

HVERNIG ER AÐ BÚA Í  
**MÓSAMBÍK?**



**Anna Friðriksdóttir**



**Anna Friðriksdóttir** er með próf í matvæla- og lyfjafræði frá Háskóla Íslands. Hún hefur lengst af starfað sem lyfjafræðingur, m.a. í Apóteki Landspítalans og hjá Lyfju h.f. Nú starfar hún hjá Lyfjaveri h.f.

Um mitt ár 2001 flutti Anna til Mósambíks með eiginmanni sínum og 12 ára syni og bjó þar í rúm tvö ár. Eiginmaður Önnu starfaði á vegum Þróunarsamvinnustofnunar Íslands við uppbyggingu rannsóknarstofu í Mapútó. Fjölskyldan bjó allan tímann í Mapútó og fjallar samantektin fyrst og fremst um lífið í höfuðborginni þar sem langflestir hjálparstarfsmanna búa.

Þessi samantekt er skrifuð að frumkvæði Þróunarsamvinnustofnunar Íslands (ÞSSÍ) og er tilgangurinn að undirbúa nýja starfsmenn og fjölskyldur þeirra undir dvöl í Mósambík.

## EFNISYFIRLIT

Inngangur	4	Hvað þarf að hafa með sér	15
Aðlögun	5	Staða kynjanna	16
Börn	7	Menning	17
<i>Aðlögun</i>	8	Sjálfbóðaliðastarf	19
<i>Skólamál</i>	9	Starfsmöguleikar	20
<i>Tómstundir</i>	10	Tómstundir	20
Heilsugæsla	11	Undirbúningur	22
Öryggismál	13	Lokaorð	22
Starfsfólk	14	Helstu heimildir	23

Gefið út af Þróunarsamvinnustofnun Íslands í febrúar 2004 - Höfundur: Anna Friðriksdóttir  
Umsjón: Sjöfn Vilhelmsdóttir - Umbrot og hönnun: Vilborg Anna Björnsdóttir  
Forsíðumynd: Reynir Þórarinnsson - Prentun: Prentmet

# MÓSAMBIK



## INNGANGUR

Mósambík er stórt land í suðaustanverðri Afríku með 17–18 milljónir íbúa. Mósbambík, sem er tæplega átta sinnum stærra en Ísland, er eitt af fátækustu löndum heims. Ævilíkur við fæðingu eru um 40 ár og er því spáð að sú tala fari lækkandi vegna alnæmisfaraldursins sem geisar í Mósbambík eins og í mörgum öðrum löndum Afríku.

Höfuðborgin Mapútó er staðsett syðst í landinu og þar búa tæplega tvær milljónir manna. Þrátt fyrir það getur borgin virst miklu minni vegna þess að sá hluti, sem útlendingarnir lifa og hrærast í, og hefur rafmagn, síma og öll nútímaþægindi, er vart stærri en Reykjavík. Þar fyrir utan taka úthverfin við þar sem fólk hefur hvorki rennandi vatn né rafmagn. Borgin stækkaði mikið í borgarastríðinu sem lauk með friðarsamningunum 1992. Frá þeim tíma hefur fólk haldið áfram að streyma frá landsbyggðinni til höfuðborgarinnar í von um betra líf.

Mapútó má muna sinn fifil fegurri. Borgin var kölluð „Perla Afríku“ á nýlendumótum og ef vel er að gáð má finna margt sem minnir á þá tíma. Víða standa gömul, niðurnidd hús, byggð í portúgölskum stíl með mósaíkskreytingum. Borgin er afar fallega staðsett uppi á höfða með útsýni yfir Indlandshafið.

Þegar komið er til Mapútó verða útlendingar fyrir áfalli því að sorphirðu í borginni er mjög ábótavant. Jafnvel í bestu hverfum borgarinnar eru ruslahaugar á víð og dreif en í úthverfunum er engin sorphirða. Þar verða íbúarnir að sjá sjálfir um að grafa eða brenna úrgang,



með tilheyrandi mengun. Sorpið skapar gríðarleg heilsufarsleg vandamál en kólera, matarsýkingar og niðurgangspestir herja á íbúa borgarinnar.

Mikið atvinnuleysi er meðal borgarbúa og sér þess víða dæmi. Alls staðar reynir fólk að bjarga sér, selja einhvern varning eða betla og fylgir þessu mikið áreiti fyrir útlendinga því að litarhátturinn bendir til ríkidæmis. Það er sérkennilegt að upplifa það að í Mapútó er meðaljóninn á Fróni álitinn vellauðugur og það hvarflar ekki að innfæddum að Vesturlandabúar þurfi nokkurn tíma að hafa áhyggjur af peningum. Slíkur er munurinn á lífsstíl almennings í Mósambík og útlendinga.

