

COSTA RICA BERICHT 1

Erste Eindrücke

Bevor die Reise beginnt, heißt es Abschied nehmen von jenen, die wir mit unserer Heimat Deutschland am meisten verbinden: Freunden, Familie, dem Freund und nicht zu vergessen den geliebten Katzen. Es ist schwer, aber ich lerne auf eine neue Art und Weise wertzuschätzen, wie viele Menschen ich um mich habe, die sich mit mir freuen und die ich vermissen werde.

Sobald man im Flugzeug sitzt, wird die Trauer des Abschiedes durch Vorfreude, Neugier und auch ein bisschen Herzflattern ersetzt. Und dann nach etwa 12 Stunden Flug befindet man sich im bewegten, aber wenigstens noch bekannten Geschehen eines jeden Flughafens. Doch Costa Rica lässt nicht lange auf sich warten. Sobald man die Sicherheits- und Passkontrolle überstanden hat und den Flughafen von San José verlässt, kommt man in einen Strudel: costa-ricanisches Leben. Wir, Charlotte (meine Mitfreiwillige) und ich werden am Flughafen abgeholt von einem Tíco, die Bezeichnung von Bewohnern aus Costa Rica. Dieser ist Nachbar der Finca (so nennt man landwirtschaftliches Grundstück mit Haus,) zu der er uns fährt und in der der Sprachkurs stattfinden soll. Der Weg in das Gebirge ist der erste und beeindruckende Blick auf das, was auf uns zukommt. Alles ist bewegt, überall gibt es was zu sehen. Die Autowerkstätten, die Restaurants und die breite Auswahl an gigantischen Werbeschildern, wie man sie aus amerikanischen Filmen kennt. Es wirkt neu und furchteinflössend und doch schnell familiär. Der Verkehr ist ungeordneter als in Deutschland: Es wird viel die Vorfahrt genommen, man sieht häufiger Unfälle und das Tempolimit wird oft nicht respektiert. Hupen wird in Costa Rica für vieles verwendet, beispielsweise für Danke sagen, Vorwarnung wenn die Vorfahrt genommen wird und Grüßen von Bekannten.

Sobald es steil wird, werden auch die Straßen unebener und die Kurven schärfer. Charlotte und ich lachen, aber eher über unsere eigene Angst.

Als wir bei der Finca ankommen, ist es schon dunkel. Sobald wir aus dem Auto steigen, werden wir von einer Geräuschkulisse überschwemmt: ein Wasserfall rauscht in unserer Nähe, Grillen die viel lauter als die in Deutschland zirpen, und fremd klingende Vögel.

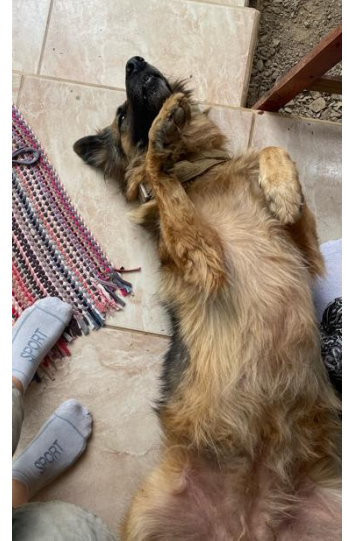
Der Sprachkurs

Die ersten zwei Tage sind Charlotte und ich alleine auf der Finca, da die Gruppe der Visioneers, die mit uns den zweiwöchigen Sprachkurs belegen, später ankommen. Vor allem interessiert sind wir an den Haustieren der Finca, eine verspielte Hündin Luna und eine ebenso verspielte Katze Juna. Die Finca befindet sich inmitten von Bergen, in einem Ort namens San Andres, und ist umgeben von einer eigenen Kaffeeplantage und ein paar weiteren Fincas. Hier können wir im Kontrast zur Hauptstadt die etwas ruhigere und auch klimatechnisch kältere Seite von Costa Rica kennenlernen. Die Köchin und auch unserer Sprachkurslehrer



und Besitzer der Finca, Andres, sind sehr nett und wir werden mit Essen und Informationen versorgt. Wir verbringen viel Zeit damit, traditionelles Essen oder auch eine Vielfalt an Früchten - unter anderem Papaya, Wasseräpfel und Rambutan - zu probieren.

