

ZÁVĚREČNÁ ZPRÁVA ZE STÁŽE V NAMIBII 2006

V období březen – červen 2006 jsme se zúčastnily čtyřměsíční stáže v Namibii, která byla organizována ve spolupráci Zdravotně sociální fakulty v ČB a Člověka v tísní, o.p.s. Naší cílovou oblastí byl Karas region – nejjižnější část Namibie – s jejím hlavním městem Keetmanshoop.

Namibie je republika na západním pobřeží Afriky mezi Angolou, Botswanou a Jihoafrickou republikou. Má rozlohu 824 292 km² a necelé 2 mil. obyvatel. Namibie získala nezávislost jako poslední z afrických zemí, v roce 1990, a to od Jihoafrické republiky, která ji přechodně spravovala.

KEETMANSHOOP

Keetmanshoop - hlavní městečko Karas regionu – má přibližně 15 tis. obyvatel. Přesný počet však díky rozsáhlým „rural areas“ není znám. Městečko samo má svoji školu, nemocnici, polikliniku, lékárnu, poštu, věznic, fotbalový i plavecký stadion, ... Ve středu města jsou důležité dvě ulice – jedna s bankami, druhá s obchody. V místních obchodech se dá sehnat vše, co k životu potřebujete (jídlo, oblečení, kuchyňské vybavení, technické pomůcky,...).

Keetmanshoop je rozdělen na několik čtvrtí, od nejbohatších po nejchudší. Ty tvoří většinou okrajové části města. Sídlo Člověka v tísní se nachází právě v nejchudší části, ve čtvrti Tseiblaagte.

Okolí Keetmanshoopu



ČINNOST ORGANIZACE ČLOVĚK V TÍSNĚ, o.p.s. VE MĚSTĚ KEETMANSHOOP

V lednu roku 2003 zde Člověk v tísní (dále jen ČvT) otevřel komunitní centrum (Wake Centre), které pomáhá rodinám postiženým AIDS a lidem v tísní. Centrum nabízí možnost výdělků v rukodilné dílně a psychosociální poradenství. Pracovníci společnosti Člověk v tísní působí v regionu Karas na jihu Namibie, který je těžce zasažen epidemií TBC a šířící se pandemií HIV/AIDS. Cílem programu je socio-ekonomická stabilizace rodin a komunit postižených HIV/AIDS a dalšími nebezpečnými infekcemi. Projekt je realizován s finanční podporou Vlády České republiky. Autorkou projektu je Kateřina Verchuša (rozená

Kašová), koordinátorem projektu byl v době našeho příjezdu Martin Konečný, na konci dubna 2006 jej vystřídala Zdeňka Hauková.

Ve Wake Centre je zaměstnáno asi 40 obyvatel nejchudší čtvrti Keetmanshoopu, pracují zde ve dvou dílnách (tzv. workshopech). Díky této práci, kterou zde vykonávají, si každý týden mohou vydělat dostatek peněz na to, aby uživili své rodiny. Vyrábějí zde překrásné africké výrobky – různé šperky z korálků a pštrosích skořápek, tašky, zvířátka (slony, žirafy, nosorožce, opice), panenky, povlaky na polštáře a mnohé další. Úhledně zabalené se pak prodávají jak po Namibii, tak i v Kapském městě Jihoafrické republiky či v Praze.

Během našeho působení se rozběhl další projekt ČvT a to tzv. TB/ARV DOT. Tento projekt pomáhá lidem postiženým virem HIV či tuberkulosou a podporuje jejich léčbu. Klienti díky tomuto projektu získají informace nejen o své nemoci, dostanou zde stravu a následně pod dohledem zaměstnance ČvT své léky (více viz kapitola Práce). ČvT během své činnosti již rozšířil své působení do města Lüderitz a v době našeho odjezdu z Namibie započal i spolupráci s malým městečkem Tses nedaleko Keetmanshoopu.