Vesturlandabúar gætu freistast til að telja sér trú um að ástandið í Mapútó sé ekki svo slæmt því að íbúarnir leggja metnað sinn í að vera vel til fara og snyrtilegir. Ef skyggnt er á bak við tjöldin kemur í ljós að flestir búa við erfiðar aðstæður. Vatn til þvotta og matargerðar þarf að sækja í brunna, sem staðsettir eru fjarri heimilinu, og langflestir hafa ekki rafmagn en aðeins 5% landsmanna hafa aðgang að rafmagni. Húsnæði í úthverfunum er víðast mjög bágborið, flestir búa í litlum hlöðnum múrsteinshúsum með einföldu bárujárnspaki. Húsin eru óeinangruð, mjög heit á sumrin en að sama skapi köld á veturna.

Í Mapútó má sjá gamla og nýja tímann mætast. Þar eru konur klæddar í „kapúlanas“ sem eru dúkar sem þær binda um sig, og þær bera eldivið eða ávexti á höfðinu, innan um tiskuklædda unglunga með farsíma. Þegar komið er út fyrir borgina tekur gamli tíminn við og þarf ekki að fara langt til þess að fá á tilfinninguna að tíminn hafi staðið í stað.

Mósambíkar eru að mörgu leyti líkir Íslendingum. Þeir hafa svipaða kímniáfu, gera gjarnan gys að sjálfum sér og hlæja mikið. Þeir eru yfirleitt glaðlegir og elskulegir og er eftirtektarvert að þeir bjóða gjarnan góðan dag þegar þeir mæta fólki á götu. Sá siður er löngu aflagður á Íslandi en er ef til vill enn við líði í Mapútó vegna þess hve margir íbúanna hafa flust nýlega úr sveitum landsins.



Mynd: Famney Friðriksdóttir

## AÐLÖGUN

Það eru mikil viðbrigði að flytja frá Íslandi til Afríku. Fyrst í stað er umhverfið framandi og líklegt að fólk finni fyrir óryggi. Meira en helmingur þeirra sem flytja til þróunarlanda upplifa svokallað „menningaráfall“. Flestir koma fullir eftirvæntingar og fá aðstoð í upphafi við að koma sér fyrir en síðan tekur hversdagsleikinn við og fjölskyldan þarf að aðlagast algjörlega nýjum aðstæðum. Sá aðili, sem er útivinnandi þarf að takast á við nýja vinnu þar sem hugsunarháttur er að mörgu leyti frábrugðinn því að sem viðkomandi er vanur frá Íslandi. Auk þess bætast við tungumálaörðugleikar því mjög fáir Mósambíkar kunna ensku. Viðhorf til vinnunnar eru önnur en á Íslandi. Í Mósambík vinnur fólk venjulega ekki yfirvinnu og vinnuafköst eru almennt miklu minni en við eigum að venjast. Eflaust eru margar ástæður fyrir því en lág laun hljóta að veða þungt. Reyndar eru launin það lág að það verður að teljast afkastaletjandi.

Makinn, sem er heimavinnandi, þarf einnig að venjast nýjum aðstæðum. Flestir hafa verið útivinnandi heima á Íslandi, í fullri vinnu, og þurft að sinna börnum og heimili. Í Mósambík þykir sjálfsagt að hafa vinnukonu og eru það mikil viðbrigði fyrir Íslendinga að hafa starfsmann inni á heimilinu sem vinnur öll heimilisverkin. Í raun er gert ráð fyrir því að hjálparstarfsmenn ráði til sín starfsfólk því að atvinnuleysi er mikið.

Fyrsta kastið er framandi að hafa vörð við heimilið dag og nótt. Mætti draga þá ályktun að umhverfið sé mjög hættulegt en svo er ekki. Verðirnir hafa fælingarmátt, sérstaklega í hverfum þar sem útlendingarnir búa. Þar eru verðir við hvert einasta hús og því nánast útilokað fyrir innbrotspjófa að leynast. Að stórum hluta er öryggið fólgið í þessum þætti.

Það tekur sinn tíma að átta sig á umhverfinu en í raun er það ekki hættulegra en gerist og

gengur í stórborgum Evrópu. Að sjálfsögðu þarf að viðhafa ákveðnar varúðarráðstafanir, s.s. að ganga ekki á götum úti með dýra skartgripni, farsíma, myndavél eða annað sem gæti kallað á athygli, vera sem minnst á ferðinni fótgangandi eftir myrkur og alls ekki vera á ferðinni þar sem fáir eru á ferli, s.s. á ákveðnum svæðum niðri á strönd.

