



VOLUNTEERING PROJECT WINGS

Liebe zukünftige Volunteers, hier erfahrt ihr noch einiges mehr über Land und Leute, Bukit Lawang, eure Unterkunft, Anreise und Ansprechpartner. Als Anregung haben wir auch eine kleine Packliste zusammengestellt.



Inhalt

Allgemeine Infos	3
Ansprechpartner	3
Visum	3
Anreise	3
Unterkünfte	4
Kultur	5
Sprache	6
Packliste	6
Kleidung	6
Schuhe	7
Kulturtasche	7
Sonstiges	7

In vier einfachen Schritten auf nach Sumatra

- 1 • Schreib uns eine Mail.
- 2 • Buche Deinen Flug.
• Kümmere Dich um dein Visum.
- 3 • Bereite Dich vor.
- 4 • Packe Deine Sachen und los geht's!



Allgemeine Infos

Ansprechpartner

Ihr habt Interesse an einem Volunteerprogramm bei uns? Habt Lust mit anzupacken und die Welt zu verändern? Dann schreibt uns eine Mail, fragt bei Anto an oder kommt direkt vor Ort vorbei.

Ansprechpartner Deutschland: Sebastian Keilholz, volunteer@project-wings.de

Ansprechpartner Sumatra: Anto Cebol, +6281274011441

Du bist vor Ort auf Sumatra? Dann komm bei Masno, unserem Kooperationspartner, vorbei. Hier wird Dir gerne geholfen. Wir können Dir natürlich nicht versprechen, dass direkt etwas frei ist, aber wir finden mit Sicherheit immer eine Möglichkeit Dich unterzubringen. Und Hilfe wird immer und überall benötigt. Hier der Link zu seinem Café - Masnos Cafe: <https://goo.gl/maps/9mQ9Qro2mZEN3Z6u7> . Du findest ihn nicht? Dann frag einfach die Einheimischen, die helfen euch sicher gerne oder ruft Anto an.

Visum

Für Indonesien bekommst du ein 30-Tage-Visum bei der Einreise. Du musst evtl. einen Nachweis der Ausreise vorlegen, wie z.B. die Info zum Rück- oder Weiterflug. Es gibt auch die Möglichkeit ein Social Visa für 60 Tage zu beantragen. Falls das für Dich interessant ist, melde Dich gerne bei uns. Hier findest Du vorab ein paar Infos dazu: <https://www.indonesia-frankfurt.de/visum/visum-fuer-soziale-und-kulturelle-zwecke/?lang=de> .

Anreise

Der Flughafen auf Sumatra heißt Kuala Namu und befindet sich in Medan. Es gibt Direktflüge von Amsterdam und London. Ansonsten gibt es viele Flugverbindungen über Kuala Lumpur und Singapur. Empfehlung zur Flugsuche: www.kiwi.com

Vom Flughafen aus können wir dir für 600.000 Rupiah (ca. € 40,-) ein Taxi organisieren. Das Geld bezahlst du direkt beim Taxifahrer. Die Fahrt dauert ca. 4 Std. Es gibt auch einen Local-Bus von Medan nach Bukit Lawang. Am Airport muss man sich rechts halten, dort fahren die Busse ab. Um



nach Bukit Lawang zu kommen, muss man in Binjai umsteigen. Der Bus vom Flughafen nach Binjai kostet 50.000 Rupiah, der Bus von Binjai nach Bukit Lawang 30.000 Rupiah (manchmal muss man auch etwas mit dem Fahrer verhandeln).

Bereite Dich vor – Lerne etwas über das Land und die Kultur in Bukit Lawang

Ihr habt es geschafft und seid angekommen?

Willkommen bei uns. ☺ Hier gelten von unserer Seite aus nur wenige Regeln:

- **Habt Spaß.**
- **Begegnet den Einheimischen und euch gegenseitig auf Augenhöhe.**
- **Seid freundlich.**
- **Beachtet die Kultur und Religion.**
- **Packt mit an, haltet die Augen offen, werdet aktiv und kreativ.**
- **Ihr habt ein Problem oder fühlt euch nicht wohl? Sprecht gerne mit uns. Gemeinsam finden wir eine Lösung.**

Denkt daran Geld am Flughafen abzuheben oder Bargeld in eurer Währung mitzubringen. In Bukit Lawang gibt es keinen Geldautomaten. Ihr könnt aber Geld an einer Wechselstube wechseln. Das klappt sehr gut. In den Nachbarorten gibt es Geldautomaten, diese funktionieren aber nicht immer. Also denkt einfach daran immer ein bisschen Geld beiseite zu legen oder zum Tausch dabeizuhaben.

