

Rundbrief I

Lisa

EXIT



GROWING AND LEARNING
AT PACE

Macht euch bereit, in den nächsten paar Minuten entführe ich euch in meine Gedankenwelt. Wir fangen bei meiner Landung in Kapstadt an und tauchen in die folgenden Monate ein.

Hallo liebe Lesenden,

Ich bin seit zwei Wochen hier. Am Anfang war die neue Umgebung etwas überwältigend, aber gerade im Moment fühle ich mich, als wäre ich angekommen. Was sehr bedeutend für mich ist, weil sich meine Ausreise mittlerweile knapp ein Jahr verschoben hat und ich endlich mich auf meinen Freiwilligendienst einlassen kann.

Mein Zimmer fühlt sich wie mein Zuhause an, meine Arbeit macht Spaß und ich treffe immer mehr Leute.

Es fühlt sich an, als hätte sich mein Leben um ein paar Kilometer verschoben. Aber zur gleichen Zeit bin ich mir bewusst, dass es immer noch so viel Neues zu entdecken gibt. Ich erlebe, dass ich aufpassen muss, aus welcher Perspektive und wie ich rede. Ich bin ein Fremder in einer neuen Stadt, einem neuen Land, einem neuen Kontinent. Meine Gedanken sind oft von extrem positiv zu extrem negativ gewechselt. Das ist etwas, worauf ich mich nicht vorbereiten kann, aber muss. Ich bin überwältigt mit all dem Neuen und das ist okay.

Mit der Zeit gewöhne ich mich daran und es wird mein Zuhause. Ich habe so viele wunderbare Menschen getroffen, auf der Arbeit und in kurzen Begegnungen. Ich bin sehr froh darüber, hier sein zu dürfen und nehme jeden positiven wie auch negativen Moment auf, um daran zu wachsen

Let me tell you about my daily life.

Teil meines alltäglichen Lebens ist meine WG. Ich lebe in einem alten Victorian Haus, was einer englischen Bauart entspricht: viel Holz, große Fenster Wände, Kamine und hohe Decken. Ich lebe zusammen mit 6 anderen Leuten, zwei Pärchen und zwei anderen Individuen.

Am Anfang war es mehr ein Koexistieren als ein Zusammenleben, aber mit der Zeit würde ich sagen, dass sich Freundschaften ergeben. In einer WG zu leben fordert Kompromisse und Abstriche in Themen wie Raum für sich und Lebensqualität, z.B das ich zwischenzeitlich meine Wäsche per Hand gewaschen habe weil die Waschmaschine besetzt war oder das ich nicht in aller Ruhe und mit genug Kochutensilien kochen kann. Aber bis jetzt bin ich gut zurechtgekommen. Ich habe für all meine Problemchen eine kreative Lösung gefunden und das erste Mal in meinem Leben ohne Backblech, Rührgerät, Waage und Co. gebacken. Außerdem habe ich angefangen kalt zu duschen, weil ich nicht eine Stunde auf den Heizer warten wollte.

Wir leben im Observatory, auch Obz genannt, eine sehr lebendige Studierendenegegend mit vielen Möglichkeiten was zu erleben. Mit meinem Mitbewohner haben wir ab und zu Abende an denen wir zusammen Musik machen , seitdem ich angefangen habe die Gitarre zu lernen und mit anderen wurden die ein oder anderen Ecken von Obz erkundet. Es ist außerdem praktisch, weil ich nur 15 Minuten mit dem Bus zu meiner Arbeit brauche.