Almenningssamgöngur í Mapútó eru óaðgengilegar fyrir útlendinga. Almenningur ferðast milli staða á „chapas“ sem eru litlir 14 manna fólksflutningsbílar. Þessir bílar eru oftast illa búnir, yfirfullir af fólki og bílstjórnarnir þverbrjóta allar umferðareglur, s.s. reglur um hámarkshraða og rautt ljós. Því er æskilegt að hafa bíl til umráða og er mikilvægt fyrir þá sem eru heima að byrja sem fyrst að aka. Annars eiga þeir á hættu að einangrast.

Vinstri umferð er í Mósambík eins og í sunnanverðri Afríku en það venst fljótt og einfaldar málið að það er mjög auðvelt að rata í Mapútó. Húsnúmer eru miðuð við fjarlægðina í metrum talið frá upphafspunkti götunnar að aðalinngangi hússins en aðeins um 450 götur af 4200 hafa nöfn. Um þessar mundir er verið að númera götur markvisst til að bæta úr þessu. Götnúmerin eru samsett þannig að fyrri hlutinn vísar til hverfisins en seinni hlutinn til staðsetningar innan hverfisins.

Miðað við Reykjavík er umferðin í Mapútó minni og hægari. Hins vegar fara menn almennt illa eftir umferðarreglum en það er eins og allir séu meðvitaðir um það og eru því á varðbergi gagnvart öðrum bílstjórum.

Mapútó er stórborg á afrískan mælikvarða. Í fyrstu getur virst óaðgengilegt að versla í borginni en ef vel er að gáð má finna þar allar nauðsynjar. Verðlag í Mapútó er almennt hátt og oft á tíðum svipað og á Íslandi, til að mynda á matvöru, en það er hins vegar töluvert lægra í nágrannalöndunum, Suður-Afríku og Svasílandi.

Til skamms tíma streymdu útlendingar og efnaðir Mósambíkar til Nelspruit í Suður-Afríku og gerðu megnið af sínum innkaupum þar. Nelspruit er höfuðstaður Mpumalangahéraðs í Suður-Afríku og er í rúmlega 200 km fjarlægð frá Mapútó. Um áramótin 2002–2003 voru hins vegar hertar reglur um þær vörur sem ferðamönnum er heimilt að koma með til landsins. Takmarkast þær nú við andvirði 50 dollara á mann en upphæðin var áður 200 dollarar. Í kjölfar þessara breytinga var eftirlit á landamærunum eftt mjög. Þessar nýju reglur voru settar til að efla verslun í Mósambík.

Til að aðlögunin takist vel verður seint lögð of mikil áhersla á að læra og tala portúgölsku sem er opinbera málið í Mósambík. Mjög fáir Mósambíkar tala ensku og verða öll samskipti auðveldari og vinsamlegri ef reynt er að tala portúgölsku. Viðkomandi verður jafnframt öruggari í framkomu gagnvart innfæddum sem minnkar áreiti, t.d. á útímörkuðum, en merkjanlegur munur er á framkomu sölumanna gagnvart ferðamönnum og þeim útlend-

ingum sem búsettir eru í Mapútó. Hins vegar er hægt að vera búsettur í Mósambík án þess að tala portúgölsku og eru mörg dæmi þess. Samskiptin takmarkast þá að mestu leyti við aðra útlendinga og fólk fer á mis við að kynnast landi og þjóð af eigin raun.

Það er gífurlegur munur á lífskjörum Vesturlandabúa og almennings í Mósambík. Reynist mörgum erfitt að vera með fullar hendur fjár og horfa um leið á örbirgðina allt í kring. Samfélagshjálp er lítil sem engin í Mósambík. Er fjölskyldan sú eining sem fólk reiðir sig á. Þeir sem eiga enga fjölskyldu, sem styður þá, eru illa settir.

Töluvert er um betli á götum Mapútóborgar og er það eitt af því sem veldur hvað mestu álagi þegar komið er til Mapútó. Þótt betlið venjist aldrei þá hættir það smám saman að koma á óvart. Langflestir þeirra sem draga fram lífið með betli eru öryrkjar og aldraðir. Götubörn eru enn sem komið er ekki mjög áberandi á götum Mapútó. Mörg verkefni eru í gangi til að aðstoða þau og orkar það tvímælis að gefa þeim því að það eykur líkurnar á því að þau snúi sér alfarið að betli.

Stærsti hluti aðlögunarinnar hjá hinum heimavinnandi felst samt í því að takast á við tímann og hafa ofan af fyrir sér. Það fer að sjálfsögðu eftir því hvernig fjölskyldan er samsett hversu mikill frítíminn er en ef börnin eru lítil tíðkast í Mósambík að hafa barnfóstrur alveg eins og vinnukonur. En eins og fyrr sagði er Mapútó stórborg og er ýmislegt í boði til að stytta sér stundir fyrir utan bóklestur eða önnur áhugamál sem viðkomandi hefur átt heima á Íslandi.

