

Die 25 wichtigsten Fragen und Antworten über Freiwilligenarbeit und Praktika mit STEP Africa



1. Wer ist STEP Africa?

STEP Africa ist eine private Freiwilligenorganisation im Norden Tansania's, die unter **deutscher Leitung** steht. Gemeinsam mit unseren Freiwilligen unterstützen wir Projekte aus dem Bereich **Bildung, Soziales, Tierschutz und Medizin**. Unser gesamtes Team ist direkt vor Ort, um eine bestmögliche Betreuung unserer Freiwilligen und Kommunikation mit den Projekten zu gewährleisten.

2. Wo finden die Projekte statt?



Alle unsere Projekte sind in und um die Stadt **Arusha im Norden Tansania's**, Ostafrika angesiedelt. Arusha ist die drittgrößte Stadt Tansania's und spielt sowohl politisch als auch ökonomisch (Stichwort Safari-Tourismus) eine wichtige Rolle. Viele große und kleine Nichtregierungsorganisationen haben ihren Sitz in Arusha. Tansania gilt als eines

der sichersten Reiseländer Afrika's und ist landschaftlich und kulturell auch eines der schönsten und vielfältigsten Länder auf dem afrikanischen Kontinent.

3. Wie werden Freiwillige und Praktikanten untergebracht?

Alle unsere Freiwillige leben in einem unserer beiden gemütlichen **Freiwilligenhäuser in Arusha**. Die Hostels sind ruhig gelegen und dennoch zentral. Freiwillige schlafen in Mehrbettzimmern, es gibt außerdem private Doppel- /Zweibettzimmer, Einzelzimmer, Gemeinschaftsräume, Außen-Sitzbereiche, mehrere Bäder sowie Gemeinschaftsküchen. Unsere Haus-Mama's bereiten von Montag bis Freitag ein typisch tansanisches Frühstück und Abendessen mit westlichen Elementen zu, an den Wochenenden herrscht Selbstverpflegung, wobei die Küche genutzt werden darf. Unser Teambüro befindet sich direkt an einem der Hostels, sodass du immer ein Team-Mitglied als Ansprechpartner zur Verfügung hast. Die beiden Hostels sind nur wenige Gehminuten voneinander entfernt. Ebenfalls besteht die Option, statt in unseren Hostels in einer unserer lieben Gastfamilien unterzukommen.

4. Warum Freiwilligenarbeit?

Sinn und Ziele von Freiwilligenarbeit:

- Interkulturelles Lernen / in eine unbekannte Kultur eintauchen
- Hilfe und Unterstützung für dein Einsatzprojekt „im Kleinen“
- Nach der Rückkehr als Botschafter für dein Projekt fungieren
- Beobachten & Verstehen
- persönliche und fachliche Erfahrungen sammeln
- **STEP Africa -Einsätze werden von vielen Hochschulen als Praktikum anerkannt (einschließlich Pflegepraktika, Famulatur)**

5. Welche Voraussetzungen sollte ich mitbringen?

- Ausreichende Englischkenntnisse für Kommunikation in Alltag, Hostel und Projekt (Swahili-Kenntnisse sind kein Muss)
- Verständnis über Sinn, Ziele und Grenzen von Freiwilligenarbeit
- hohe Motivation und Einsatzbereitschaft
- Zuverlässigkeit
- polizeiliches Führungszeugnis
- Mindestalter 17 Jahre (mit Einverständniserklärung)
- Mindestaufenthaltsdauer 4 Wochen

6. Mit welchen Projekten arbeitet STEP Africa zusammen?

Wir arbeiten mit kleineren Organisationen/NGOs, Einrichtungen und Kliniken in Arusha zusammen. Darunter befinden sich **Tageseinrichtungen für Kinder, ein Babywaisenhaus, Schulen, Krankenhäuser, Frauenrechtsorganisationen und Projekte im Bereich Tierschutz.** Zudem leiten wir unter Koordination unseres eigenen Sozialarbeiters ein **Community Outreach Programm**. Wir achten darauf, dass die Projekte einen sinnvollen Beitrag zur Entwicklung in Tansania leisten und den ganzheitlichen Wert von Freiwilligenarbeit ebenso schätzen wie wir. Weitere Info's zu unseren aktuellen Projekten finden sich unter <http://step-africa.de/freiwilligenarbeit-praktika/>.

