

Kenia, Meru, Kenya Methodist University

Famulatur im August 2018 (SCOPE)

Die Famulatur wurde über die BVMD organisiert. Daher musste ich mich um eine Unterkunft und den Kontakt zum Krankenhaus nicht kümmern und hatte einer Kontaktperson (CP) zugeteilt bekommen. Die Famulatur fand im August statt und im Anschluss hatte ich noch 2,5 Wochen zum Reisen.

Motivation

Afrika hatte von klein auf eine besondere Faszination auf mich und ich war neugierig auf eine ganz neue Kultur. Meine Wahl fiel dann auf Kenia, da ich bereits im Frühjahr in Ghana war und nun gerne ein Land in Ostafrika kennenlernen würde. Während Ghana touristisch noch nicht sehr erkundet ist, ist Kenia berühmt für die Vielfalt an Tieren und Safaris, was für mich nach etwas spannenden Neuen klang. Durch mein Vorwissen von meinem vorherigen Austausch erwartete ich, dass ich viele körperliche Untersuchungsmethoden lernen würde, die in Deutschland nicht gängig oder nicht notwendig. Außerdem freute ich mich auf einen spannenden Austausch über Kultur und Traditionen.

Vorbereitung

Da ich grade erst vier Monate aus einem anderen afrikanischen Land zurück war, sah meine Vorbereitung eher klein aus. Vor allem war es mir wichtig, dass ich mich darauf einstellte, was anders sein würde und dabei half mir meine Kontaktperson gut, indem er alle meine Fragen beantwortete. Ich hatte mir ein Kiswahililehrbuch besorgt, aber kam vor meiner Abreise kaum dazu, mehr als ein paar Begrüßungsformeln zu lernen.

Visum

Das Visum für Kenia ist ganz einfach zu beantragen. Es geht entweder im Voraus online zum ausdrucken oder es gibt sogar ein Visa-on-arrival. Ich hatte mich für die Onlinevariante entschieden, in der Hoffnung, am Flughafen Zeit zu sparen, was aber

nicht geholfen hat. Die Immigration hat trotzdem zwei Stunden gedauert. Das Single Entry Visum kostet 50€ und kann auf der Website der Botschaft beantragt werden.

Gesundheit

Zum Glück war ich bereits mit allen möglichen Reiseimpfungen durchgeimpft, aber ich würde immer einen frühzeitigen Besuch beim Reisemediziner empfehlen. Wichtig ist ein Blick auf die Malariaverbreitung in Kenia. Die meisten Teile haben ein niedriges Risiko, da sie sehr hoch liegen, während die Regionen am Victoriasee und an der Küste ein hohes Risiko bürden. Daher entschied ich mich dazu, zwei Packungen Malarone mitzunehmen und habe während meiner Reise nach Mombasa diese auch zur Prophylaxe genommen. Da ich in Ghana bereits Erfahrungen mit tropischen Reisedurchfall gemacht hatte, nahm ich eine erneute Choleraimpfung ein und blieb diesmal auch komplett verschont, während alle anderen Austauschschüler davon erwischt wurden. Ich bin ein großer Fan von Kohletabletten, die ich bei jedem leichten Ziepen sofort eingenommen habe.

Sicherheit

Ich habe mich in Kenia sehr sicher gefühlt, obwohl mir viele gruselige Geschichten erzählt wurden. Man sollte nicht leichtsinnig sein, aber sich auch nicht durch falsche Angst einschränken. So bin ich zum Beispiel nach Einbruch der Dunkelheit nicht mehr alleine draußen herumgelaufen, sondern habe mir immer ein Uber oder Taxify bestellt und mich bis zum Ziel bringen lassen. Das Handy sollte man in der Öffentlichkeit so wenig wie möglich aus der Tasche nehmen und generell wenig Wertsachen mitführen. Die Einheimischen haben im Stau von Nairobi immer die Fenster des Matatus geschlossen, damit keiner hineingreifen und abhauen kann. An solchen Beobachtungen sollte man sich orientieren. In Kenia gibt es viel Sicherheitspersonal an Eingängen. So war das Tor zu unserem Wohnkomplex immer bewacht und auch beim Betreten von Malls oder Supermärkten wurde man durchsucht. Ich hatte zu keinem Zeitpunkt ein schlechtes Gefühl und bin auch im Nachtleben von Nairobi unterwegs gewesen.