Jam in Obz



Ein viktorianisches Haus

Mein Alltag

Ich arbeite bei NOAH –Neighbourhood Old Age Home, a healthy and thriving community guided by its elders (Eine gesunde Gemeinschaft, geleitet von Senioren). Das ist die Vision, von der NOAH lebt. Einen safe space für Social Pensioners (Pensionierte Leute mit Niedrigeinkommen) bilden und sie mit dem Nötigsten wie Hygieneartikel und Essen, die NOAH durch Spenden bekommen, zu versorgen. Zudem können Pensionäre sich in der Gemeinschaft engagieren und auch mit Arbeit, wie im NOAH Cafe oder Second Hand Shop arbeiten, ihre fällige Rente schmälern und mehr Geld zur freien Verfügung haben. Was die Community Center bieten ist z.B. Yoga, Kerzen-Workshops, Events planen, nähen oder Häkelgruppen. Zum einen sind es Beschäftigungsangebote, aber zum anderen gibt es auch Arbeit, um wie gesagt Einkommen zu generieren und die sogenannten Social Enterprises von NOAH zu unterstützen. Ich bin teil des Sustainability Teams, wir finden Ideen für fundraising, um NOAH unsere member weiterhin unterstützen zu können. Ich bin dabei verantwortlich für die Social Media Kanäle und Marketing unter der Kontrolle von meiner Kontaktperson Anne.

Ich fotografiere und ich kreierte Flyer für anstehende Events. Vor kurzem hat unsere YouTube Interview Reihe angefangen, wobei ich Mitglieder von NOAH interviewe und ihnen eine Plattform für ihre Lebensgeschichte gebe. Eine Aufgabe, die mir sehr viel Spaß macht und viel zurückgibt. Denn insbesondere ältere Menschen in Südafrika haben sehr viel durchlebt und die Gruppe, mit der ich arbeite, wurde in Zeiten von Apartheid unterdrückt und es wurde versucht, ihnen ihre Stimme zu nehmen. Ich versuche, sie gehört fühlen zu lassen und ihre Geschichten mit der Welt zu teilen, weil ihnen jahrelang niemand zugehört hat! Und auch wenn ich den Kontext der Geschichte Südafrikas weglassen, werden ältere Menschen in der Gesellschaft oft überhört und sind unsichtbar. Viele gemeinnützige Organisationen kümmern sich um Kinder oder andere Minderheiten, aber ältere Menschen kommen oft zu kurz.

Ich liebe es, in Kontakt mit den Mitgliedern zu sein und gleichzeitig im Thema Marketing so viel dazu lernen zu können. Am Anfang war es herausfordernd, weil ich selbst Facebook und TikTok lange nicht benutzt habe und mich erst in die Apps und deren Algorithmus einfinden musste. Es war mein Traum als Kind irgendwann mal ein YouTube Video zu veröffentlichen, deshalb macht mir das umso mehr Spaß. Fotografie und VideografieKinematografie sind Leidenschaften von mir und ich finde es so schön, diese einbringen zu können und Momente einfangen zu können, die sonst niemand sehen würde.



Selling Seconds in Woodstock

Ein Tag in meinem Leben

Ich hoffe, das gibt euch ein grobes Bild, aber um genauer zu werden, nehme ich euch einfach auf einen Tag mit mir mit.

Mein Tag startet um 6:30, oder um ehrlich zu sein, zwischen 6:30 und 7:00 Uhr.

Ich wache auf, mache mir meinen Instant Kaffee und während das Wasser kocht und der Toaster an ist, mache ich mich fertig. Manchmal frühstücke ich draußen und rede dabei mit meinen Mitbewohnern, aber ich genieße auch einen ruhigen Morgen.

Um 7:50 laufe ich zur Main Road, um auf den Bus bzw. einen der vielen Busse zu warten. Ich strecke meine Hand in die Luft und winke dem Fahrer zu.

Nachdem ich meine 14.5 Rand gezahlt habe (was knapp 1€ entspricht), setze ich mich, höre Musik und schaue aus dem Fenster.

Ich suche nach bekannten Gebäuden und wenn ich den KFC in Woodstock sehe, weiß ich, dass es Zeit ist aufzustehen. Ich drücke den roten Stopp Knopf, steige aus und laufe nach der Ampel die Straße hinunter.

An dem weißen Gitter einer der NOAH Häuser vorbei und fange an zu grüßen. Wer auch immer gerade am Gate steht, Simbe, Philipp, Rustle und viele mehr im Shop, durch den ich laufe, um ins Büro zu kommen. Der Second Hand Shop in Woodstock, in dem das ein oder andere TikTok gedreht wurde. Nachdem ich Good Morning zu der Rezeption gesagt habe, geht es ins Community Center, dort sitzt Natalie. Eine der ersten Personen, die mich in NOAH erwartet hat. Viele Menschen in NOAH arbeiten und leben dort. Die Mitglieder sind eingeladen, sich am Zusammenleben zu beteiligen, sind aber nicht verpflichtet. Daraus bildete sich z.B die Action Group, eine Gruppe mit super freundlichen und aktiven Mitgliedern, die Events planen und mitgestalten. Alle Aktivitäten zusammen bilden so eine schöne und friedliche Umgebung und halten den NOAH Geist am Leben.

