



# **Willkommen bei Sonflora!**

Ausgabe 2021



Liebe/r Freiwillige/r,

herzlichen Dank für Dein Interesse am Projekt Sonflora.

Leider ist die politische und soziale Situation in Nicaragua angespannt und die Covid-19 Pandemie macht das Reisen sehr schwer. Wenn Du aber dennoch Interesse an einem Freiwilligeneinsatz hast, dann lies bitte weiter.

Wir freuen uns sehr über Deinen wertvollen Einsatz für die Kinder aus den beiden Dörfern PoneLOYa und Tamarindo.

Um Deine Vorbereitung, Deinen Aufenthalt, aber auch Deine Rückkehr etwas einfacher zu gestalten, haben wir einige Informationen für Dich.

Wir haben die Texte nach bestem Wissen zusammen gestellt, können aber insbesondere für die Informationen externer Anbieter keine Gewähr übernehmen. Auch können sich Einreisebestimmungen und Gesundheits- und Sicherheitsbestimmungen laufend ändern, so dass wir Dir empfehlen, auf den angegebenen Internetseiten aktuelle Informationen abzurufen.

Wenn Du Fragen zu dieser Informationsbroschüre hast, melde Dich gern bei Sonflora, [schweiz@sonfloranicaragua.org](mailto:schweiz@sonfloranicaragua.org). Weitere Kontaktinformationen findest Du auf unserer Internetseite [www.sonfloranicaragua.org](http://www.sonfloranicaragua.org) sowie unter dem Gliederungspunkt „Informationen für Freiwillige“.

Wir freuen uns schon auf Dich!

Projektleiterin Mary Amrein und das gesamte Sonflora-Team



## Inhaltsverzeichnis

1.	Allgemeines .....	4
1.1.	Nicaragua .....	4
1.2.	Sprache .....	5
1.3.	Klima.....	5
1.4.	Geld/Kreditkarten .....	6
1.5.	Kommunikation.....	6
2.	Vorbereitungen .....	7
2.1.	Impfungen.....	7
2.2.	Versicherungen.....	8
2.3.	Einreisebestimmungen und Visum.....	9
2.4.	Sicherheit .....	10
2.5.	Gesundheit .....	12
2.6.	Unterkunft.....	13
2.7.	Flugbuchung.....	13
2.8.	Empfehlungen für das Reisegepäck .....	13
2.9.	Checkliste.....	14
3.	Ankunft.....	16
3.1.	Kultur in Nicaragua.....	16
3.2.	Die Situation der Kinder .....	17
3.3.	Die Idee von Sonflora .....	18
3.4.	Deine Aufgaben.....	19
3.5.	Regeln und Arbeitszeit .....	19
3.6.	Spanischunterricht.....	20
3.7.	Anreise.....	20
3.8.	Kontaktperson vor Ort.....	21
4.	Rückkehr.....	21
5.	Häufig gestellte Fragen .....	22



## 1. Allgemeines

Nicaragua ist ein Land, das geografisch, kulturell und touristisch einiges zu bieten hat. Wir stellen Dir kurz allgemeine Informationen zum Land vor.

### 1.1. Nicaragua

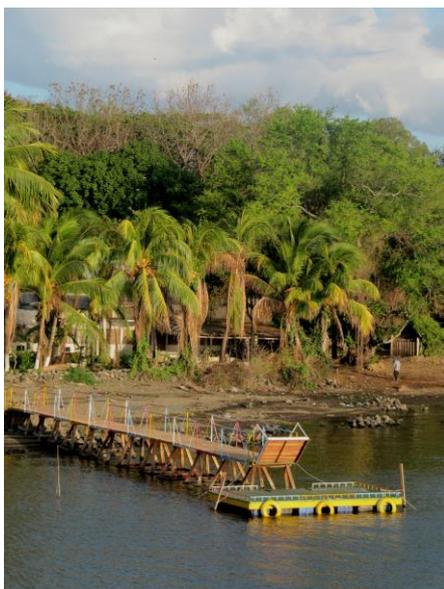
Nicaragua liegt in Zentralamerika zwischen Costa Rica im Süden und Honduras im Norden. Es hat sowohl eine Karibik- als auch eine Pazifikküste.

Nicaragua wird parallel zur Pazifikküste von einer Reihe aktiver Vulkane durchzogen, weshalb es das Land der tausend Vulkane genannt wird.

Auf der Pazifikseite liegen auch die wichtigsten Siedlungsräume und Zentren des Landes. Etwa 90% der Bevölkerung lebt dort. Leon ist nach der Hauptstadt Managua die zweitgrößte Stadt mit ca. 150.000 Einwohnern. In der Nähe dieser Studentenstadt, direkt an der Pazifikküste, befindet sich das Projekt Sonflora. Ein Ausflug zu den vielen Vulkanen ist nicht weit.

Nicaragua besitzt zwei große Binnenseen - den Nicaraguasee und den Managuasee. Auf dem Nicaraguasee gibt es mehrere Inseln, z.B. die Vulkaninsel Ometepe. Direkt an diesem See liegt die schöne und bei Touristen beliebte Kolonialstadt Granada.

Nicaragua ist nach Haiti das zweitärmste Land Lateinamerikas. Etwa 80 % der Bevölkerung leben von weniger als 2 US \$ am Tag.



Trotz des Versprechens des aktuellen Präsidenten Ortegas, eine Politik zur Bekämpfung der Armut zu betreiben, schätzt die Weltbank es als unwahrscheinlich ein, dass Nicaragua bis 2015 eines der Millennium Development Goals (MDGs) erreichen wird.

Neben den großen sozialen Problemen sieht ich Nicaragua auch alljährlich mit schweren Naturkatastrophen konfrontiert. Gerade in den Monaten August und September sind vor allem die Ostküste Nicaraguas und die Karibikinseln des Landes immer wieder von Hurrikanen betroffen.

Unter dem vorherigen Präsidenten Enrique Bolaños verbesserten sich die wirtschaftlichen Bedingungen des Landes. Das nicaraguanische BIP stieg auf 5,3 Mrd. USD und die Exportrate überstieg erstmals die Schwelle von 1 Mrd. USD. Gleichzeitig wuchs aber auch die Auslandsverschuldung. Rund ein Drittel des nationalen

Haushalts wird von ausländischen Gebern finanziert.

Nicaragua ist ein Agrarland, das hauptsächlich Kaffee und Rindfleisch, neben anderen landwirtschaftlichen Erzeugnissen, exportiert. Aber auch die Textilindustrie und der Tourismus sind Branchen mit Wachstumspotential.



Ein weiterer wichtiger Wirtschaftsfaktor sind die Geldrücksendungen von Gastarbeitern, die die zweitgrößte Devisenquelle des Landes darstellen. Die nicaraguanische Wirtschaftsleistung befindet sich aber immer noch unter dem Niveau, das das Land vor der Revolution 1979 erreicht hatte. Gründe dafür sind zum Beispiel die schwankenden Rohstoffpreise auf dem Weltmarkt, Korruption, der Bürgerkrieg der 80er Jahre und die in dieser Zeit verfehlte Wirtschaftspolitik, aber auch die zahlreichen Naturkatastrophen.

Aufgrund etlicher Städtepartnerschaften (ca. 30), die in den 80er Jahren im Zuge der Solidaritätsbewegungen entstanden sind, hat sich eine enge Beziehung zwischen Deutschland und Nicaragua herausgebildet. Mittlerweile ist Deutschland einer der größten Geber in Nicaragua.

Weitere Infos zur Geschichte und zur aktuellen Situation Nicaraguas findest Du z. B. auf Wikipedia und auf der Webseite des Auswärtigen Amtes.



## 1.2. Sprache

Spanisch ist die Amtssprache Nicaraguas und wird von den meisten europäischstämmigen „Mestizen“ sowie den meisten „Indígenas“ als Zweitsprache gesprochen. Insgesamt 90 % der Bevölkerung sprechen Spanisch als Muttersprache. Grundkenntnisse im Spanischen sind in Nicaragua unerlässlich. Nur vereinzelt kann man sich auch mit Englisch notdürftig behelfen. Außerdem eröffnet man sich mit Spanischkenntnissen nicht nur die Türen, sondern auch die Herzen der Einheimischen.

## 1.3. Klima

Das tropische Klima Nicaraguas hat zwei wesentliche Jahreszeiten. Die Regenzeit zwischen Mai und Oktober und die Trockenzeit zwischen November und April. Die Temperaturen bewegen sich dabei ganzjährig zwischen 25° C und 35° C. Das Land gliedert sich in 3 verschiedene Regionen, die auch unterschiedliche klimatische Bedingungen aufweisen. Im zentralen Bergland, welches sich von Nord nach Süd zieht, herrscht während der Regenzeit eine reiche und bunte Vegetation. Trocken und staubig während der Trockenzeit sind weite Teile der Pazifikregion, in der auch die Projektstandorte liegen. In der Regenzeit wird die Natur dort ebenfalls grün und fruchtbar. In der noch nicht gut erschlossenen atlantischen Region am karibischen Meer herrscht ganzjährig ein immerfeuchtes und warmes Klima.