Geld

Die Währung in Kenia ist der Kenyan Shilling, an vielen Nationalparks werden allerdings auch US Dollar akzeptiert und es ist deutlich günstiger dort mit Dollar zu zahlen, da die Parks einen sehr schlechten Umrechnungskurs bieten. Lieber vorher die KSH wechseln. Kenia hat ein klasse System, das MPESA heißt und jedem zu empfehlen ist. Jeder hat ein Account auf dem Handy, auf dem man bei Agents an jeder Straßenecke Geld einzahlen kann und dann kann man mit dem Handy Geld verschicken oder so ziemlich überall bezahlen, egal ob im Restaurant, bei Tour Agencies oder im Supermarkt. MPESA funktioniert mit einer Safaricom SIM card, die zwar etwas teurer als die anderen, aber das Geld auf jeden Fall wert ist, da man auf diese Art vermeidet, viel Bargeld mit sich herumzutragen. Ansonsten habe ich Geld mit einer VISA card abgehoben. Das normale Leben in Kenia ist sehr preiswert, wenn man von touristischen Orten absieht. Man kann gut lokal essen für unter einen Euro, aber die Nationalparks werden schnell sehr teuer.

Sprache

Die Sprache bot doch so einige Barrieren: In Kenia sind zwar Englisch und Kiswahili Nationalsprachen und alle Studenten oder Personen mit höherer Ausbildung sprechen fließend Englisch, aber die nicht-akademischen Gespräche finden alle auf Kiswahili statt und oft haben die Studenten auch in meiner Anwesenheit Kiswahili miteinander gesprochen, was mich dann aus dem Gespräch ausgegrenzt hat. Es war nie böse gemeint und wenn ich etwas gesagt habe, wurde auch schnell zu Englisch gewechselt, aber der nächste Witz wurde dann doch wieder auf Kiswahili gemacht. Da ich nicht in einer der Grostatte war, sondern in Meru, sprachen einige der Patienten weder Englisch noch Kiswahili und selbst die einheimischen Studenten konnten nur mit Händen und Füßen die Anamnese durchführen. In meiner gesamten Zeit hatte ich nur eine Patientin, die genug Englisch sprach, dass ich sie alleine befragen konnte. Generell kommt man im Alltag aber gut mit Englisch zurecht.

Verkehrsbindungen

Ich bin mit Emirates für ungefähr 650 nach Kenia geflogen. Das Schöne daran war ein 10 stündiger Aufenthalt in Dubai, den ich für eine kleine Stadtbesichtigung

problemlos nutzen konnte. Das wichtigste Verkehrsmittel in Kenia sind Matatus. Das sind Minibusse mit ungefähr 10 Sitzen und einem kleinen Kofferraum. Für umgerechnet 6€ habe ich damit zweimal pro Woche die fünfstündige Strecke zwischen Meru und Nairobi zurückgelegt. Ich kann dabei nur empfehlen, möglichst weit vorne zu sitzen, da einige doch sehr wackelig und die Straßen teilweise sehr kurvig sind. Zwischen den verschiedenen Städten sind die Matatus auch relativ bequem und machen meistens eine Pinkelpause auf halber Strecke. Innerhalb der Städte war ich manchmal schon kurz vor der Platzangst, aber irgendwo passt immer noch eine weitere Person rein. In Nairobi wurde die App Taxify für mich unentbehrlich. Damit kann man sich sicher ein Taxi bestellen, das einen für wenige Dollar an sein Ziel bringt. Der große Unterschied zu den normalen Taxen ist, dass sie mit Taxometer fahren und einem das Verhandeln damit erspart bleibt. Zum Berufsverkehr in Nairobi kommt man allerdings mit dem Auto kaum voran, sodass ich es irgendwann den Einheimischen gleichgetan habe und nur noch mit einem Boda (Motorrad) gefahren bin. Das ist beim ersten Mal etwas unheimlich, macht dann aber doch sehr viel Spaß, zwischen all den stehenden Autos durchzufahren. Da Meru nicht sehr groß ist, war es dort einfacher. Hier fahren Sammeltaxen immer die wenigen großen Straßen auf und ab und die Preise sind fest, umgerechnet 20-50cent. Allerdings sollte man sich darauf einstellen, dass ein PKW mit fünf Sitzen immer mindestens mit sieben Menschen, oft mit acht oder mehr aufgefüllt wird, aber dadurch kommt man immer gut ins Gespräch.