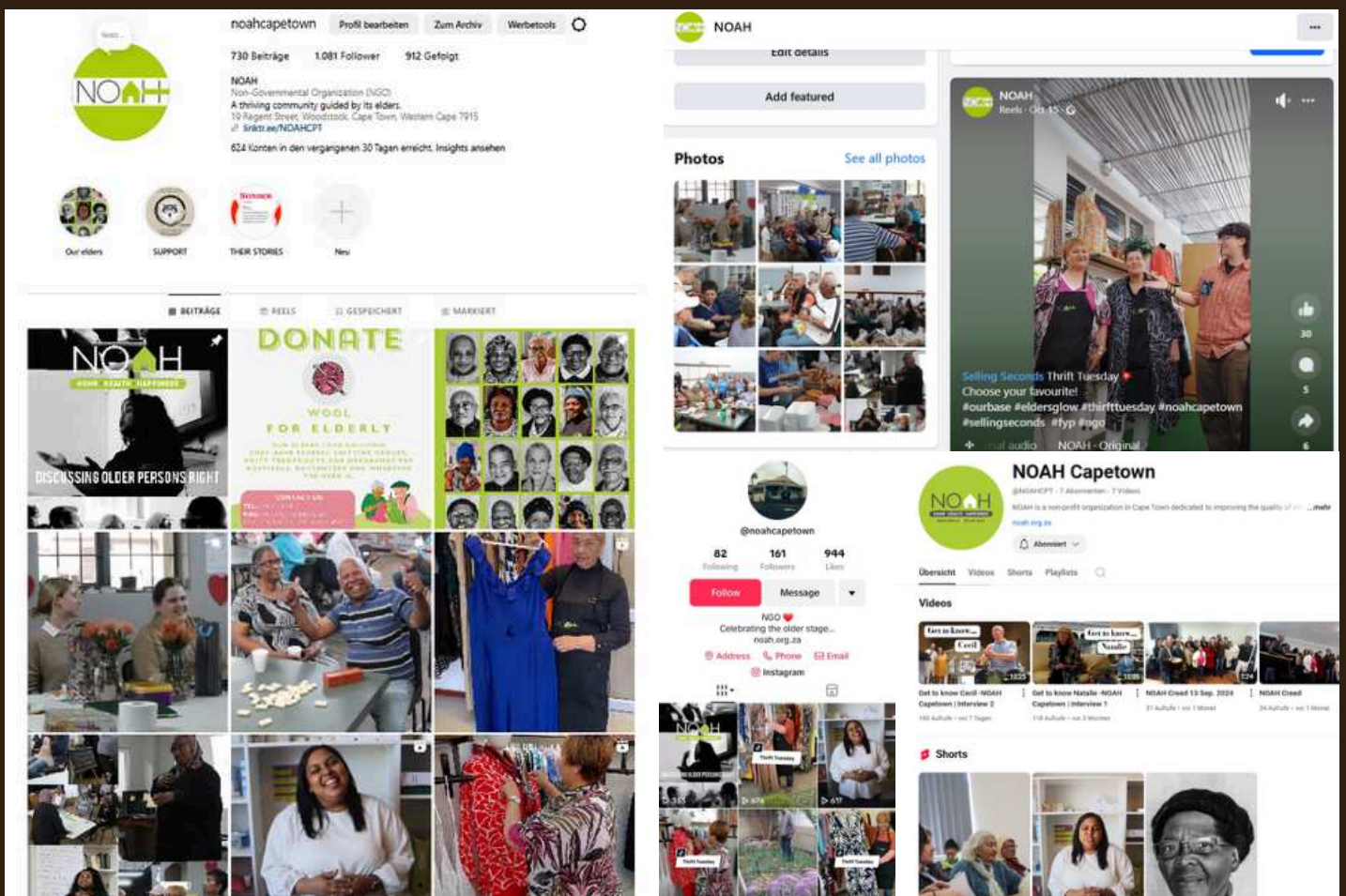


Die Schönheit des Alltags

Wenn ich die Treppen zum Büro hochgelaufen bin, arbeite ich erstmal an meinem Laptop und schaue mir die Daten der vorherigen Posts an und mache mir einen Überblick über den Tag. Ich betreibe den Facebook, Instagram, YouTube und den TikTok Kanal von NOAH. Ich versuche immer aktuell zu berichten, heute war zum Beispiel ein Internationaler Tag für ältere Leute. Dafür haben wir eine YouTube Interview-Reihe angefangen. Ein besonderer Tag, denn unsere Mitglieder sind alle über 60 Jahre.

Bei NOAH zu arbeiten ist so vielseitig. Ich lerne jeden Tag dazu und habe die Möglichkeit zu wachsen. Einen Monat nach meinem Ankommen, hatten wir ein Seminar über persönliche Weiterentwicklung am Arbeitsplatz, was sehr interessant und alles andere als selbstverständlich war. Außerdem gab es Workshops von der Sozialarbeiterin bei NOAH über Trauma Response und vieles mehr.

In einer Non-Profit-Organisation zu arbeiten kann herausfordernd sein, weil es kontinuierlich darum geht, sich über Wasser zu halten und für NOAH Mitglieder zu sorgen. Die Atmosphäre spiegelt das deutlich wider, weil jede(r) so viel Herzblut in seine oder ihre Arbeit steckt.



NOAH's verschiedene Standorte

Wenn ich den Tag fortführe, würde ich die täglichen Aktivitäten dokumentieren, z.B. die Kerzenherstellung oder Häkelgruppen. Ich liebs, dass kein Tag gleich ist, auch wenn die Aktivitäten sich wiederholen. Denn jeder Post ist anders, jede Interaktion ist neu und es wird niemals identisch sein. Im Laufe des Tages bin ich manchmal in den anderen Zentren in Athlone oder Khayelitsha, meistens bin ich aber in Woodstock, was verschiedene Stadtteile von Kapstadt sind.



