

# Informationen für deinen Aufenthalt in Gambia

## 1. Überblick über Gambia

- Englisch ist die Amtssprache, jedoch werden im Alltag vor allem lokale Sprachen gesprochen
- Die meisten Menschen sind muslimisch, das prägt viele Alltagsregeln, Traditionen und den Umgang miteinander
- Wichtige Werte: Respekt vor Älteren, Gastfreundschaft und Gemeinschaftssinn

## 2. Was du vor der Reise wissen solltest

- Visum
  - Du brauchst kein Visum im Voraus
  - Bei der Ein- und Ausreise zahlst du eine Sicherheitsgebühr von 20 € (bar in Euro möglich). Damit bekommst du eine Aufenthaltserlaubnis für etwa 28 Tage.
  - Danach muss dein Pass monatlich für etwa 2000 GMD gestempelt werden. Das wird vor Ort organisiert.
- Geld / Finanzen
  - 60 € pro Woche zahlst du für Unterkunft und Verpflegung (entweder Uwe bar in Person geben oder vorher überweisen)
  - Bringe genügend Bargeld für deinen gesamten Aufenthalt mit, da Geldautomaten unzuverlässig sind
    - wie viel du brauchst ist sehr individuell (Frage am besten Ehemalige nach Richtwerten)
- Transport
  - Für den Weg in die Schule stehen Fahrräder zur Verfügung
  - Zum Markt, an den Strand oder zu anderen Orten kann entweder ein Taxi oder der von einheimischem selbstorganisiertem öffentlichem Nahverkehr genutzt werden. Für kleines Geld sammeln dich „Gelli-Gelli“ (kleine Minibusse) dann einfach am Straßenrand ein.
- Gesundheit
  - Vereinbare min. 6–8 Wochen vor Abreise einen Termin bei der reisemedizinischen Sprechstunde. Diese beraten dich zu Impfungen und wichtigen Medikamenten (wie z.B. Malariaprophylaxe)
  - Pack eine gute Reiseapotheke ein: Mückenspray, Pflaster, Desinfektion, Medikamente gegen Durchfall, Erkältung,

Schmerzmittel, Elektrolyte, Vitamine und deine persönlichen Medikamente. Impfpass nicht vergessen.

- Internet
  - WLAN gibt es an der Schule, aber es ist langsam
  - Eine SIM-Karte mit mobilen Daten ist zuverlässiger und günstig erhältlich
- Sicherheit
  - Ich (als Frau) habe mich durchgehend sicher gefühlt. Natürlich sollte man auf seine Wertsachen achten, wie überall sonst auch

### **3. Schule**

- Zeitverständnis ist flexibel, Verspätungen sind nicht unüblich
  - Sei geduldig und geh mit gutem Beispiel voran
- Zeig Eigeninitiative, aber sprich größere Sachen vorher ab
  - Das Lehrpersonal ist sehr jung und freut sich auf offenen Austausch

### **4. Leben und Alltag**

- Begrüßungen („Salaam aleikum“ / „How are you?“) sind sehr wichtig
- Respektspersonen, Kollegen, Ältere, Vorgesetzte, aber auch gleichartige werden mit „Auntie“ / „Uncle“ + Vorname angesprochen
- In der Öffentlichkeit bitte Schultern und Knie bedecken. Auf dem Compound oder am Strand ist Kleidung freier wählbar.
- Nehme Rücksicht auf die Gebetszeiten sowohl in der Schule als auch im Alltag
  - Wenn du laut Musik hörst, reduziere die Lautstärke zu den Gebetszeiten oder pausiere für den Zeitraum
- Mache keine Fotos im öffentlichen Raum (frage vorher), in der Schule ist das aber kein Problem

### **5. Zusammenleben mit Einheimischen**

- Du wohnst mit anderen Freiwilligen und Einheimischen auf einem Compound
- Probleme und Wünsche respektvoll ansprechen

## 6. Do's & Don'ts im Alltag

Do's	Don'ts
Freundlich grüßen	Menschen ungefragt fotografieren
Kleidung anpassen	Religion kommentieren oder religiöse Praktiken stören
Geduldig und offen sein	
Fragen stellen	

## 7. Letzte Tipps

Genieße deinen Aufenthalt und lass alles einfach auf dich zu kommen! Du wirst viel lernen und eine unvergessliche Zeit erleben.

Stand Juni 2025