#### 1.4. Geld/Kreditkarten

Nicaraguas Landeswährung ist der Córdoba (C\$). 1 US \$ = 24,3 C\$ (Stand: Februar 2013). Euros werden nicht akzeptiert und kaum getauscht. Es empfiehlt sich daher die Mitnahme von US-Dollar in bar.

US-Dollar können in Banken, Wechselstuben ("Casas de Cambio"), in großen Supermärkten („La Colonia“ und „La Union“) beim Kauf (auch von Kleinigkeiten) sowie an der Rezeption größerer Hotels umgetauscht werden.

An Geldautomaten in allen größeren Städten kann Bargeld unter Nutzung der Kreditkarten Mastercard und Visa abgehoben werden. Es empfiehlt sich eine Kreditkarte (Visa oder Mastercard), mit der man weltweit kostenlos Geld abheben kann. Diese werden zurzeit z.B. in Deutschland von den Banken ComDirect und DKB angeboten (Stand: Februar 2013).

#### 1.5. Kommunikation

##### Internet

In Nicaragua gibt es fast überall Internetcafés, besonders in den größeren Orten. In Städten wie León bieten viele Hostels oder Cafés kostenloses Wi-Fi. Auch einige WGs oder Gastfamilien haben bereits Wi-Fi. Normalerweise ist die Verbindung schnell genug, um Skype zu nutzen. Viele Internetcafés stellen Headsets und Webcams zur Verfügung.

##### Telefon/Handy

Internationale Telefonanrufe sind in manchen Internetcafés möglich. Es bietet sich an, eine SIM-Karte für das Handy zu kaufen. Sie kostet um die 2 US \$. Die beiden größten Anbieter sind Claro und Movistar. Informiere Dich vor Ort, welcher Anbieter zur Zeit am häufigsten von den anderen Freiwilligen genutzt wird, da Anrufe im eigenen Netz wesentlich günstiger sind. SIM-Karten gibt es in Claro- oder Movistar-Geschäften. Aufgeladen werden können die Karten überall da, wo ein Claro/Movistar-Zeichen ausgehängt ist – im Supermarkt, im Kleidergeschäft, am Kiosk, im Markt... An manchen Tagen gibt es Bonusprogramme, über die Du per SMS informiert wirst. Dann kannst Du beispielsweise bei einer Aufladung am betreffenden Tag die doppelte Anzahl Minuten erhalten.

Du kannst Dein eigenes Handy nutzen, falls es nicht für andere SIM-Karten gesperrt ist. Falls Dein Handy vor Ort nicht funktioniert, kannst Du Dir für ca. 10-15 US \$ ein neues kaufen.

##### Post

Die Post ist eine Sache für sich. Egal ob Briefe, Pakete oder Postkarten: Rechne erst einmal nicht damit, dass es ankommt. Manchmal kommen Sachen in Nicaragua oder in Deiner Heimat an, aber häufig auch nicht, bzw. sehr spät. Es ist ratsam, die Sachen persönlich zu transportieren oder sie einem anderen anreisenden/abreisenden Freiwilligen mitzugeben. Wenn dies nicht möglich ist und Du dringend etwas verschicken/empfangen musst, nutze (teurere) Anbieter wie DHL oder FedEx.



## 2. Vorbereitungen

Du hast Deinen Projektplatz und weißt den genauen Zeitraum Deines Aufenthalts? Bis zu Deinem ersten Tag im Projekt sind noch einige Vorbereitungen zu treffen. Hier findest Du einen Überblick.

### 2.1. Impfungen

Bei der Einreise aus Deutschland sind zurzeit (Stand: April 2012) keine Pflichtimpfungen erforderlich. Solltest Du allerdings vorab eine Reise in ein anderes Land planen (z.B. Panama), bedenke, dass bei einer Einreise aus einem Gelbfiebergebiet der Nachweis einer gültigen Gelbfieberimpfung erforderlich ist – siehe auch [www.who.int](http://www.who.int)

Zu Deinem eigenen Schutz solltest Du einige Standard- und Reiseimpfungen vornehmen. Das Auswärtige Amt empfiehlt, die Standardimpfungen gemäß aktuellem Impfkalendar des Robert-Koch-Institutes [www.rki.de](http://www.rki.de) zu überprüfen und zu vervollständigen. Dazu gehören die folgenden Impfungen:

- Tetanus
- Diphtherie, ggf. auch gegen Pertussis
- Mumps, Masern Röteln (MMR)
- Influenza
- Covid-19

Als Reiseimpfungen werden zusätzlich empfohlen (Stand: April 2012):

- Hepatitis A

Bei Langzeitaufenthalt oder „besonderer Exposition“ auch (Stand April 2012):

- Hepatitis B
- Tollwut
- Typhus

Die Impfungen (außer Gelbfieber) werden vom Hausarzt vorgenommen. Er kennt sich normalerweise auch mit den erforderlichen Impfungen aus. Er kann auch eine Malaria-Prophylaxe verschreiben. Die Gelbfieberimpfung wird von einem Tropenarzt vorgenommen.

Die Impfungen sind normalerweise kostenpflichtig. Manchmal übernimmt die Krankenkasse die Kosten der Impfungen. Ein Anruf kann zumindest nicht schaden.

Eine aktuelle Übersicht zu Impfungen findet sich auf der Homepage des Auswärtigen Amtes.

[http://www.auswaertiges-amt.de/DE/Aussenpolitik/Laender/Laenderinfos/01-Nodes\\_Uebersichtsseiten/Nicaragua\\_node.html](http://www.auswaertiges-amt.de/DE/Aussenpolitik/Laender/Laenderinfos/01-Nodes_Uebersichtsseiten/Nicaragua_node.html)



## 2.2. Versicherungen

### Krankenversicherung

Die wichtigste Versicherung, um die Du Dich auf jeden Fall kümmern solltest, ist eine Krankenversicherung, die Deinen gesamten Aufenthalt im Ausland abdeckt.

Die Kosten einer längeren Krankenhausbehandlung im Ausland können schnell in die Hunderttausende gehen, und auch der Krankenrücktransport ins Heimatland kostet im Ambulanzjet eine Summe im mittleren fünfstelligen Bereich. Es ist deshalb unabdingbar, im Ausland einen adäquaten Versicherungsschutz zu haben.

In Deutschland gilt:

- Für Mitglieder der gesetzlichen Krankenversicherung besteht im Ausland nur in den Ländern Versicherungsschutz, mit denen ein Sozialversicherungsabkommen besteht. Das sind in erster Linie europäische Länder bzw. Länder rund um das Mittelmeer.
- Wer privat versichert ist, genießt zwar weltweiten Versicherungsschutz, allerdings in der Regel nur für einen relativ kurzen Zeitraum von 6-8 Wochen. Das Kleingedruckte des Versicherungsvertrags gibt hier Aufschluss. Wenn Du zu den wenigen gehörst, bei denen der vorübergehende Auslandsaufenthalt nicht von vornherein begrenzt ist, lohnt sich die Nachfrage bei Deiner Versicherung, was die unter einem "vorübergehenden" Aufenthalt verstehen. Lass Dir das schriftlich geben!  
Selbst wenn Deine private Versicherung die gesamte Reisedauer abdecken sollte, ist es normalerweise wesentlich günstiger, die bestehende Versicherung mit einem Anwartschaftstarif zu "parken" und während der Reise eine separate Langzeit-Auslandskrankenversicherung abzuschließen.

In den meisten Fällen ist also ein zusätzlicher Versicherungsschutz erforderlich. Bei der Wahl der Versicherung ist die Länge Deines Aufenthaltes entscheidend:

#### **Bi; zu 6 Wochen im Ausland?**

Bei einer Reisedauer von unter 6-8 Wochen kommst Du mit einem der preiswerten Jahres-Schutzbriefe aus, die es z.B. von der Barmenia für einen einstelligen Euro-Betrag pro Jahr gibt. Diese Schutzbriefe gelten zwar für ein Jahr, aber die Dauer der Reise ist begrenzt — bei der Barmenia z.B. auf 8 Wochen pro Reise, bei manchen anderen Anbietern sogar nur auf 6 Wochen.

#### **Mehr als 6 Wochen im Ausland?**

Die meisten Freiwilligen sind länger im Ausland und brauchen daher einen speziellen Langzeit-Auslandstarif.

Die meisten Versicherer bieten mehr oder weniger identische Leistungen an, bzw. Du solltest darauf achten, dass mindestens diese Leistungen enthalten sind:

- Erstattung von Arzt- und Arzneimittelkosten. (Manche Versicherungen fordern eine Selbstbeteiligung, z.B. €50 pro Schadensfall beim ADAC.)
- Schmerzstillende Zahnbehandlungen und einfache Füllungen (Amalgam) sowie provisorische Reparatur von Zahnersatz wie Kronen oder Brücken.
- Übernahme von Krankenhauskosten ohne Vorauszahlung durch den Versicherten.
- 24-Stunden Notrufservice.



