



Rundbrief Nr.3 - Juni 2025

Von Sarah von Holt - Integration und besseres Lernen durch Sport

Von Jonas Jungen - Besser lesen, schreiben und rechnen lernen

Ein Personaleinsatz von Comundo

Wir haben uns eingelebt...



Liebe Familie, Freunde, Bekannte und Interessierte

Wir freuen uns, euch mit unserem dritten Rundbrief wieder ein kleines Stück mit in unser Leben in Sambia zu nehmen. Inzwischen neigt sich das zweite halbe Jahr dem Ende zu und wir können von der Arbeit mit den Partnerorganisationen erzählen und Einblicke in unseren Alltag in Lusaka geben.

Kontaktadresse - sarah.vonholt@comundo.org / jonas.jungen@comundo.org

Comundo entsendet Fachleute nach Kenia, Namibia, Sambia, Nicaragua, Kolumbien, Bolivien und Peru.

Ihre Spende ermöglicht diese Einsätze. Angaben zu Spendenmöglichkeiten finden Sie auf der letzten Seite.





Rundbrief Nr.3 - Juni 2025

Von Sarah von Holt - Integration und besseres Lernen durch Sport

Von Jonas Jungen - Besser lesen, schreiben und rechnen lernen

Ein Personaleinsatz von Comundo

Destiny School - Kleine Schritte mit grosser Wirkung (Einsatz Jonas)

Nach der Einstiegszeit im vergangenen Semester bin ich mittlerweile fest im Schulalltag an der Destiny School angekommen. Mein Alltag ist bunt, herausfordernd, chaotisch – aber vor allem bereichernd. Ich lerne jeden Tag dazu, staune über die Kreativität und Ausdauer meiner Kolleginnen und Kollegen und bin dankbar, dass ich meinen Teil zu dieser Schule beitragen darf.

Einer meiner Fokusse liegt aktuell auf der Unterstützung im Mathematikunterricht der unteren Klassenstufen – dies bedeutet konkret: Jeden Morgen besuche ich zwei bis drei Klassen, um gemeinsam mit den Schülerinnen, Schülern und Lehrpersonen die Welt der Zahlen zu entdecken.

Im wöchentlichen Wechsel begleite ich dabei die Klassen 1 bis 4. Manchmal unterrichte ich selbst, während die Lehrperson beobachtet. Dann wieder unterrichten wir gemeinsam im Teamteaching. Wenn es die Zeit zulässt, versuchen wir im Anschluss an die Lektion ein kurzes Feedbackgespräch zu führen oder bereits die morgige Lektion vorzubesprechen. Diese Klassenbesuche ermöglichen es mir, nicht nur die Kinder besser kennenzulernen, sondern auch die unterschiedlichen Unterrichtsstile und Herausforderungen der Lehrpersonen wahrzunehmen.



Arbeit mit dem 20er Feld



Workshop

Besonders spannend finde ich, wie sehr gezielte Unterstützung einen Unterschied bewirken kann.

Sehr gerne gestalte ich die Workshops mit den Lehrpersonen am Mittwochnachmittag. Hier habe ich Zeit, mit den Lehrpersonen intensiver an verschiedensten Themen zu arbeiten. Auch hier liegt der Schwerpunkt aktuell auf: Wie können Zahlenräume verständlicher werden? Ich versuche den Lehrpersonen das 20er- und 100er-Feld näherzubringen, wie diese im Unterricht konkret eingesetzt werden können und mit einfachen Materialien wie zum Beispiel beschrifteten Flaschendeckeln, leeren Verpackungen etc. Mathematik greifbar zu machen. Es ist schön zu sehen, wie engagiert die Lehrpersonen dabei sind und dann im Unterricht gleich versuchen, diese Materialien einzusetzen und anzuwenden. Besonders toll ist es, wenn sie erleben, wie Kinder durch Visualisierung plötzlich ein «Aha-Erlebnis» haben.