Kommunikation

Kenia hat ein beeindruckend gutes Mobilfunknetz. Ich habe mir gleich am ersten Tag eine Safaricom SIM card gekauft, da ich MPESA nutzen wollte. Leider hat Safaricom nur sehr teure Internetpakete, sodass ich jeden Tag umgerechnet 1USD gezahlt habe und dafür 1GB Internet bekommen habe. Das habe ich natürlich nicht alles gebraucht, aber wenn man das automatische Erneuern auswählt, addieren sich die GB und so hatte ich dann auch genug Internet, um damit Filme und ähnliches zu sehen, was sehr gut war, da meine Unterkunft in Meru kein WLAN hatte.

Unterkunft

Hier sind wir bei dem Thema, welches für mich wohl die größte Herausforderung war. Ich war abenteuerlustig gewesen und hatte mich mit Meru für einen Ort entschieden, über den ich noch gar nicht gehört hatte. Es stellte sich heraus, dass ich die erste und einzige Incoming war und damit sowas wie das Pilotprojekt. Das sollte man im Hinterkopf behalten, denn vermutlich wird es für die folgenden Incomings ganz anders aussehen. Ich habe bei einem studentischen Paar gewohnt, die den Austausch in Meru praktisch alleine organisiert hatten. Die beiden wohnten in einer kleinen Wohnung zusammen und haben mir ihr Bett im Schlafzimmer überlassen, um jede Nacht auf einer Matratze im Wohnzimmer zu schlafen. Das war für mich etwas schwierig, da meine Gastgeberin auch für mich gekocht und geputzt hat und sich auch nicht helfen lassen wollte und ich mich daher für die gesamte Zeit wie ein Gast gefühlt habe, was manchmal auch sehr anstrengend sein kann. Dazu kamen ein paar Verhaltensweisen der Gastgeber, die mich manchmal an meine Grenzen gebracht haben. Ich habe mich in meiner Selbstständigkeit eingeschränkt gefühlt, kann mir aber auch gut vorstellen, dass es für jemanden, der sich etwas unsicherer in Kenia gefühlt hätte, auch sehr beruhigend hätte sein können. Ich wusste bis zu dem Moment, in dem ich in Meru ankam nicht, dass ich eine Art Gastfamilie haben würde und auch wenn diese sehr bemüht und nett waren, war es für mich einfach nicht das Richtige. Nach meiner Famulatur habe ich mit den Incomings in Nairobi zusammen gewohnt, die in einem privaten Hostel untergebracht waren, das einer Kenianerin gehörte, die sich liebevoll um die Incomings kümmerte. Es bestand aus drei Zimmern mit je zwei bis vier Betten, einer Küche, die einen Kühlschrank, eine Mikrowelle, einen Wasserkocher und Geschirr hatte, sowie einem Badezimmer mit einer warmen Dusche. Bettzeug wurde nicht benötigt, wohl aber Handtücher. Der Kenianerin gehörte auch ein kleines Restaurant, wo die Nairobi Incomings Frühstück und Abendessen erhielten.

Literatur

Ich hatte das Kiswahililehrbuch „Lehrbuch des Swahili“ von Wandeler und Leiser. So richtig viel habe ich es nicht genutzt, aber für Ambitionierte ist es sicher eine gute Vorbereitung. Außerdem hatte ich den Rough Guide Kenya als Reiseführer, habe ihn aber praktisch nicht benutzt, da es einfacher ist, alle Informationen zu googlen oder einfach einheimische Studenten zu fragen.

Mitzunehmen

In Meru war es nachts überraschend kalt, von daher ist meine erste Empfehlung, sich den Wetterbericht und Klimadiagramme vorher anzusehen, damit man die richtige Kleidung packt. Ich habe fast nur Jeans getragen und meine Kleider kamen nur am Meer zum Einsatz. Mückenspray sollte man an der Küste auf jeden Fall haben, jedoch habe ich es weder in Meru noch in Nairobi gebraucht und mein mitgebrachtes Mückennetz habe ich nicht einmal ausgepackt. Ich hatte fürs Krankenhaus nur schicke Röcke oder Kleider dabei, da Jeans dort nicht gerne gesehen wurden. Vor Ort hätte ich dann doch gerne eine schwarze Hose gehabt, da es in den Gebäuden oft frisch war. Eigenes Desinfektionsmittel und Handschuhe sollte man für das Krankenhaus dabei haben, da man sonst oft lange sucht, um welche zu finden.