## BÖRN

### Aðlögun

Það er fremur auðvelt að vera með börn í Mapútó og getur það hjálpað þeim sem eru heima að hafa því hlutverki að gegna að sinna þeim. Enn fremur skapast oft tækifæri til að kynnast öðrum foreldrum sem eru í sömu aðstöðu og oft leiðir það til vinskapar.

Svo virðist sem börn eigi auðveldara með að aðlagast lífinu í Mósambík en fullorðnir en auðvitað ætti það ekki að koma á óvart því að ef vel er að börnum búið er þeim eðlislægt að vera fljót að tileinka sér allt nýtt og fer aðlögunin mest eftir því hvernig foreldrarnir eru í stakk búnir að styðja þau.

Það fer auðvitað mikið eftir aldri barnanna hvaða þættir aðlögunarinnar reynast þeim erfðir. Fyrir ung börn þarf þetta ekki að vera mikil breyting. Íslendingar í Mapútó búa við góðar aðstæður, alls staðar er loftkæling og ekki er mikil hætta á niðurgangi ef viðhafðar eru ákveðnar varúðarráðstafanir, t.d. í sambandi við vatn og grænmeti.





Fyrir börn á forskóla- og skólaaldri er breytingin miklu meiri. Það er mikið álag að koma í nýjan skóla þar sem talað er framandi tungumál og börnin koma frá mörgum ólíkum þjóðfélögum. Umhverfið getur líkað virkað ógnandi ef barnið er komið á þann aldur að það geri sér grein fyrir því að alls staðar eru verðir og frjálrsæðið, sem börn eru vön á Íslandi, er skert. Oftast geta þau ekki farið ein ferða sinna heldur þurfa að vera í fylgd fullorðinna. Getur álagið valdið kvíða sem brýst fram í líkamlegum og andlegum einkennum. Líkamleg einkenni geta verið magaverkir og niðurgangur en andleg einkenni koma fram sem svefntruflanir og depurð. Mjög mikilvægt er að vera vel á verði því að á sama tíma og börnin eru að fóta sig í nýju þjóðfélagi eru foreldrarnir sjálfir að takast á við sína aðlögun.

Það er hægt að styðja barnið á ýmsan hátt. Í fyrsta lagi við að reyna að komast að því hvað er erfiðast að sætta sig við í umhverfinu án þess þó að magna það upp sem vandamál. Sjálfsgagt er að fylgjast mjög vel með svefni, jafnvel hjá stálpuðum krökkum, því að kvíði og depurð brýst oft fram í erfiðleikum með svefn. Jafnvel getur verið gott að leyfa barninu að sofa hjá öðru foreldrinu fyrst í stað til þess að auka öryggiskenndina.

Breyttar aðstæður eins og þessar valda oft truflun á meltingarstarfsemi, s.s. hægðatregðu eða niðurgangi, sem geta aukið á vanlíðan barnsins og áhyggjur varðandi skóla. Þessu þarf að fylgjast vel með en í Mapútó er aðgangur að læknisþjónustu góður svo að þetta eru hlutir sem auðvelt er að ráða bót á.

## Skólamáli

Opinbera skólakerfið í Mósambík stenst ekki þær kröfur sem íslenskir foreldrar gera og því er ekki raunhæft að setja börn í almennan skóla. Þeir eru venjulega þrískiptir með allt upp í 60–70 börn í bekk og er mikill skortur á skólabókum. Ýmsir aðrir möguleikar eru fyrir hendi því að í Mapútó eru margir einkaskólar, s.s. Sænski skólinn, Ameríski skólinn („American International School of Mozambique“) og síðast en ekki síst Alþjóðlegi skólinn („Maputo International School“) en hann er sá skóli sem íslensku börnin í Mapútó hafa sótt fram að þessu.

Alþjóðlegi skólinn er rekinn samkvæmt breskri fyrirmynd. Hann er aðlagður að breski námskrá („British National Curriculum“) og eru samskonar skólar reknir víða um heim. Samskiptatungumálið er enska sem hentar íslenskum börnum vel en í skólanum eru börn frá öllum heimshornum. Í júní 2003 voru í skólanum börn frá 34 löndum svo vissulega er hann alþjóðlegur.

Fyrstu mánuðirnir í Alþjóðlega skólanum eru ætlaðir í aðlögun og á þeim tíma er ekki gert ráð fyrir að barnið taki virkan þátt í starfinu innan skólafunnar eða tjái sig á ensku fyrir framan aðra nemendur. Það auðveldar líka aðlögunina að sífellt eru að koma nemendur frá öðrum löndum þar sem ekki er töluð enska og er gert ráð fyrir því í starfsemi skólans.