- Medizinisch *sinnvoller* Rücktransport zum Heimatort. Das ist etwas anderes als der medizinisch notwendige Rücktransport, der nur greift, wenn Dich die Klinik im Reiseland nicht auch behandeln könnte. (Diesen Punkt kann man aber auch mit einer separaten Reiserücktransport-Versicherung abdecken.)

Unterschiede zwischen den einzelnen Anbietern gibt es vor allem bei der maximal möglichen Versicherungsdauer und bei den Aufschlägen für Reisen über Nordamerika. Üblicherweise muss die Versicherung im Voraus abgeschlossen und für den gesamten Reisezeitraum bezahlt werden. Falls keine Leistungen in Anspruch genommen wurden, kann bei vorzeitiger Rückkehr oft ein Teilbetrag erstattet werden.

Anbieter sind z.B.

- STA Travel (<http://www.statravel.de/reiseversicherung.htm>)
- AuslandsZeit-Versicherung (<http://www.auslandszeit-versicherung.de/krankenversicherung-auslandsaufenthalt.html>)
- ADAC Auslands-Krankenschutz
- TravelSecure
- Care-Concept (AXA)

Ein Vergleich verschiedener Anbieter lohnt sich. Wir haben nicht mit allen angegebenen Anbietern Erfahrungen. Bei STA Travel gab es bisher keine Beschwerden. Falls Du selbst gute oder schlechte Erfahrungen gemacht hast, freuen wir uns über Deine Hinweise!

Für den Versicherungsschutz von Schweizern liegen uns zur Zeit keine Informationen vor. Auch hier freuen wir uns über Hinweise, damit wir neue Freiwillige noch besser informieren können.

Hast Du die Versicherung abgeschlossen, lass Dir auch eine englische und ggf. spanische Übersetzung schicken.

Zusätzlich solltest Du prüfen, ob Deine Haftpflichtversicherung im Ausland gültig ist.

Die o. g. Anbieter bieten teilweise auch **Auslands-Haftpflichtversicherungen** sowie **Reisegepäck- und Reiserücktrittversicherungen** an.

Quelle: [www.weltreise-info.de](http://www.weltreise-info.de)

### 2.3. Einreisebestimmungen und Visum

#### **Visum für Nicaragua (Stand 2012)**

Für die Einreise ist ein Reisepass erforderlich, der sechs Monate über die Aufenthaltsdauer hinaus Gültigkeit haben muss. Bei der Einreise über die USA ist vorab ein amerikanisches Visum (ESTA) zu beantragen, auch wenn ein amerikanischer Flughafen nur zum Umsteigen dient.

Eine Visumsbeantragung vor Abreise für Nicaragua ist für europäische Staatsbürger in der Regel nicht nötig. Bitte prüfe aktuelle Informationen dazu auf der Seite des Auswärtigen Amtes. Bei der Einreise wird ein Visum für 90 Tage ausgestellt. Es kostet 10 US \$ (Stand: Februar 2013), die Du bereits bei Deiner Ankunft dabei haben solltest.

Viele Freiwillige bleiben länger als 90 Tage. Um das Visum zu verlängern, empfiehlt es sich, für drei Tage (72 Stunden) in ein anderes Land, z. B. nach Costa Rica, auszureisen. Bei der Wiedereinreise wird



das Visum erneut für drei Monate erteilt. Alternativ kann die Verlängerung des Visums auf der Botschaft in Managua beantragt werden. Dies ist allerdings in Bezug auf die Visumskosten teurer (ca. 10 US \$ für 30 Tage, maximale Verlängerung für 90 Tage) als die Wiedereinreise.

Guatemala, Honduras, El Salvador und Nicaragua haben ein Abkommen, dass das in einem dieser Länder ausgestellte 90-Tages-Visum auch für die anderen Länder gilt. So kannst Du (zumindest auf dem Papier) zwischen diesen Ländern reisen ohne erneut eine Visumsgebühr zu bezahlen. Der Nachteil ist, dass Du Dein Visum nicht verlängern kannst, indem Du in eines dieser Länder ausreist.

### **Reisen innerhalb Zentralamerikas**

Falls Du vor oder nach der Freiwilligenarbeit innerhalb Zentralamerikas noch reisen willst, beachte auch die Einreisebestimmungen für die anderen Länder. Bei der Einreise in manche Länder musst Du nachweisen (z. B. durch ein Flug- oder Busticket), dass Dein Aufenthalt nicht über den Zeitraum des ausgestellten Visums hinausgeht. Zudem ist bei der Einreise in manche Länder ein Nachweis der Gelbfieberimpfung erforderlich, wenn Du vorher in Gebieten unterwegs warst, in denen Gelbfiebergefährdung besteht. Auf der Internetseite des Auswärtigen Amtes findest Du aktuelle Einreiseinformationen für die betreffenden Länder.

### **Ein- und Ausreisegebühren**

Wenn Du in ein zentralamerikanisches Land ein- oder ausreist, fallen meistens Gebühren an. Du solltest den Betrag in bar (US \$ oder einheimische Währung) dabei haben.

Die Gebühren (Stand: November 2011):

- Nicaragua: Einreise 10 US \$ (Flugzeug, Bus), Ausreise 2 US \$ (Bus)
- Guatemala: Ausreise 3 US \$ (Bus)
- Costa Rica: Ausreise 26 US \$ (Flugzeug)
- El Salvador: Ausreise 26 US \$ (Flugzeug)

## **2.4. Sicherheit**

Im Vergleich zu anderen lateinamerikanischen Ländern ist Nicaragua relativ sicher. Dennoch sollten einige Vorsichtsmaßnahmen, insbesondere in der Hauptstadt Managua, unbedingt eingehalten werden. Aktuelle Sicherheitsinformationen finden sich auf der Webseite des Auswärtigen Amtes.

### **Generelle Vorsichtsmaßnahmen**

- Von Spaziergängen nach Einbruch der Dunkelheit sollte abgesehen werden. Ausgehen ist in der Regel kein Problem. Wenn Du ausgehst, beachte ähnliche Vorsichtsmaßnahmen wie in Deinem Heimatland: Achte auf Dein eigenes Getränk, damit Dir niemand Drogen ins Glas schüttet. Betrunkene, die in der Dunkelheit allein unterwegs sind, sind ein beliebtes Opfer für Überfälle. In Leon gibt es eine Menge Taxen, die für weniger als einen Euro pro Person durch die gesamte Stadt fahren und als wesentlich sicherer gelten als der Heimweg zu Fuß nach der



Diskotheek. Wir raten Dir, diese zu nutzen, selbst wenn Dein Heimweg nur wenige Meter ist. Wenn Du etwas mehr bezahlst, kannst Du dem Fahrer mitteilen, dass Du das Taxi alleine benutzen möchtest. Die Kosten sind nämlich pro Person und nicht pro Fahrt, so dass normalerweise unterwegs Personen zusteigen.

- Auf Wertsachen (auch billigen Modeschmuck) und viel Bargeld sollte beim Herumspazieren außerhalb Deiner Unterkunft möglichst verzichtet werden. Nimm nur soviel Geld mit, wie Du wirklich benötigst. Es sollte immer auch Bargeld - auf mehrere Stellen verteilt - mitgeführt werden. Dabei sollten verschiedene Möglichkeiten, wie Brustbeutel, Geldgürtel, Geldbörse etc. gleichermaßen genutzt werden. Selbst eine günstige Uhr kann für die Einheimischen als Reichtum gedeutet werden. Die Kleidung sollte sich der Umgebung anpassen sowie unauffällig und leger sein. Ausländer sind leicht erkennbar und gelten generell als wohlhabend.
- Der Reisepass ist Dein wichtigster Begleiter. Wenn Du die Möglichkeit hast, ihn sicher einzuschließen, solltest Du dies auch tun und ihn nicht bei Dir tragen, es sei denn Du überquerst eine Grenze. Es ist ratsam, für den Fall eines Diebstahls oder Verlustes eine Kopie des Reisepasses sicher aufzubewahren, die neben der Seite mit den personenbezogenen Angaben auch die Seite mit dem nicaraguanischen Einreisestempel beinhalten sollte. Tipp: Alle wichtigen Dokumente (Pass, Kreditkarten, Versicherungsschutz, Flugtickets) einscannen oder abfotografieren und an Dich selbst per Email senden.
- Bei Reisen innerhalb des Landes (und generell in vielen Regionen Lateinamerikas) wird von Nachtfahrten mit dem Bus abgeraten. Wenn Du tagsüber mit dem Bus reist, solltest Du Deine Wertsachen immer in Sichtweise haben. Packe alle Wertsachen ins Handgepäck und trage dieses am Körper (nicht im Ablagefach des Busses).
- Im Falle eines Überfalles sollte kein Widerstand geleistet werden, da die Hemmschwelle der Kriminellen erfahrungsgemäß sehr niedrig ist. Du solltest immer etwas Bargeld dabei haben, das Du den Dieben geben kannst, da sie sonst eher zu Gewalt neigen.
- Bei Überfällen, vor allem im Taxi, werden die Opfer häufig gezwungen, ihre PIN-Nummer preiszugeben. Also auf Verlangen die Pin, Bargeld und andere Wertgegenstände lieber herausgeben. In so einem Fall bekommt man sein Geld in der Regel von der Bank zurück. Deshalb und zur generellen Reduktion der Kriminalität unbedingt Anzeige erstatten! Allerdings sollte man von der Polizei (die häufig unterbezahlt und schlecht ausgebildet ist) nicht zu viel Unterstützung bzw. Motivation zur Ergreifung des Diebes erwarten.
- Um im Verlustfall schnell handeln zu können, sollte man sich die Nummern der Kreditkarten - sowie die jeweiligen Telefonnummern der Ausgabeorganisationen - separat notieren oder im Email-Postfach abspeichern.
- Eine sehr schnelle und sichere Geldversorgung ist im Notfall durch "Western-Union-Money Transfer" über die Reise-BANK AG oder die Post in Deutschland möglich (Service-Nr. in Deutschland: 0180-522 58 22; Fax Info Service: 0190-58 52 52).

