

Erstmal Ankommen

Am Flughafen von San Jose wurden wir - meine Mitfreiwilligen, Sezen und Salome und ich von Julia, Gesine und Schwester Angelica herzlich empfangen. Julia und Gesine sind die beiden Freiwilligen vom letzten Jahrgang, die noch ein paar Tage im Land verbrachten, bevor sie nach Deutschland zurückkehrten. Sie brachten uns am ersten Abend zu unserer Wohnung und aßen mit uns Pizza. Unsere Wohnung hat zwei Schlafzimmer, ein großes Wohnzimmer mit Küche und einen Balkon mit guter Aussicht. Die Beiden gaben uns viele Tipps, was verschiedene Lebensbereiche betrifft, wie z.B. das WG-Leben, da wir alle neu darin waren. Am nächsten Tag zeigten uns die Beiden die Stadt Alajuela mit ihrem Wochenendmarkt, auf dem man eine große, preiswerte Auswahl hat. An unserem ersten Wochenende nahmen uns Julia und Gesine zum Gottesdienst in der Fundacion Manos Abiertas mit. So sahen wir das erste Mal unseren zukünftigen Arbeitsplatz und hatten die Möglichkeit, uns bei einer Handvoll Kindern sowie den Nonnen, den Hermanas, vorzustellen. Bei diesem Anlass bekamen wir auch eine kurze Führung durch alle Gebäude und lernten ein paar Kinder und Mitarbeiter kennen. Ich war überrascht von der Größe des Geländes und dem Stil, wie der Gottesdienst gehalten wurde, welcher sich deutlich von den Gottesdiensten, die ich aus Deutschland gewohnt war, unterschied. Die Unterschiede waren beispielsweise die vergleichsweise sehr energiegeladene Musik die von einer Band aus Nonnen gespielt wurde oder, dass der Pfarrer sich regelmäßig Fragen vom Publikum beantworten lässt die er im Bezug auf seine Predigt stellt.

In der ersten Woche hatten wir noch keine Sprachschule, deshalb nutzten wir diese Zeit, um uns den ersten Herausforderungen zu stellen und uns an das warme und feuchte Klima zu gewöhnen. Da wir in der Regenzeit ankamen, war das Wetter häufig morgens sehr schön und nachmittags regnete es fast immer. Ebenfalls brauchte ich etwas Zeit, um mich daran zu gewöhnen, dass hier die Sonne das ganze Jahr über um 18 Uhr untergeht, da wir aus dem europäischen Sommer kamen, wo es erst sehr spät dunkel wurde.

Die ersten Herausforderungen bestanden darin, eine SIM-Karte zu besorgen und den besten Weg zu finden, um an Bargeld der örtlichen Währung, dem "Costa Rica Colon", zu kommen. Da ein Euro ungefähr 580 Colon entspricht, war es auch eine kleine Schwierigkeit, seine Ausgaben umzurechnen, um einen guten Überblick über die Finanzen zu haben. Am Ende der Woche war die Zeit für die Abreise der beiden vorherigen Freiwilligen gekommen. Zu diesem Anlass wurden wir zu einer kleinen Abschiedsparty eingeladen, wo wir die Möglichkeit hatten, ein paar der Freunde kennenzulernen, die Julia und Gesine hier gefunden hatten. Ebenfalls lernten wir dort unsere zukünftige Sprachlehrerin kennen. Generell war diese Zeit interessant, um herauszufinden, wie viel ich mit meinen unvollständigen Spanischkenntnissen verstehen konnte und wie weit ich damit und mit etwas Englisch in Alltagssituationen vorankommen konnte.