Wake Centre



Jedna z dílen Wake Centre



PRÁCE

Pracoviště Člověka v tísní v Keetmanshoopu (jak už bylo zmíněno) je situováno v nejchudší čtvrti (tzv. rural area) zvané Tseiblaagte, vzdálené od našeho bydlení cca 5 km. Pracovaly jsme každý všední den do 8:00 do 17:00 h s hodinovou pauzou na oběd. Přesčasy či práce o víkendy však nebyly výjimkou. Do práce nás zpočátku vozil Martin nebo Zdeňka služebním autem, od května jsme již dojížděly taxíkem (cestu následně uhradil ČvT).

Naše práce byla rozmanitá – dala by se v podstatě rozdělit do tří po sobě jdoucích etap: **1) práce ve školce, 2) dobrovolnická činnost a 3) odborná praxe.**

- 1) Jedna z místností Wake Centre funguje jako mateřská školka, kam denně dochází převážně děti zaměstnankyň pracujících v dílně, odpoledne zavítají i děti školní. Ve školce jsme se pokoušely děti naučit základním hygienickým návykům (tzn. umývání ručiček po WC, před jídlem atd.), hrály s nimi různé hry, malovaly na kameny atd. Výtvořily děti jsme vždy následně vyzdobily školku, což jim dělalo velkou radost. Na dvorku jsme s dětmi hrály na hudební nástroje, tancovaly atd. Občas bylo také nutné pomoci Suzii (pí. učitelce) s přípravou jídla, rozdáváním jídla dětem atd.

Děti ve školce I



Děti ve školce II



2) Po práci ve školce následovalo období víceméně manuální práce v dílně, kterou bylo nutno vykonávat pro pomoc při fungování Wake Centre – tato činnost zahrnovala následující:

- ✓ Administrativní činnost (přepisování údajů o výrobcích do Excel tabulek na PC, vyzvedávání pošty, odesílání a příjem faxů, telefonáty + osobní komunikace s dalšími organizacemi, nákup chybějících potřeb – papírů, tužek; kopírování, práce na PC atd.).
- ✓ Účetnictví (kontrola účtů, počítání peněz, vytváření šanonů a příprava účetnictví na odeslání do Prahy).
- ✓ Inventura (práce ve skladu – počítání výrobků, kódování, kontrola kvality, třídění výrobků dle kódů do krabic, úklid atd.).
- ✓ Inventura majetku ČvT.
- ✓ Pomoc při vyplácení mezd zaměstnancům na konci týdne.
- ✓ Práce na zmenšování vzoru na výrobcích dílny.
- ✓ Focení výrobků a následná úprava fotografií do prezentačního katalogu Wake Centre.
- ✓ Třídění tzv. off-cuts (odřezků látek) dle velikosti, úklid ve workshopech.
- ✓ Třídění nově zakoupených látek – zakládání do šanonu, měření šířky, přepočítávání ceny atd.
- ✓ Odpárání a třídění korálků z nepovedených výrobků.
- ✓ Příprava tzv. carga – tato činnost zahrnovala přípravu velkého množství výrobků dílny k prodeji (kontrola kvality, kvantity, kódování, balení atd.) a jejich následné zaslání na příslušná místa (Windhoek, Cape Town, Prague), jednalo se o poměrně náročnou, zodpovědnou a dlouhodobější práci.

Příprava carga do Prahy



- 3) Na konci pobytu jsme se konečně dočkaly odbornější práce. Jednalo se například o **výzkumnou činnost v rural area Tses**. Tses je velmi chudé městečko nedaleko Keetmanshoopu (cca 80 km), ČvT se rozhodl na tomto místě znovu obnovit a finančně podpořit zaniklou organizaci zaměřenou na osiřelé děti a jejich volný čas, která zde v minulosti fungovala a ukončila svou činnost kvůli nedostatku finančních prostředků na nákup potřebných surovin na výrobu jídla atd. Měly jsme zde za úkol zjistit maximum informací o této zaniklé organizaci, její konkrétní činnosti, vedení atd. a na základě rozhovorů s kompetentními lidmi (bývalými zaměstnanci organizace, řediteli škol, s dětmi, s knězem, se zaměstnanci místní církevní organizace, dobrovolníky z USA apod.) jsme se pokoušely zajistit co nejkvalitnější nové vedení organizace.