Ankunft

Die Ankunft verlief etwas chaotisch, da mir meine Kontaktperson gesagt hatte, dass er mir schreibt, wo ich übernachtete, wenn ich angekommen bin. Als ich dann in Nairobi am Flughafen stand, konnte ich weder ihn noch seinen Bruder für mehrere Stunden erreichen, sodass ich dann irgendwann die Nummer der NEO gefunden habe und sie kontaktiert habe. Sie hat mir dann ein Uber zum Flughafen bestellt, welches mich zum Studentenwohnheim in Nairobi brachte, wo ich die erste Nacht bei den Nairobiincomings verbrachte. Am nächsten Tag, habe ich meine Kontaktperson in der Stadt getroffen und er hat mich in ein Matatu nach Meru gesetzt, wo mich seine Verlobte empfing. In Meru hat es noch fast eine Woche gedauert bis ich anfangen konnte, was daran lag, dass ich erst den Dekan kennenlernen sollte, der dann aber doch keine Zeit hatte und mich letztendlich nie empfangen hat. Meine Gastgeber haben mich ein paar Studenten aus dem 6. Jahr vorgestellt, die mich dann mit ins Krankenhaus und zu den Lehrveranstaltungen genommen haben.

Tätigkeitenbeschreibung und fachliche Eindrücke

Die Studenten in Kenia rotieren im vierten und im sechsten Jahr in die Innere Medizin. Während ich dort war, waren gerade die Studenten im sechsten Jahr dran, die vier Wochen vor ihren finalen Abschlussprüfungen waren. Da montags und dienstags die großen Visiten stattfanden, sind die Studenten sonntags ins Krankenhaus gekommen,

um Anamnese mit ihren Patienten durchzuführen und sie zu untersuchen. Die Studenten hatten die Betten auf den Stationen unter sich aufgeteilt und waren dann für jeden, der auf diesen Betten lag verantwortlich. Daher war mein erster Tag im Krankenhaus ein Sonntag, an dem ich ohne Ärzte unterwegs war. Es gibt eine große Station für Männer und eine für Frauen. Station bedeutet, dass es ein großer Raum mit vielen Betten darin ist. Da es nicht genügend Betten gab, lagen oft zwei Patienten in einem Bett zusammen. Bei den Frauen war der Raum in verschiedene Bereiche unterteilt, sodass die Krankheiten etwas sortiert waren. Jedoch gab es keine Isolationsmöglichkeit, sodass auch Patienten mit Meningitis oder Tuberkulose im selben Raum lagen. Mein erster Patient, den ich mit einer Studentin untersuchte, hatte Guillain-Barre-Syndrom. Da das Krankenhaus keine Neurologie oder Urologie hatte, gehörten diese Erkrankungen alle mit zur Inneren. Die „Aufnahme“ eines Patienten dauert gut 1,5 Stunden, da bei der Anamnese jedes Organsystem ins Detail durchgegangen wird. Das gleiche gilt für die körperliche Untersuchung. Da die Möglichkeiten der Diagnostik sehr eingeschränkt sind und jede weitere Untersuchung bezahlt werden muss, versucht man mit der körperlichen Untersuchung so viel wie möglich herauszufinden. Dadurch habe ich viele Methoden gelernt, die ich in Deutschland noch nie gesehen hatte. Die Patienten sind generell deutlich kränker als der Durchschnitt der Patienten in Deutschland, da sehr lange gewartet wird, bis man überhaupt zum Arzt geht. Dadurch habe ich viele Krankheitsbilder, die ich aus Deutschland kannte, in deutlich ausgeprägterer Form gesehen. Klassiker waren die Herzinsuffizienz und Diabetes, aber auch viel Tuberkulose- oder Meningitispatienten lagen auf der Station. Malaria habe ich leider gar nicht gesehen, da Meru praktisch malariefrei ist. Wir waren sonntags oft 6-8 Stunden im Krankenhaus und leider war es mir nur einmal möglich, eine Patientin allein zu befragen, da die wenigsten Englisch konnte. Die Studenten waren aber sehr hilfsbereit und haben mir viel beigebracht und geholfen. Montags war Visite auf der Männerstation mit einem der Consultants. Die Patienten mussten von den Studenten vorgestellt werden und diese Vorstellungen dauerten sehr lange, da nicht nur die Positivbefunde aufgezählt wurden, sondern so ziemlich alles, was nachgefragt wurde. Dadurch dauerte die gesamte Visite oft über vier Stunden. Der Consultant hat meist Fragen gestellt oder auch ab und zu direkt am Patienten etwas gezeigt. Dienstags fand die Visite auf der Frauenstation statt. Abgesehen von diesen beiden Tagen, war nichts fest im Krankenhaus, sondern es fanden Vorlesungen statt oder manchmal Bedside Teachings. Allerdings wurden diese