7. Wie werden die Projekte zusätzlich unterstützt?

Wir ermutigen unsere Freiwilligen zusätzliche Spenden für ihre Projekte zu sammeln und stehen dabei mit Rat und Tat zur Seite. Zudem unterstützen wir immer wieder auch aus Teilen unserer Einnahmen unsere Projekte finanziell. Auch nehmen die Team-Mitglieder von STEP Africa aufgrund ihrer langjährigen Erfahrung häufig eine beratende Funktion in den Projekten ein. Seit der Gründung von STEP Africa im Jahr 2014 sind bereits ein dutzend eingetragene Vereine in Deutschland und anderen europäischen Ländern entstanden, gegründet von unseren ehemaligen Freiwilligen, die einen wichtigen Beitrag zur langfristigen und nachhaltigen Förderung unserer Partnerprojekte leisten.

8. Wer macht Freiwilligenarbeit mit STEP Africa?

Viele **Schüler, Abiturienten, Auszubildende und Studenten** entscheiden sich für einen ehrenamtlichen Einsatz oder ein Praktikum in Tansania. Oft haben wir aber auch **Berufstätige und Rentner** bei uns, die sich für ein paar Wochen oder Monate engagieren möchten. Viele unserer Freiwilligen kommen aus dem **deutschsprachigen Raum**, also Deutschland, Österreich, Luxemburg und der Schweiz, wobei wir vermehrt auch Freiwillige aus dem gesamten Euroraum, Nordamerika und Australien bei uns willkommen heißen dürfen. In Arusha gibt es eine große Freiwilligengemeinschaft mit

Volontären aus der ganzen Welt.

9. Was kostet ein Freiwilligen-Einsatz über STEP Africa?

Als Freiwilliger / Praktikant zahlst du einmalig **150€ Anmeldegebühr**, welche die Projektvermittlung, -vorbereitung, Flughafenabholung, Orientierung und Projektbegleitung am ersten Tag abdeckt. Danach beläuft sich die **wöchentliche Gebühr auf 110 €** für Unterkunft in unserem Freiwilligenhaus (Mehrbettzimmer), Verpflegung von Montag bis Freitag sowie Betreuung durch unser gesamtes Team hier in Arusha. Für einen 4-wöchigen Aufenthalt zum Beispiel würdest du also 150 € Anmeldegebühr sowie 440 € Programmgebühr an uns zahlen (Gesamt: 590€). Bei einer Unterbringung im Einzelzimmer (190€/Woche), Doppel-/Zweibettzimmer (150€/Woche) sowie in der Gastfamilie (150 €/Woche) wird der Wochenbeitrag entsprechend angepasst.

Freiwillige im Bereich Medizin zahlen zudem eine Pflichtspende von \$150 pro Monat, welche direkt an die Kliniken fließen und zur Deckung laufender Kosten eingesetzt werden. Freiwillige im Bereich des **Tierschutzes** werden um eine **Mindestspende** i.H.v \$100 gebeten (ab der 5. Woche \$25 fuer jede weitere Woche).

Hinzu kommen dann noch Kosten für Flüge (ab ca. 700€ für beide Wege), Visum (ab \$50, s.u.) sowie Krankenversicherung (ab 10€ monatlich) und ggf. Reiseimpfungen.

Einen Richtwert für Taschengeld vor Ort zu geben, fällt uns immer schwer, da dies stark vom persönlichen Konsumverhalten abhängt, allerdings kannst du dich an einem ungefähren Verbrauch von 35€ -50€ pro Woche für Busfahrten (ca. 20 Cent pro einfache Fahrt), Essen am Wochenende (ab 1€ im Restaurant) und Dinge des täglichen Bedarfs orientieren.