### **Steuern in Managua**

In den Taxibus von Managua kommt es derzeit häufig zu Raubüberfällen, auch mit Schusswaffen. Auch bei Tageslicht oder für Gruppenreisende sind solche Taxibus kein sicheres Verkehrsmittel. Größte Vorsicht ist geboten, wenn sympathische Unbekannte, oft auch jüngere Frauen, anbieten, gemeinsam ein



(angeblich vertrauenswürdigen) Taxi oder anderes Privat-Kfz zu nehmen. Dies ist ein bekannter Trick von Taxiräuber-Banden.

Sofern nicht auf die Taxibenutzung verzichtet werden kann, sollten unbedingt zumindest registrierte Radiotaxis gewählt werden. Diese sind u.a. am Nummernschild erkennbar. Die Nummer sollte mit der auf der Seite des Taxis aufgedruckten Nummer übereinstimmen. Vom internationalen Flughafen Managua aus sollten ausschließlich zugelassene Flughafentaxis benutzt werden – diese sind am Flugzeug-Logo des Taxis und an den roten Hemden der Fahrer zu erkennen.

Dem Taxifahrer sollte mitgeteilt werden, dass keine weiteren unbekannteten Mitfahrer erwünscht sind. Auch der Preis sollte vor der Fahrt ausgehandelt werden. Darüber hinaus kann es hilfreich sein, einem Dritten vor der Fahrt die Nummer des Taxis, Lizenz des Fahrers und Fahrtziel für den Fahrer sichtbar mitzuteilen. Das Risiko eines Überfalls lässt sich durch diese Vorsichtsmaßnahmen reduzieren.

## 2.5. Gesundheit

Managua und Leon gelten zurzeit als malariefrei. Nur in den ländlichen Gebieten der Atlantikküste und in Sumpfbereichen, gibt es ein niedriges bis mittleres Malariarisiko, zumeist einer weniger gefährlichen Form. Weitere Informationen sowie zu Dengue und anderen aktuellen Risiken finden sich auf der Internet-Seite des Auswärtigen Amtes.

Zum Schutz gegen **Malaria und Dengue** (und auch gegen das nervige Jucken) sollte ein Mückenspray (erhältlich z.B. im Supermarkt in Leon) genutzt werden. Mücken sind besonders in der Dämmerung sehr aggressiv, aber auch tagsüber.

**Durchfallerkrankungen** bei Reisenden sind häufig. Sie sind in den meisten Fällen vermeidbar durch Beachtung einfacher Regeln:

- Ausschließlich Wasser sicheren Ursprungs trinken, z.B. Flaschenwasser, nie Leitungswasser. Im Notfall gefiltertes bzw. desinfiziertes und abgekochtes Wasser benutzen.
- Bei Nahrungsmitteln gilt: Kochen oder Schälen. Fliegen fernhalten.
- So oft wie möglich mit Seife die Hände waschen, immer aber nach dem Toilettengang und immer vor der Essenszubereitung und vor dem Essen. Händedesinfektion, wo angebracht, durchführen. (ggf. aus Deinem Heimatland eine kleine Tube Händedesinfektionsmittel mitnehmen) Einmalhandtücher verwenden.
- Sollte dennoch eine Durchfallerkrankung eintreten, hilft es, in der Reisapotheke Immodium und Elektrolyte mitzuführen

## HIV

Durch ungeschützte sexuelle Kontakte, bei Drogenmissbrauch (unsaubere Spritzen und Kanülen) und Bluttransfusionen besteht grundsätzlich das Risiko einer lebensgefährlichen HIV-Infektion. Kondombenutzung wird immer, insbesondere aber bei „Gelegenheitsbekanntschaften“, empfohlen.

Tipps für die Reisapotheke: <http://weltreise-info.de/hygiene/reisapotheke.html>



## 2.6. Unterkunft

Wir helfen Dir gerne bei der Suche nach einer Unterkunft. Beispielhafte Optionen (Stand 2012):

- Am Meer: Ein Haus für drei bis vier Freiwillige (3 Zimmer, 1 Wohnzimmer, Küche). Kosten: ca. 230-500 US\$ im Monat für das gesamte Haus
- Gastfamilie in Leon: 100-200 US \$ im Monat (z. B. 100 US \$ bei Gastfamilie Minosca & Liliana, Tel. 0050585874426, inklusive Internet, ohne Verpflegung, geteiltes Bad, Küchenmitbenutzung (Gas zu zahlen)) - In den Gastfamilien wohnen meistens mehrere Freiwillige und der Anschluss an die Familien ist mehr oder weniger groß
- WG in Leon: 100-200 US \$ im Monat (z. B. bei Don Juan, 190 US \$ inklusive Verpflegung, 100 US \$ ohne Verpflegung, geteiltes Bad) – auch in den WGs wohnen häufig die Eigentümer gleich nebenan.
- Zimmervermietung im Jardin Secreto in Leon: 80 US \$ im Monat (Zimmer mit eigenem Bad, sehr einfach, direkte Anbindung an die beste Pizza von Leon, im Innenhof mit kleinem Garten)
- Harvest House, eine Art Langzeitzimmervermietung für Freiwillige und andere: 175 € monatlich für ein Einzelzimmer oder 100 € pro Person für ein Doppelzimmer. Leistungen: Küche, Internet, Wohnzimmer, 3x pro Woche wird das Zimmer gereinigt – [http://www.tripadvisor.de/Hotel\\_Review-g424970-d3351011-Reviews-Harvest\\_House\\_Nicaragua-Leon\\_Leon\\_Department.html](http://www.tripadvisor.de/Hotel_Review-g424970-d3351011-Reviews-Harvest_House_Nicaragua-Leon_Leon_Department.html) - Beachte: Es gibt zwei Häuser. in einem werden nur Kurzzeitzimmer vermietet, daher ist es wesentlich teurer.

Sprich uns rechtzeitig (ca. 2 Monate vor Ankunft) an.

## 2.7. Flugbuchung

Der internationale Flughafen liegt in Managua. Seiten wie <http://www.flug.idealo.de> oder <http://www.swoodoo.com> bieten Preisvergleiche. Mit Flugkosten zwischen 550 und 1200 € bei rechtzeitiger Buchung sollte gerechnet werden.

## 2.8. Empfehlungen für das Reisegepäck

Eine gute Packliste findest Du hier: <http://weltreise-info.de/kapitel/ausruistung.html>.

Denke auf jeden Fall an:

- Adapter (110 V)
- Reiseapotheke
- Impfausweis (wird teilweise für die Einreise in manche lateinamerikanische Länder benötigt)
- Mückenschutz (kann auch vor Ort gekauft werden)
- Ohrenstöpsel



- Taschenlampe (nützlich bei Stromausfällen und im Dorm von Hostels)
- Pass und Passkopie (auch per Email sowie Kopie vom Einreisestempel nach Einreise)
- Internationaler Führerschein (wenn Du vor Ort Auto fahren willst)
- Kopien aller Dokumente
- Tampons (sind kaum in Nicaragua erhältlich)
- Genügend Kontaktlinsen
- Sonnenschutz (ist relativ teuer, kann aber vor Ort gekauft werden)
- Kleines Schloss (um Wertsachen einzuschließen - kann auch in ferreteria vor Ort gekauft werden)
- Gesichtspflege (kaum erhältlich vor Ort)
- Reiseführer Nicaragua oder Zentralamerika

## 2.9. Checkliste

Diese Checkliste der Seite [www.weltreise-info.de](http://www.weltreise-info.de) können wir sehr empfehlen. Je nach Länge Deines Auslandsaufenthaltes wirst Du sicherlich nicht alles davon erledigen müssen. Bist Du allerdings ein Jahr unterwegs und hast eine eigene Wohnung, ein Auto etc., kommt einiges an Vorbereitung auf Dich zu. Es gibt viel zu tun, also am besten gleich anfangen! Je früher Du die ersten Dinge erledigt hast, desto weniger Stress hast Du kurz vor der Abreise.