Í Alþjóðlega skólanum er rekinn forskóli frá þriggja ára aldri en miðað er við að nemendur setjist 6 ára í 1. bekk. Misjafnt er hversu margir nemendur eru í hverjum árgangi, en miðað er við tvo bekki og að í hvorum bekk séu að hámarki 25 nemendur. Hverjum aldurs hópi er skipt upp í tvo hópa eftir getu í ensku og stærðfræði og eru börnin flutt á milli hópa eftir því sem getan eykst. Í skólanum er möguleiki á að ljúka 12. bekk (18 ára), en það fer þó að einhverju leyti eftir aðsókn á hverjum tíma hvort efstu tveir bekkirnir eru starfræktir.

Skólaárið 2002–2003 voru um 450 nemendur í Alþjóðlega skólanum en til samanburðar voru 35–40 nemendur í Sænska skólanum og í kringum 190 í Ameríska skólanum sem bæði ir kæmu til greina fyrir íslensk börn.

Fyrir íslensk börn er e.t.v. helsti gallinn við Sænska skólann að barnið þarf að bæta við sig sænsku auk ensku og portúgölsku. Eins og fyrr segir er portúgalska opinbert tungumál í Mósambík en enska er helsta samskiptatungumálið meðal útlendinganna. Sænskan nýtist aðeins í tiltölulega litlum hópi. Smæð Sænska skólans hefur líka í för með sér ýmis félagsleg vandamál því að erfitt getur reynst að eignast vini, sérstaklega þegar börnin eldast og komast á unglingsárin.

Ameríski skólinn býður upp á forskóla frá fjögurra ára aldri og er starfræktur upp í 10. bekk. Skólaárið 2004–2005 er fyrirhugað að bæta við 11. bekk og síðan 12. bekk ári síðar. Eftir það býður Ameríski skólinn upp á jafnlangt nám og Alþjóðlegi skólinn.

Ef foreldrarnir telja að skólarnir í Mósambík séu ekki fullnægjandi er mögulegt að senda unglinga í heimavistarskóla til Suður-Afríku eða Svasílands. Þá koma nemendurnir venjulega heim í skólafríum þrisvar á ári.

Bæði Alþjóðlegi skólinn og Ameríski skólinn bjóða upp á ýmiss konar tólstundanámskeið eftir skóla, s.s. íþróttir, tónlistarnám eða dans, en það getur verið breytilegt á hverjum tíma hvað er í boði því að þessi starfsemi er aðskilin frá rekstri skólans. Öflug foreldrafélög eru

rekin við skólana þar sem foreldrar geta boðið fram starfskrafta sína og um leið kynnst öðrum foreldrum.

Auðvelt er að koma ungum börnum á einkarekin barnaheimili í Mapútó og er aðbúnaður oftast ágætur. Margir skólanna reka forskóla frá þriggja til fjögurra ára aldri. Er sjálfsagt að koma börnum sem fyrst í forskóla eða leikskóla hálfan daginn þótt annað foreldrið sé heimavinnandi. Biðlistar eru ekki til og venjulega getur barnið byrjað strax. Auðveldar það aðlögun barnsins og foreldranna.

## Tómstundir

Í Mapútó er ýmislegt í boði fyrir börn og unglinga fyrir utan það sem skólarnir bjóða upp á. Þar má nefna dansskóla, tónlistarskóla og reiðskóla.

Dansskólarnir eru a.m.k. tveir, Academia de Dança Paratí og Escola Nacional de Dança. Academia de Dança Paratí er til húsa á Av. Julius Nyereren nr. 672. Tekið er við nemendum frá fjögurra ára aldri og eru 60–70 nemendur í skólanum. Skólastarfið virðist metnaðarfullt og alveg fyllilega sambærilegt við dansskóla á Íslandi. Er á hverju ári haldin opinber danssýning þar sem nemendur sýna listir sínar (tengiliðir: Maria José í síma 082884507 og Raquel í síma 082413669).

Escola Nacional de Dança er staðsettur í miðborginni. Þar er einnig haldin danssýning í lok skólaársins og gefur hún til kynna að innan hans sé unnið metnaðarfullt starf. Að öðru leyti vantar upplýsingar um skólann. Auðvelt ætti að vera að nálgast þær ef áhugi er fyrir hendi.

Í Mapútó er rekinn a.m.k. einn tónlistarskóli fyrir utan einkakennslu á hljóðfæri sem oft er möguleiki á að fá fyrir milligöngu skólanna. Tónlistarskólinn heitir Escola Nacional de Música og er á Av. Mao Tse Tung. Skólinn hélt upp á 20 ára afmæli sitt í ár en þar er kennt á þó nokkur hljóðfæri þó ekki sé fjölbreytinn eins mikil og við eigum að venjast á Íslandi, t.d. píanó, gítar, trommur, timbála, sem er mósambískt ásláttarhljóðfæri, flautu, saxófón og klarinett.