K této činnosti patří i naše podílení se na již zmíněném projektu **TB/ARV DOT**. Tento projekt slouží pacientům s TBC (tuberkulosou) a HIV+, kteří se rozhodli pro léčbu. TBC lze za 6 – 9 měsíců vyléčit úplně, u nemoci AIDS lze zmírnit příznaky a snad trochu prodloužit život. Léčba ale musí být pravidelná, nesmí se za žádnou cenu přerušit. Je nepříjemná, léků je mnoho a mají plno vedlejších účinků jako je zvracení, nevolnost, prudké bolesti hlavy atd., proto se lidé musí při takové léčbě podporovat. Léky se berou ráno (tady po jídle a pod dohledem speciálně školeného odborníka) a večer – prášky si zde ráno klienti vyzvednou. Vedl. účinky jsou mírnější po jídle (což pro ty nejchudší znamená dost velký problém), proto je cílem projektu lidi nasytit, podat jim léky + poradit, vzdělat (hlavně o TBC a AIDS), psycho-sociální podpora atd. Je to moc dobrá myšlenka, účastnit se na projektu se nám velice líbilo. Lidé z nejchudší části Keetmanshoopu tuto pomoc opravdu potřebují, jsou chudí, nemocní, podvyživení. Dalším důležitým efektem léčby je fakt, že jsou tito klienti v jejím průběhu neinfekční.

Práce v dětském domově Potter's House: v Keetmanshoopu je jeden dětský domov, který je jediný svého druhu v celém regionu Karas. Po domluvě jsme měly možnost do chodu tohoto domova nahlédnout. Jedna z nás na kratší dobu v podobě exkurze, druhá z důvodu hlubšího zájmu o tuto problematiku zde působila delší dobu a získávala informace pro výzkum.

Příprava dětského dne. Uspořádat dětský den na 1.6. pro cca 100 divokých afrických dětí bylo asi jedním z nejnáročnějších úkolů za celý náš pobyt v Keetmanshoopu. Wake Centre má přibližně 40 zaměstnankyň, každá měla možnost přivést dvě ratolesti ve věku 3 – 12 let, plus děti klientů TB/ARV programu, sociálních pracovníků atd. Nic tak velkého ani jedna z nás zatím nikdy neorganizovala, takže to byla obrovská zkušenost. Zabralo to několik hektických dnů, bylo nutné nakoupit sladkosti a odměny pro děti, zařídit potřebné pomůcky (pytle na skákání, pneumatiky na opičí dráhu apod.), udělat balíčky (ty se dávaly všem dětem při odchodu z Wake Centra). Dětský den jsme připravily ve stylu Spidermana – namalovala jsem k tomu tématický plakát a na počítači vytvořila diplomy. Bylo na nás vymyslet celý program (na dopoledne pro děti ze školky, odpoledne pro všechny děti), vytvořit podrobný časový rozpis celého dne, vysvětlit vybraným zaměstnancům, co budou mít na jednotlivých stanovištích za úkol, připravit dvorek, naaranžovat jednotlivá stanoviště a spoustu dalšího. Po programu následovala diskotéka, k čemuž bylo nutné připravit aparaturu a vytvořit playlist (použila jsem především písničky ze soundtracku k filmu Shrek, měly u dětí velký úspěch). Přestože to byla opravdu náročná práce, myslím, že se vše nakonec vydařilo a děti nás odměnily svými šťastnými obličejíky, byl to pro nás všechny obrovský zážitek.

Do kategorie odborné činnosti lze kromě **supervize Balint** také zařadit tzv. **Big social meeting**. Tento dvoudenní meeting byl určen pro zaměstnance ČvT z Keetmanshoopu a z Lüderitzu, každý zde prezentoval svou činnost. Každá z nás měla za úkol odpřednášet během cca 40 minut něco o sociálním systému v České republice – jedna mluvila o systému sociální práce v ČR obecně, druhá se pak zaměřila na problematiku náhradní rodinné péče.