Event in Woodstock

Letzte Woche war ich das erste Mal in Khayelitsha, einer ländlichen Gegend und ein Township. Ich wurde von so vielen lieben Menschen empfangen, der Chor hat für mich gesungen und ich durfte an ihren Gemeinschaften teilhaben. Eine große Herausforderung war, dass wir -außer wenige- nicht die gleiche Sprache sprechen, denn Xhosa ist dort die Amtssprache. Ein paar meiner Mitbewohner*innen sprechen auch Xhosa, aber eben auch Englisch, also in der Situation, war ich zuvor noch nicht. Afrikaans habe ich schon öfters gehört und ist den germanischen Sprachen ähnlicher. Xhosa enthält Geräusche wie Klicklaute, die ich zuvor in keiner Sprache gehört habe. Das machte es für mich schwierig zu partizipieren und ich habe mich schlecht gefühlt, nicht direkt kommunizieren zu können. In irgendeiner Weise fühle ich mich in der Pflicht, mich anzupassen und dazu gehört auch, meine Muttersprache nicht zu sprechen. Aber ich werde mein Bestes geben.



Workshop in Khayelitsha

Zurück zu Khayelitsha, gibt es dort wie in den anderen Zentren eine Klinik und einen Second Hand Shop. Besonders ist, dass dort täglich von den Mitgliedern für die über 20 Mitglieder gekocht wird. Oft mit Spenden von kollaborierenden Supermärkten. Anders als in Woodstock leben die Mitglieder nicht in NOAH Häusern, sondern kommen eher wie in Gemeinschaftszentren an, um sich auszutauschen und Spaß zu haben, neben dem Arbeitsleben. Denn viele ältere Leute arbeiten dort immer noch oder kümmern sich um ihre Familien. Es ist immer sehr schön, die verschiedenen Zentren zu besuchen!



Workshop in Athlone

fast am Ende...