Wenn du eine Safari oder andere Tour unternehmen möchtest, solltest du dies zusätzlich einplanen.

10. Welches Visum brauche ich?

Die Visa-Vorschriften in Tansania sind recht kompliziert und können sich häufiger einmal ändern. Aktuell reisen unsere Freiwilligen mit einem Ordinary Visum für „humanitarian and charity activities“ oder einem "Student Visa" ein. Dieses kostet US-\$ 50 und sollte direkt bei Einreise am Flughafen oder an einer Landgrenze beantragt werden. Sollten sich während der Vorbereitungszeit Änderungen in den Visa-Regularien ergeben, halten wir unsere Freiwilligen selbstverständlich auf dem Laufenden. Das Visum kann einmalig verlängert werden, womit ein Aufenthalt von maximal 6 Monaten möglich ist. Die Verlängerung kostet \$250.

Die gesamte Organisation für die Visaverlängerung übernehmen wir in Kooperation mit der Einwanderungsbehörde in Arusha.

Du benötigst einen internationalen Reisepass, der mindestens 6 Monate über deinen Aufenthalt hinaus gültig sein sollte.

11. Gibt es feste An- und Abreisezeiten?

Ja, für alle Anreisen ab Januar 2023 gilt, dass die Anreise an einem **Donnerstag einer jeder Woche** stattfinden sollte. **Orientierungstage finden jeden Freitag statt**, sodass das Wochenende zum Ausruhen und zur Akklimatisierung genutzt werden kann, bevor es montags dann das erste Mal ins Einsatzprojekt geht.

Abreisen sollten bevorzugt Mittwochs stattfinden, wobei wir hier flexibler sind. Freiwillige, die lieber an einem anderen Wochentag anreisen wollen, sollte sich für die ersten Tage eine alternative Unterkunft in Arusha suchen oder uns individuell ansprechen. Durch feste Anreisetage möchten wir in unseren Unterkünften unnötige Unruhe durch tägliche Wechsel verhindern und damit allen Freiwilligen mehr Ruhe und die Chance sich richtig kennenzulernen, ermöglichen.

12. Zu welchem Flughafen muss ich meinen Flug buchen?

Im Idealfall buchst du deinen Flug zum **Kilimanjaro International Airport (JRO)**. Dort können wir dich zu jeder Tages- und Nachtzeit abholen. Auch am Arusha Airport kannst du landen, da dies aber nur ein kleiner nationaler Flughafen ist, sind Flüge dorthin meist teurer und mit mehreren Umstiegen verbunden.

13. Wann sollte ich mich spätestens anmelden?

Da wir in unserem Freiwilligenhaus und auch in den Projekten nur begrenzt Plätze verfügbar haben, empfehlen wir eine Anmeldung mindestens 3 Monate im Voraus. Dies gibt auch dir ausreichend Zeit, dich in Ruhe auf

deinen Aufenthalt vorzubereiten. Auch kurzfristigere Anmeldungen sind nach Absprache und bei Verfügbarkeit natürlich gerne möglich.

14. Was sind die Mindest- und Höchstaufenthaltsdauer?

Die Mindestaufenthaltsdauer beträgt 4 Wochen (Aufenthalte unter 4 Wochen nur in Ausnahmefällen und nach vorheriger Absprache möglich). Visabedingt können Freiwillige maximal 6 Monate in Tansania bleiben.

15. Wie läuft der Anmeldeprozess ab?

Wenn du dich für das STEP Africa Freiwilligenprogramm entschieden hast, führt der erste Weg über unser Online-Anmeldeformular (www.step-africa.de/anmeldung/). Nach Prüfung deiner Anmeldung erhältst du in der Regel innerhalb von spätestens zwei Werktagen deine offizielle Anmeldebestätigung von uns. Sobald du uns deine Anmeldegebühr überwiesen hast, gilt die Anmeldung auch von deiner Seite aus als bestätigt.