Nach einem kurzen Blick auf die Liste unten wirst Du schon eine ungefähre Vorstellung haben, was auf Dich zu kommt. Keine Angst, es ist halb so schlimm - außer wenn Du zu spät mit den Vorbereitungen anfängst!

### **Unmittelbar nach der Entscheidung**

- ✓ Mit dem Füllen der Reisekasse beginnen
- ✓ Fremdsprachen auffrischen (Spanisch!) oder neu lernen
- ✓ Quittungen für alles aufbewahren, was möglicherweise mit auf die Reise geht (für die Gepäckversicherung)

### **Ein Jahr vor der Reise**

- ✓ Tollwut-Impfung beginnen (falls gewünscht; 4 Spritzen über 1 Jahr)
- ✓ Falls Du länger bleibst: Kündigungsfristen für Verträge raussuchen (Mietvertrag, Arbeitsvertrag, Telefon, Strom, Kabelanschluss, Handy, Versicherungen, Vereine...). Mach Dir einen Plan, was Du wann kündigen musst.
- ✓ Ausrüstungs-Wunschliste für Feiertage (Weihnachten, Geburtstag...) zusammenstellen.

### **6 Monate vor der Reise**

- ✓ Wenn Du vor oder nach der Freiwilligenarbeit noch reisen willst: Einstieg in die konkrete Planung der Reiseroute. Recherchieren von Flugverbindungen, Reisewetter und Einreisebestimmungen.
- ✓ Freunde und Arbeitgeber einweihen.
- ✓ Impfberatung beim Tropenarzt (hilfsweise beim Internisten oder Hausarzt). Unmittelbar im Anschluss beginnt das Impfprogramm mit der Hepatitis-Impfung (3 Spritzen über 6 Monate).
- ✓ Reisepass beantragen bzw. Gültigkeit überprüfen
- ✓ Finanzen und Papiere ordnen. Alle Informationen für die Heimatbasis vorbereiten.
- ✓ Überflüssige Dinge nach und nach verkaufen (Ballast abwerfen)

### **4 Monate vor der Reise**



- ✓ Flugtickets kaufen.

### **Nach der Ticketbuchung**

- ✓ Ggf. beim Kreiswehersatzamt abmelden
- ✓ Falls erforderlich: Wohnung kündigen (falls keine Untervermietung geplant ist), Arbeitsvertrag kündigen. Meldung bei der Arbeitsagentur.
- ✓ Zeitschriften abbestellen

### **3 Monate vor der Reise**

- ✓ Den Großteil der Ausrüstung kaufen.
- ✓ Check-Up beim Hausarzt
- ✓ Check-Up beim Zahnarzt
- ✓ Reisekonto eröffnen, Kreditkarte beantragen (z.B. DKB, ComDirect)
- ✓ Bei vorhandener Kreditkarte: Gültigkeit überprüfen, ggf. neue beantragen

### **2 Monate vor der Reise**

- ✓ Mit Sonflora über eine Unterkunft sprechen
- ✓ Falls relevant: Wohnung untervermieten
- ✓ Visa beantragen (z.B. ESTA für das Umsteigen in den USA)
- ✓ Reise-Blog anlegen und die Funktionen ausprobieren (z.B. bei [www.wordpress.com](http://www.wordpress.com))
- ✓ Reise-e-Mail-Adresse anlegen. Die Web-Oberfläche des e-Mail-Providers ausprobieren und das Adressbuch pflegen. Mailverteiler für Rundmails anlegen.
- ✓ Skype-Account einrichten.
- ✓ Sperrmüll anmelden (für große Sachen, die nicht eingelagert werden)
- ✓ Internationalen Führerschein besorgen

### **1 Monat vor der Reise**

- ✓ Gegebenenfalls Anwartschaft für Krankenversicherung beantragen
- ✓ Reiseversicherungen abschließen
- ✓ Informationen (Versicherungsunterlagen, Passkopie, Kreditkartendaten, Kontaktadressen etc.) für die „Heimatbasis“ (ein Familienmitglied oder einen Freund) zusammenstellen
- ✓ Falls relevant: Autoverkauf
- ✓ Inhalt der Wohnung für Einlagerung verpacken. (ACHTUNG: viel Arbeit! Wenn hier geschlampt wird, z.B. bei der Beschriftung, droht nach der Rückkehr das Chaos.)
- ✓ Ausrüstung komplettieren
- ✓ Rucksack probepacken
- ✓ Alle Ausrüstungsgegenstände fotografieren (für die Versicherung)
- ✓ Reiseschecks und Bargeld (US-Dollar) besorgen
- ✓ Kopien aller Dokumente machen. Dokumente einscannen (oder fotografieren) und an die eigene e-Mail-Adresse schicken.
- ✓ Drogerieartikel und Medikamente kaufen

### **2 Wochen vor der Reise**

- ✓ Rucksack endgültig packen
- ✓ Nachsendeantrag bei der Post stellen

### **Eine Woche vor der Reise**

- ✓ Letzte Impfungen abschließen
- ✓ Wohnungsübergabe
- ✓ Puffer für letzte Erledigungen einplanen
- ✓ Ggf. Ummeldung beim Einwohnermeldeamt



- ✓ Ggf. Abmeldung bei der Arbeitsagentur wegen Auslandsaufenthalt
- ✓ Ggf. Malariaphylaxe beginnen

### **Unmittelbar vor der Reise**

- ✓ Letzte Sachen in der Heimatbasis einlagern (ein paar Curver-Boxen und einige Umzugskartons fallen immer noch an). Überlege Dir, was Du nach der Rückkehr zuerst wieder brauchen wirst: Kleidung, Wertsachen, Schlüssel, wichtige Unterlagen...
- ✓ Abschiedsparty

## **3. Ankunft**

Endlich da. Du hast Deine Unterkunft bezogen und Dein erster Tag im Projekt ist gekommen. Was erwartet Dich?

### **3.1. Kultur in Nicaragua**

#### **Sprache**

Die Menschen in Nicaragua sind in manchen Dingen formeller als Europäer. Das „Sie“ (usted) wird benutzt für Personen, die älter oder in höheren Positionen sind. Auch für Personen, die Du nicht gut kennst, solltest Du „usted“ benutzen. Im Zweifel sollte das „usted“ anstatt des Du („tu“ bzw. „vos“) benutzt werden. Eine andere übliche Form, Respekt vor älteren Menschen oder Respektspersonen zu zeigen, ist es, den Titel „Don“ für Männer (z. B. Don Juan) und „Doña“ für Frauen (z. B. Doña Maria) zu benutzen.

Andere wichtige Höflichkeitsausdrücke, die täglich genutzt werden:

- Buenas dias (guten Morgen)
- Buenas tardes (guten Nachmittag)
- Buenas noches (gute Nacht)
- Gracias (danke)
- Con mucho gusto (gern geschehen)
- De nada (dafür nicht)
- Con permiso (entschuldigen Sie – z. B. wenn man an jemandem vorbeigehen möchte, der im Weg steht, oder in einen Laden oder ein privates Haus eintritt)
- Que le vaya bien (alles Gute)
- Buen provecho (guten Appetit)

#### **Kleidung**

Wir empfehlen schlichte Kleidung zu tragen. Insbesondere in ländlichen Gegenden sollten ärmellose T-Shirts, kurze Röcke und bauchfreie Kleidung vermieden werden. Auf das Sonnenbaden „oben ohne“ oder selbst im Bikini solltest Du aus Respekt vor den Einheimischen außerhalb von Touristengegenden verzichten. Viele Einheimische baden in Kleidung, zumindest im T-Shirt.

Frauen werden in der weit verbreiteten „Machismo“-Kultur häufig als Sexobjekt gesehen. Nackte Haut wird daher starrende Männer, Pfiffe und sexuelle Avancen von Männern anziehen.



Auch Schmuck kann zu Neid führen oder provozieren, dass die Menschen Dich anbetteln. Die Landbevölkerung hat kein Gespür für den Wert von Modeschmuck und wenn Du teure Kleidung oder Schmuck trägst, wirst Du in ihren Augen als reich erscheinen. Manche Bauern müssen sechs Monate arbeiten, um das Geld zu verdienen, was eine Kette oder Ohrringe kosten. Ein Nachtwächter im Hostel verdient z. B. um die 3 Euro pro Nacht.

### Als Frau in Nicaragua

Der Machismo ist in Zentralamerika weit verbreitet. Männer haben eine dominierende Rolle in Nicaragua, Frauen werden häufig ungleich oder als Objekte behandelt. Als Frau wirst Du mehrmals am Tag bemerken, dass Männer Dir vielsagende Blicke zuwerfen, Dir hinterher pfeifen oder Dir Sprüche hinterher rufen. Tipp: Ignorieren oder höflich „buenas dias“ sagen.