Am Ende des Tages –gegen 16 Uhr– packe ich zusammen und gehe entweder nach Hause, zum Volleyball oder zum Cricket mit meiner Kollegin. Abends lande ich immer wieder in meinem Bett und der nächste Tag wartet auf mich :)

Ich bin sehr dankbar, in dieser Situation zu sein und über jeden Tag und jede Person, die ich treffen durfte.

Besonders schön beschreibt die Zeit des Nachhausekommens eine Passage aus dem Buch
“Small Country” von Gaël Faye

“NOTHING IS SWEETER THAN THE MOMENT

when the sun sinks behind the ridge of mountains.

*Dusk brings with it the cool evening and warm colours that deepen
with every minute.*

This is the hour that marks a change in rhythm.

*People head home from work at a leisurely pace, the night watchmen
come on duty and neighbours sit out in front of their gates.*

There is silence before the toads and crickets start up.

*Often, it's the perfect time for a game of football, for sitting with a
friend on the low wall above the gutter, for gluing your ear to the
radio or for visiting a neighbour.*

*With the tedium of the afternoon finally ebbing away, it would be in
that interval, in those slow-moving minutes, that ...”*

Nun habe ich euch viel über den praktischen Teil meines Alltags erzählt, wie erging es mir dabei ?

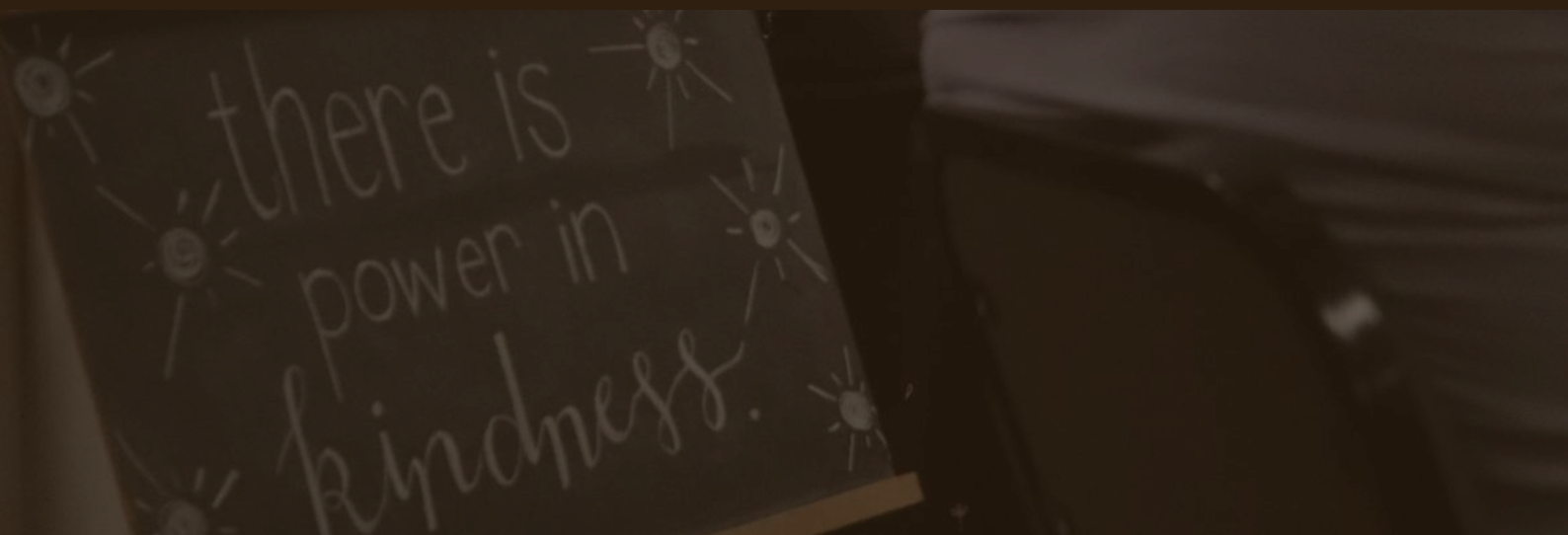
Als ich in Kapstadt angekommen bin, wusste ich nicht, was ich erwarten sollte. Ich war überrascht von der Herzlichkeit und wie ich wie ein Freund aufgenommen wurde, auf so vielen Ebenen. Was auch zu meinen ersten Eindrücken gehört, ist, dass ich auch mit einer hohen Dichte an Obdachlosigkeit konfrontiert wurde. In meinem Vorort haben die Menschen, die auf der Straße wohnen, mit der Zeit angefangen zu grüßen, als ich morgens zur Arbeit gelaufen bin und ich habe meistens natürlich zurück begrüßt, als wären wir alte Bekannte. Eine Person, die ich hier in Kapstadt getroffen habe, meinte, die Obdachlosen von Observatory beschützen einen und irgendwie stimme ich zu.