Wir geben dir dann Zugang zu unserem **Online-Freiwilligenbereich**, in dem du dir unser **detailliertes Freiwilligen-Handbuch zur Vorbereitung auf deinen Einsatz** herunterladen kannst. Auch reservieren wir dir zu diesem Zeitpunkt dann ein Bett in unserem Freiwilligenhaus bzw. auf

Wunsch in der Gastfamilie und beginnen mit der Projektplanung.

Zusätzlich zu deiner Anmeldung benötigen wir noch einen **englischsprachigen Lebenslauf (CV)** mit eingefügtem Lichtbild als **PDF-Dokument** von dir. Zudem brauchen wir von allen Freiwilligen ein **polizeiliches Führungszeugnis / Strafregisterauszug**. Minderjährige Freiwillige sollten uns außerdem eine schriftliche Einverständniserklärung ihrer Eltern / Sorgeberechtigten zusenden.

16. Kann ich mir mein Projekt aussuchen?

Ja, sehr gerne! Wir versuchen immer, auf die Wünsche unserer Freiwilligen bei der Projektsuche einzugehen. Sollten im Wunschprojekt zum angestrebten Einsatzzeitraum keine Freiwilligen-Positionen mehr offen sein, suchen wir so lange weiter, bis sowohl Freiwilliger als auch Projekt mit der Einteilung glücklich sind.

17. Kann ich zwei Projekte kombinieren?

Viele unserer Freiwilligen teilen sich ihre Einsatzzeit zwischen zwei oder mehreren Projekten auf, um in unterschiedliche Arbeitsfelder hineinschnuppern zu können.

Wir erheben **keine zusätzlichen Gebühren** für Projektkombinationen.

18. Wie viele Arbeitsstunden pro Tag sind die Regel? Wie sieht es mit Wochenenden und Urlaubstagen aus?

Nicht alle Projekte haben festgelegte Arbeitszeiten für Freiwillige. Du kannst dir daher oftmals überlegen, ob du Teilzeit (ca. 4-5 Stunden täglich) oder Vollzeit (7-8 Stunden täglich) arbeiten möchtest. Universitäten verlangen für Praktika in der Regel eine Vollzeitbeschäftigung, informiere dich daher im Idealfall vorher über mögliche Voraussetzungen. **Zu Beginn deines Einsatzes werden deine Arbeitszeiten in Absprache mit deinem Projekt festgelegt. Im Kinderheim und Tierschutzprojekt gibt es je einen Schichtplan, der auch Wochenenden mit einschließt.**

Die Wochenenden sind in den meisten Projekten frei bzw. Arbeit an diesen Tagen ist nicht verpflichtend. Es bleibt also viel Zeit für Unternehmungen. Auch mehrtägige Reisen darfst du gerne unternehmen, wenn du dies vorab mit deinem Projekt absprichst. Generell solltest du deine Arbeit aber so wenig wie möglich unterbrechen und längere Reisen lieber vor Beginn oder nach Ende deiner Projektzeit einplanen.

19. Welche Impfungen brauche ich? Malaria-Prophylaxe ja oder nein?

Einige Reiseimpfungen wie Typhus, Meningitis, Gelbfieber und Hepatitis A und B sind, neben den Grundimpfungen, für einen Aufenthalt in Tansania empfehlenswert. Eine Tollwutimpfung solltest du bei einem Einsatz in einem Tierschutzprojekt als verpflichtend ansehen. Die **Gelbfieberimpfung** gilt als Pflichtimpfung, wenn du die Insel Sansibar besuchen möchtest oder über Nachbarländer wie Kenia, die als Risikogebiete gelten, nach Tansania einreist. Nur anerkannte Gelbfieber-Impfstellen können die Impfung in Deutschland durchführen.