### Weitere Dinge, die Du wissen solltest

- Heißes Wasser aus der Leitung ist in Nicaragua unüblich. In der Gegend von León, wo es das ganze Jahr über warm ist, ist die kalte Dusche am Abend meistens sehr angenehm.
- Waschmaschinen sind nicht weit verbreitet. Die wenigsten Wäschereien in Leon waschen mit heißem Wasser. Daher wird Kleidung nicht immer komplett sauber.
- Du solltest Dich auf regelmäßigen Strom- oder Wasserausfall einstellen.
- Du solltest kein Toilettenpapier in die Toilette werfen, sondern stattdessen immer den Mülleimer neben der Toilette benutzen. Ansonsten wird Deine Gastfamilie oder Dein Hostel ein kleines Problem mit einer verstopften Toilette bekommen.
- Auf der Straße wirst Du häufig auf Bettler treffen. Du entscheidest natürlich selbst, wie Du mit der Situation umgehst. Wir empfehlen, etwas zu Essen (z. B. eine Banane oder Kekse) statt Geld zu geben. Mit Geld können Alkohol oder Drogen gekauft werden. Bei alten Leuten, die auf dem Bürgersteig sitzen, ist es eine andere Sache. Sie haben keine andere Möglichkeit an Geld zu kommen.
- Umweltschutz wird in Nicaragua nicht sehr groß geschrieben. Du kannst Deinen eigenen Beitrag leisten, indem Du Wasserflaschen wieder befüllst anstatt sie wegzuworfen (z. B. mit Wassercontainern) und Plastiktüten wieder benutzt.

### 3.2. Die Situation der Kinder

Wie bereits erwähnt, ist Nicaragua eines der ärmsten Länder der Welt. 50% der Bevölkerung leben in Armut. Auch die Kinder unseres Projektes kommen aus armen Familien. Somit wirst Du mit der Armut zwangsläufig konfrontiert werden.

Der Bildungsstand ist sehr niedrig. Viele Eltern können nicht lesen und schreiben, auch wenn offizielle Zahlen der Regierung anderes behaupten mögen. Sie können daher ihre Kinder nicht fördern. Daher bietet das Projekt Hausaufgabenhilfe und Englischunterricht. Das öffentliche Schulsystem Nicaraguas sieht weiterhin keinen Unterricht in kreativ-musischen Fächern vor. Vielen Familien mangelt es am Geld





für die notwendige Schulausrüstung, geschweige denn angemessene Nahrung und Kleidung. Das Projekt bietet den Kindern daher am Wochenende eine gesunde Mahlzeit an und organisiert Aktivitäten, die ihre Kreativität fördern.

Weiterhin gehört häusliche Gewalt zu einer weit verbreiteten Erziehungsmaßnahme. Viele Kinder werden geschlagen oder sind Opfer sexueller Übergriffe in der Familie. Leider gehören derartige Dinge zum Alltag für fast alle Kinder im Projekt. Mit der Projektleiterin und anderen Freiwilligen kannst Du Dich austauschen, wie Du reagieren kannst, wenn Dir ein Kind von seiner familiären Situation erzählt. Außerdem gibt es im Projekt Psychologen, die mit den Kindern arbeiten.

Stelle Dich darauf ein, dass die Situation in einem Entwicklungsland nicht so wie in Europa ist. Staatliche Mechanismen versagen in vielen Bereichen. Professionelle Hilfe kann nur durch Spendengelder und Freiwillige geleistet werden und es gibt noch viel zu tun.



Dank Deiner Hilfe können wir ein kleines Stück der Lebenssituation der Kinder verbessern. Sie lernen im Projekt, was es heißt, eine Erziehung durch positive Zuwendung zu erfahren und damit eine Alternative zur Gewalt erlernen. Durch die Hausaufgabenhilfe verbessert sich ihre Bildungssituation und sie haben vielleicht einmal die Chance, dem Kreislauf der Armut zu entkommen. Außerdem bekommen sie durch verschiedene Aktivitäten mehr Selbstbewusstsein. Möglicherweise haben sie dadurch einmal genug Mut und das Handwerkszeug, sich selbst für die Verbesserung der Situation in ihrem Land einzusetzen.

### 3.3. Die Idee von Sonflora

Der Name der Organisation „Sonflora“ ist der Sprache Esperanto entlehnt und bedeutet Sonnenblume. Sonnenblumen richten ihr „Gesicht“ stets der Sonne entgegen und lassen dabei ihre Schatten hinter sich.



Unsere Arbeit im Projekt versucht diese Kernidee zu aufzugreifen, indem sie den Kindern der ländlich geprägten Dörfer Las Penitas, PoneLOYa und Tamarindo eine Insel bietet, auf der sie willkommen sind, aus ihrem Alltag auszubrechen.

Sie sollen eine andere Welt kennen lernen, ohne Gewalt und ohne Verpflichtungen, die in das Leben eines Erwachsenen gehören; sie sollen lernen, dass Kinder zu aller erst Rechte besitzen und nicht allein Pflichten.

Sie bekommen die Möglichkeit eine Erziehung kennen zu lernen die gerecht, liebevoll und dennoch konsequent sein kann. Das Projekt möchte ihnen Raum zum Lernen, Spielen, Sport, Spaß und vor allem die Zeit zum „Kind sein“ schenken.



### 3.4. Deine Aufgaben

Wir bieten den Kindern vielfältige Angebote. Jeder Freiwillige hilft bei den Hausaufgaben. Ansonsten freuen wir uns, wenn Du Dich da einsetzt, wo Du eigene Fähigkeiten hast, z.B.

- Mitarbeit im Schulunterricht, Hausaufgabenhilfe, Englisch-, Mathematik-, Lese- und Spanischförderung
- Psychologische Betreuung
- Gesundheits- und Sexualaufklärung
- Informationsveranstaltungen zu Kinderrechten
- Basteln, Malen, Werk- und Handarbeit
- Sport (z.B. Baseball oder Fußballmannschaft mit regelmäßigem Spielbetrieb)
- Gitarrenunterricht
- Tanzen
- Theater, Zirkus
- Organisation von Exkursionen
- Aufklärung und Aktivitäten zum Thema Umweltschutz
- Das Vorbereiten und Kochen von warmen gesunden Mahlzeiten
- Projektadministration und Marketing
- .....und natürlich: Spielen!



Falls Du beispielsweise Talent im Basteln oder Gitarre spielen hast, setze am besten gleich ein paar Bastel-Utensilien auf Deine Packliste oder packe Deine Gitarre ein.

### 3.5. Regeln und Arbeitszeit

Die Arbeit im Projekt soll vor allem Spaß machen und Deinen Horizont erweitern. Wir freuen uns über Deinen Einsatz und Deine Ideen. Jede/r Freiwillige/r soll ermutigt werden, seine Talente und Fähigkeiten bei der Arbeit mit den Kindern einzusetzen. Wir schätzen Deine Arbeit im Projekt sehr wert und freuen uns, dass Du Dich unentgeltlich für die Kinder einsetzt.

Trotz allem Spaß gibt es einige Regeln, die die Zusammenarbeit im Projekt erst möglich machen.

- Die Arbeitszeit liegt am Tag bei ca. 5 Stunden. Dies variiert allerdings, da die Kinder unter der Woche erst nach der Schule ins Projekt kommen und am Wochenende und in den Ferien schon vormittags. Daher ist es erforderlich, auch am Wochenende zu arbeiten. Als Ausgleich erhältst Du pro Woche zwei Tage frei.
- Inhaltlich geht es darum, unter der Woche mit den Kindern Hausaufgaben zu machen und am Wochenende verschiedene Aktivitäten zu begleiten wie Spielen, Basteln, Sport, Theater, Singen, Ausflüge etc. Wir wollen absichtlich den Freiwilligen nicht einzeln vorschreiben, was ihre Aufgaben sind. Vielmehr erwarten wir ein hohes Maß an Eigeninitiative und Dein Engagement, Dich dort einzusetzen, wo Du Bedarf siehst.
- Spanisch ist Voraussetzung, um mit den Kindern zu kommunizieren. Daher erwarten wir von allen Freiwilligen, die bei der Ankunft noch kein Spanisch sprechen, sofort mit einem Spanischkurs zu beginnen. Wir helfen gern bei der Vermittlung (siehe unten).



