

REISEBERICHT APRIL 2017

ANREISETAG, MITTWOCH, 5. APRIL

So, alle Reisevorbereitungen waren am Dienstag, 4. April abgeschlossen, Gudrun's Koffer hatte exakt 22,99kg....(:-

Die Anreise verlief ohne Probleme, 2 Uhr am Morgen aufstehen, noch einen letzten Kaffee, ab ins Taxi und auf zum Flughafen nach Stuttgart. Dr. Gaye hat uns wieder vom Flughafen abgeholt.

Durch die Zeitverschiebung waren wir noch vor Dunkelheit im Bakotu/Kotu, und Mahmadi hat uns noch die dann tägliche Kokosnuss serviert.



DONNERSTAG, 6. APRIL

Der Container ist am 26. März im Hafen von Banjul angekommen. Superpünktlich. Am 31. März ist er ausgeladen worden das hat uns in ziemliche Hektik versetzt, denn wir wollten ja dabei sein.

Als erstes kam Lamin Dibba ins Hotel, wir wollten mit ihm das Programm für das Diabetescamp, das über Ostern in Brikama stattfinden soll, durcharbeiten. Checklisten korrigieren usw., damit alles passt nächste Woche.

Arafang, unser Freund aus dem Süden, kam mit dazu. Er hatte im November einen Fahrradunfall, nun gehts ihm wieder gut. Wir werden ihn besuchen.

Nancy, Dr. Gaye's Chefmitarbeiterin hatte das Insulin abgeholt, ab damit in die Kühlschränke der Pakala Clinic.

Am Nachmittag kam Manly-Elliott, er ist unser Mann für vieles in Gambia und unterstützt uns sehr. Er hat Christa, Gudrun und mich abgeholt, ab zum Lager. Die ersten Eindrücke: alles bestens!

Dass da Arbeit auf uns wartete, wussten wir schon vorher...

Zum Abendessen sind wir ins Kadie Kadie, einem afrikanischen Restaurant für Einheimische, nicht weit weg vom Hotel, 375 Dalasi für 5 Personen mit einem Getränk, das sind grad mal 7€....





FREITAG UND SAMSTAG, 7. UND 8. APRIL

Heute Morgen haben wir drei Wünsche für den Reutlinger Diabetiker Verein erledigt. Geldübergabe an Landing vom Kinderheim, an Sepp's Fatou, und Fanta aus dem Bakotu.

Den Freitagnachmittag und den ganzen Samstag haben wir weiter unser Containermaterial sortiert, und gleich viele Sachen ausfahren lassen. Am Samstagabend waren nicht nur wir, sondern Etliches im Lager geschafft.

Hier ein paar Eindrücke.





SONNTAG, 9. APRIL

Ein wenig entspannen tut gut. Es ist schon heftige Arbeit, alles zu sortieren, zu sichten und so bereitzustellen, dass vieles abtransportiert werden kann.

Lamin Dibba, unser Firstdiabetiker, kam am Nachmittag, wieder ab ins Lager, um seine Sachen auf einen Haufen zu stellen. Am Mittwoch wollen wir nach Farato bei Brikama zu seiner Familie, um alles abzuliefern.

Am Abend hatten wir ihn zum Essen eingeladen. "Nebenbei" nochmals die überarbeiteten Orgpläne für das Kamp durchschauen. Ein paar kleine Korrekturen, sonst super.



MONTAG, 10. APRIL

Kwamla hat uns zum Lager gebracht. Weiter verpackt und sortiert, einige Sachen ausfahren lassen. Im Container hatten wir 3 Pakete einer Dame aus Stetten für einen Soldaten aus Mali, der mal in Stetten in der Kaserne war. Auch das konnten wir organisieren. Morgen, am Dienstag, geht der Transport von Banjul nach Bamako. Ob alles ankommt?? (Bemerkung: am Karfreitag war alles dort und von ihm abgeholt!)

Am Nachmittag sind wir zu Adama Lowe in Ibu Town, einem Stadtteil von Serrekunda. Ihr Beauty-Salon ist eine Baustelle, ohne Ankündigung, nur Zeit zum Ausräumen wurde gelassen, wurde die hintere Haushälfte abgebrochen - die schon bezahlte Miete wurde nicht zurückbezahlt.