Auch unterstütze ich die Sekundarlehrpersonen bei der Einführung/Implementierung des sogenannten Career Work Books, eines Arbeitshefts zur Berufsorientierung. Es geht darum, SchülerInnen auf die Berufswelt vorzubereiten – was besonders wichtig ist, weil viele nur sehr vage oder unrealistische Vorstellungen von ihrer Zukunft haben.



Rundbrief Nr.3 - Juni 2025

Von Sarah von Holt - Integration und besseres Lernen durch Sport

Von Jonas Jungen - Besser lesen, schreiben und rechnen lernen

Ein Personaleinsatz von Comundo

Neben der inhaltlichen und praktischen Umsetzung geht es auch viel um Planung und ich versuche, eine Art Lehrerkommentar mit Beispiellektionen zu entwickeln und diese in kleinen Workshops den Lehrpersonen näherzubringen. Obwohl die Schule und die Lehrpersonen motiviert sind und die Wichtigkeit des Career Work Book betonen, bleibt es in der konkreten Umsetzung eine Herausforderung. Umso erfreulicher ist es, dass aktuell eine Lehrperson ernsthaft mit dem Arbeitsheft arbeitet und ich sie im Prozess eng unterstützen kann.

Im letzten Rundbrief berichtete ich, dass die Schultage lang sind und mir ein wenig die Abwechslung und das lustvolle Lernen fehlen. Darum freut es mich sehr, dass wir in diesem Semester als Pilotprojekt zwei Nachmittage umgestalten konnten. Der Dienstagnachmittag dient als ein Leseförderungsnachmittag: SchülerInnen werden nach ihrem Leistungsniveau in Gruppen eingeteilt und gezielt im Lesen gefördert. Am Donnerstag bieten die Lehrpersonen nun verschiedene Clubaktivitäten (Freifächer) an. Die Kinder konnten sich für Sport, Brettspiele, Computerlab (Zehnfingersystem), Chor, Kunst (Zeichnen/Basteln), Buchclub und Schach



Freifach Sport

entscheiden. Diese zwei Nachmittage brachten viel Lebendigkeit und Abwechslung in den Schulalltag, sodass sie schnell zu kleinen Highlights der Woche wurden – für die SchülerInnen, aber auch für die Lehrpersonen. Umso schöner, dass das Team beschlossen hat, die zwei Nachmittage auch im nächsten Semester weiterzuführen. Jetzt schauen wir, was wir weiterentwickeln und optimieren können.



Freifach Spiele



Rundbrief Nr.3 - Juni 2025

Von Sarah von Holt - Integration und besseres Lernen durch Sport

Von Jonas Jungen - Besser lesen, schreiben und rechnen lernen

Ein Personaleinsatz von Comundo

Herausforderungen zwischen Alltag und Anspruch

Natürlich läuft nicht immer alles rund. Eine der grössten Herausforderungen für mich ist und bleibt das Zeitmanagement. Die Mittwochnachmittage sind offiziell für Workshops oder pädagogischen Austausch vorgesehen – doch in der Realität wird dieser Freiraum oft durch andere dringliche Themen verdrängt: die Einführung des neuen Lehrplans, Prüfungsvorbereitungen oder kurzfristig angesetzte Meetings. An den übrigen Nachmittagen unterrichten die Lehrpersonen durchgehend, was bedeutet, dass für inhaltliche Zusammenarbeit oder gezielte Reflexion im Schulalltag wenig Raum bleibt.



Arbeit mit den Lehrpersonen

Deshalb findet ein Grossteil meines Supports direkt im Klassenzimmer statt – spontan, praxisnah und oft zwischen Tafel und Schulbank. Das hat auch Vorteile, aber es fehlt manchmal die Ruhe, um Dinge langfristig und durchdacht anzugehen.

