

# Internationale Sommerschule 2022 in Kenia – Organisatorische Informationen

## Abflug

- Abflug am Freitag, 26. August, um 11:10 Uhr, mit Lufthansa (LH 590) vom Terminal 1.
- Bitte mind. 2,5 Stunden vor Abflug, d.h. **8:40 Uhr**, am Flughafen sein!
- Mitnahme von 1 Gepäckstück mit max. 23kg.
- Möglichkeit zum Online-Check-in der Lufthansa: siehe [Webseite](#)
- Ankunft in Nairobi NBO um 20:20 Uhr.

## Einreisebedingungen / Dokumente

Alle Mitreisenden brauchen zum Abflug folgende Unterlagen:

### (1) Reisepass

- Reisepass muss zum Zeitpunkt der Einreise noch mindestens sechs Monate über das Aufenthaltsende hinaus gültig sein.

### (2) Tourist Visa

- Visa können nur über das [elektronische Visasystem](#) beantragt werden.
- Bitte spätestens 10 Tage vor Abflug beantragen.
- Als Adresse im Reiseland können Sie das Hekima University College angeben (siehe unten)

### (3) „Travel Health Surveillance Form“

- Die „[Travel Health Surveillance Form](#)“ vor Einreise online ausfüllen und den empfangenen QR-Code bei Ankunft am Flughafen vorzeigen.
- Hierzu kann auch die App „Jitenge MoH Kenya“ verwendet werden.

### (4) COVID-Impfnachweis

- Nachweis über einen vollständigen Impfschutz bzw. ein negatives PCR-Testergebnis muss vor Reiseantritt auf die Zertifizierungswebseite von „[Global Haven](#)“ hochgeladen werden.

### (5) Bestätigung NGO-Letter für das Raptim-Flugticket

- Bekommen Sie vom Sekretariat IWM.

## Auslandsreisekrankenversicherung

Eine ARKV übernimmt die Kosten für eine notwendige Behandlung und – wenn nötig – auch für den Rücktransport.

- Bitte individuell abschließen! Das ist unkompliziert online möglich.
- Es gibt zahlreiche gute Anbieter (z.B. Ergo, DKKV, Vigo etc.), die ab ca. 10,- EUR jährlich versichern.

## Impfung

Bitte konsultieren Sie hierzu, falls noch nicht geschehen, eine/n Tropenmediziner/in. Als Impfempfehlung für Kenia wurde uns mitgeteilt:

- Standardimpfungen gemäß [Impfkalender des Robert-Koch-Instituts](#) auf dem aktuellen Stand
- Hepatitis A, Polio und evtl. Gelbfieber.
- Teilweise erstatten die gesetzlichen Krankenversicherungen die Gebühren (ca. 120-200,-EUR) zurück, so dass Sie nur in Vorleistung treten müssen.

## Reiseapotheke

Bitte mit Tropenmediziner/in abstimmen. Darüber hinaus ist zur Mitnahme empfehlenswert:

- Fieberthermometer
- Schmerzmittel; Mittel gegen fieberige Erkrankungen
- Mittel gegen Darminfektionen
- Insektenschutzmittel
- Sonnenschutzmittel mit hohem LSF (tagsüber nicht vergessen – wir sind am Äquator!)
- Desinfektionsmittel; ggf. Micropur-Tabletten
- Siehe [Merkblatt Reiseapotheke](#)

## Malaria-/Dengue-Expositionsprophylaxe

Wir befinden uns weder in Nairobi, noch in Nakuru in einem Malaria-Gebiet! Dennoch ist eine gewisse Umsicht in Kenia ratsam:

- Es gibt vom AA ein Informationsblatt zur [Expositionsprophylaxe](#).
- Tragen Sie körperbedeckende, helle Kleidung (lange Hosen, lange Hemden).
- Applizieren Sie wiederholt Insektenschutzmittel auf alle freien Körperstellen, tagsüber (Dengue) sowie in den Abendstunden und nachts (Malaria).
- Schlafen Sie ggf. unter einem imprägnierten Moskitonetz (vor Ort erhältlich); Zwirnsfaden mitnehmen.

## Lebensmittel- und Trinkwasserhygiene

- Immer 2-3 Flaschen Wasser mitnehmen.
- Nirgendwo Wasser ungekocht (oder ohne Hinzufügen von Micropur-Tabl.) trinken oder sich damit die Zähne putzen.
- Getränke ohne Eiswürfel bestellen.
- Unbedenklich: durchgegarnte und heiß servierte Speisen, frischer gekochter Kaffee und Tee, kohlenensäurehaltige Getränke, Wein und Bier.

## Temperatur

In Nairobi und Nakuru kann es nachts empfindlich kalt werden (bis zu 10°C).

- Bitte packen Sie langärmelige Kleidung (z.B. Fleece) und Hosen ein.

## Geld / Währung

Landeswährung ist der Kenya-Shilling (KES); 1 EUR = ca. 125 KES

- Etwas Bargeld mitführen; kann an Geldautomaten mit Kreditkarten und Bankkarten europäischer Banken abgehoben werden.
- Kreditkarte mitnehmen!

Erwartbare Kosten beim Aufenthalt in Kenia:

- Verpflegung: ca. 100–150,- EUR
- Eintritt in Nationalparks: Gebühren sind relativ teuer
  - Hinfahrt: Lake Naivasha: 30/20,- EUR
  - Optional: Nakuru National Park: 60,- EUR
  - Rückfahrt: Mount Longonot: 20,- EUR
- Souvenirs (?)

## Sonstiges

- Führen Sie keine Plastiktüten nach Kenia ein.
- Englischer 3-Pol Adapter für die Steckdose mitnehmen.
- Gastgeschenk: Deutsches Essen mitbringen oder vor Ort besorgen; kleines Geschenk: z.B. Devotionalien Ihres Bistums; Fotos.

## Wichtige Adressen

[Hekima University College](#) (HUC)

Postgraduate Campus

Joseph Kangethe Road – Ngong Rd

00505 Nairobi

Phone: +254 (0) 722 201 288

Catholic Diocese of Nakuru

[St. Mary's Pastoral Centre](#)

Nakuru-Nairobi Highway

20100 Nakuru

Phone: +254 (0) 716 607 995

(Gastfamilien voraussichtlich in den Orten:  
Bahati, Lanet, Elburgon, Molo, Total)