Auch eine **Malariaprophylaxe** kann unter Umständen sinnvoll sein. Beachte aber, dass selbst die beste Chemoprophylaxe nie 100%igen Schutz bieten kann. Am wichtigsten ist der effektive Schutz vor Stichen! Nach deiner Anmeldung bei STEP Africa, sollte einer deiner ersten Schritte der Gang zu einem erfahrenen Tropenmediziner sein, der dich individuell auf deine Reisesituation und Gesundheitsvorgeschichte hin beraten kann.

20. Ist das Leben als Europäer in Arusha sicher?

Die Lage in Tansania und Arusha im Speziellen ist politisch sehr stabil. Sicherlich kann man im heutigen Zeitalter an keinem Ort der Welt mehr eine

100% Sicherheit vor z.B. einem Terroranschlag haben (siehe Vorkommnisse in Europa), aber die Lage in Arusha ist auch was religiöse Konflikte angeht sehr entspannt. In Arusha leben Christen und Muslime friedlich neben- und miteinander und Auseinandersetzungen sind extrem selten.

Darüber hinaus ist die **Kriminalitätsrate deutlich niedriger** als zum Beispiel in anderen vergleichbaren afrikanischen Großstädten. Tagsüber kann man sich frei und sicher bewegen. Taschendiebstähle kommen an überfüllten Orten, wie z.B. dem Markt, zwar öfters vor, wobei man auch solche vorbeugen kann, wenn man gut auf seine Sachen Acht gibt. Nach Einbruch der Dunkelheit sollte man sich zu Fuß nicht mehr unbedingt fortbewegen. Die Straßen sind schlecht beleuchtet und Überfälle werden dadurch leider begünstigt. Dennoch musst du auch als Europäer keine Sorge haben, in Arusha zu leben. **Alle unsere Projekte lassen sich gut erreichen und würden nicht von uns ausgewählt, wenn der Weg dorthin nicht sicher wäre.** Auch geben wir unseren neuen Freiwilligen am Orientierungstag eine ausführliche Einführung, die auch das Thema Sicherheit umschließt.

Unser Hauptargument ist in der Regel die Tatsache, dass wir selber mit unseren Familien in Arusha leben und dies nicht tun würden, wenn wir uns nicht absolut sicher fühlen würden!

21. Kann ich auch ohne spezifische Qualifikationen als Freiwilliger arbeiten?

Ja! Viel wichtiger als eine bestimmte Qualifikation sind Motivation, Kreativität und die Bereitschaft, sich auf eine komplett neue Kultur und Lebensweise einzulassen. Freiwillige sind keine fachlich qualifizierten Entwicklungshelfer, sondern „ganz normale Menschen“, die ihr Projekt unterstützen und viel von den Menschen in Tansania lernen möchten.

22. Kann man als Freiwilliger wirklich etwas bewirken? Werde ich in meinem Projekt gebraucht? Ersetze ich nicht einheimische Arbeitskräfte?

Alle unsere Projekte nehmen Freiwillige als **zusätzliche** Helfer auf, sodass kein Freiwilliger eine einheimische Arbeitskraft ersetzt. Freiwilligenarbeit sollte als viel mehr verstanden werden, als nur die aktive Unterstützung vor Ort. Als Freiwilliger hat man die einmalige Chance zu sehen, wie Hilfsarbeit in einem Entwicklungsland „funktioniert“, um sich so ein differenzierteres und vor allem realistisches Bild machen zu können. **Freiwilligenarbeit bedeutet mit eigenen Augen zu sehen, zu lernen und zu verstehen und sich aktiv an einem interkulturellen Austausch zu beteiligen.**

Als ehemaliger Freiwilliger fungierst du zudem als Botschafter und kannst in deinem Familien- und Freundeskreis von „deinem“ Projekt berichten. Hieraus kann dann sogar eine langfristige Partnerschaft und Unterstützung

für das Projekt, lange nach deiner Rückkehr nach Hause, entstehen.

