

# November 2011

Reisebericht 10. bis 21.11.

Vielleicht gibt es unter unseren Fans, Gönnern und Interessierten ja sowas wie Neugier auf das, was wir dieses Jahr bei unserem Aufenthalt erlebt haben. Einiges ist aus den letzten Reisen bestimmt bekannt, und wiederholt sich.

Diesmal traten wir zu Viert unseren Aufenthalt an, mit dabei waren Jenny, Sascha (ein "alter" Fan), Gudrun und Roland. Unsere Reise begann in **Stetten am kalten Markt**, Flug ab Stuttgart, zunächst nach Brüssel, von dort nach Banjul, und alles ging glatt.

Ob um diese Zeit eine Malaria-Prophylaxe notwendig ist oder nicht, muss jeder für sich entscheiden. Es muss hier aber an dieser Stelle darauf hingewiesen werden, dass 1 Person aus unserer Gruppe sich eine Malaria tropica eingefangen hat, die sich ab dem 2.12. bemerkbar gemacht hat. Lesen sie diese **Informationen zu Malaria tropica hier**.



Freitag, 11.11. und Samstag, 12.11.

Am Freitag und Samstag sind Jenny, Gudrun, Sascha und Roland in die Pakala-Klinik, um die Labormessungen durchzuführen. Wir waren beide Tage gut beschäftigt, 33 Personen kamen, dazu noch einige weitere, die nicht im Projekt sind. Hilde und Sepp waren uns behilflich, denn Gudrun hatte Probleme mit den Nachwirkungen ihres schweren Autounfalls in Deutschland vom 2.11. Dr. Gaye ist besorgt darüber, dass immer mehr insulinpflichtige Diabetiker nicht nur kommen, sondern von anderen Ärzten in die Klinik zur Versorgung und Einstellung geschickt werden. Allein seit April 2011 kamen 8 jüngere Menschen mit Typ1-Diabetes dazu.

Was uns dann Sorgen bereitet ist, dass wir zwar gerne noch mehr Menschen mit Insulin versorgen möchten, aber die Spenden ins Projekt nicht ausreichen, um das Budget aufzustocken. Pro Jahr 5000€, das müssen wir 2012 im November wieder aufbringen.





Die Labormessungen haben wir dieses Mal mit Schulungsmaßnahmen und dem Anschauen gemessener Blutzuckerwerte verknüpft. Die Entwicklung der Langzeitzuckerwerte "nach unten" ist erfreulich zu sehen. Da bei einigen Personen immer noch festzustellen ist, dass zu wenig Blutzucker gemessen wird, haben diese Betroffenen einen Accu-chek-360- View-Bogen erhalten. Mit dieser Unterlage soll an drei aufeinander folgenden Tagen ein Blutzuckertagesprofil gemessen werden.



















Die Schatten wurden schon länger, als wir erschöpft zum Hotel zurück fahren...





Sonntag, 13.11.

Damit sie einen Eindruck bekommen, wie schön das Hotel "Bakotu" in Kotu ist, in dem wir wohnen, hier eine Auswahl von Bildern:



Weltdiabetestag, 14.11.

Am Montag war wieder Weltdiabetestag, und falls sie die letzten Reiseberichte gelesen haben, kennen sie den ungefähren Ablauf. Der "march pass" fand diesmal in Sukuta statt, und wurde von der "diabetic selfhelp group of Sukuta" organisiert, Hilde und Sepp haben im Jahr 2010 geholfen, diese Gruppe zu gründen.

Weiter hinten in diesem Reisebericht folgen noch ein paar Bilder von einem Treffen mit dieser Gruppe.

Der Sammelplatz lag unweit der großen Moschee in Sukuta, von da aus ging es zur Pan African Islamic School, hier wurden diverse Redebeiträge gehalten.





Das Hobby von Hilde ist die Fischerei in der Gambia-Mündung. Sie fängt dort die größten Baracudas, die es in Gambia gibt, und hat uns zum Fischessen eingeladen, das haben wir sehr genossen! Lieben Dank an Hilde und Sepp!



Dienstag, 15.11.

Die nächsten Tage haben wir das Lager aufgeräumt, und die Sachen aus dem Container, den wir am 2.9. (Ankunft in Gambia: 7.10.) in Stetten geladen haben, sortiert. Ist es schon recht aufwändig, einen Container zu laden, diese Arbeit war nicht minder anstrengend...



Schauen sie die Bilder an, vielleicht entdecken sie das, was sie uns zur Verfügung gestellt haben! Die Bettwäsche fanden wir in der Klinik, dort, wo wir sie haben wollten! Die großen Kissenbezüge wurden "halbiert", und daraus 2 schmale genäht...



