WEES GEREED

AFRIKA IS NIE VIR SISSIES NIE

n Praktiese gids vir die fisiese voorbereiding vir uitreike en kort termyn Sending in Afrika

Vicky van Wyk

NAAM:	
UITREIK / SENDING DATUMS	
BESTEMMING	
DOEL	

Inhoud

Inleiding
Hoekom gaan ons op uitreike?
Dokumentasie
Fisiese Voorbereiding
Grensposte
Ry of vlieg?
Inentings en ander mediese vereistes
Seisoene
Kultuur
Wat pak jy?

Inleiding

Verskeie kerke stuur gereeld groepe uit op sendings missies en uitreike. Hetsy dit net n kort uitreik is wat oor n paar dae strek en of dit n kort termyn sendingstog van n paar weke is.

Hierdie handleiding is daarop gemik om elke persoon fisies daarop voor te berei. Kerke doen die Geestelikke voorbereiding ten opsigte van die tipe uitreik wat beplan word volgens die betrokke kerkgroep se doktrine en leerstellings, dus gaan daardie afdeling glad nie hier behandel word nie. Ons fokus net op die fisiese voorbereiding en om daar uit te kom.

Ons is egter almal eens dat dit n Opdrag van God is, en ek haal ook n paar bevestigings daarvan uit die Woord aan.

Uitreike is opwindend maar verseker nie altyd maklik nie, soveel meer as jy glad nie reg voorberei het nie. ‘n Uitreik vra nie net Geestelikke voorbereiding nie, maar deffinitief ook fisiese en praktiese voorbereiding. Jy gaan op vreemde grond beweeg.

Hoekom Gaan Ons Op Uitreike

Die sendingopdrag is die grootste en belangrikste opdrag wat aan enige groep mense op aarde gegee is, dit behels die moeilikste taak wat ooit aangepak is, en die uitvoering daarvan bring die betrokkenes in konfrontasie met die gedugste vyand wat daar is, naamlik die koninkryk van die duisternis onder die aanvoering van Satan en sy demone Ons het opdragte van God ontvang wat elke Wedergebore Kind van God Ernstig oor moet wees.

Matt. 28:18-20 "Jesus het nader gekom en met [die dissipels] gespreek en gesê: Aan My is gegee alle mag in die hemel en op aarde. Gaan dan heen, maak dissipels van alle nasies, en doop hulle in die Naam van die Vader en die Seun en die Heilige Gees; en leer hulle om alles te onderhou wat Ek julle beveel het. En kyk, Ek is met julle al die dae tot aan die voleinding van die wêreld"

Mattheus 16:24 Jesus het toe vir sy dissipels gese: “As julle My volgelinge wil wees, moet julle julle eie ek prysgee, julle kruis op julle skouers neem, en agter My aankom.”

Lukas 10:2 Dit was Sy instruksie aan hulle: ”Die oes is so groot, maar die werkers is so min. Bid tot die Here wat in beheer is van die oes, en vra dat Hy meer werkers in die veld sal stuur. Gaan nou en onthou dat ek julle soos lammers tussen die wolwe instuur. “

Mattheus 28:19 “Gaan dan, maak al die nasies my dissipels, en doop hulle in die in Naam van die Vader en die Seun en die Heilige Gees “

Johannes 12:26 “Iemand wat in My diens wil staan, moet My aanhou volg; en waar Ek is, daar sal my dienaar ook wees. As iemand in My diens staan, sal die Vader aan hom eer betoon.”