Í Mapútó er a.m.k. einn reiðskóli, (Centro Hipico) og fer þar fram kennsla bæði fyrir börn og fullorðna.

## HEILSUGÆSLA

Heilsugæsla er nokkuð góð fyrir útlendinga sem eru búsettir í Mapútó. Svíar reka sérstaka heilsugæslustöð sem er opin alla virka daga en þess utan er neyðarvakt. Til að geta notfært sér þessa þjónustu er nauðsynlegt að vera skráður á stöðinni en undanfarin ár hafa Íslendingar átt þess kost að ÞSSÍ greiði fyrir þá fastagjaldið. Þessi þjónusta er svipuð þjónustu heimilislækna á Íslandi. Ef nauðsynlegt reynist að leita til sérfræðings vísa læknarnir oftast

til lækna í Nelspruit í Suður-Afríku sem er í rúmlega 200 km fjarlægð frá Mapútó. Þar eru ágætir sérfræðingar og einkasjúkrahús sem veita hliðstæða þjónustu og sjúkrahús á Íslandi. Í Mapútó er rekin önnur heilsugæslustöð, Clinica de Sommerschild, sem er opin allan sólarhringinn og stenst að mestu leyti kröfur Íslendinga. Er það mikið öryggi að vita af því að geta leitað þangað fyrirvaralaust. Ekki er nauðsynlegt að vera skráður á þessa heilsugæslustöð þótt það sé hægt. Stöðin hefur aðstöðu til að vakta mikið veikt fólk en er ekki fullgild sjúkrastofnun því að þar eru hvorki lagðir inn sjúklingar né gerðar stórar aðgerðir.

Aðalspítalinn í Mapútó (Hospital Central de Maputo) er stærsta sjúkrahúsið í Mósambík og getur tekið við nokkrum þúsundum sjúklinga. Þetta er sá spítali sem almenningur leitar til og er hann oftast yfirfullur. Spítalinn er vanbúinn og þjónustunni ábótavant. En þrátt fyrir lélega þjónustu og þá staðreynd, að útlendingar og allir betur settir Mósambíkar leiti annað, getur í neyðartilfellum reynst nauðsynlegt að leita til spítalans. Á spítalanum eru starfandi margir ágætir læknar og þar er rekinn blóðbanki að vestrænni fyrirmynd. Vegna lágra launa starfa flestir lækna aðeins hluta úr deginum á spítalanum en þess utan eru þeir á einkastofum.

Í Mapútó eru starfandi nokkrir tannlæknar sem uppfylla þær kröfur sem Íslendingar gera. Sænska heilsugæslustöðin mælir sérstaklega með einum þeirra, dr. Zaid Tayob, sem rekur Clinica Elim. Zaid Tayob veitir góða faglega þjónustu. Hann notar sömu gjaldskrá og tannlæknar í Suður-Afríku svo að ekki virðist ástæða til að leita þangað meðan Zaid Tayob starfar í Mapútó.

Mörg apótek eru starfrækt í Mapútó. Hins vegar er mikill skortur á lyfjafræðingum svo að þjónustan er ekki á nokkurn hátt sambærileg við þjónustu í apótekum á Íslandi. Lyfjaúrval er oft takmarkað og stundum eru algeng og ódýr lyf ófáanleg. Hægt er að kaupa öll lyf án lyfseðils ef viðkomandi veit á hverju hann þarf að halda. Bæði sænska heilsugæslustöðin og Clinica de Sommerschild reka lítil apótek og þar fást stundum lyf sem Íslendingar eru vanir að nota og ekki fást annars staðar.

Í Suður-Afríku og Svasílandi er miklu meira úrval af lyfjum en í Mapútó. Þar er hægt að kaupa flest algeng lyf án lyfseðils en frá því í júní 2003 eru takmarkanir á afgreiðslu lyfja án lyfseðils í ákveðnum lyfjaflokkum í Suður-Afríku. Því er ráðlagt að flytja með sér a.m.k. þriggja mánaða skammt af lyfjum sem viðkomandi notar að staðaldri til að hafa svigrúm til að finna út hvar lyfin fást og hvort þarf lyfseðil til að kaupa þau.

Malaria er enn sem komið er sá sjúkdómur sem leggur flesta landsmenn að velli. Í Mósambík er veruleg hættu á að fá malaríu, sérstaklega ef dvalið er utan Mapútó. Margir útlendinganna taka fyrirbyggjandi lyf en til eru ónæmir stofnar gagnvart sumum lyfjanna og er því ráðlegt að gera einnig aðrar varúðarráðstafanir s.s. að hafa net fyrir gluggum, bera á sig flugnafælu áður en farið er út á kvöldin og sofa undir moskítóneti. Hægt er að láta sér-

sauma moskitónet sem eru mun þægilegri en þau net sem fást í verslunum (tengiliður: Sörensen í síma 490 886 eða 082318525).