Was ich zudem oft vermisse, ist ein Kollege/ Kollegin (Counterpart) im Team – jemand, mit dem ich eng zusammenarbeiten, mich regelmässig austauschen, Ideen entwickeln und gemeinsame Projekte vorantreiben könnte. Vieles liegt bei mir, was zwar Freiheiten mit sich bringt, aber auch Unsicherheiten.



Präsentation einer Gruppenarbeit

So begleitet mich immer wieder die Frage: *Wie kann ich meine Arbeit so gestalten, dass sie nachhaltig ist – auch über meine Anwesenheit hinaus?* Ich überlege oft, welche Lehrpersonen sich für welche Themen besonders eignen, wen ich wie unterstützen kann, damit diese Person ihr Wissen später vielleicht weitergeben kann. Doch auch wenn es nicht immer einfach ist, erlebe ich oft, wie kleine Impulse etwas anstossen – und das motiviert mich dann wieder, dranzubleiben.



Rundbrief Nr.3 - Juni 2025

Von Sarah von Holt - Integration und besseres Lernen durch Sport

Von Jonas Jungen - Besser lesen, schreiben und rechnen lernen

Ein Personaleinsatz von Comundo

Circus Zambia (Einsatz Sarah)

Nach den Weihnachtsferien nahm der Zirkus Sambia am 14. Januar den Betrieb wieder auf. Gleich zu Beginn widmeten Stan (mein Teampartner) und ich uns dem Jahresbericht für Comundo und konnten diesen fristgerecht einreichen.

Ein weiterer Schwerpunkt unserer Arbeit lag auf der Organisation der Vorführungen (Auditions) im Februar. Seit September arbeiteten Stan und ich daran, dem Samstagstraining mehr Struktur zu geben und die Trainer aktiv in diesen Prozess einzubeziehen. Die Auditions waren ein zentraler Bestandteil dieser Weiterentwicklung.

Gemeinsam legten wir die Kriterien für die Auswahl fest, bestimmten Verantwortlichkeiten und planten den Ablauf für den Tag der Auditions im Detail. Nach den Präsentationen der Kinder und Jugendlichen besprachen die Trainer, der Trainer-Lead (Stan), der Artistic Director (Gift) und ich die gezeigten Leistungen und entschieden über die Einstufung in eine der fünf Niveaustufen: *Toes*, *Knees*, *Elbows*, *Shoulders* oder *Heads*.

Anschliessend erhielten die Teilnehmenden in Einzelgesprächen eine persönliche Rückmeldung von ihren jeweiligen Trainern. Der gesamte Prozess verlief sehr erfolgreich – ich konnte einige positive Entwicklungen feststellen und auch von den Trainern kam ein durchwegs konstruktives Feedback. Sie empfanden den Ablauf und die Verantwortlichkeiten als deutlich klarer und auch die Teilnehmerinnen und Teilnehmer fühlten sich besser begleitet und schätzten das individuelle Feedback-Gespräch nach den Auditions.

Die Audition-Kriterien haben wir überarbeitet und eine neue Niveau-Stufe gegründet, die "Elbows", da es ein zu grosser Schritt zwischen den "Knees" und den "Shoulders" war.

Auditions finden einmal pro Jahr im Februar statt.

Die Kinder und Jugendlichen zeigen in einer 3–5-minütigen Show ihr Können.

Toes = Anfänger

Knees = Basiskenntnisse

Elbows = fortgeschrittene Kenntnisse, treten gelegentlich auf

Shoulders = spezialisiert in 1–2 Disziplinen, treten regelmässig auf



Vorführung vor der Jury



Rundbrief Nr.3 - Juni 2025

Von Sarah von Holt - Integration und besseres Lernen durch Sport

Von Jonas Jungen - Besser lesen, schreiben und rechnen lernen

Ein Personaleinsatz von Comundo

Porträt eines Trainers/ Performers

Durch die Show „The Treasure in Chibolya“, die in Johns Viertel aufgeführt wurde, war das Interesse am Zirkus Sambia zum ersten Mal geweckt worden. Er wollte ebenfalls Teil dieser faszinierenden Welt werden.