Dětský domov Potter's House



TB/ARV DOT



Dětský den I



Dětský den II



BYDLENÍ

Po celé čtyři měsíce jsme bydlely společně v podnájmu ve druhé nejbohatší čtvrti Keetmanshoopu zvané Noordhoek. Náš byt byl v podstatě jedna velká místnost plus koupelna s WC, umyvadlem a vanou (sprcha chyběla). V koupelně byly drobnou komplikací „geniální“ kohoutky – jeden pro studenou a druhý pro teplou vodu, ale zvykly jsme si 😊. V naší místnosti byla jedna velká postel, skříň, dřez, stůl a dvě židle. V horkém počasí jsme dost postrádaly lednici, ale po čase jsme se spřátelily s mladým dánským párem, který bydlel v tomtéž domě a dávaly jsme si pak jídlo k nim. Zpočátku jsme taky neměly k dispozici vařič, takže teplé jídlo jsme si mohly dopřát zhruba tak jednou za tři dny. Časem jsme si jej půjčovaly od Dánů a asi měsíc před odjezdem jsme dokonce od ČvT dostaly vlastní. Naše bydlení bylo útulné a příjemně situované, platily jsem za něj dohromady 750 NAD měsíčně, tzn. cca 3 000 Kč. Elektřina v Namibii funguje na tzv. Electricity Card, tzn. na příslušném místě si zakoupíte kartu (za vámi zvolenou částku), pomocí které pak doma elektřinu „dobijete“ (něco na způsob kreditu do mobilního telefonu). Elektřina nás pak přišla celkem asi na 110 NAD (440 Kč).

Naše bydlení – pohled zvenku



Koupelna



VÝLETY

Namibie je velmi rozlehlá a rozmanitá země, možnosti objevovat její různá zákoutí jsou neomezené. Jediným omezením je finanční nákladnost či riziko nebezpečí, pokud člověk cestuje sám. My jsme cestovali většinou v partě (kromě nás i dobrovolnický pár z Dánska a náš/naši supervizor/supervizoři), auto jsme měli půjčené od Člověka v tísní. Tím se finanční nákladnost i riziko nebezpečí snižovalo na minimum.

✓ Brukkaros

Naším prvním výletem byla sopka Brukkaros, ležící asi 200 – 250 km od Keetmanshoopu. Na cílové místo jsme dorazili v pátek večer a pod širákem přespali do druhého dne, kdy jsme brzy zrána vyrazili do hor. „Procházka“ je to nádherná, nezapomeňte si ale – jako my – vzít s sebou dostatek vody (tzn. 2 litry a více)! Cesta tam a zpět trvá několik hodin, terén je náročný a čtyřicetistupňová horka vám také nepřidají 😊. Odměnou vám ale pak je nádherný výhled po okolí, včetně pouště Kalahari. Pokud tam budete delší dobu,

nejezděte na Brukkaros v únoru či v březnu, v těchto měsících bývají opravdu velká horka a hrozí nebezpečí úžehu či dehydratace.

Brukkaros z dálky



Pohled z vrcholu na poušť Kalahari



✓ **Fish River Canyon**

Cesta k druhému největšímu kaňonu na světě trvala z Keetmanshoopu zhruba 4 hodiny. Je třeba mít auto s náhonem 4 x 4, protože cesty – dají-li se tak písčité „off roads“ nazývat – nejsou z nejkvalitnějších. Do celé oblasti Fish River Canyonu je třeba platit vstupné, není ale drahé. Kolem kaňonu jsou odpočívadla, kde se můžete najíst nebo si jen odpočinout. Kaňon se dá po určené trase částečně obejít, je i možnost sestoupit až dolů, ale to jen s průvodcem a sestup samotný zabere několik dní (nehledě na finanční náročnost).

Z Fish River Canyonu jsme jeli asi 80 km do campu Ai-Ais (přeloženo jako „horký pramen“), kde jsme přespali do druhého dne. Za tento camp se také platí, je zde ale možnost vysprchování se, v areálu je hospoda i restaurace, bazén a spousta míst připravených na tradiční grilování. Pomínu-li množství komárů, kteří nás přišli v noci navštívit, je to velice hezké místo. Navštěvují ho zejména němečtí turisté trávící tam svoji dovolenou 😊.