Eine SIM-Karte für euer Handy könnt ihr in Bukit Lawang vor Ort kaufen und auch immer wieder mit Datenvolumen aufladen.

Unterkunft

Die Unterkünfte sind je nach Kooperationspartner unterschiedlich. Von Homestay im eigenen Doppelzimmer, über ein gemeinsames Volunteerhaus bis hin zum Haus am Fluss ist alles möglich. Die Unterkünfte sind in Indonesien eher einfach, warme Duschen und Klimaanlage sind unüblich, aber man hat alles, was man braucht und das Leben spielt sich hauptsächlich draußen ab. Matratzen und Decken werden bei allen Unterkünften bereitgestellt. WLAN ist selten vorhanden, aber man kann sich sehr günstig eine SIM-Karte kaufen.



Hütte am Fluss: Die Hütten am Fluss sind der Hauptplatz. Ihr schlaft in einer Hütte direkt am Fluss mit Blick auf den Regenwald. Die Hütten sind zentral gelegen, fußläufig sind alle Kooperationspartner in Bukit Lawang und auch der Ort erreichbar. Ausgestattet sind die Hütten mit Matratzen für zwei Personen und Moskitonetz. Die Hütten können von einer oder zwei Personen belegt werden. Auf dem Gelände befindet sich ein Gemeinschaftsbad und eine Küche, wo für euch gekocht wird. Insgesamt kostet die Unterkunft mit drei Mahlzeiten am Tag 100.000 Rupiah pro Tag und Person.

Schlafplatz bei unseren Kooperationspartnern: Die Schlafplätze sind je nach Kooperationspartner unterschiedlich. Die Kosten hierfür sind etwas höher, da die Unterkünfte in der Regel etwas mehr Luxus bieten. Ihr habt ebenfalls drei Mahlzeiten im Preis inkludiert. Natürlich frisch gekocht, super lecker und mit ganz viel Liebe. Die Schlafplätze bei unseren Kooperationspartnern kosten 200.000 Rupiah pro Nacht und Person. Die Kooperationspartner in Bukit Lawang sind auch sehr zentral gelegen.

Je nach Unterkunft variiert auch das **Essen** ein bisschen, aber alle kochen frisch und vor allem sehr lecker. Reis ist eigentlich immer Hauptbestandteil der Mahlzeiten und dazu werden verschiedene Beilagen gereicht. Häufig ist es Gemüse aus dem eigenen Garten und Tempeh/Tofu. Da Fleisch hier sehr teuer ist, sind die meisten Mahlzeiten vegetarisch/vegan und ab und zu gibt es Fisch. Das Essen ist teilweise etwas schärfer. Vertragt oder mögt ihr dies nicht, sprecht dies einfach an. Ebenso wenn ihr vegetarisch oder vegan unterwegs seid.

Wasser aus der Leitung solltet ihr nur abgekocht trinken, aber an vielen Stellen kann man sich Wasser aus Wasserspendern holen. Daher die eigene Trinkflasche nicht vergessen.

Kultur

Die Religion auf Sumatra ist muslimisch geprägt, daher sollte daran gedacht werden vor allem als Frau Kleidung zu tragen, welche mindestens über die Knie bzw. Schulter reicht. Je nach Kooperationspartner bitte auch bis zum Knöchel. Beispielsweise wenn ihr mit den Kindern zusammenarbeitet, um eurer Vorbildfunktion gerecht zu werden. Bitte je nach dem auch nicht nur im Bikini im Fluss baden, vor allem wenn auch andere Einheimische vor Ort sind oder beim River Cleanup. Einfach eine Shorts und T-Shirt drüber werfen.



Die Einwohner Indonesiens gelten als äußerst freundlich und hilfsbereit. Begegne den Einheimischen immer mit Respekt und einem Lächeln und sie werden Dich ebenfalls äußerst zuvorkommend und freundlich behandeln.

Sprache

In Bukit Lawang wird Indonesisch gesprochen. Die meisten Kooperationspartner und einige Einheimische sprechen auch Englisch, aber nicht alle. Und es ist auch immer ein schönes Gefühl den Einheimischen in der Landessprache begegnen zu können. Mit Hand und Fuß kommt man aber immer zurecht.