Ein paar Meter weiter hat sie und ihre Tanta Awa einen neuen Shop gefunden. Wir haben uns entschlossen, den sofort fälligen 6-Monatsmieten-Vorschuss zu bezahlen, damit der Laden weiterlaufen kann.

Zwei Tage später kam das Foto - der neue Salon wurde sofort in Betrieb genommen. Schließlich wollten die beiden Damen das Geschäft an Ostern mitnehmen...es ist die einzige Einnahmequelle des nur aus Damen bestehenden Compounds.



DIENSTAG, 11. APRIL

Heute wollten wir zu den Jallows in Labak Oreh. Ab ins Lager, um für die Familie Jallow die Sachen zu holen. Mit Christa und Eva ging's mit dem Abou-Taxi nach Labak Oreh. Die Familie wächst weiter, Isaak, das Familienoberhaupt, hat eine zweite Frau, und sie ist schwanger. Psssst. Dann wären es elf "Kinder".

Gudrun hat ein Fotobuch gemacht, das haben wir der Familie mitgebracht. Neben 2 x 50 kg Reis... Die beiden Brüder Modou und Momodou suchen immer noch einen Job...

Klar haben wir die Insuline und die Messgeräte angeschaut. Das Blutzuckermessgerät von Ramatoulie tut keinen Mucker mehr. Seit 4 Wochen messen sie gemeinsam mit nur einem System...

Weiterfahrt zu Brigitte und Alieu nach Juna, sind nur ein paar Minuten. Sie hatten uns zum Abendessen eingeladen.



DONNERSTAG, 13. APRIL

Am Vormittag bin ich mit Christa nach Banjul in die Klinik, um den Beamer, den Flipchart und das HbA1c-Meßgerät abzuholen. Während ich mich mit Dr. Gaye über den Workshop unterhalten hatte, wurde Christa von Nancy durch die Klinik geführt. Amie Jobe saß im Wartebereich, um mit mir zu sprechen. Woher sie wußte, dass ich kam, weiß niemand....Aber klar doch, ein Besuch bei ihr. Sie hat ja vor 2 Jahren einen Jungen geboren, Lamin. Der hat drei entsetzliche Wunden am Hinterteil, die auch noch schmerzen. Er sei in ein Feuer gefallen. Statt Salbe haben wir Honig zur Wundpflege empfohlen.

Ihr Messgerät hat sie auch schon wieder verloren. Was tun...?

Während Gudrun, Christa und Eva sich am schönen Strand entspannt haben, hat sich Roland auf den Workshop vorbereitet.



KARFREITAG, 14. APRIL, TAG 1 IM KAMP

Es wurde natürlich das "Highlight" unserer Gambiareise. Das Diabetikerkamp in Manduar, mit 24 Typ1ern unter CT, 4 Gruppenleitern, 4 Pflegekräften aus verschiedenen Kliniken, Sukai Kah aus der Pakala-Clinic, 2 Köchinnen und einem Fotografen, natürlich Lamin Dibba, dem Organisator des Kamps, Gudrun und Roland.

Das **Programm für die 3 Tage** können sie hier nachlesen.

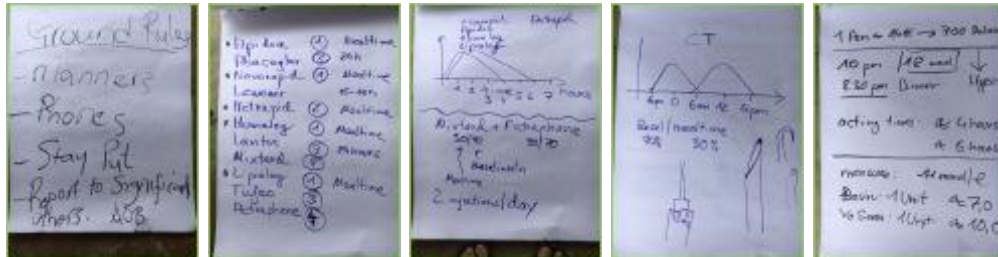
Um 9 Uhr sind wir vom Hotel weg, um die 35 Kleidersäcke mit Schuhen, Handtüchern und Bettwäsche zu holen. Gudrun und Christa hatten für alle Teilnehmer des Workshops einen großen Sack zurechtgemacht, den jede/jeder nach dem Workshop bekommen sollte. Zwei Autos waren voll beladen.