NOTAS

Dokumentasie

Persoonlike dokumentasie

- Wanneer jy in die inwoner van n SADEC land is en binne die SADEC lande beweeg, benodig jy slegs jou paspoort. Geen Visas is nodig nie.
- Enige land buite die SADEC groep vereis n Visa. Jy kan daarvoor aansoek doen by die betrokke Ambasade in jou land van oorsprong.
- Daar moet 10 oop bladsye in jou paspoort wees en moet nie binne drie maande verval nadat jy terug is nie.
- Waar n Persoon onder 18 jaar oud n groep vergesel moet hy/sy n “Onverkorte Geboorte Sertifikaat” beskikbaar hê asook toestemmingsbrief van beide ouers indien hulle nie saamgaan nie. Toestemmingsbrief is by binnelandse sake beskikbaar.
- Waar lande mediese vereistes het, moet jy immunisasie kaarte by jou dokumentasie hou. Dit is ook van toepassing tov COVID toetse en die nuwe voorgestelde inenting bewyse.
- Indien jy nie deur jou medies gedek word vir Afrika Reise nie, moet jy Internationale reis versekering uitneem en n afskrif saam jou dokumentasie hou.
- Indien jy n bestuurders lisensie besit word dit aanbeveel dat jy vir n Internationale bestuurspermit gaan by jou naaste AA kantore.
- Afskrif van voorskrif as jy op voorskrif medikasie is.

Voertuig dokumentasie

- Indien jy die eienaar van die voertuig is wat gebruik word tydens die uitreik, (bakkie, SUV of sleepwa) moet jy die volgende dokumente byderhand hou.
- Oorspronklike of gewaarmerkte Registrasie dokumente
- Indien dit nog onder huurkoop - n Bankbrief van die Huurkoop instansie wat toestemming verleen dat die voertuig oor die grens mag gaan.
- Versekeringsbrief vir jou voertuig.
- Gewaarmerkte afskrifte van elke dokument.
- Internationale Bestuurspermit indien jy in enige ander land gaan bestuur.

NOTAS

Fisiese Voorbereiding

Die kanse is 100% dat jy baie gaan ry, vêr gaan stap, hard gaan werk en sleg gaan slaap, om nie eens te praat van slegte eetgewoontes op vreemde tye nie.

Oefening

Tydens jou voorbereidings tyd, gaan stap gereeld. Probeer om elke dag ten minste een uur se oefening in te kry. Jy gaan stap, en jy gaan werk. Stap gereeld met jou skoene wat jy saamvat, Dit moet gemaklik en uitgetrap wees anders gaan jy sukkel. Daar is nie n apteek naby vir n pleister en salf nie, ook nie n winkel vir n paar ander skoene nie. Gemaklik is baie meer werd as mooi. Gaan stap in die park, op die plaas of enige veilige plek waar jy oor klippe en rowwe gebied gaan stap. Afrika is nie geteer nie.

Kos

As jy vol Fimies is wat kos aanbetref gaan dit vir jou aaklig wees. Leer voor die tyd om mieliepap te eet. In Afrika is dit stapelvoedsel. Die meeste van die tyd gaan n yskas n luukse wees en dus vars vleis ook. Soya is n goeie plaasvervanger en baie hoog in proteine. Ander vreemde geregte is Mopanie Wurms, Pampoenblare wat soos spinasie gekook word, Heel pampoen wat op die vuur gaargemaak word, Kasava en harde wit mielies. Vleis is hoofsaaklik bokvleis en hoender. Groente soos Kool, tamaties en uie word ook baie gebruik

Wanneer julle by die kamp is, eet gerus kampkos, maar waneer plaaslikke inwoners vir jou kos aanbied deur die dag is dit baie slegte manière om nee te sê. Dit skep die indruk dat jy dink jy beter is as hulle.

Pak maar vir jou n energie stafie of tien in jou sak. Jy kan dit in die aand in jou bed eet waar jy alleen is - NOOIT eet jy lekkergoed voor die plaaslikke inwoners nie.

Water

Water in Afrika kom uit die boorgate, riviere en waterputte uit. Party plekke sn is heerlik en ander sn aaklig. Vind uit by die plaaslike mense of die water veilig is vir drink. Moenie net aanneem dit is veilig nie. Indien dit moontlik is vat vir jou druppels of pilletjies saam om in die water te gooi om enige bakteriee en kieme te dood. Die kans dat dit jou maag gaan omkrap (al is dit veilig) is groot. Ek stel ook voor dat jy vir jou Game Isotonic koeldrank poeier saamvat om die water beter te laat smaak. Dit help ook teen uitputting want dit vervang verlore soute, minerale en elektroliete. Sorg dat jy altyd n extra waterbottel het wat jy kan volmaak wanneer jy by n waterput kom. Jy weet nooit waar is die volgende put en wat is die gehalte van die water nie.