Im Zirkus lernte John nicht nur beeindruckende Disziplinen wie Akrobatik, Einradfahren, Jonglage, Handstand und Luftakrobatik, sondern entwickelte auch wichtige soziale Kompetenzen: **Kommunikation, Zeitmanagement, Teamarbeit, Disziplin, Durchhaltevermögen** und die Fähigkeit, sich selbst immer wieder neu zu motivieren.



John am Vertikalseil

Zwei grosse Herausforderungen während seiner Schulzeit waren, seine Eltern davon zu überzeugen, dass das Training im Zirkus ein sinnvolles Hobby ist und Zeit fürs Training zu finden. Hinzu kamen äussere Hürden wie die Regenzeit, die das Vorankommen nahezu unmöglich machte: Überflutete Strassen, ausgefallene Minibusse und lange Wartezeiten erschwerten den Weg zum Training.

«At the circus, I learned to work in a team, to trust myself, to persevere, to communicate, how to do research, and I gained a new family through the circus – one that supports me and is there for me.» John Mputu

Doch trotz der Herausforderungen hielt John an seinem Ziel fest. Der Zirkus Sambia wurde für ihn zu mehr als nur einem Ort des Lernens – er wurde zu seiner zweiten Familie. Hier fand er Unterstützung, Halt und die Möglichkeit, seinen Weg als professioneller Artist zu gehen. Neben seiner eigenen artistischen Laufbahn engagiert er sich inzwischen auch als Trainer, bildet sich weiter und verdient durch den Zirkus sein eigenes Geld.

Johns Ziel ist es, national und international als Artist aufzutreten und später sein Wissen an die nächste Generation weiterzugeben. Sein grösster Traum: eines Tages Teil des legendären Cirque du Soleil zu sein.

John Mputu – Trainer und Performer beim Zirkus Sambia, 22 Jahre alt, aufgewachsen im Stadtteil Chibolya in Lusaka, 7 Geschwister, spezialisiert in den Disziplinen des Vertikalseils und der Handstandakrobatik.



Rundbrief Nr.3 - Juni 2025

Von Sarah von Holt - Integration und besseres Lernen durch Sport

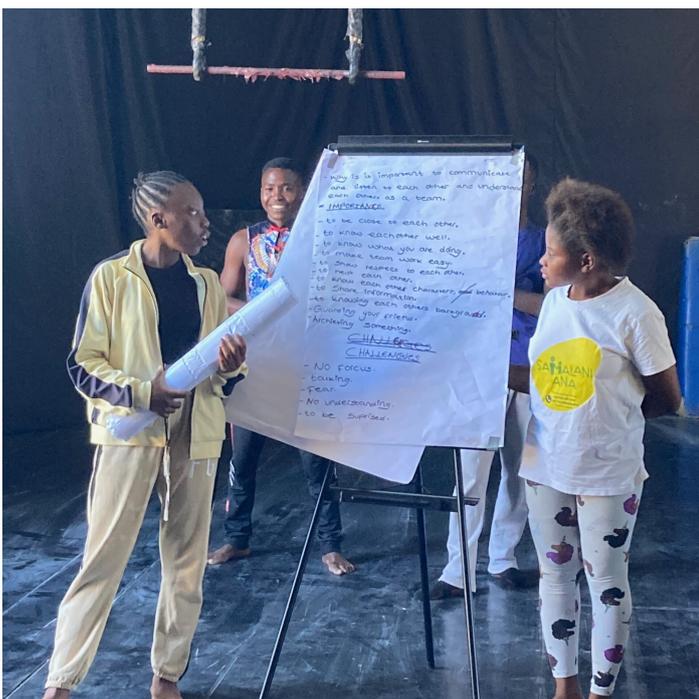
Von Jonas Jungen - Besser lesen, schreiben und rechnen lernen

Ein Personaleinsatz von Comundo

Das Training nimmt Form an

Die Zusammenarbeit mit Stan entwickelt sich sehr positiv – wir lernen uns immer besser kennen und ergänzen uns als Team gut. In diesem Jahr liegt unser Schwerpunkt auf der Ausarbeitung eines Curriculums für das wöchentliche Samstagstraining sowie auf der Durchführung von Weiterbildungssequenzen für die TrainerInnen, den sogenannten „ToTs“ (Training of Trainers).