Die Sprachschule

Die zweite Woche in Costa Rica bedeutete den Beginn unserer Sprachschule, die in den nächsten vier Wochen im Nachbarort Santa Barbara stattfinden würde. Dort wohnt unsere Sprachlehrerin Zulma, die uns nach unserer Ankunft ihre Tochter Carla vorstellte, die uns die meiste Zeit beim Unterricht begleiten würde. Es war das erste Mal, dass wir uns in einem privaten Haus aufhielten, sodass wir sehen konnten, wie eine normale costa-ricanische Familie lebt, was sehr interessant für mich war. Wir erhielten Lernmaterialien wie einen Ordner mit Arbeitsblättern sowie ein Heft, um uns Gelerntes zu notieren. Da Carla kaum Englisch sprach, waren wir gezwungen, mit ihr auf Spanisch zu kommunizieren, was das Lernen stark beschleunigte. Ich sprach bei meiner Ankunft sehr wenig Spanisch und konnte nach der ersten Woche Sprachschule schon eine sehr gute Lernkurve verzeichnen und war sehr zufrieden mit den Ergebnissen. Der Unterricht fand immer von Montag bis Freitag zwischen acht und zwölf Uhr statt, wodurch wir den Nachmittag und das Wochenende hatten, um die Umgebung kennenzulernen. Meistens waren wir nach der Sprachschule Lebensmittel einkaufen. Obwohl wir in den preiswertesten Läden waren, sind die Preise fast gleich hoch wie Deutschland. Importierte Waren wie Deos oder Sonnencreme sind hier deutlich teurer. Das Konzept der Sprachschule war es, nicht nur stumpf zu lernen, sondern Carla machte mit uns einige Ausflüge oder machte uns mit der Kultur auf andere Weise vertraut. Zum Beispiel war sie mit uns in Heredia, einer etwas größeren Stadt um uns ein Museum zu zeigen, was sich in einem historischen Gebäude befindet. Ebenfalls hatte wir einmal eine sogenannte „Leccion de Frutas“ wo sie uns viele verschiedene lokale Früchte zubereitete und wir sie probieren durften. Die meisten davon waren mir unbekannt, aber mein persönlicher Favorit war die „Mamon Cino“. Diese Frucht schmeckt ähnlich wie Trauben und hat eine Schale die sehr eigenartig aussieht. Ebenfalls kochten und aßen wir zusammen ein typisches Gericht von hier, Picadillo de Papa, was aus zerkleinerten Karotten, Kartoffeln und Fleisch besteht. Diese Art den Unterricht zu gestalten gepaart mit dem Fakt, dass wir nur zu dritt im Unterricht waren, machte es mir möglich die Basics der Sprache gut zu lernen, sodass ich am Ende der Sprachschule gut genug Spanisch konnte um alleine in der Stadt Einkäufe zu erledigen und das Land zu bereisen. Was das Reisen angeht, haben wir in der Zeit der Sprachschule unseren ersten Wochenendtrip zum Ort Manuel Antonio gemacht, ein malerischer Ort am Pazifik. Mit anderen deutschen Freiwilligen sind wir dort mit dem Bus hingereist und konnten den Nationalpark und den wunderschönen Strand dort erkunden. Hier konnte man sehr gut die riesige Artenvielfalt beobachten, wir entdeckten verschiedene Arten von Affen, tropische Vögel und Faultiere.



Das Pflegeheim Manos Abiertas

Am Ende der letzten Woche vor unserem Arbeitsbeginn, am 15. September, war der "Dia de Independencia", der Unabhängigkeitstag Costa Ricas, der hier groß gefeiert wird und ein Feiertag ist. Dazu wurden wir vom Pflegeheim eingeladen, um diesen Anlass mit ihnen zu feiern. Erfreut nahmen wir diese Einladung an. Die Festlichkeiten begannen mit einer Parade durch das Gelände, bei der wir überraschenderweise die Ehre bekamen, jeweils ein Kind im Rollstuhl bei der Parade zu begleiten, während die Nonnen und Mitarbeiter außen herum mit Trommeln und anderen Instrumenten Lieder spielten. Die Parade wurde ausführlich fotografiert und von einer Drohne gefilmt. Alle Anwesenden waren in den Nationalfarben, Rot, Weiß und Blau, gekleidet und die Gebäude waren mit Flaggen geschmückt. Nach der Parade gab es in einer großen Halle Aufführungen der Kinder im Bezug zum Unabhängigkeitstag, und es wurden die Nationalhymnen von Costa Rica und anderen zentralamerikanischen Ländern gesungen, da alle diese Länder am selben Tag Unabhängigkeit feiern. Danach gab es ein Buffet, bei dem einige Kinder und die Angestellten zusammen aßen. Es wurde das hier typische Casado serviert, außerdem gab es Tamales und Milchreis als Nachtisch. Wir konnten uns dort gut mit den Angestellten unterhalten, und es war ein sehr eindrucksvoller Tag.

An unserem ersten Arbeitstag begaben wir uns auf den Weg zur Arbeit, welcher 15 Minuten dauert und wurden grob in die zeitlichen Abläufe eingeführt. Außerdem haben wir unsere Arbeitskleidung gezeigt bekommen: ein weißes Tuch um die Haare zu bedecken, eine weiße Schürze und eine Maske. So kann die Hygiene im Pflegeheim bewahrt werden.

Am zweiten Tag ging es dann richtig los, wir wurden in unterschiedliche Stationen der Einrichtung eingeteilt. Ich war nun Teil des „Salon Vino“ bezogen auf die weinrote Farbe der Station. Mir wurde gesagt, dass ich die meiste Zeit in dem Nebenraum dieser Station, dem sogenannten „Compartido“ verbringen werde. Dort wohnen sechs Jungen im Alter von acht bis fünfzehn Jahren. Im Vergleich zu den anderen Kindern im Hauptgebäude sind sie relativ alt. Nur einer von ihnen kann oral essen und ein anderer Junge kann mit Unterstützung durch einen Mitarbeiter laufen. Neben dem „Compartido“ befindet sich ein großer Raum der mit Spielzeugen, einem Bällchenbad, Stofftieren und gemütlichen Möbeln eingerichtet ist. Dort kann man gut mit den Kindern spielen und sie können sich dort entspannen.