- Weil die Arbeit im Projekt Spaß macht, kommt schnell eine Art Ferienstimmung auf. Dennoch sollte nicht vergessen werden, dass im Projekt ausschließlich Freiwillige arbeiten und daher Regeln wie Pünktlichkeit und Zuverlässigkeit sehr wichtig sind – einerseits damit das Projekt funktioniert, andererseits auch als Vorbild für die Kinder. Wenn Du krank bist, gebe der Projektleitung Bescheid, sobald Du weißt, dass Du nicht in das Projekt kommen kannst.
- Wenn Du vor oder nach der Projektarbeit noch reisen willst, plane dies bitte von vorne herein für außerhalb der vereinbarten Projektzeit ein. Wenn Freiwillige frühzeitig das Projekt verlassen, können wir die Stelle nicht kurzfristig nachbesetzen. Bedenke, dass wir einem anderen Freiwilligen absagen mussten, weil wir Dir die Chance gegeben haben, am Projekt teilzunehmen. Bisher hatten die meisten Freiwilligen eine gute Zeit im Projekt, viele haben ihren Aufenthalt verlängert. Natürlich wollen wir aber niemanden zwingen, eine Arbeit zu machen, die keinen Spaß macht. Falls Du Dich absolut unwohl fühlst und deshalb das Projekt verlassen möchtest, sprich uns bitte frühzeitig darauf an.

### 3.6. Spanischunterricht

Spanischkenntnisse sind sowohl im Projekt als auch für das tägliche Leben notwendig. Für den Lebenslauf kann es daneben auch nicht schaden. Das Projekt hilft gern und kostenlos bei der Vermittlung von Spanischstunden. Kosten: 5-7 US \$ pro Stunde (Stand: Februar 2013).

### 3.7. Anreise

Alle Vorbereitungen sind abgeschlossen? Du sitzt im Flieger?

An Deinem ersten Tag kommst Du wahrscheinlich am Flughafen in Managua an oder an einer der Bushaltestellen. Sei vorsichtig, wenn Du mit dem Tica-Bus in Managua ankommst, da die Gegend um die Haltestelle als unsicher gilt. Vermeide die Ankunft bei Dunkelheit.

Hast Du noch keine Cordobas, befindet sich am Flughafen ein Geldautomat. Falls dieser defekt ist, empfiehlt es sich, vorsichtshalber US-Dollars in kleineren Noten bereits mitzuführen.

Gerne organisieren wir Dir Flughafenabholung. Die Kosten betragen ca. 60 US-Dollar vom Flughafen bis zu Deiner Unterkunft. Diese empfiehlt sich vor allem bei Ankunft nach Anbruch der Dunkelheit.

Wenn Du bis zum frühen Nachmittag anreist und ein knappes Budget hast, kannst Du die öffentlichen Verkehrsmittel nutzen.

Vom Flughafen nimmst Du Dir ein (offizielles/lizenziertes – siehe Hinweise oben) Taxi zur Bushaltestelle „UCA“. Das Taxi kostet etwa 10 US-Dollar, manche Fahrer nehmen 20 Dollar. Verhandle den Preis am besten vor der Fahrt. Sag dem Taxifahrer, er soll Dich direkt dort absetzen, wo das „Collectivo“ nach Leon abfährt.



Dann nimmst Du dieses „Collectivo“ (Minibus) nach Leon. Es ist schneller, angenehmer und nicht wesentlich teurer als der normale Bus. Die Fahrt dauert ca. 1,5-2 Stunden. Dort angekommen, nimm Dir wieder ein Taxi zu Deiner Unterkunft in Leon oder nach Poneloya. Innerhalb von Leon sollte das Taxi nicht mehr als 30 Cordoba kosten (ca. 1 Euro), zum Strand in

Poneloya 180-250 Cordoba je nach Tageszeit und Verhandlungsbereitschaft des Taxifahrers.



### 3.8. Kontaktperson vor Ort

Nimm einige Tage vor Ankunft Kontakt zu Mary Amrein, Projektleiterin, auf und sprich mit ihr ab, ob sie oder ein Freiwilliger Dich am Flughafen abholt und um wie viel Uhr Du an Deinem ersten Projekttag ins Projekt kommen wirst. Beachte bei einem Anruf, dass es in Nicaragua 7-8 Stunden früher ist als in Mitteleuropa. Telefonnummer: +505 88369986.

Adresse des Projektes: Proyecto Sonflora, de la Policia PoneLOYa 200 m dirección Las Peñitas, al mano izquierda, Las Peñitas/León, Nicaragua

*Und jetzt: Viel Spaß!!!*

## 4. Rückkehr

Auch die schönste Zeit ist leider irgendwann vorbei. Wenn Du Deine Freunde zum ersten Mal wieder triffst, wird sich das Gespräch viel um Deine Reise drehen. Danach allerdings nie wieder. Du wirst feststellen, dass sich die meisten Leute eher während Deines Auslandsaufenthaltes für Deine Berichte interessieren. Ein gut geschriebener Blog z. B. wird treue Leser haben. Hinterher geht es ganz schnell wieder um alltägliche Themen.

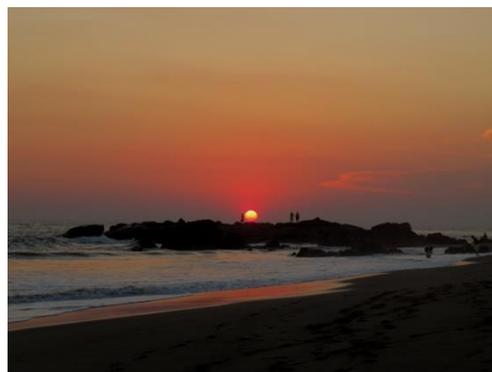
Wenn Du Dich über Deine Reise austauschen willst, solltest Du mit Leuten reden, die das selbst auch gemacht haben, z.B. mit anderen ehemaligen Freiwilligen.

Du hast auch die Möglichkeit, Dich nach Deiner Rückkehr für das Projekt zu engagieren. Für Sonflora ist es wichtig, dass wir bekannter werden, damit wir mehr Freiwillige, Paten und Spender akquirieren können. Du kannst uns helfen, indem Du unser Plakat oder die Stellenanzeige für Freiwilligenarbeit in Deiner Universität, Bibliothek oder im Hostel aushängst. Kontaktiere uns unter [schweiz@sonfloranicaragua.org](mailto:schweiz@sonfloranicaragua.org).

Außerdem kannst Du eigene Aktionen organisieren und z. B. von den Kindern gebastelte Armbänder und Grußkarten in Deinem Heimatland verkaufen. Zu Weihnachten verkaufen einige Freiwillige Punsch oder Kuchen auf dem Weihnachtsmarkt und sammeln so Spenden für Sonflora. Oder Du hast eigene Ideen? Oder kennst Leute, die an einer Patenschaft interessiert sind?

Kontaktiere einfach die Koordinatoren Schweiz, Luxemburg oder Deutschland (Kontakt über die Sonflora-Webseite) und tausche Dich über Ideen aus.

Viele der Freiwilligen bleiben noch lange über die Projektzeit hinaus mit Sonflora in Kontakt. Und wenn das Fernweh einfach nicht aufhören will: Besuche uns in Deinem nächsten Urlaub!





## 5. Häufig gestellte Fragen

- **Warum gibt es einen Mindestaufenthaltszeitraum im Projekt?**

Dies dient zu allererst dem Wohl der Kinder. Die Kinder sind häufig sehr traurig, wenn ein Freiwilliger, den sie ins Herz geschlossen haben, das Projekt verlässt. Um diese Situation für die oft sowieso schon traumatisierten Kinder nicht zu häufig zu haben, gibt es eine Mindestaufenthaltsdauer von drei Monaten. Dies dient natürlich auch einer besseren Einarbeitung und die Ermöglichung anderer Aufgaben als bei kürzeren Einsätzen.

- **Was kann ich den Kindern mitbringen?**

Du brauchst nichts mitzubringen, allein Dein persönlicher Einsatz ist sehr wertvoll für uns. Wenn Du den Kindern dennoch gern eine Freude machen möchtest, empfiehlt es sich, etwas mitzubringen, von dem mehrere Kinder etwas haben. Spiele, Stifte, Bälle, Kleidung, Fotos von Deinem Heimatort, Musikinstrumente... Oder Du fragst uns kurz vor Deiner Abreise, was aktuell benötigt wird.

Wir organisieren außerdem mit den Kindern regelmäßig eine „Boutique“, bei der wir günstig Dinge verkaufen, die uns die Freiwilligen beisteuern, und die wir nicht direkt im Projekt verwenden können. Der Erlös der verkauften Sachen geht wiederum an das Projekt. Daher können wir gut auch Erwachsenen- und Kinder-Kleidung, alte Handys etc. gebrauchen.

- **Was kostet die Vermittlung der Freiwilligenarbeit?**

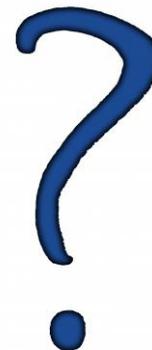
Nichts! Dein Einsatz ist für uns sehr kostbar!

Dir steht es natürlich frei, während oder nach Beendigung der Freiwilligenarbeit eine Spende an das Projekt zu leisten, wenn Du von dessen Arbeit überzeugt bist, oder eine Patenschaft zu übernehmen. Aber das ist 100% freiwillig.