Was die Struktur des Samstagstrainings betrifft, haben wir bereits einiges erreicht: In kleinen, aber stetigen Schritten bringen wir Verbesserungen ein, wie zum Beispiel feste Rituale, Signale fürs Zusammenkommen oder Stillstehen, Rückmeldungen geben u. v. m. Besonders spannend sind die Trainingseinheiten, in denen der Erwerb sozialer Kompetenzen im Vordergrund steht. Diese erarbeiten wir gemeinsam mit den TrainerInnen und probieren sie anschliessend mit den Kindern und Jugendlichen aus – das Feedback ist durchwegs ermutigend.



Präsentation einer Gruppenarbeit



Einmal im Monat wird gepuzt

Seit November letzten Jahres stehen die TrainerInnen und Performer unter Vertrag beim Zirkus Sambia. Sie übernehmen wöchentlich definierte Arbeitsstunden, deren Inhalte teilweise unter Stans und meiner Verantwortung liegen. Während einige von ihnen motiviert sind, Neues zu lernen und aktiv mitzugestalten, fällt es anderen schwer, Eigeninitiative zu zeigen – insbesondere bei weniger beliebten Aufgaben wie dem Waschen, Reinigen und Reparieren von Requisiten.

Ich wurde vom Team herzlich aufgenommen und die jungen Menschen begegnen mir mit Respekt und echtem Interesse. Was mich manchmal herausfordert, sind meine eigenen Erwartungen: Die TrainerInnen bringen ganz unterschiedliche Erfahrungen und Fähigkeiten mit, vor allem wenn es ums schriftliche Ausarbeiten und Planen von Unterrichtseinheiten geht. Da merke ich oft, dass ich die Aufgaben zu hoch ansetze und dann noch einmal umdenken und anpassen muss.

Eine weitere Herausforderung bleibt die Planung der Weiterbildungseinheiten: Im Zirkusalltag passieren viele Dinge kurzfristig, sodass vereinbarte Termine häufig spontan verschoben werden. Zu Beginn hat mich das sehr aufgeregt und frustriert, mittlerweile kann ich mich besser abgrenzen, versuche ruhig zu bleiben und das Beste daraus zu machen, ganz nach dem Motto: Schritt für Schritt.



Rundbrief Nr.3 - Juni 2025

Von Sarah von Holt - Integration und besseres Lernen durch Sport

Von Jonas Jungen - Besser lesen, schreiben und rechnen lernen

Ein Personaleinsatz von Comundo

Ein Einblick in unseren Alltag in Lusaka

Während der Regenzeit lernten wir die sogenannten „Heavy Rains“ kennen. Da Lusaka auf felsigem Untergrund gebaut ist, kann das Wasser kaum versickern. Besonders betroffen sind die Quartiere, wo die Strassen und Häuser oft unter Wasser stehen und der Alltag für viele Menschen zu einer echten Herausforderung wird. In solchen Momenten wird uns immer wieder bewusst, wie privilegiert wir sind.