Fish River Canyon



Camp Ai-Ais



✓ Lüderitz

Dalším zajímavým místem je pobřežní městečko Lüderitz, vzdálené zhruba 360 km západně od Keetmanshoopu. Je zde mnoho restaurací, kde si můžete pochutnat na mořských plodech všeho druhu, ale i jiných tradičních jídlech. Je to turistické místo, takže se zde setkáte s mnoha cizinci, ale tím pádem i ceny potravin, jídel či pití jsou vyšší. Jedno odpoledne jsme strávili grilováním na pláži (Agatha Beach), která je obklopena nádhernými písčitými dunami, večer pak na místní diskotéce, kde zrovna probíhala gay party ☺. Druhý den jsme se vydali do Kolmanskopu, městečka asi 20 km od Lüderitzu, které je také nazýváno „Ghost Town“. Toto městečko je z období, kdy se v Lüderitzu a jeho okolí těžily diamanty a žili zde převážně „bílé lidé“. Po zaplacení vstupného je vám přidělen průvodce, který vám poví vše o historii města i zastaralých způsobech těžby diamantů.

Grilování na Agatha Beach



Kolmanskop – The Ghost Town



✓ Safari na Okapuka Drive

Toto safari je vzdáleno jen několik kilometrů (cca 25) od hlavního města Windhoeku. Můžete si vybrat z několika nabízených tras – podle toho, jaká zvířata chcete vidět. Nepočítejte ale se zebry, lvy, hrochy nebo slony, ty v této oblasti neuvídníte. My jsme měli možnost vidět jen nosorožce, žirafy, krokodýla, kudu, sprinboky, orla skalního nebo pštrosy. Ostatní zmiňovaná zvířátka můžete vidět v Národním parku Etosha, který však leží v severní části Namibie a není tak jednoduché se tam dostat. Prohlídku safari Okapuka si musíte předem telefonicky dojednat.

Žirafa na Okapuka



Nosorožci na Okapuka



✓ Swakopmund

Swakopmund je pobřežní město ležící ve vzdálenosti zhruba 1 000 km od Keetmanshoopu. Jely jsme (už jen samy dvě☺) do Windhoeku (500 km) s žádostí o prodloužení víz a odtud jsme se druhý den ráno vydaly dalších necelých 500 km do Swakopmundu. Hlavním lákadlem pro nás byla možnost seskoku padákem, který se v Namibii provádí jen asi na 2 – 3 místech. Skákat můžete pouze v tandemu (pokud si předtím neuděláte týdenní kurz a nevyhodíte za něj přes dvacet tisíc ☺) z výšky 3 km, nad pouští s obrovskými dunami, volným pádem rychlostí 220 km/hod. Úžasný zážitek, vřele doporučujeme!! ☺ Večer jsme si na pláži počkaly na západ slunce, který nemůže konkurovat se západy slunce v Čechách, a poté si došly do místní restaurace na večeři.

Ve Swakopmundu jsme strávily jen dva dny, ale počítejte s dalšími dvěma dny na cestu. Místní dráhy ani autobusy nejsou nejrychlejší a vzdálenosti jsou to opravdu velké. Je důležité vždy mít předem ubytování, nespolehejte na to, že v „dorms“ či hotelech bude volno.

Pohled z letadla na pobřežní město Walvis Bay



Těsně před seskokem



V centru Swakopmundu



Západ slunce ve Swakopmundu



VOLNÝ ČAS

Volný čas v Keetmanshoopu se dá trávit různými způsoby. Za horkého počasí asi přijde nejvíce vhod místní plavecký bazén. Je téměř v centru města, není drahý a nebývá zde

mnoho lidí. Počítejte ale s tím, že zhruba od dubna nebo od května je uzavřený, protože v tomto období nastává v Africe zima.

Máte-li chuť si trochu zasportovat, můžete si – po domluvě – jít zahrát tenis či volejbal na místní hřiště. Zhruba 50 km od města je i krásná vodní přehrada (jediná v okolí) a stojí za to se tam jet podívat zejména na východ či západ slunce. Opravdu úžasná podívaná!