Als der Sprachkurs schließlich beginnt, bietet er nicht nur einen Crashkurs in spanischer Grammatik und im spanischen Vokabular, sondern wir lernen auch die Sprache der Ticos und ihre Angewohnheiten kennen. Deshalb ist das Ganze auch für mich als Halbspanierin recht interessant. Zur Tico-Kultur zählt vor allem das Tanzen, welches mir jedenfalls bisher vergeblich beigebracht wird. Außerdem unternehmen wir gemeinsame Ausflüge. So dürfen wir beispielsweise auf dem hinteren Teil eines Pickups stehen und von dort aus die Berglandschaft und die bunten Häuser bewundern. In den zwei Wochen des Sprachkurses besuchen wir auch Cartago, die älteste Stadt des Landes mit der schönen Kathedrale, wo eine berühmte Statue der heiligen Maria aufbewahrt und verehrt wird.



Ankunft in Naranjo

An einem Montag werden wir, organisiert von Andres, bis nach Alajuela gebracht und hier von einem Uber abgeholt. Die Fahrt über verspüre ich Aufregung, die von der Müdigkeit der hinter mir liegenden Reise etwas eingedämmt wird. In Naranjo angekommen, wirkt vor allem der Verkehr laut und bewegt. Das Viertel, in dem das Haus unserer Vermieterin Violeta liegt, ist jedoch ruhig. Die Mutter der Vermieterin begrüßt uns und zeigt uns alles: die Wohnung hat einen Garten mit Terrasse, zwei Schlafzimmer, Wohnzimmer, Küche und Waschraum. Trotz der ruhigen Lage ist das Zentrum von Naranjo nicht weit, und auch mit meiner Einsatzstelle habe ich Glück, diese ist nur etwa 5 Minuten zu Fuß entfernt.

Als erstes gehen Charlotte und ich jedoch einkaufen. Der Supermarkt ist 10 Minuten zu Fuß entfernt, mit dem Einkauf dann aber 15 bis 20 Minuten. Unser erster Einkauf ist etwas wild- wir sind noch etwas verloren was wir wirklich brauchen zum Kochen. Auch erst mit weiteren Einkäufen, als wir die Währung Colones verstehen, wird uns klar, dass Lebensmittel und vor allem Hygieneprodukte hier sehr teuer sind. Am Abend kommt die Chefin von Charlotte, Ivania, um uns willkommen zu heißen, etwas über unsere Gefühlslage zu reden und über die jeweiligen Einsatzstellen zu informieren. Anschließend zeigt uns Violeta vom Auto aus die Bushaltestelle von Charlotte, mir meine Einsatzstelle und ein bisschen von Naranjo. Danach geht es ab ins Bett.



Der erste Tag in der Einsatzstelle: Hogar de Larga Estancia José del Olmo

An meinem ersten Tag werde ich erst einmal von meiner Chefin Marietta begrüßt, die mir in ihrem Büro die Bereiche, in die ich hineinschauen kann, kurz vorstellt. Anschließend stellt sie

mich meinen Kolleg*innen vor, die mich alle freudig begrüßen. Dann werde ich in die Hand der Leiterin des Pflegebereiches gegeben. Der erste Tag ist wohl der schwierigste Tag, denn ich habe nur Kontakt zur Altenpflege in meinem Praktikum gehabt und im Hogar leben um die 60 Senior*innen mit verschiedenen Hintergründen und verschiedenen körperlichen und geistigen Möglichkeiten. Der erste Tag ist dementsprechend eine kleine Reizüberflutung und es wird mir klar, wie hilfreich es ist, wenigstens die Sprache zu beherrschen, da ich bei Fragen oder wenn ich Hilfe brauche immer meine Kolleg*innen ansprechen kann. Mittlerweile habe ich mich gut eingelebt und habe etwas Struktur in meinem Arbeitsalltag.