Gummistiefel sind von Vorteil

Unsere Arbeitstage sind lang und unter der Woche bleibt wenig Zeit für gemeinsame Aktivitäten. Am Montag nimmt Sarah an der Chorprobe der Lusaka Music Society teil und erfährt einen etwas anderen Chor als den Basler Beizenchor. Am Palmsonntag führten wir in einer gut besuchten Kathedrale das Requiem von Gabriel Fauré auf. Obwohl wir kaum eine Probe in voller Besetzung abhielten, war das Konzert schön und es hat Spass gemacht, wieder einmal vor Publikum zu singen. Ebenfalls montags besuchen wir gemeinsam einen Salsakurs, in dem wir Schritt für Schritt besser werden und uns hoffentlich bald ins Nachtleben Lusakas trauen. Dienstags startet Sarah frühmorgens mit einer Yoga-Stunde, die sie selbst gibt und die bereits eine gute Anzahl an Teilnehmerinnen

und Teilnehmern anzieht. Abends geht Jonas seiner Fussballeidenschaft nach – was Spass macht, aber natürlich nicht vergleichbar ist mit den legendären Spielen des SC Raumlachs. Den Rest der Woche gestalten wir unterschiedlich – je nach Angebot und verfügbarer Energie besuchen wir ein Konzert, das Kino und sonstige kulturelle Veranstaltung oder geniessen ein leckeres Essen auswärts. Das Wochenende ist leider meist sehr kurz, da Sarah auch samstags arbeitet und nach dem Training wenig Energie übrigbleibt. So steht uns nur der Sonntag als gemeinsamer Tag zur Verfügung.

Einmal im Monat haben wir die Möglichkeit, gemeinsam ein verlängertes Wochenende zu verbringen, weil Jonas oder Sarah einen Tag frei bekommt. Diese besonderen Tage nutzen wir, um kleine Ausflüge in die nähere und weitere Umgebung zu machen. So haben wir zum Beispiel die Lower Zambezi Region erkundet und Elefanten, Flusspferde und Krokodile aus nächster Nähe beobachten können.



Lake Kariba



Rundbrief Nr.3 - Juni 2025

Von Sarah von Holt - Integration und besseres Lernen durch Sport

Von Jonas Jungen - Besser lesen, schreiben und rechnen lernen

Ein Personaleinsatz von Comundo

Schweizer Ostertradition erreicht Sambia

Unser diesjähriger Karfreitag war ein besonderer Tag, den wir mit Bekannten aus dem Zirkus und der Destiny School in unserem Garten verbringen durften – auch wenn das Wetter leider nicht ganz mitspielte und der Pool nur von den Hartgesotteten genutzt wurde.

Sarah erhielt tatkräftige Unterstützung von drei jungen Männern aus dem Zirkus, die beim Einkaufen, Rüsten und Zubereiten der Speisen halfen. Es war schön zu sehen, mit welchem Elan und Interesse sie neue Gerichte wie Couscous kennenlernten und auch davon probierten. Die meisten fanden die Speise gut, bevorzugten aber klar ihr Nshima.



Ostereiersuche

Ein Höhepunkt für unsere Gäste war die traditionelle Ostereiersuche im Garten. Auch die letzten vier im Pick and Pay ergatterten Schokoladenhasen wurden versteckt – und mit grosser Freude gefunden und vernascht.

Eine weitere Schweizer Tradition, das „Eiertütschen“, war für unsere sambischen Bekannten neu – umso schöner war es zu sehen, wie viel Spass sie daran hatten. So bleibt dieser Tag in schöner Erinnerung und vermittelte ein kleines Stück Heimat fern von zu Hause.

Am Ostersonntag besuchten wir den Gottesdienst in der Destiny School, der vom Schuldirektor geleitet wurde. Die stimmige Predigt, begleitet von viel Musik, Gesang und Instrumenten, hat uns gut gefallen.