Alnæmi er vaxandi vandamál í landinu en stór hluti landsmanna er smitaður af veirunni. Hafa ber í huga að ekki er mögulegt að smitast með snertingu eða kossum heldur þarf blóðgjöf, sýkta nál eða kynmök til þess að sýking geti átt sér stað. Einnig er mikilvægt að gera sér grein fyrir því að ekki er ástæða til að hafa áhyggjur af alnæmissmituðu starfsfólki, en þess gættir aðeins að útlendingar í Mapútó hafi áhyggjur af því.

Úti á landsbyggðinni er lækniþjónustan víða mjög bágborin. Bæði getur verið erfitt að ná í lækni og lyf. Hafa Íslendingarnir í Mósambík brugðið á það ráð að hafa með sér neyðarlyf á ferðalögum og eru þetta fyrst og fremst lyf gegn malaríu og alvarlegum sýkingum. Að auki leggur ÞSSÍ öllum starfsmönnum til heimilisapótek ásamt skriflegum leiðbeiningum frá íslenskum læknum.

ÞSSÍ er með samning við sjúkraflutningafyrirtæki í Mapútó sem veitir þjónustu allan sólarhringinn.

## ÖRYGGISMÁL

Af hálfu ÞSSÍ er vel hugsað fyrir öryggi starfsmanna í Mapútó. Sólarhringsvakt er við heimili allra og að auki gefst starfsmönnum kostur á að tengjast beint miðstöð öryggisgæslunnar með neyðarhnöppum.

Að öðru leyti er það komið undir hverjum og einum að fara með gát. Það er sérstaklega mikilvægt í upphafi dvalarinnar meðan viðkomandi þekkir ekki umhverfið. Mapútó er á engan hátt ógnvekjandi þótt hafa beri í huga ákveðnar hættur. Bílarn hafa verið nokkuð algeng, sérstaklega á leiðinni inn í borgina. Hægt er að draga úr þessari hættu með því að hafa bifreiðina alltaf læsta, líka þegar fólk er á ferð, skilja hana aldrei eftir í gangi og aka aldrei inn í borgina í myrkri. Það fylgir því líka slyshætta að vera á ferðinni í úthverfunum eftir myrkur. Gangandi vegfarendur eru þar margir en götulýsing hins vegar lítil.

Þegar ferðast er um Mósambík ber að hafa í huga að í borgarastriðinu var ógrynni af jarðsprengjum lagt í jörð. Vel hefur miðað við að fjarlægja þær og eru stendur landsins og svæðin með fram aðalvegum talin hrein. En verkinu er ekki lokið og er því sjálfsagt að við hafa varúðarráðstafanir þegar ferðast er um landið. Rétt er að halda sig við gangstíga þar sem þeir eru fyrir hendi eða ráðfæra sig við íbúa svæðisins.

Nágrannalönd Mósambíks eru hvert með sínu sniði og á það einnig um við glæpi og örygg-



Mýnd: Anna Friðriksdóttir

ismál. Útlendingar í Mapútó ferðast mikið um Svasíland og Mpumalangahéraðið í Suður-Afríku en þangað er stutt að fara. Tiltölulega lítil hætta er því samfara að ferðast um Svasíland. Landið er lítið og svo virðist sem skipulagðir glæpahópar hafi ekki náð þar sömu fótfestu og víða í Suður-Afríku. Í Mpumalangahéraði, þar sem Nelspruit er höfuðstaður, er töluvert um bílarán og árásir á fólk og er ráðlegt að hafa allan vara á sér, t.d. er rétt að stansa ekki á leiðinni nema á fjölförnum stöðum, versla ekki á útímörkuðum við þjóðvegina og vera ekki á ferðinni í myrkri. Árásir í Suður-Afríku virðast vera ofbeldisfyllri en í Mósambík svo að þar er full ástæða til að vera sérstaklega varkár.

Þrátt fyrir allt eru ferðalög til nágrennalandanna á margan hátt mjög góð hvíld frá áreitinu sem fólk verður fyrir í Mósambík. Þar blasir fátæktin við en í Suður-Afríku er allt slétt og fellt á yfirborðinu og á margan hátt líkt því sem Íslendingar eiga að venjast. Hins vegar ef skyggst er á bak við tjöldin er mikil fátækt og atvinnuleysi meðal blökkumanna í Suður-Afríku og er það ef til vill skýringin á hárrí glæpatíðni.