oft spontan, manchmal noch am selben Tag, festgelegt. Generell wurde von den Studenten vor Ort erwartet, dass sie rund um die Uhr sprungbereit waren. So wurde uns einmal abends um halb 10 Uhr eine Visite für den nächsten Tag angekündigt, woraufhin die Studenten morgens um 6 Uhr zum Krankenhaus gefahren sind, um ihre Patienten zu untersuchen. Ich habe an einigen Vorlesungen teilgenommen, auch wenn sie nicht Innere Medizin waren. Im Nachhinein hätte ich mich vielleicht besser selbstständig mal in die Notaufnahme oder in andere Bereiche begeben, aber da ich praktisch Teil des sechsten Jahres und meiner Gruppe dort war, bin ich denen immer gefolgt. Die Studenten machen bei ihren Patienten viel selbst. Wurde auf Visite zum Beispiel entschieden, dass einer der Patienten eine Lumbalpunktion braucht, so wurde von dem zuständigen Studenten erwartet, dass er oder sie es durchführt. Dabei haben sich die Studenten immer viel gegenseitig geholfen. Da einiges an Material fehlte, mussten wir eine Lumbalpunktion mit einer grünen Viggo durchführen. Es funktioniert auch, nur war die Patientin schon so verwirrt, dass sie mich dabei in den Arm gebissen hat. Generell wurde von den Studenten in Meru viel erwartet, dafür haben sie aber auch viel selbst machen können. Da bei mir vor allem die Sprachbarriere im Weg stand, war ich jedoch immer auf andere angewiesen.

Land und Leute

Kenia ist ein super spannendes Land und ich habe es sehr genossen, es zu bereisen. Meru selbst hat mir dabei nicht sonderlich gefallen. Wahrscheinlich kamen dabei viele ungünstige Faktoren zusammen. Ich hatte Meru ausgewählt, da ich das Wandern und die Berge liebe und ich dachte, ich würde jeden Tag Mt. Kenya sehen. Es stellte sich jedoch heraus, dass man von Meru Mt. Kenya gar nicht sehen kann und da ich als einzige Incoming in Meru war, bin ich auch nicht zum Wandern gekommen. Meine Rotationsgruppe im Krankenhaus bestand aus acht Studenten, die mich zwar sehr lieb in ihre Gruppe aufgenommen haben und mich auch immer im Auto mit zum Krankenhaus genommen haben. Da sie aber kurz vor ihren Abschlussprüfungen standen, fand kein Sozialleben statt. Ab und zu gab es sogenannte CME (Continuos medical education). Das waren Vorträge in einem schicken Hotel zu einem medizinischen Thema mit anschließendem Essen. Das war das Einzige, was ich in Meru mit anderen unternommen habe, ansonsten habe ich vor allem