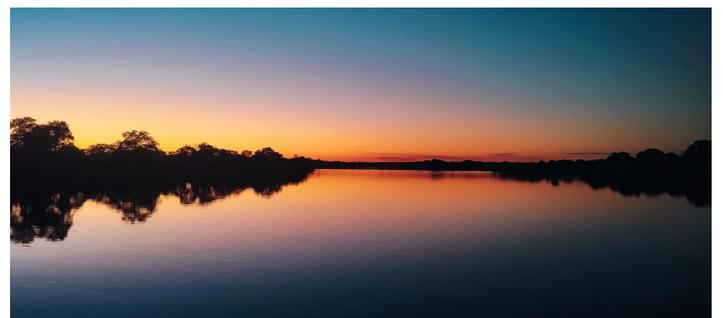
Nach den vielen Eindrücken, der Arbeit in den Partnerorganisationen und dem manchmal ermüdenden Grossstadtleben spüren wir nun eine gewisse Müdigkeit – umso mehr freuen wir uns auf die bevorstehenden Ferien. Dann werden wir die berühmten Victoriafälle besuchen und den Kafue-Nationalpark erkunden.

Wir haben uns nun richtig eingelebt und fühlen uns in Lusaka wohl. Was uns am meisten fehlt, sind die Freunde und die Familie und so ist es immer schön, Zeichen aus der Heimat zu erhalten.

Wir danken euch herzlich für euer Interesse, eure Unterstützung und euer "an uns Denken" und wünschen euch einen wunderschönen Sommer.

Herzliche Grüsse

Sarah und Jonas



Ein wenig Kitsch darf immer sein



Rundbrief Nr.3 - Juni 2025

Von Sarah von Holt - Integration und besseres Lernen durch Sport

Von Jonas Jungen - Besser lesen, schreiben und rechnen lernen

Ein Personaleinsatz von Comundo

Gemeinsam für eine gerechtere Welt

Comundo ist die grösste Schweizer Organisation in der Personellen Entwicklungszusammenarbeit (PEZA). Derzeit sind fast hundert Fachleute in sieben Ländern des Globalen Südens im Einsatz. Sie arbeiten täglich eng mit Kolleg*innen unserer lokalen Partnerorganisationen zusammen und suchen nach innovativen, nachhaltigen Lösungen, um Ungerechtigkeiten und Ungleichheiten zu bekämpfen. Wir setzen drei Hauptinstrumente ein: die Personelle Entwicklungszusammenarbeit, die Finanzierung von Projekten und die Förderung von Netzwerken.

Bei Comundo sind wir davon überzeugt, dass jeder von uns die Verantwortung mitträgt, gegen Ungerechtigkeiten und Ungleichheiten vorzugehen. Sich gemeinsam mit uns zu engagieren, ist eine konkrete Möglichkeit, einen Beitrag zu leisten. Gemeinsam können wir nachhaltige Veränderungen für eine gerechtere Welt bewirken.

Unsere Mission ist die Vernetzung, den Austausch und die Zusammenarbeit zwischen Menschen und Organisationen verschiedener Kontinente, Kulturen und Religionen zu fördern. Unsere Vision wird von der Überzeugung geleitet, dass eine Welt möglich ist, in der alle Menschen in Würde und Frieden zusammenleben. Auf diese Weise tragen wir zur Erreichung der Ziele der Agenda 2030 bei.

Comundo

im RomeroHaus

Kreuzbuchstrasse 44

CH-6006 Luzern

Telefon: +41 58 854 12 13

spenden@comundo.org

www.comundo.org



**Ihre Spende
in guten Händen.**

10 | www.comundo.org

Ihre Spende ist wichtig!

Die Kürzungen in der Internationalen Entwicklungszusammenarbeit sind eine Realität, sowohl auf Schweizer als auch auf internationaler Ebene. Deshalb bitten wir alle Menschen, die an eine gerechtere Welt glauben, uns weiterhin zu unterstützen: Nur so ist unsere Arbeit möglich. Herzlichen Dank!

Spendenkonto

PC 60-394-4

IBAN CH53 0900 0000 6000 0394 4

Spenden aus Deutschland / Österreich

Postbank Stuttgart

IBAN DE14 6001 0070 0011 5877 00

Jetzt mit TWINT spenden!



QR-Code mit der
TWINT App scannen



Betrag und Spende
bestätigen



Scannen Sie diesen Code und besuchen Sie meinen
Einsatz online!



Sarah von Holt



Jonas Jungen