In Brikama haben wir den Bus mit allen Teilnehmern aufgegabelt und sind gemeinsam im Tross





Hier ein Auszug aus dem Programm, der Einsatz eines Beamers war nicht möglich...



Das ist unser Zimmerchen, recht spartanisch, die Dusche fast direkt über dem WC, nicht unpraktisch?



SAMSTAG, 15. APRIL, TAG 2 IM KAMP

Der nächste Tag verlief problemlos. Gudrun hatte am Morgen mit den Langzeitzuckermessungen weitergemacht. Nach den ersten Messungen kam sie zu mir, und hat gemeint, das Gerät sei kaputt, oder die Reagezien, denn die Werte waren alle $>14\%$. Wir haben mein Blut als Qualitätskontrolle genommen, $5,3\%$, das hat gepasst! Alles ok. Um 11 Uhr ist das Gerät dann ausgestiegen, wir hatten um diese Zeit schon über 40°C Grad!

Nach dem Frühstück Wiederholung vom Vortag mit dem Insulinthema, dann kam der "Musa" dran. Die Materialien wurden ja in einem **Workshop bei Novo Nordisk in Mainz** gebastelt. Mit großen Interesse hat die Gruppe die Organe gelegt. Roland hat mit Lamin und den Teilnehmern die Rolle des Zuckers im Körper erklärt, und die möglichen Folgeschäden bei schlechten Blutzuckerwerten. Anschließend haben wir uns mit dem HbA1c-Modell beschäftigt.

Salieu John hat über Schulung und Selbstmotivation referiert, Sukai hielt eine tolle Rede über die Wichtigkeit, den Diabetes zu verstehen, und die gelernten Sachverhalte umzusetzen. Das Privileg, die Therapie und die Diagnostik kostenlos in der Pakala-Klinik zu erhalten, hat sie super rübergebracht.



Nach dem Mittagessen gab es Entspannung pur (auch für Roland...), 10 Frauen aus der Umgebung kamen, um traditionelle Tänze und Gesänge vorzuführen.

Dr. Gaye kam vorbei, um Hallo zu sagen, musste aber bald wieder gehen.

Vor dem Abendessen wiederum Messen, Protokolle schreiben, alle Werte anschauen, um 22 Uhr war "Bedtime" angesagt, um 2 Uhr in der Nacht die Runde machen, um Unterzuckerungen auf die Spur zu kommen. Alles war ok!!



OSTERSONNTAG, 16. APRIL, TAG 3 IM KAMP

Wie jeden Morgen war vor dem Frühstück Blutzuckermessen angesagt, gleich danach in den 4 Gruppen Werte besprechen, vor allem das Frühstück begutachten und entscheiden lassen, wieviel Einheiten gespritzt werden müssen.

Gudrun musste nochmals ran am Morgen, die restlichen HbA1c-Werte machen.

Anschließend hatten alle Teilnehmer eine tolle Tasche bekommen, und die Kleidersäcke wurden verteilt. Zum Abschied gab es obendrauf ein Lunchpaket. Und die Verabschiedung aller Teilnehmer folgte.

Wir sind gemeinsam abgerückt, gegen 13 Uhr, Gudrun und ich waren um 16 Uhr zurück im Hotel. Es war ein gut gelungener Workshop, alles hat super geklappt, keine ernsten Unterzuckerungen, und wir hoffen, die Teilnehmer haben was gelernt und setzen es um...

Den **Bericht von Lamin Dibba über das 3-Tage-Kamp** können sie hier nachlesen.

Mit Verlaub, es war aber auch anstrengend...



OSTERMONTAG, 17. APRIL

Heute Morgen ausgeschlafen, über WhatsApp-Chat gab es viel zu tun. Es kamen doch einige Anfragen, toll.

