Einweisung zum Verhalten bezüglich der eigenen Sicherheit gegeben haben. Außerdem darf ich natürlich nicht vergessen zu erwähnen, dass wir auch einen Ausflug zu in der Nähe gelegenen Thermalquellen gemacht haben, was sehr schön war!

5. Was ist dein erster Eindruck von deinem Projekt? Welche Aufgaben übernimmst du bereits, bzw. welche Aufgaben wirst du übernehmen?

Ich bin extrem begeistert von dem Projekt (also meine Erwartungen in Frage 1 wurden vollends erfüllt). Ich selbst habe das Gefühl, dass wir dafür, dass wir erst 3 Wochen in dem Projekt sind, schon sehr viel machen dürfen. Neben dem Umgang mit den Massagegeräten (wie z.B. Vibrationsmassage, Ultraschallbehandlung oder Behandlung mittels elektromagnetischer Strahlung) arbeiten wir mit Kompressen und leiten verschiedene Übungen zur Stabilisation und Kräftigung von Muskeln an. Vereinzelt dürfen wir auch Massagen. Außerdem guckt man dem Physiotherapeut oft zu, um dadurch zu lernen. Dabei erklärt er oft auch, was er gerade tut und welchen Effekt dies auf den Körper hat.

Das Personal ist unglaublich herzlich, es gibt zwei Praxishelferinnen, Severina und Carmen, und den Physiotherapeuten Luis, alle drei haben uns sehr herzlich willkommen geheißen und erklären uns alles, was wir wissen müssen. Besonders der Physiotherapeut erzählt uns viel über Anatomie und verschiedene Behandlungsmethoden, was ich unglaublich interessant finde und mich jetzt in meiner Freizeit auch ausführlicher mit beschäftige.

6. Wie sind deine Unterkunft und Verpflegung?

Ich lebe mit meinem Mitfreiwilligen in einer sehr herzlichen Familie, die zwar leider ein wenig weit weg von der Arbeit wohnt, das ist aber auch der einzige Kritikpunkt. Die Familie hat zwei Häuser, eins etwas weiter weg, wo sie schlafen und am Wochenende sind, und eins wo die Werkstatt des Vaters sich im Untergeschoss befindet, und eine Wohnung im Obergeschoss. Tim und ich wohnen in genau dieser Wohnung, wo unter der Woche auch gekocht wird und alle zusammen essen. Das heißt tagsüber ist immer jemand zum Quatschen da und nachts ist die Familie dann in ihrem eigenen Haus, was eigentlich eine sehr angenehme Kombination ist. Und ich darf nicht vergessen, dass das Essen hier unglaublich gut ist. Es wird auch sehr viel gegessen, weshalb ich so ca. 5 Mal die Woche Sport machen muss, aber das ist es definitiv wert!

Ich fühle mich sehr sicher und gut aufgehoben, Jipijapa ist echt eine schöne kleine Stadt (in der man auch prima joggen gehen kann :D) wo jeder irgendwie jeden kennt und man schnell aufgenommen wird. Gerade unsere Familie ist auch sehr lieb und erklärt uns vieles, was wir zum Beispiel über die Sprache noch nicht wissen (Fettnäpfchenprävention etc.). Ich bin mit der Situation hier sehr glücklich. Dazu muss gesagt sein, dass man hier auch genug Freizeit hat und

es eine sehr ausgeglichene Work- Life- Situation ist.

7. Hast du eine Mentorin oder einen Mentor in Deutschland? Hattest du bereits Kontakt mit ihr oder ihm?

Ich habe einen Mentor, aber ich habe ihm noch nicht geschrieben, weil ich sehr faul bin, was das Schreiben auf WhatsApp etc. angeht. Ich werde mich aber auf jeden Fall die Woche bei ihm melden.

8. Hast du schon Personen außerhalb der Partnerorganisation und des Projekts kennen gelernt, mit denen du deine Freizeit verbringst?

Ja, tatsächlich schon einige. Zum einen ist meine Gastschwester fast unser Alter, nämlich 20 Jahre alt und 2 Mal die Woche fahren wir zusammen zum Crossfit und ansonsten quatschen wir auch viel zuhause. Dazu kommt, dass es einige Patienten in unserem Alter gibt beziehungsweise viele auch ihre Eltern zur Therapie begleiten. So haben wir uns jetzt mit ein paar Jugendlichen in unserem Alter angefreundet und ich schreibe auch regelmäßig mit 2 Mädels aus Jipijapa über WhatsApp.

9. Wie siehst du deine sprachlichen Fähigkeiten? Besuchst du einen Sprachkurs? Welche Sprache sprichst du am meisten und mit wem?

Ich sehe meine sprachlichen Fähigkeiten definitiv noch als verbesserungswürdig. Zwar verstehe ich inzwischen so gut 80% von dem, was die Leute mir erzählen und kann mich relativ versatil ausdrücken (also nicht nur meinen Namen sagen etc.) und mich dementsprechend auch schon mit den Patienten unterhalten, aber gerade das Ausdrücken in der Vergangenheit fällt mir noch etwas schwer und dann ist da natürlich noch die Sache mit den Vokabeln.

Ab nächste Woche werde ich tatsächlich 2 Mal die Woche Sprachkurs haben, weil meine Lehrerin aus dem Sprachkurs in Quito mir Online- Unterricht geben wird. Das freut mich sehr, denn so kann ich noch weiter flüssig reden kann und Themen behandle, die ich selbst null verstehe (Subjuntivo ☺). Mit meinem Mitfreiwilligen rede ich noch viel deutsch, es sei denn wir sind in der Familie oder mit anderen spanischsprechenden Leuten unterwegs, dann reden wir Spanisch. Aber dass wir zusammen nur Spanisch reden haben wir leider noch nicht geschafft.

10. Was sind deine Pläne für die nächsten Monate?

Als persönliches Ziel habe ich mir gesetzt, mehr Spanisch zu lernen und vor allem auch mich mit der Anatomie weiter vertraut zu machen. Zudem will ich mehr über Physiotherapie im Generellen lernen, sodass ich noch mehr im Projekt unterstützen kann. Weiterhin möchten wir eigentlich den Saal für Kindertherapie auf Vordermann bringen und ich möchte die englischen Kinderbücher, welche es im Therapiezentrum gibt, auf Spanisch übersetzen, dass auch die kleineren Kinder sie verstehen.

Ansonsten würde es mich sehr freuen, wenn ich hier vielleicht ein bisschen Englischnachhilfe anbieten könnte, so in 1-2 Monaten wenn die Sprache noch ein bisschen besser sitzt, da hätte ich schon sehr Lust drauf, weil ich das auch viel in Deutschland gemacht habe.

11. Wie kommst du mit deiner Rolle als Freiwillige/r zurecht? Glaubst du, dass du in besonderer Weise behandelt wirst?

Ich persönlich habe nicht direkt das Gefühl, dass man gesondert behandelt wird. Natürlich sind viele Leute neugierig, woher wir kommen und dann wird auch viel gefragt, aber so lernt man halt die Leute hier auch kennen, weil man ganz schnell ins Gespräch kommt. Ansonsten ist mir dergleichen eigentlich nicht aufgefallen.