Obdachlosigkeit und Arbeitslosenquote sind große Themen, die die Gesellschaft beschäftigen. Mir ist zudem aufgefallen, dass die Menschen, die ich kennenlernen durfte, sehr offen sind über strukturelle Probleme zu reden und über vieles, das über Smalltalk hinausgeht. Ich hatte von Anfang an gute Gespräche. Am Anfang beinhalteten diese oft "stay safe" oder "take care", was mich zuerst einschüchtern lässt, aber ich habe gelernt, dass Menschen in meinem Umfeld für mich sorgen möchten, worüber ich sehr dankbar bin. Ich habe auch schnell gemerkt, dass ich die Zeit nicht genießen kann, wenn ich mich von der Angst, dass etwas passieren könnte, überrennen lasse. Ich habe gelernt, Kompromisse zu machen. Ich gehe spazieren, aber ich weiß wo. Ich gehe wandern, aber in Gesellschaft. Ich gehe schwimmen, aber nicht in Mitten der Wellen. Ich gehe abends raus, aber nicht alleine. Ich fahre wohin, aber mit einem Uber oder später anderen sicheren ÖPNV.

Ich möchte in Freiheit leben, also kreierte ich mir meinen Raum.

Wobei ich so privilegiert bin, mir überhaupt diese Freiheit nehmen zu können.

Ich habe gelernt mit dem zu leben, was mich glücklich macht. Ich habe schnell gemerkt, dass ich mich nicht damit wohl fühle, wenn andere -insbesondere Nicht-Weiße Personen Dienstleistungen für mich übernehmen, die in Deutschland selbstverständlich selbst gemacht werden. Zum Beispiel, wenn jemand für dich deine Lebensmittel im Supermarkt einpackt. Zum einen, um meine Selbstständigkeit unter Beweis zu stellen und um kolonialen Strukturen zu entfliehen. Also habe ich diese Tätigkeiten oft selbst übernommen, auch wenn ich weiß, dass das strukturell nichts ändert. Ich lasse euch nur an meinem



Reflektion mit der Zeit

Es sind Monate wie im Flug vergangen.

Mein Bekanntenkreis wird immer größer, meine Spaziergänge immer länger und komplexer. Auch wenn ich mich vielleicht nicht danach fühle, wird mein soziales Umfeld größer und ich lerne die Menschen intensiver kennen. Die englische Sprache selbst wird immer komplizierter, es fängt an, dass sie mich nervt. Ich würde viel lieber auf Deutsch schreiben und genau das sagen können, was ich sagen möchte, aber das tue ich nicht. All das ist die Herausforderung, die ich gesucht habe, und ich stelle mich ihr tatsächlich. (