Am Nachmittag hoffentlich zum vorletzten Mal zum Lager, sortiert, was noch da ist, beschriftet, morgen holen wir die letzten Reste ab und nehmen sie mit. Am Abend hatten wir uns mit Anja getroffen, sie hat uns 10 frische Ostereier hartgekocht. Jawoll, es war ja Ostern!!

Seit nunmehr 8 Jahren ist sie in Gambia und arbeitet in der Afrimed-Klinik in Kololi an der Wundpflege von Patienten.



DIENSTAG, 18. APRIL

Heute ging's zur Pakala, wir hatten einen Plan. Aber als wir ankamen, hat uns Dr. Gaye gleich auf die Station mitgenommen. Zwei neue Typ1er, eine Mutter kam mit ihrer Tochter aus Basse, das liegt weiter hinten im Land.

Zum Mittagessen waren wir bei Dr. Gaye's Mutter eingeladen.

Wir haben Amie Jobe nochmals besucht, sie wohnt gleich um die Ecke. Die Wunden am Po von Söhnchen Lamin sehen besser aus als letzte Woche. Er sei in ein Feuer gefallen. Haben die Familie, in der sie wohnt, finanziell unterstützt. Messgerät bekommt sie grad keines mehr, alle Vorräte in der Klinik und bei Eliman Jobe sind aufgebraucht.

Adama Lowe und ihre Tante Awa haben uns liebenswerterweise das Abendessen ins Hotel gebracht. Der neue Beauty-Shop läuft seit Mittwoch vor Ostern.



MITTWOCH, 19. APRIL

Abou hat uns mit seinem Landrover um 9 Uhr am Hotel abgeholt, wir sind in den Süden nach Gunjur zu Abdulrahman Jatta und Musa Sanneh, und zu Arafang. Unterwegs haben wir noch Reis, Speiseöl und Zwiebeln für ihn eingekauft.

Abdulrahman's Schneiderei läuft, es sieht wenigstens nach etwas Arbeit aus. Ihm haben wir zwei Nähmaschinen mitgebracht.

Musa wohnt in derselben Straße in einem netten Compound. Er hat Bälle und Fußballtrikots von

Geberit (Pfullendorf) bekommen. Er geht fleißig in die Schule, vorletzte Klasse, Grate 11. Beide haben Typ 1.



Weiter ging es zu Arafang. Nach dem Insektenüberfall im Juli letzten Jahres sind es die Termiten, die alle hölzernen Teile im Haus zerfressen. Im Brunnen steckt noch der abgebrochene Bohrer für ein neues Bohrloch, das wir ihm im November finanziert haben.

Hier draußen ist alles ausgetrocknet, er bewässert die Orangenbäume mit dem Wasser, das er aus 13 Metern Tiefe hochzieht. Seine Frau lebt seit einigen Monaten bei ihrer Familie in Brikama. Hoffentlich kommt sie bald zurück. Als er für eine Woche bei ihr in Brikama war, hat ein Nachbar einen seiner 4 Mahagonibäume gefällt.

Alles, was aus Holz ist in seinem Haus, wird von Termiten zerfressen, Sofaboden, Türrahmen, den Tisch, das sieht alles nicht gut aus!

Auf der Rückfahrt haben wir Zainab Jabang besucht. Sie war damals, vor 13 Jahren, unsere Jüngste mit Typ1-Diabetes. Sie hat ihr Geschenk von Silke, ihrer Patin aus Deutschland, erhalten.



DONNERSTAG, 20. APRIL

Nach einem schönen Tag am Strand sind wir zu Amin Colley nach Abuko. Ihre Schneiderei hat sie

aufgegeben, und ist für ihre beiden Kinder da. Mattar, ihr Mann, arbeitet als Schreiner in Banjul. Der Sohn Basiru ist 3 Monate alt, Abdulrahman 6 Jahre. Sie bauen nun am Haus der Mutter von Mattar einen eigenen Compound.

Wir haben uns für den Besuch dort die schlechteste Zeit rausgesucht. Quer durch Serrekunda, überall verstopfte Straßen, Verkehr ohne Ende.