Filme zu Hause geguckt, da zu Hause der Fernseher pausenlos lief. Da am zweiten Tag ein Student, der mich in der Uni gesehen hatte, begann, Wetten abzuschließen, ob er mich ins Bett bekommen kann, waren meine Gastgeber danach noch beschützender, sodass ich mich etwas wie ein kleines Kind fühlte. Ich wurde jedoch nie direkt blöd angemacht. Natürlich habe ich öfters Sprüche hinterhergerufen bekommen, vor allem wenn ich an den Bodafahrern vorbei lief, aber darauf sollte man sich einstellen, wenn man eine der an einer Hand abzählbaren weißen Personen in einer Stadt ist und oft fand ich es auch sehr schmeichelhaft. Meine Gastgeberin war eine fantastische Köchin, jedoch besteht das Essen in Kenia überwiegend aus Kohlenhydraten und ich habe am Anfang immer Kuchen zum Frühstück bekommen, was sich schnell an meinem Hosenbund bemerkbar machte. Vor allem für Fleischliebhaber bietet die kenianische Küche jedoch viel Auswahl und es gibt einige sehr leckere Gerichte. Meine Rettung aus dem Frust, den ich in Meru empfand, war eine Scientific conference der Student Association in Nairobi, zu der ich mit meinen Gastgebern am zweiten Wochenende gefahren bin. Dort stellte mich meine Kontaktperson dem Organisator der Konferenz vor, der Student in Nairobi war, und er war mein Retter, da er mich gleich abends einlud, mit einigen Freunden von ihm etwas in einer Bar trinken zu gehen und ich so zum ersten Mal abends etwas unternahm. Daraus ergab sich, dass ich an jedem folgenden Wochenende Meru Donnerstagmittag verlassen habe, um nach Nairobi zu fahren, wo ich dann endlich Sachen unternehmen konnte. Einen Tag war ich mit den Nairobiincomings und einer kenianischen Hikinggruppe im Hell's Gate Nationalpark. Der Park hat keine gefährlichen Tiere, sodass man dort Fahrräder leihen kann und an den Zebras und Giraffen vorbei radelt. Außerdem waren wir dort in einer Schlucht hiken und in einem Thermalbad schwimmen. Das Nachtleben in Nairobi ist auch sehr zu empfehlen. Viele Clubs sind große open-air Bars, sodass zu Beginn des Abends alle noch sitzen und trinken. Im Laufe des Abends stehen aber immer mehr auf und fangen an Ort und Stelle an zu Afrobeats zu tanzen. Der neugewonnene Freund in Nairobi hatte mit seinen High School Freunden ein Wochenende in Watamu am Strand gebucht und lud mich ein, mich ihnen anzuschließen. Die Fahrt von Meru aus war zwar super lang (5h bis Nairobi im Matatu und dann 10h mit dem Nachtbus nach Watamu), aber das Wochenende war es alle Male wert. Nachdem meine Famulatur in

Meru zu Ende war, bin ich für meine restlichen 2,5 Wochen zu den Incomings nach Nairobi gezogen und habe der Hostelbesitzerin Miete gezahlt. Von dort habe ich eine dreitägige Safari in den Masai Mara Nationalpark unternommen. Man muss bei jeder Tour immer verhandeln, sodass ich letztendlich inklusive Eintritt 290\$ für die drei Tage gezahlt habe und die waren es definitiv wert. Löwen, Giraffen, Zebras, Leoparden, Hippos, Korkodile, Büffel... wir haben sie alle gesehen. Außerdem habe ich den Nakurunationalpark besucht, wo man Nashörner und Flamingos sehen kann. Dafür sollte man jedoch in einer kleinen Gruppe unterwegs sein oder sich einer Gruppe anschließen, da es sonst sehr teuer mit dem Guide wird. Die Menschen in Kenia sind sehr freundlich und hilfsbereit. Ich bin oft in lange Gespräche mit meinen Taxifahrern verwickelt gewesen und jeder war sehr offen mir gegenüber. Wenn man die Zeit hat, sollte man vor allem einfach das Leben in Kenia genießen, fernab von allem, was touristisch ist.

Fazit

Der Austausch in Kenia war eine super Erfahrung. Das Land ist wunderschön und die Menschen absolut herzlich. Aus meinen Schwierigkeiten am Anfang habe ich für mich gelernt, wie man das Beste daraus macht und mit Enttäuschungen umgeht und es wurde dann auch noch eine super Zeit. Ich würde auf jeden Fall wieder nach Kenia reisen und meine Freunde dort besuchen. Auch einen weiteren Austausch würde ich jederzeit wieder machen. Man sollte von der Famulatur nicht erwarten, dass man mit super viel neuem Wissen nach Hause reist, aber mit vielen Eindrücken geht man auf jeden Fall. Ich hatte viele Gelegenheiten mich auch über spannende und kontroverse Themen der Kultur in Kenia und Deutschland auszutauschen und viel über die Traditionen und verschiedenen Stämme gelernt. Es war eine tolle Zeit.