Noční život je rozmanitý. V Keetmanshoopu je mnoho barů, restaurací či klubů. Záleží jen na vás, jak zrovna budete chtít strávit dnešní večer. Klasické hospůdky, kde si můžete sednout a v klidu s někým popovídat, v Namibii moc nenajdete. Jsou to spíše klasické bary, kde hraje hudba, lidé kolem tančí a popíjí. V každém baru je také kulečnick (spíše hned několik), oblíbená zábava mladých. V Keetmans' je i jedna hospoda vyloženě pro bílé (pozůstatek z dob apartheidu), ale my jsme preferovaly spíše černošské bary. Diskotéky v místních klubech stojí opravdu za to, ale počítejte s tím, že to nebývá zrovna nejbezpečnější místo. Je dobré tam jít ve větší partě a vždy se někoho držet nebo být s někým v kontaktu. Z restaurací doporučujeme především Bird's Mansions, kde nejenže výborně vaří, ale je zde i příjemná obsluha a krásné prostředí.

Velkou výhodou k „zabití“ volného času je také vlastní notebook, protože do hospůdky či na plavečák se nedostanete každý den, a večery (obzvláště v zimě) bývají dlouhé. Můžete si psát doma e-maily a v práci je jen odesílat (přístup na internet je omezený a požadavkem je trávit na něm jen nezbytně nutnou dobu) nebo (jako v našem případě) pracovat na své diplomové práci. Večerní projekce filmů taky není špatná ☺.

Swimming pool



Přehrada



CENNÉ RADY A DOPORUČENÍ

✓ **Vízum**

O vízum si požádejte tak měsíc před odletem do Namibie (vyřízení trvá v průměru 2 - 3 týdny), a to nejlépe u organizace GTS (www.gtsint.cz). K vyřízení víza potřebujete vyplněný formulář (obdržíte jej u GTS), kvalitní kopii pasu a 3 pasové fotografie. Vízum vás přijde cca na 3 000 Kč.

Pokud bude váš pobyt v Namibii delší než 3 měsíce, musíte nejméně 14 dní před vypršením platnosti vašeho víza osobně zažádat na Ministry of Home Affairs ve Windhoeku (na Independence Street) o jeho prodloužení. Budete k tomu potřebovat vyplněný formulář, kopii zpáteční letenky, pas a motivační dopis. Prodloužené vízum nás přišlo na 138 NAD (cca 552 Kč).

✓ **Zdravotní pojištění**

Máte-li studentský účet u České spořitelny, doporučujeme vyřídit si zdravotní pojistku tam – na 3 měsíce vás to bude stát pouze 400 Kč. V případě delšího pobytu vás kterákoli osoba může těsně před vypršením vaší pojistky dopojistit z Čech u jakékoli pojišťovny (doporučujeme Českou pojišťovnu nebo Českou kooperativu).

✓ **Letenky**

Do Namibie jsme letěly se společností LTU. Letenky jsem zakoupily u GTS, odlet byl z Mnichova. Stihnete-li se vrátit do vypršení víza, je nejvýhodnější zakoupit si rovnou letenku zpáteční (v době našeho odletu se dala sehnat za cca 15 000 Kč).

Jelikož jsme cestovaly na delší dobu (4 měsíce), letenka Mnichov – Windhoek nás stála 8 845 Kč. Letenku Windhoek – Mnichov jsme složitě sháněly v Namibii telefonicky a na internetu, nakonec byla nejvýhodnější koupě u GTS za 13 700 Kč (je dobré být s touto organizací stále v kontaktu).

✓ **Měna**

V Namibii je měnou namibijský dolar (1 NAD = 100 centů), což jsou naše cca 4 Kč (kurz se stále mění, je nutné jej sledovat). 1 USD je pak asi 6 – 7 NAD. Namibijskou měnu v Čechách neseženete, dle kurzu je pak dobré vézt do Namibie eura nebo americké dolary a hned na letišti je vyměnit za namibijské dolary. V některých obchodech není problém pro platbu používat kreditní kartu České spořitelny (s jinými bankami nemáme bohužel zkušenosti). Co se týče výběru peněz z bankomatu, na kreditní kartu ČS jsme byly úspěšné pouze u bankomatů banky Nedbank (v Keetmanshoopu ji najdete u supermarketu Sentra, ve Windhoeku na hlavní třídě Independence Street). Při každém výběru zaplatíte poplatek 100 Kč a nepatrné procento z vybírané částky.