FREITAG, 21. APRIL

Ab in die Pakala-Klinik, um 10 Uhr hat mich Dr. Gaye abgeholt. Heute war der Rest der ICT-Gruppe mit der Langzeitzuckermessung dran, für alle diejenigen, die nicht am Kamp dabei sein durften. Lamin Dibba hatte mit Jim schon begonnen. Am Ende waren es noch 11 Messungen, die Werte zwischen 7,1 und >14.

Im Anschluss daran hatte sich die Gruppe der Young Gambian Diabetes Association (YGDA) und ich zusammengesetzt. Sie wollten über das Kamp diskutieren, und was an so einem Event noch verbessert werden kann. Die ersten 20 Minuten waren sehr aufregend, einer nahm seinen Rucksack und wollte abhauen....hab ihn "eingefangen", und dann wurde es effektiver. Gegen 16 Uhr war ich zurück im Hotel.



Am Abend waren wir bei Eliman Jobe (er betreibt das "Gudrun Medical Laboratory" in Sinchu Alaghie) eingeladen. Ein entspannter Abend.



SAMSTAG, 22. APRIL

Haben heute die letzten Reste aus dem Container ausfahren lassen. Wir sind nicht mitgefahren und haben auch kein schlechtes Gewissen... Medina Jarju in Nema Kunku hat ein paar Möbelstücke und Matratzen bekommen, die Jallows in Labakoreh nochmals eine große Matratze, Muhammed Willan 500 Dalasi zum Geburtstag (20 Jahre alt ist er geworden!).

Am späteren Vormittag kam Lamin Dibba. Wir haben nochmals alles durchgesprochen, was zwischendrin mit 1,9 mmol eine 15 minütige Pause erforderlich machte. Wir haben ihn mit Teststreifen, Ersatzbatterien, Stechhilfen und Nadeln für seine Diabetesarbeit versorgt. Sein Job macht ihm sehr viel Freude (seit Januar besucht er im Auftrag von Dr. Gaye und uns Familien mit Diabetikern, um nach den relevanten Dingen zu sehen).

Ansonsten war auch ein Strandspaziergang angesagt. Gute Entspannung...



SONNTAG, 23. APRIL

Modou, der Bruder von Sirra kam, um das Fahrgeld für Sirra in die Schule abzuholen. Hatten wir gestern vergessen, unserem Fahrer mitzugeben.

Dann kam Samba Bah, er will in Brikama eine kleine Klinik aufbauen. Er hat den letzten Tisch aus dem Lager bekommen plus ein Blutzuckermessgerät Accu-check activa mit 50 Streifen. Mal schauen, was daraus wird.

Und bitte nie vergessen, alles was vor dem Hotelzimmer auf dem Tisch liegt, wieder reinzuholen, vor allem die Bananen, die Mango, Cashew mit Fruchtkörper, das dauert keine 2 Minuten, da kommt der Chef...

Übrigens, die Saison ging die Tage zuvor zu Ende. Ab heute waren wir die einzigen Gäste im Hotel,

das morgen, bis zum 20. Oktober, seine Pforten schließt.

Und am Abend haben wir nochmals Anja getroffen, zum Abschiedsessen.



24. APRIL UND HEIMREISE

Am Montag hieß es Koffer packen! Nochmals entspannen am Strand, ein kühlendes Bad im Hotelpool, um 16.45 h holt uns Abley, der Fahrer von Dr. Gaye ab und bringt uns zum Flughafen. Pünktlich um 19.30 h gehts nach Dakar, und dort mit einer Verspätung von 1,5 Stunden weiter, weil ein Fluggast nicht pünktlich kam.

Unser Anschlussflug nach Stuttgart ist kein Problem, und dort werden wir von Astrid und ihrem Flughafen-Shuttle erwartet.



Wie immer ist mein Bericht viel zu lang...sorry...

Wer gerne mal mitreisen möchte, bitte schreiben an **schindler@diabetes-projekt-gambia.de**,
Antwort ist garantiert!

Euer Roland, Gudrun und Christa

nach oben