23. Wie kann ich mich auf mein Projekt vorbereiten?

Das hängt natürlich stark von deinem letztlichen Einsatzprojekt ab. Wir haben für jedes unserer Projekte **Steckbriefe** erstellt, welche wir möglichst immer auf dem neuesten Stand halten. Hierin erhältst du bereits eine gewisse Vorstellung, was dich während deines Einsatzes dort erwartet. Auf diese Weise kannst du dich bereits im Vorfeld mit deinen Aufgaben auseinandersetzen und mit unserer Hilfe vielleicht auch schon konkrete Ideen entwickeln. Auch wenn du deinem Projekt etwas mitbringen möchtest, z.B. eine Sachspende, wie gebrauchte Kinderkleider oder Bücher, werden wir dir gerne Tipps und Ideen geben, sodass du am Ende auch tatsächlich etwas mitbringst, was für dein Projekt von Nutzen ist. **Es ist aber auch sehr wichtig, dass du spontan bist und manches einfach auf dich zukommen lässt!**

24. Was kann man als Freiwilliger in Tansania in seiner Freizeit machen?

Tansania gilt als eines der schönsten Reiseländer Afrikas. In deiner Freizeit gibt es daher viele wunderschöne Orte zu entdecken. In und um Arusha gibt es zahlreiche Hotels mit Swimming-Pools, die man gegen eine kleine Gebühr

nutzen darf, Yoga Stunden, kleine Cafes und Restaurants, Museen, Schlangenparks, Lodges und Wandergruppen. Außerdem gibt es verschiedene und vielfältige Märkte zu erkunden (z.B. Stoffmarkt oder Second-Hand Markt) oder du kannst in die legendäre Musik- und Tanzscene in verschiedenen Bars und Nachtclubs eintauchen.

Wir organisieren Touren zu den heißen Quellen, Wasserfällen, Kaffeetouren und einem Massai-Dorf. Das absolute Highlight ist natürlich eine **Safari**. STEP Africa organisiert **Touren in alle nördlichen Nationalparks** und von unterschiedlicher Länge. Die Safariteilnehmer setzen sich aus unseren Freiwilligen sowie manchmal auch aus deren Freunden und Familienmitgliedern zusammen. Dadurch, dass du in einer Gruppe reist, werden die Kosten möglichst geringgehalten. Außerdem haben wir meist mehrere Safari-Gruppen pro Monat, sodass für jeden etwas Passendes dabei ist! Auch organisieren wir in Kooperation mit erfahrenen Bergführern Besteigungen auf das Dach Afrika's, den Kilimanjaro, sowie seinen kleinen Bruder Mount Meru.

25. Wer sind meine Ansprechpartner während meiner Zeit in Arusha?



Wir haben mehrere feste Ansprechpartner, die vor Ort immer für dich da sind! Dies sind unsere Koordinatorinnen Annabell und Jule (links im Bild), unsere Freiwilligenbetreuerin Upendo, Hilda und unser Sozialarbeiter Juma sowie unsere Leiterin Kira. Wir sind absolute Insider und helfen dir dabei dich im Alltag und in deinem Projekt gut zurecht zu finden.

Kira als Leiterin ist vor allem für alles Organisatorische „hinter den Kulissen“ zuständig. Sie ist aber auch für unsere Freiwilligen vor Ort als Ansprechpartnerin zu Stelle. Kira ist Deutsche und war bei ihrem ersten Tansania Aufenthalt im Jahr 2008 selber Freiwillige in Arusha.

Viele weitere Informationen und Bilder findest du auf unserer Homepage, die ebenso wie dieses Infoblatt laufend auf dem neuesten Stand gehalten wird.

Kontakt Daten

Homepage: www.step-africa.de

Mailadresse: info@step-africa.de

Freiwilligenbetreuerin: Upendo Lema (+255 762 722 384)

STEP Africa – Leitung: Kira Uher (+255 759 664 569)



Wir freuen uns, dich bald bei uns in Tansania begrüßen zu dürfen!