- **Mit welchen Kosten ist für mich zu rechnen?**

Diese Frage ist schwierig zu beantworten, da Deine Kosten davon abhängen, zu welcher Jahreszeit und von welchem Ort aus Du fliegst, wie der Wechselkurs steht und davon, was Deine Ansprüche an Komfort, Versicherungsschutz und Ausrüstung sind. Die folgende Aufstellung ist ohne Gewähr und kann weitere Kosten beinhalten (Stand: Februar 2013):

Flug:	550-1500 Euro
Kranken-, Haftpflicht- und Unfallversicherung:	
z. B. sechsmonatiger Aufenthalt, bis 35 Jahre alt (STA Travel):	210 Euro
Unterkunft:	75-150 Euro pro Monat
Busfahrt zum Projekt aus Leon (Hin- und Rückweg):	1,00 Euro
2-Liter-Flasche Wasser im Supermarkt:	60 Cent
Bier (Restaurant/Bar):	0,75 Euro





Frischgepresster Saft „jugo natural“ im Pan y Paz:	0,55 Euro
Frühstück im Restaurant:	1,50 – 3,00 Euro
Westliches Essen im Restaurant:	2,50 – 5,00 Euro
Gericht im Einheimischen-Comedor:	0,60 – 2,00 Euro
Mittagstisch „Corriente“ bei Comedor Bertha (am Strand):	1,50 Euro
Mittagessen im Projekt (Ferien/Wochenende):	0,60 – 0,90 Euro
Belegtes Mehrkorn-Baguette im Pan y Paz:	1,70 Euro
Packung Spaghetti mit Tomatensoße im Supermarkt:	1,00 Euro
10 Bananen:	0,30 Euro

- ***Kann Sonflora die Kosten meiner Unterkunft/meines Fluges übernehmen?***

Sonflora finanziert sich allein aus privaten Spenden. Unser Budget ist sehr knapp bemessen und soll allein den Kindern zu Gute kommen. Daher können wir im Moment leider keine Kosten für Dich übernehmen. Wir helfen Dir gern bei der Vermittlung einer günstigen Unterkunft und eines günstigen Sprachkurses. Wir erhalten keinerlei Provision dafür und wollen Dir weiterhelfen, soweit es uns möglich ist. Wenn Du keine finanziellen Mittel hast, kannst Du vielleicht vor Deiner Abreise jobben oder Deine Familie um etwas Unterstützung bitten.

- ***Wie kann ich am besten wohnen?***

Es gibt die Möglichkeiten einer Art WG sowie einer Gastfamilie. Manchmal ist auch in einem Haus etwas frei, das sich mehrere Freiwillige teilen. Was besser ist, ist abhängig von Deinen Bedürfnissen.

Eine Gastfamilie empfiehlt sich, wenn Du gern engen Kontakt zu Einheimischen haben und die Sprache üben möchtest. Eine WG ist etwas besser um andere Freiwillige kennenzulernen und nicht ganz so eng mit Einheimischen zu wohnen (einige WGs sind allerdings an Familien angeschlossen). Man ist etwas flexibler und unabhängiger, was die Tagesplanung und die Mahlzeiten angeht, muss dafür aber selbst kochen.

Zudem hast Du die Möglichkeit zwischen der Stadt Leon und einer Unterkunft am Strand (Poneloya / Las Penitas) zu wählen.

In Leon ist mehr los. So bestehen bessere Chancen, andere internationale Freiwillige kennen zu lernen und das Nachtleben zu erkunden. Supermärkte, Wäschereien, Restaurants, Bars etc. sind im Zentrum gut erreichbar. Man kann nach dem Projekt meistens noch an den Strand gehen und abends zurück nach Leon fahren oder zwischendurch einmal in einem Hostel am Strand schlafen.

Eine Unterkunft am Strand ist ruhiger, näher am Projekt und erholsamer. Dort gibt es kaum Supermärkte (nur kleine Kioske sowie Restaurants). Doch auch hier besteht die Möglichkeit, gelegentlich in Leon zu übernachten, wenn Du Dir dort ein Hostel nimmst. Der letzte Bus vom Strand nach Leon fährt gegen 19.40 Uhr. Der Bus fährt stündlich.

Wenn Du Dich noch nicht vor Deiner Abreise entscheiden willst, kannst Du zunächst in einem Hostel für 5-7 US\$ die Nacht (im Dorm) übernachten und Dir vor Ort die Möglichkeiten anschauen. Im Hostal Guardabarranco (neben dem Via Via in Leon) und im Oasis (in Las Peñitas am Strand) gibt es Einzelzimmer für 18 US \$ die Nacht.

**Weiterführende Links:**

Webseite des Projektes: [www.sonfloranicaragua.org](http://www.sonfloranicaragua.org)

Hilfreiche Informationen zur Planung einer längeren Reise: [www.weltreise-info.de](http://www.weltreise-info.de)

Die Seite des Auswärtigen Amtes für Nicaragua: [http://www.auswaertiges-amt.de/DE/Aussenpolitik/Laender/Laenderinfos/01-Nodes\\_Uebersichtsseiten/Nicaragua\\_node.html](http://www.auswaertiges-amt.de/DE/Aussenpolitik/Laender/Laenderinfos/01-Nodes_Uebersichtsseiten/Nicaragua_node.html)

**Hast Du weitere Fragen? Hast Du Ideen, wie wir unsere Informationen noch besser gestalten können?**

**Wir freuen uns sehr über Ideen und Anregungen!**

Kontakte unter <https://sonfloranicaragua.org/contact/>



## Verpflichtungserklärung

Wir bestätigen die Teilnahme an der Freiwilligenarbeit von \_\_\_\_\_ im Projekt Sonflora vom \_\_\_\_\_ bis \_\_\_\_\_. Eine Verlängerung der Aufenthaltsdauer ist in beiderseitigem Einvernehmen möglich.

Es gelten die folgenden Projektregeln:

- Die Arbeitszeit liegt am Tag durchschnittlich bei ca. 5-7 Stunden. Dies variiert allerdings, da die Kinder unter der Woche erst nach der Schule ins Projekt kommen und am Wochenende und in den Ferien schon vormittags. Daher ist eine gewisse Flexibilität erforderlich sowie die Bereitschaft, auch am Wochenende zu arbeiten. Als Ausgleich erhältst Du pro Woche zwei Tage frei.
- Inhaltlich geht es darum, unter der Woche mit den Kindern Hausaufgaben zu machen und am Wochenende verschiedene Aktivitäten zu begleiten wie Spielen, Basteln, Sport, Theater, Singen, Ausflüge etc. Wir wollen absichtlich den Freiwilligen nicht genaue Aufgaben zuteilen. Vielmehr erwarten wir ein hohes Maß an Eigeninitiative und Dein Engagement, Dich dort einzusetzen, wo Du Bedarf siehst.
- Spanisch ist Voraussetzung, um mit den Kindern zu kommunizieren. Daher erwarten wir von allen Freiwilligen, die bei der Ankunft noch kein oder geringes Spanisch sprechen, spätestens bei der Ankunft sofort mit einem Spanischkurs zu beginnen. Wir helfen gern bei der Vermittlung.
- Weil die Arbeit im Projekt Spaß macht, kommt schnell eine Art Ferienstimmung auf. Dennoch sollte nicht vergessen werden, dass im Projekt ausschließlich Freiwillige arbeiten und daher Regeln wie Pünktlichkeit und Zuverlässigkeit sehr wichtig sind - einerseits damit das Projekt funktioniert, andererseits auch als Vorbild für die Kinder. Wenn Du krank bist, gebe der Projektleitung Bescheid, sobald Du weißt, dass Du nicht in das Projekt kommen kannst.
- Im Projekt werden vertrauliche Sachen über die Kinder und projektinterne Angelegenheiten besprochen. Über alle projektrelevanten Themen ist gegenüber Personen außerhalb des Projektes eine Schweigepflicht auch über den Einsatz im Projekt hinaus einzuhalten.
- Wenn Du vor oder nach der Projektarbeit noch reisen willst, plane dies bitte von vorne herein für außerhalb der vereinbarten Projektzeit ein. Wenn Freiwillige frühzeitig das Projekt verlassen, können wir die Stelle nicht kurzfristig nachbesetzen. Bedenke, dass wir einem anderen Freiwilligen absagen mussten, weil wir Dir die Chance gegeben haben, am Projekt teilzunehmen. Bisher hatten die meisten Freiwilligen eine gute Zeit im Projekt, viele haben ihren Aufenthalt verlängert. Natürlich wollen wir aber niemanden zwingen, eine Arbeit zu machen, die keinen Spaß macht. Falls Du Dich absolut unwohl fühlst und deshalb das Projekt verlassen möchtest, sprich uns bitte frühzeitig darauf an.

Ich, \_\_\_\_\_, bestätige verbindlich, dass ich mich unter Einhaltung der Projektregeln für den oben genannten Einsatzzeitraum, dem Projekt Sonflora als Freiwilliger zur Verfügung stelle.

\_\_\_\_\_  
Ort, Datum

\_\_\_\_\_  
Unterschrift