## Mittwoch, 16.11., Ngoneh und Familie

Die nächsten Tage haben wir damit verbracht, "unsere" Familien mit Diabetikern zu besuchen. Dazu gehört natürlich Ngoneh mit ihrer Familie, wir waren zum Essen eingeladen. Die älteste Tochter, Ndey Fatou, hat mittlerweile ein Baby, kam am 4. Juli auf die Welt, und trägt den Namen "Roland". Niemand hat uns im Februar erzählt, dass sie schwanger ist, wahrscheinlich weil es so völlig normal ist, schwanger zu sein, oder sie hat es (noch) nicht gewußt. Immerhin war sie da schon im 5. Monat...

Amie Jobe, seit 2 Jahren Typ1, geht es gut, Ngoneh's Wunde hat sich verschlechtert, sie soll wieder zu Anja in Behandlung, und Kutai, der Vater, hat im rechten Auge grauen Star und sieht nichts mehr...

## In der Familie Jobe



## Amie Colley und Sira Jallow

Amie Colley hat einiges an Haushaltgegenständen bekommen, und wir haben sie am Donnerstag besucht. Von ihr wußten wir von ihrer Schwangerschaft seit Ende Juni, da hatte sie uns extra deswegen angerufen. Seit 22. Oktober hat sie ihr Baby, Abdulrahman. Schließlich ist sie die 1. Dame mit Typ1, die wir kennen, und ein Baby bekommen hat. Alles lief gut. Super!

Am Abend sind wir zu Familie Jallow nach Labakoreh gefahren, haben natürlich Sira angetroffen, und wir haben das abgeliefert, was wir im Container für sie eingeladen hatten: Matratzen, eine Couchgarnitur, Bettbezüge....es wurde dunkel, echt Ratzenacht, entsprechend sind die Bilder geworden...

Hier die Bilder von unserem Besuch:

### Bei Amie Colley



### In der Familie Jallow (Sira)



### 17.11., bei Arafang in Berending

Klar, wir haben wieder unseren Freund besucht, der jetzt seine Landwirtschaft umtreibt. 1 Jahr ist er jetzt da draußen, und muss immer mal wieder "Lehrgeld" bezahlen.

Die am Anfang wunderschönen Zimmerdecken haben die Termiten zerfressen, und er musste alle wieder entfernen.

Der angepflanzte Kassava ist nicht gewachsen, die Erdnüsse konnte er nicht setzen, weil er nicht das entsprechende Material hat (Pflug usw.), und der Traktorfahrer hat ihn versetzt. Trotzdem, im November ist es toll da draußen. Er hat über 300 Orangenbäume gepflanzt, die muss er nun hegen und pflegen. 3 Jahre soll es dauern, bis sie ohne Gießwasser auskommen.

Jedenfalls, Hilde und Sepp waren und sind ihm dabei behilflich, seine Wasserleitungen instand zu setzen, und die angeblich defekte Tauchpumpe war nicht defekt, es waren die Verbindungsstücke an den Schlauchleitungen, die undicht waren. Zwei Tage waren wir bei ihm, und im Februar wollen wir dort weiter machen, bis er wenigstens mal sich selbst versorgen kann. Einen Hühnerstall wollen

wir ihm finanzieren, und ihm eventuell ein paar Schafe kaufen.

## Besuch bei Arafang



## Bei Muhammed

Etliche weitere Familien haben wir besucht, natürlich auch die Familie Willan. Muhammed macht seit Februar 2011 intensivierte Insulintherapie, und es klappt schon ganz gut. Langzeitzuckerwert ist mal von  $>14\%$  auf jetzt 10, und er ist auf einem guten Weg, es weiter zu verbessern.



## Sukuta Selbsthilfegruppe

Hilde und Sepp haben im Jahr 2010 geholfen, in Sukuta eine neue Diabetiker-Selbsthilfegruppe zu gründen. Es gibt mittlerweile regelmäßige Treffen, geleitet wird sie von Ousman Bojang und Fatou Njie, als Sekretär unterstützt Ousman Jobe. Wir haben uns zusammen gesetzt, um darüber zu beraten, ob und wie unser Verein diese Gruppe unterstützen kann. Sie wollen sich eine eigene Struktur geben, zusammen mit der GDA (Gambian Diabetes Association)





Vielleicht möchten sie mit uns mal The Gambia kennen lernen? Scheuen sie sich nicht, uns mal anzurufen, und nach dem nächsten Reiseternin zu fragen!

Mit ein paar schönen Fotos aus der Natur nehmen Jenny, Sascha, Gudrun und Roland Abschied bis zur nächsten Reise.