Stort En Was Geriewe

Die kans dat jy in Afrika n warm bad gaan kry is baie skaars. Leer om in koue water uit n skottel te was. Daar is ‘n 90% kans dat dit is wat jy gaan moet doen. Leer vir jouself n roetine aan. Was eers jou gesig, dan jou hare. Gebruik dan die seepwater van jou hare om die res van jou lyf te was. Die kanse dat jou badkamer n grashokkie in die bos gaan wees is groot

Toilet

Dit is een van die moeilikste aanpassings. Die meeste Afrika lande maak gebruik van pit toilette. Dit is een ding wat jy nie tuis kan oefen nie. Leer dus net om gemaklik te kan hurk (Squat) Die res sal jy maar daar moet aanleer. Die meeste van die toilette ruik aaklig en is nie skoon nie. Dra Toe skoene as jy dit gebruik en vat maar n botteltjie toilet sprei saam wat jy voor die tyd kan spuit om jou tydjie daar makliker te maak. Dit is een plek waar jy nie kan gaan sit, ontspan en boeklees nie.

Slaap

As kamp in julle beplanning is en jy jou dun oprol Joga matrassie wil saamvat of beplan om net in jou slaapsak te slaap, doen dit gerus vir n paar nagte by die huis voor jy gaan. Om daar te kom en dan uit te vind dit werk nie, is te laat. Neem ook in ag dat kamp plekke nie so mooi soos Hartenbos is nie. Die kanse dat jy tussen klippe en dorings gaan tent opslaan is groot. Beplan deeglik. Kyk na n grondseil vir onder jou tent. Dit vat min plek. As jy n opblaas matras saamvat onthou tog jou “patch” en handpomp.

Maak ook seker jy kan jou tent opslaan en weer afslaan. Maak seker al jou tentpale is daar. Die laaste ding wat jy wil hê is om oormoeg by die kamp terein op te daag en jy kan nie tent opslaan nie.

NOTAS

Grensposte En Doana

Grensposte is besig met baie mense van verskillende lande wat kom en gaan. Dit vat tyd. Onthou jy is n besoeker. Jy kan nie n tantrum gooi oor jy in die hitte in n lang ry moet staan nie. Oefen maar jou Geduld. Maak seker as jy deur n Grenspos is dat jou paspoort wel in of uit gestempel is. Dit gebeur gereeld dat n paspoort teruggegee word sonder dat dit gestempel is met die korekte datums.

Doen wat hulle jou vra. As jy in tien rye moet staan vir verskillede dinge dan doen jy dit, en jy doen dit met n glimlag. Die vinnigste wat jy toegesluit word is as jy astrant voorkom.

Doen jou huiswerk en beplan noukeurig deur watter grensposte julle watter lande sal ingaan en uitgaan. Kyk wat is hulle werksure – baie grensposte is nie 24 uur oop nie. Doen navraag oor grensfooie en verpligte derdeparty versekering en ander kostes wat betaalbaar is.

Daar is nie plek om koeldrank, water en eetgoed te koop op die grensposte nie. Sorg dat jy vir jou inpak of ten minste by die laaste dorp voor die grenspos stop en koop. As daar fout is met 1 persoon of voertuig in die groep se papiere kan dit n baie lang dag raak op die grens.

Ken die ruilwaardes van die verskillende lande se geldeenhede. Daar is “runners” op elke grenspos waar jy kan geld ruil. WEES VERSIGTIG. Hulle oorweldig n mens en ruil verkeerd. Op die ou einde verloor jy baie geld. As jy moet ruil op die grens, kies een persoon en vra hom dat die ander moet wegbeweeg. Onderhandel dan die waarde waarteen julle ruil. Jy gaan nooit die korrekte waarde kry nie, hulle moet ook geld maak. Bereken vir jou n waarde wat jy bereid is om te aanvaar en hou daarby. BV. R10.00 = 380 Malawi Kwatchas (MWK). Ons was bereid om te ruil teen 300 MWK. Maak vir jou ook notas van buurlande se waardes bv Zambia Kwatcha teenoor Malawi Kwatcha.