Jako finanční rezervu doporučujeme zařídit si u ČS kreditní kartu Kredit+, která vám poskytne půjčku až na 20 000 Kč, při splatnosti úvěru do určitého dne následujícího měsíce je tato půjčka bezúročná (více informací získáte u ČS).

✓ **Peníze**

Jako kapesné na 4 měsíce doporučujeme vzít si s sebou cca 30 000 Kč. Jen za ubytování jsme zaplatily každá asi 6 000 Kč, za jídlo zaplatila každá z nás dalších cca 12 000 Kč. Dále počítejte s výdaji za místní dopravu, výlety, vstupy a zábavu všeho druhu ☺.

My jsme si svůj pobyt v Namibii užívaly jak se patří (například ve Swakopmundu jsme si skočily padákem, podnikaly mnoho výletů, chodily do restaurace, koupily pár dáreků a oblečení atd.), Afrika se nám pak prodražila na pěkných 30 – 40 000 Kč, které jsme každá zaplatila ze svého. Ale nelekejte se, při skromnějším způsobu života v Namibii se dá vyjít určitě mnohem levněji ☺!

✓ **Jídlo v Keetmanshoopu**

Bez obav, v Africe hlady trpět nebudete. Vše seženete v supermarketech, které nejsou výrazně odlišné od těch našich. Ceny za jídlo jsou v Namibii cca 1,5 krát vyšší než v České republice. Nejdražší jsou asi mléčné výrobky (např. velký jogurt stojí cca 40 Kč, sýry 100g za 100 Kč), ovoce a zelenina také nejsou nejlevnější. Maso je zde k sehnání zejména skopové,

jehněčí a hovězí, kuřecí nebo vepřové jsme v Keetmanshoopu nesehnaly. Ceny za pečivo jsou podobné jako u nás, chléb (toustový) stojí našich asi 20 Kč.

Velmi dobře se najdete v místní restauracích, v Keetmanshoopu vám doporučujeme restauraci Bird's Mansions, jedno jídlo vás tu vyjde přibližně na 240 Kč (ale je to opravdu bašta).

✓ **Doprava po Keetmanshoopu**

V Keetmanshoopu nefunguje nic jako městská hromadná doprava. Někteří místní obyvatelé používají hromadné taxíky (mikrobusy), což bychom vám z důvodu bezpečnosti příliš nedoporučovali. U ČvT vám kdokoli dá telefonní číslo na nějakého spolehlivého taxikáře, buďte s ním v telefonickém kontaktu a jeho služeb pak využívejte po celou dobu pobytu. Dopraví vás, kamkoli si budete přát a jedna cesta stojí zpravidla 10 NAD (40 Kč) na osobu.

✓ **Doprava po Namibii – vlak/bus**

Všechno má své výhody i nevýhody, což u dopravy po Namibii platí dvojnásob. Jednoduše – cesta autobusem je kratší a dražší, cesta vlakem pak delší, ale levnější. Například cesta z Keetmanshoopu do Windhoeku vás autobusem přijde cca na 220 NAD (880 Kč), ale budete tam za 6 hodin. Vlakem tam pojedete 12 hodin, ale zaplatíte cca 80 - 100 NAD (ceny se každý den v týdnu liší).

Vlak: jízdenky zakoupíte v kanceláři na hlavním nádraží, doporučujeme cestovat 1. třídou (tzv. Business class), je to bezpečnější než v Economy class a cenový rozdíl je nepatrný. Ve vlaku je (v období podzim – zima) často dost chladno, proto je rozumné vzít si s sebou teplé oblečení a spacák.

Bus: v Namibii funguje společnost Intercape. V Keetmanshoopu koupíte jízdenky v Intercape kanceláři v obchodě JJ's nedaleko benzinové pumpy.

✓ **Místní kultura**

Počítejte s jinou mentalitou afrického národa. Lidé v Namibii jsou sice velice milí, ale vždy dbejte zvýšené opatrnosti. Opilí lidé na ulici (a že jich není zrovna málo) mohou být agresivní a setkání s nimi může být velmi nebezpečné. Zejména v centru a v okolí supermarketů denně potkáte plno tzv. street kids. Tyto děti ulice po vás neustále budou vyžadovat peníze, nic jim však nedávejte, tím jen jejich život na ulici podpoříte. Nepohybujte se venku sami a už vůbec ne po setmění.