Mein Alltag

Am Morgen beginne ich um 8 Uhr. Sobald ich ankomme, unterstütze ich dabei, wenn den Senior*innen das Essen angereicht wird, da es ein paar gibt, die dabei Hilfe brauchen. Mit der Zeit muss ich nicht mehr fragen, wem ich das Essen anreichen soll, sondern kann mir selber einen Überblick verschaffen, was mir ein Gefühl von Selbständigkeit vermittelt.. Auch da es kleine Besonderheiten bei manchen Personen gibt, die ich jetzt kenne- z.B gibt es manche, die nur Brei essen können. Nach dem Frühstück helfe ich Teller und Besteck abzuräumen und den Essensraum sauber zu machen. Anschließend betrete ich den Therapie-Raum. Hier befindet sich die kreative Therapeutin, die für Tätigkeiten der Senior*innen zuständig ist ,die das Gehirn aktivieren und einen positiven und für einen abwechslungsreichen Alltag sorgen . Sie hat meist schon Aufgaben für mich bereit. Vor allem bastele ich viel, unter anderem Dekorationen. So habe ich auch schon zu Beginn meines Freiwilligendienstes "Faroles" gebastelt, eine Art Laterne, die mit landestypischen Symbolen geschmückt wird und im Monat der Unabhängigkeit Costa Ricas zur Feier genutzt wird. Ansonsten helfe ich bei den Spielen oder Aktivitäten der Senior*innen, ob es beim Bingo darum geht zu schauen, dass alle mitkommen, oder beim Basteln zu zeigen, wie etwas geklebt werden soll. Wenn ein Tag weniger gefüllt ist, bekomme ich Aufgaben wie etwa medizinische Handschuhe zusammenlegen oder Lappen aus nicht mehr brauchbarer Kleidung zu schneiden, und nutze die Zeit Konversationen zu führen. Um meinen eigenen Senf dazugeben zu können, habe ich angefangen, meine eigenen kleinen Projekte zu starten. Ich habe beispielsweise ein Ballspiel gebastelt mit einer Landschaft, durch die der Tischtennis-Ball zum Ziel gelangen muss. Auch habe ich Präsentationen über Deutschland gehalten - passend zu meinem montäglichen Deutschunterricht. Spanien, Italien und Frankreich werden auch noch vorgestellt, denn die Senior*innen sind sehr interessiert an Europa und unseren Kulturen. In Zukunft möchte ich mehr mit den Menschen machen, die ihr Bett nicht mehr verlassen können, und gerade mit den Sinnen Geruch und Gehör arbeiten.

Besondere Tage

Immer wieder darf ich mit der Therapeutin gemeinsam die aktiveren Senior*innen zu Ausflügen begleiten. Dies kann etwa sein, um an den örtlichen Schulen einen Austausch zwischen den Senior*innen und den Schülern zu ermöglichen. Hier wird über den APAMAN-Zusammenschluss, der die Angebote für Senior*innen in Naranjo bündelt, und das Leben eines/einer Senior*in aufgeklärt. Manchmal sind es kleinere Ausflüge wie in die Kirche für



ein Klassik-Konzert oder in die Bibliothek für eine Vorlesestunde. Oder auch größere Ausflüge; so waren wir auch schon bei einem Fest in San José, bei dem sich alle Altenpflegeheime und Tagesheime vereinen und kleine Vorträge machen dürfen und es zudem reichlich Essen und Musik gibt.

Besondere Tage sind auch Geburtstage, an denen wir gemeinsam für die Jubilare singen und Torte essen, oder Feiertage wie der Día de los Niños, an dem sich verkleidet wird, Spiele gespielt werden und eine Piñata, gefüllt mit Süßigkeiten, zerschlagen wird.

Im Hogar ist jeder Tag ein besonderer Tag, denn ich darf lernen, wie viel es bedeutet für mein Gegenüber und mich, uns Geschichten zu erzählen oder auch einfach anzulächeln, zu fragen wie es geht oder kurz die Hand zu drücken.