LW: GEEN FOTOS MAG OP OF VAN DIE GRENSPOS OF ENIGE BEAMPTE OF GEBOU GENEEM WORD NIE. OOK NIE VAN JOUSELF VOOR DIE GEBOU OF HEK NIE.

SUID AFRIKA	***R1 =***	***R10 =***

NOTAS

Ry Of Vlieg

Ry

Om deur Afrika te ry is opwindend. Dit is mooi, interesant en leersaam maar dit is baie uitputtend.

Weereens druk ek op die punt dat daar oordentlikke roetebeplanning gedoen moet word. Grensposte Tye, Mediese vereistes en Kostes by elke Land se Grense verskil. Maak seker jy is voorbereid en het die regte inligting.

In Suid Afrika, Botwana en Sentraal en Suid Namibie is daar genoeg winkels vir kos. Verder as dit raak kos n probleem, Daarom stel ons voor dat die span wat ry voorsiening maak vir genoeg Padkos wat lank hou. In die Hoofstede van die meeste lande is genoegsame winkels maar langs die roetes is dit half onmoontlik om kos te koop. Dit geld ook vir gebottelde water.

Beplan julle roete en oorslaap plekke noukeurig. In Afrika is daar geen waarborg dat jy teen n sekere spoed kan ry en teen n sekere tyd op n plek gaan aankom nie. Afrika tyd is ongekende tyd. Bespreek slaapplek en indien moontlik moenie n dag se kilometers te veel maak nie. Die kanse dat jy middernag daar gaan opdaag is groot. Verpligte padstoppe, slegte paaie en gebreekte voertuie veroorsaak dat n beplande ses ure rit maklik n nege ure rit word.

Vlieg

Baie uitreik groepe verkies om te vlieg. Doana is maklik en meestal vining op die lughawe. Huurvoertuie kan n probleem wees. Bespreek vooraf, en maak seker hoeveel pasasiers toegelaat word per voertuig en of daar n drywer saam die voertuig kom. Dit maak die logistiek weer moeilik. n Groep van vyf bespreek n voertuig met die gedagte dat vyf gemaklik sal wees met bagasie. Met afhaal van die voertuig is daar n verpligte drywer saam die voertuig wat dit nou ses persone in die voertuig maak (Ongemaklik) en dit bring ook ekstra bagasie en onkostes by.

Inentings En Mediese Vereistes

Die Grootste deel van Afrika is Malaria gebied. Maak asseblief voorsiening hiervoor en maak seker dat jy weet hoe en wanneer om jou medikasie te gebruik. Daar is verskeie Malaria produkte op die mark. Kyk wat is vir jou die beste. As jy nie weet nie, vra jou dokter. Moet nie die gebruik van Malaria medikasie gering ag nie. Dit is n ernstige siekte en kan dood veroorsaak.

Geelkoors inenting is n vereiste in Zambia, Angola en verskeie ander Afrika lande. Alhoewel jy dalk nie uit n Geelkoors area uit kom nie, vereis hulle die inenting sertifitkaat. Dit is by die meeste Reis-Klinieke beskikbaar.

Mediese Reisversekering is n MOET. Geen persoon moet toegelaat word om daarsonder te ry nie. Dit is vir alle mediese ongevalle. Dit voorsien jou van privaat hospitalisasie in Afrika. Dit sorg ook vir Mediese evakuasie en repatriasie as daar onluste is.

Jy moet ook jou eie voorskrif medikasie saamneem bv Asma, Bloedruk, Diabetes ens. ‘n Goeie noodhulp tassie is nodig met pleister, verbande, Diaree en Naar medikasie, Antihistamine, spierverslappers, pynpille ens.