Namibijci jsou velmi přátelští, každý hned bude chtít být váš kamarád. Hlavně bílé dívky se černým obyvatelům Namibie velice líbí ☺, budou se k vám chovat gentlemany, ne vždy je však jejich milé a pozorné chování bez záměru, proto s nimi za žádných okolností nenasedejte do auta, nechovejte se vyzývavě či něco podobného.

Přes tato všechna (uznávám, že trochu děsivá) doporučení vězte, že z Namibijců budete nadšeni. Během našeho pobytu v Namibii jsme potkaly spoustu skvělých lidí a navázaly mnohá přátelství přetrvávající dodnes. Lidé se na vás budou na ulici stále usmívat, zdravít vás a ptát se, jak se vám daří, což je pro nás Evropany příjemný šok ☺.

✓ **Ostatní doporučení**

- Neustále si hlídejte své peníze, nenoste u sebe velký obnos;

- udělejte si kopie svých dokladů (pasu, řidičského průkazu, pojištění atd.) a noste je stále při sobě;
- je výhodou vzít si s sebou redukci do zásuvky (v Namibii je 3 bodová);
- v období květen – srpen může být v Namibii velká zima (obzvláště po západu slunce), nespolehejte na „tropy a subtropy“ a nepodceňte teplé oblečení;
- kromě sportovního oblečení a obuvi (na sport a výlety) si vezměte na sebe i něco slušivého (např. do baru) ☺;
- hodily se pohodlné volnější kalhoty a „žabky“;
- v noci jsme měly buď pekelné horko nebo pořádnou zimu, takže pojedete-li na stáž v letním semestru, vezměte s sebou lehkou noční košilku i teplé pyžamo;
- na zahánění nepříjemného hmyzu nezapomeňte na repelent;
- v Namibii nefunguje síť Vodafone – pro přijímání a posílání sms do Čech je tedy síť Vodafone nepoužitelná (T-mobile a O₂ bez problémů);
- zejména kvůli práci a komunikaci po Namibii je dobré pořídit si namibijskou SIM kartu – její používání není drahé a můžete být v neustálém kontaktu jak s kolegy z práce, tak s taxikářem či s přáteli;
- na krácení volných chvil (z práce přijdete cca o půl šesté, a nemáte-li jiný program, chvíle „doma“ může být velice dlouhá) doporučujeme vzít si s sebou laptop (ten byl užitečným pomocníkem i pro psaní e-mailů!), filmy na CD a DVD, hry, časopisy atd. (v mezích možností), my si dlouhou chvíli nejčastěji krátily psaním diplomové práce ☺;
- v létě je v Namibii opravdu horko a africké slunce může být pro naši bílou kůži dost agresivní – nezapomeňte tedy na opalovací krém (s UV faktorem nad 20), kvalitní sluneční brýle, něco na hlavu a plavky;
- zařídte si v ČR mezinárodní řidičský průkaz – ČvT vám v pracovní době poskytne služební auto (ale nezapomeňte, že v Namibii se řídí vlevo);
- vezměte si s sebou běžné léky, jako např. Paralen, Septolete, Endiaron, Bromhexin, Ibalgin, Ambrobene, Olynth, Stopangin atd., v Namibii byste je těžko sháněli;
- na pracovišti je sice k dispozici internet, ale je dost pomalý a drahý – používejte jej tedy minimálně, své maily si napište doma na notebooku, uložte na flash disc (příp. na CD nebo disketu) a v práci pak už jen odešlete;
- nedávejte žádné peníze dětem na ulici ani dětem či zaměstnancům ve Wake Centre (tam si např. nenechávejte ani jídlo v lednici, sic o něj přijdete).

...NAŠÍM NEJVĚTŠÍM DOPORUČENÍM VŠAK JE – JEĎTE DO NAMIBIE!!!

Pavla Štochlová & Martina Tušková – “holky do nepohody” ☺