Mein typischer Tag beginnt, damit dass sich alle Mitarbeiter, Krankenschwestern und Nonnen aus dem Hauptgebäude in dessen Lobby treffen um dort, geleitet von einem der Physiotherapeuten, Dehnübungen zu machen um den Körper auf den Tag vorzubereiten. Danach spricht eine der Nonnen ein Gebet und alle machen sich auf den Weg zu ihren jeweiligen Stationen.

Dort bin ich dafür zuständig alle Kinder aus dem „Salon Vino“ von ihren Betten auf Transportliegen mit Rollen zu legen und ihre Betten abzuziehen, wonach ich die Kinder auf den Liegen zum Bad bringe wo meine Kollegen sie waschen, ihre Zähne putzen und sie für den Tag anziehen. Wenn alle Kinder im Bad sind, gehe ich zum Küchegebäude, was etwa 150m entfernt ist, und lade alles was die Kinder zum Frühstück brauchen in einen Essenswagen. Diesen schiebe ich dann zum Hauptgebäude, wo ich dann das Essen auf den ersten und zweiten Stock verteile. Nun muss ich entweder die Betten meiner Station beziehen oder das Frühstück für alle vorbereiten, die über Sonden ernährt werden. Das bedeutet, ich muss dem Essen verschiedene Ergänzungsstoffe oder in manchen Fällen auch Abführmittel hinzufügen, und sie dann in die richtigen Beutel zur künstlichen Ernährung einfüllen. Danach haben wir unsere tägliche Fünfzehn-Minuten-Pause wo wir Obst und einen Fruchtsaft bekommen. Nun fängt die Zeit im „Compartido“ an, welche mit Windeln wechseln anfängt was nach einem strikten Zeitplan erledigt wird. Danach ist es wieder Zeit, Essen von der Küche zu holen, wobei es nur den Unterschied gibt, dass ich nun auf dem Weg zur Küche auch das schmutzige Geschirr mitnehme. An einem typischen Tag fällt die Lieferung des Essens noch zweimal an. In den ersten Wochen der Arbeit konnte ein Kind zu der Aufführungshalle begleiten, wo viele Kinder zusammen Tänze lernten um sie beim kommenden Tag der Kulturen aufzuführen. Von elf bis zwölf Uhr gibt es meist weniger zu tun weswegen ich mich dann in der Regel mit den

Kindern beschäftigen und sie zum Raum mit den Spielsachen bringe. Zwischen zwölf und dreizehn Uhr haben wir unsere Mittagspause, wo wir von der Küche Mittagessen erhalten. Meistens ist es typisches lokales Essen, was so gut wie immer einen Salat, Bohnen, Reis und ein Stück Fleisch beinhaltet. Nach der Mittagspause startet man damit Windeln zu wechseln und, dem Jungen der oral essen kann, sein Essen zu reichen. Danach bekommen die Kinder ihre Zähne geputzt und Kinder, die physiotherapeutische Schienen haben, bekommen diese angezogen. Später am Nachmittag wechselt man ein letztes Mal die Windeln und zieht den Kindern ihre Pyjamas an. Wenn nun noch genug Zeit ist gehe ich mit dem Jungen, der laufen kann, in der Regel im Gebäude Laufen üben. Manchmal bekommen die kleinen Patienten Besuch von ihrer Familie, was sehr rührend sein kann. Ich habe diese tapferen Kinder mittlerweile sehr ins Herz geschlossen und freue mich jeden Morgen sie wieder zu sehen.

An manchen Tagen ruft mich Schwester Angelica, die für uns Freiwillige sowie für die Apotheke des Pflegeheims zuständig ist. Dort sortiere ich dann Medikamente in Schränke, beschrifte diese mit dem Ablaufdatum und habe bestimmte Lieferungen auf Verzeichnissen ab. Diese Tätigkeit gepaart mit dem Transport der Lebensmittel gibt meinem Arbeitstag etwas Abwechslung zur reinen Pflegearbeit, die ich normalerweise hätte.

Da ein Arbeitstag anstrengend für Körper und Geist sein kann, ist man in der Regel beim Feierabend um 16 Uhr ziemlich erschöpft. Trotz dessen mache ich mich ab und zu trotzdem Abends noch auf den Weg in die Stadt Alajuela um mich mit Freunden zu treffen oder Erledigungen zu machen wie zum Beispiel zum Frisör zu gehen. Außerdem habe ich eine Gruppe gefunden, mit der ich mich an manchen Tagen nach der Arbeit zum Fußballspielen treffe. Generell sind „Ticos“ wie sich die Einwohner Costa Riccas nennen sehr aufgeschlossen und Hilfsbereit. Ich bin sehr dankbar für die Einsatzstelle und meine Erfahrungen haben mich dankbarer gemacht, für das Leben was ich bisher in Europa führen durfte.