Seisoene

Jy MOET die seisoen, tydsduur en omgewing in ag neem wanneer jy pak. JY GAAN in die Winter koud slaap as jy net n slaapsak vat

Doen navorsing oor die lande en streke wat jy besoek. Neem veral maksimum en minimum temperature in ag sowel as reenval vir die betrokke tyd van die jaar.

Kultuur, Taal En Kleredrag

Dames neem ag op wat jy inpak en aantrek. Stywe broeke, kort broeke, Strappies toppies en lae halse moet vermy word. Eerbied die kultuur waar jy gaan. Jy is n besoeker en gas in hulle land/streek/village.

Deur hulle kultuur te bestudeer sal jy ook beter verstaan hoekom hulle dinge op n sekere manier doen. Respekteer dit. Bv: In Malawi mag vrouens nie saam die mans aan n tafel eet nie. Hulle bedien eers die mans en dan gaan sit die vrouens om die hoek op die grond en eet.

Maak vir jou n lys met belangrikste sinne in die plaaslikke taal. BV:

Goeie dag:	
My naam is:	
Wat is jou naam?:	
Waar is ons nou?	
Hoe gaan dit met jou?	
Totsiens	
Baie dankie	
Jesus is lief vir jou	

Wat Pak Jy?

Om reg te pak is baie belangrik. Jy wil nie in die middel van die nag sukkel om klere uit jou groot tas uit te haal nie. As jy ry, word die rugsakkie wat jy elke dag gaan gebruik as jy uitgaan ook nou sommer gebruik as jou rysak. Daarin kom alles wat jy langs die pad gaan gebruik, Beursie, dokumente, inentings, medikasie, water ens. Daar kom ook klere in vir die tydperk wat jy op die pad gaan deurbring. Pak elke dag sn in n Ziplock sakkie. Dit pak maklik en alles bly bymekaar.

Daarby kan jy vir jou n kussing en Fleece kombersie in die kar sit. Niks meer nie. Die res van jou bagasie (Klere Sak, Tent, matras, slaapsak, Beddegoed) word agter in die voertuie of sleepwa gepak. Merk jou sak, tent, slaapsak en matras duidelik. Jy wil nie middernag daarna soek nie.

Pak maar vir jou n ekstra eetding en water in vir die pad en neem ekstra fondse vir veral vars water.

Die onderstaande paklyste is net n riglyn.

Noodhulp		**Persoonlike Medikasie**	
Pynpille			
Anti- Inflamatories			
Antihistamine			
Deep Heat smeergoed			
Diaree middel			
Naar middel			
Dettol			
Watte			
Pleister			
Rek verband			
Malaria Meds			

Dokumente		**Kamp**		**Klere**		**Persoonlik**	
Paspoort		Tent		Klere		2 X Handoeke	
Geelkoors Sertifikaat		Beddegoed		Onderklere		Toiletries	
Unabridged Geb Sert		Waterbottel		Kouse		Muskietroom	
Mediese Reis Versekering		Bord, Beker Eetgerei En Vadoek		Stapskoene		Koplig/Flitslig	
Internationale Bestuurs Permit		Matras		Stortplakkies		Persoonlike Medikasie	
Oorspronklike Voertuig Reg Papier		Solar Charger Vir Foon		Baadjie		Kamera	
Versekerings Brief		Grondseil		Hoed		Noodhulp Tassie	
Police Clearance Voertuie		Kussing		Swemklere (Nie Bikini Nie)		Bybel	
Afskrifte Van Alle Dokumente		Dag Stapsak		Plakkies Om Mee Te Stort/Was		Notaboek En Pen	
Bankbrief						Energie Drankie (Game)	
Covid Toets-Uitslag							

NOTAS

Lukas 10:2 Dit was Sy instruksie aan hulle: ”Die oes is so groot, maar die werkers is so min. Bid tot die Here wat in beheer is van die oes, en vra dat Hy meer werkers in die veld sal stuur. Gaan nou en onthou dat ek julle soos lammers tussen die wolwe instuur