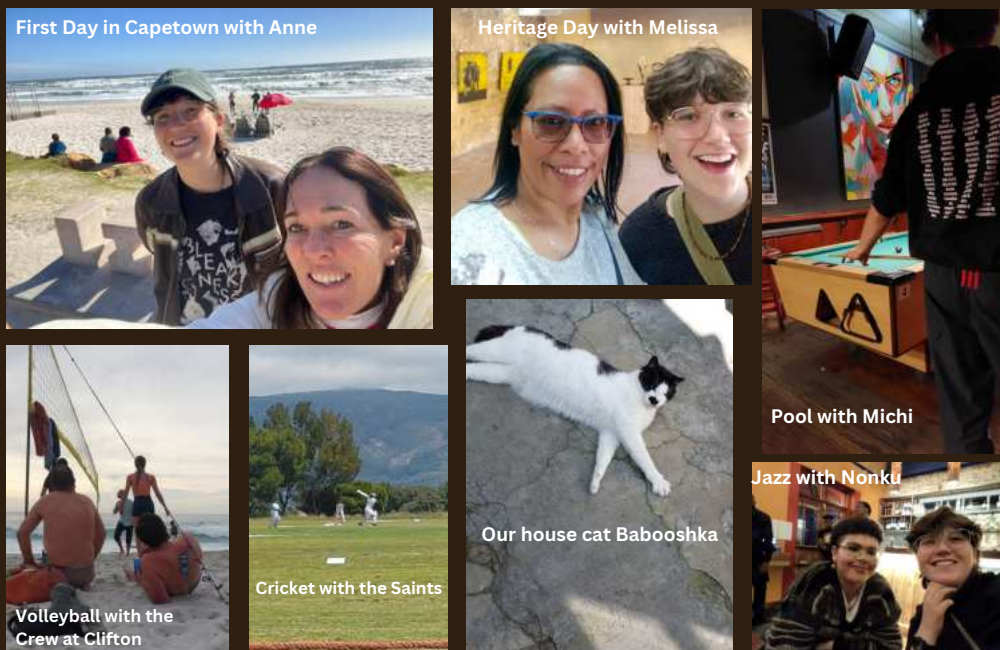
Der Ursprungstext wurde aus dem Englischen übersetzt)

Also muss ich akzeptieren, dass ich manchmal um ein Wort herumreden muss, anstatt nur eines zu finden. Ich muss akzeptieren, dass nicht alles so schnell wächst, wie ich es gerne hätte. Und ich muss akzeptieren, dass ich nicht das aufbauen kann, was ich in vielen Jahren in Deutschland aufgebaut habe, in nur einem Monat...

Ich muss freundlich zu mir selbst sein und lernen, keine utopisch hohen Erwartungen zu setzen.

Nach 3 Monaten kann ich sagen, dass ich sehr froh bin, ein gutes Unterstützungssystem aufgebaut zu haben und mich selbst beschäftigt zu halten. Ich freue mich darauf, tatsächlich mehr vom Land und von Kapstadt zu sehen, da ich das Gefühl habe, mehr Menschen als Orte zu treffen ^^

My Social Circle



& Co.

I don't want to talk for much longer but I invite you (I guess mostly my German audience) to read a poem I wrote about my beginning here.

In kaltes Wasser springen

*Tanz in meinen Zimmer,
genieße Zeit mit mir,
wünschte das wäre für immer,
aber lebe im jetzt und hier.*

*Lebe im Moment,
in dem meine Finger brennen,
will rennen, will fliegen, will sehen,
was hinter den Bergen vor mir liegt.*

*Bin in einer anderen Welt,
weil mich nichts mehr hält.*

*Will von hier nach dort,
teleportier mich am liebsten an den nächsten Ort,
den die Welt für mich bereithält.*

*Verschmelz' mit den Sinnen,
schau, zu welchen Seen sie mich hinbringen.*

*Von den Klippen schau ich aufs Wasser hinunter,
bin gut gelaunt, bin munter.*

Stille Wasser sind tief, meinen sie alle.

*Ich spring in den Ozean und es fühlt sich an wie eine Falle.
Stille durchbrechen, sprechen von was mich Leben abhält.*

*Versinkt unter Wasser,
kurz bevor ich am Wasserspiegel dran war.*

*Nur noch Meeresrauschen,
wo sind die Quallen, die neben mir tauchten.
Wo sind alle hin, wo ist der Trubel, wo ist der Sinn.*

Bin nurnoch ich hier?

Schwimm und schwimm und schwimm.

Küste so weit weg, wo gehör ich hin?

Schwimm und schwimm und schwimm.

Wo bin ich gestrandet?

Wer gehört das Land, auf dem ich bin?

Betrübt, verwirrt, kein klarer Kopf.

Nur noch kaltes Wasser das herab tropft.

Und weil es sich so schön anbietet, schaut doch mal auf dem "NOAH Capetown" YouTube Channel vorbei, dort sprechen ein paar von den Leuten, die ich erwähnt habe, für sich selbst :)

Peace out!