Hier ein paar erste Wörter, die du bereits vor Ort anwenden kannst:

- *Hallo* – Hallo
- *Selamat pagi* – Guten Morgen
- *Selamat malam* – Guten Abend
- *Apa kabar* – Wie geht es Dir?
- *Baik* – Gut
- *Terima Kasih* – Danke
- *Sama Sama* – Bitte
- *Hati Hati* – Vorsicht



Packliste

Unsere Tipps für Deine Packliste:

Kleidung

In Sumatra ist es sehr warm und es herrscht eine hohe Luftfeuchtigkeit, also empfiehlt es sich **schnell trocknende, luftige und leichte Kleidung** mitzunehmen. Für Frauen gilt aus Respekt vor der Kultur und den Einheimischen: **Schultern und Knie** (je nach Kooperationspartner bis zum Knöchel) **bitte bedecken**. Vor allem wenn ihr in den Ort geht und je nach dem zu welchem Kooperationspartner, aber das bekommt ihr schnell raus.

Je nach Bereich, bei dem ihr helft und eurem eigenen Empfinden eignen sich **lange Sachen** (luftig), lange Hose / Leggins und Socken, die über die Knöchel gehen (zum Schutz vor Kratzern und Tieren). Ein kleiner Tipp: eher „**alte**“ **Kleidung** mitnehmen, bei der es nicht schlimm ist, wenn diese dreckig wird. Vergiss nicht deine **Badesachen**, auch wenn ihr als Frauen etwas drüber zieht (T-shirt und Shorts). Allein fürs River Cleanup sind Badesachen nützlich.

Beachte bei der Kleiderauswahl einfach, dass Du bestimmt mal schwitzen oder Dich dreckig machen wirst, ins Wasser springst, evtl. trocken gehst und vielleicht auch mal abends losziehst. Und überlege einfach, was Du bei den einzelnen Bereichen gebrauchen könntest. Im Prinzip gilt als erstes, fühl Dich wohl und beachte die Kultur.

Schuhe

Bei Deinen Schuhen sieht es ähnlich aus wie mit der Kleidung. Die Einheimischen laufen in **FlipFlops** und machen in diesen auch ziemlich alles - vom lockeren Spaziergang bis hin zum Trecking. Aber nicht jeder beherrscht das FlipFlop-Tragen in jeder Situation. Denk an **geschlossene Schuhe**, in denen Du anpacken, laufen und auch ins Wasser hüpfen kannst (beim Cleanup, als Schutz vor Glasscherben und Co) und die auch dreckig werden dürfen.

Vor Ort gibt es **Rubberschuhe** für 1,50 €, die gut zum Hiken und auch Anpacken sind (allerdings nur bis Gr. 42).



Kulturtasche

Denk bei Deiner Kulturtasche daran **umweltfreundlich unterwegs** zu sein. Vor Ort gibt es kein vergleichbares Klärsystem wie hier in Deutschland, d.h. alle Produkte landen so, wie sie sind, auch wieder in der Umwelt. Also packe in Deine Tasche gerne naturfreundliche Seife oder Kernseife (gibt es auch ohne Palmöl, die Palmölproblematik wird dir vor Ort sehr bewusst werden).

Kleine Reiseapotheke – Mittel gegen Schmerzen, Durchfall und Übelkeit, Elektrolyte (nicht leicht zu finden vor Ort) und etwas gegen Mücken: Mückenschutz sowie entzündungshemmende Salbe für entzündete Mückenstiche. Moskitospray reicht für die ersten Tage, vor Ort bekommt man auch gutes. Sonnencreme, wobei man auch viel im Schatten der Bäume arbeitet.

Sonstiges

Was Dir sonst noch helfen könnte: **Handtücher**, werden nicht gestellt. Am Besten ein Reisehandtuch, das spart Platz ;). Eine **Stirnlampe/Taschenlampe**, falls ihr mal im Dunkeln unterwegs seid. Einen leichten **Schlafsack** oder ein **großes Tuch**, zum Zudecken. Die **Wasserflasche**, zum Nachfüllen nicht vergessen. **Kopfschutz**, gegen die Sonne. Ihr habt **noch Platz**? Fragt gerne nach; z.B. werden immer Garten-Tools und Werkzeuge gebraucht oder vielleicht liegt bei euch ja noch etwas Brauchbares rum, das ihr so oder so loswerden möchtet. ☺

Schnapp Deine Tasche, take it easy.

Und hati hati.

Wir freuen uns schon auf Dich.