## STARFSFÓLK

Nánast allir útlendingar, sem koma til starfa í Mósambík, ráða til sín vinnufólk. Fyrir litla fjölskyldu dugar oftast ein vinnukona en ef húsnæðið er stórt eða börnin ung er algengt að hafa aðra konu í hlutastarfi. Auk þess eru allir með sólarhringsgæslu við húsið og henni sinna einkaverðir eða verðir á vegum öryggisfyrirtækja. Hefur það mjög færst í vöxt að útlendingar notfæri sér þjónustu öryggisfyrirtækja. Kosturinn er sá að samskiptin fara fram í gegnum fyrirtæki og verða ekki mjög persónuleg. Ef um veikindi er að ræða sér fyrirtækið um að útvega afleysingu og hægt er að fá nýjan vörð ef eitthvað kemur upp á.

Laun öryggisvarða eru mjög lág og er því æskilegt að borga þeim smálaunauppbót, t.d. fyrir að þvo bílinn á morgnana, sópa eða vökva blómin. Ekki veitir af og verðirnir verða bæði

samviskusamari og ánægðari. Við mörg hús er smágarður og er því sjálfsagt að hafa garðyrkjumann í hlutastarfi.

Mikilvægt er að líta á sig sem vinnuveitanda með öllum þeim skyldum sem því fylgja. Best er að gera ráðningarsamninga í upphafi þar sem fram kemur vinnutími, kaup og kjör en hafa ber í huga að starfsmennirnir standa illa að vígi og gera venjulega engar kröfur af hræðslu við að fá ekki vinnuna. Það hlýtur að vera sjálfsagt að útlendingar borgi sínu starfsfólki vel því að um lágar upphæðir er að ræða fyrir þá en þær gjörbreyta afkomu viðkomandi starfsmanns.

Nauðsynlegt er að kynna sér og fara eftir mósambísku vinnulöggjöfinni. Er stundum misbrestur á því að henni sé fylgt í samskiptum útlendinga og innfæddra starfsmanna þeirra. Lögum samkvæmt þarf að segja ráðningarsamningi upp skriflega með þriggja mánaða fyrirvara og á starfsmaður rétt á aukagreiðslu sem nemur einum og hálfum mánaðarlaunum fyrir hvert ár sem hann hefur verið í starfi.

## HVAÐ ÞARF AÐ HAFI MEÐ SÉR TIL MÓSAMBÍK?

Það er auðvitað undir hverjum og einum komið hvað hann vill hafa með sér til Mósambíks. Fjölskyldustærð skiptir einnig máli en stundum er mögulegt að leigja lítið húsnæði með húsgögnum en það á venjulega ekki við um stór hús. Húsbúnaður er nokkuð dýr í Mapútó og oft á tíðum ekki sambærilegur að gæðum við þær vörur sem fást t.d. í verslunum á Íslandi. Hefur fólk því leitað til Suður-Afríku við kaup á húsgögnum og áhöldum. Eftir að reglur um innflutning frá Suður-Afríku voru hertar er orðið erfiðara en áður að kaupa þar það sem þarf til heimilis. Þó eru enn í gildi reglur um undanþágur frá tollum fyrstu mánuðina eftir að fólk flytur til Mósambíks.

ÞSSÍ leggur starfsmönnum til allra nauðsynlegustu heimilistæki ásamt nauðsynlegum húsgögnum samkvæmt húsgagnalista. Auðvelt er að bæta við basthúsgögnum, s.s. kómmóðum, stólum og hillum, en slík húsgögn eru mjög ódýr í Mapútó. Eins og fyrr segir fást í borginni flestir hlutir en sængur, koddur og sængurfatnað er best að flytja með sér eða kaupa í Suður-Afríku.

Í Mósambík getur orðið kalt yfir vetrarmánuðina, sérstaklega innandyra, því að hús eru ekki upphituð. Hitinn fer þó venjulega ekki niður fyrir 10–15 gráður á nóttunni og svo hlýnar yfir daginn. Það er því sjálfsagt að hafa með sér hlý föt, s.s. flíspeysur. Einnig geta regn- og vindjakkar komið að göðum notum.

## STAÐA KYNJANNA

Staða kvenna í Mósambík er erfið á mælikvarða Vesturlandabúa. Fjölkvæni er enn víða við líði, sérstaklega úti á landsbyggðinni. Í sveitum í mið- og norðurhluta landsins er ekkert sem kemur í veg fyrir að karlar taki sér fleiri en eina konu en þessi siður er samofinn aldagamalli menningu.

Algengt er að karlar taki sér hjákonur og virðist sem það sé að einhverju leyti viðurkennt, a.m.k. er það ekki eins falið og á Vesturlöndum. Á föstudögum er svokallaður „dagur karlmannsins“ en þá er hefð fyrir því að karlar fari saman út að skemmta sér en eiginkonan sitji heima og gæti bús og barna.

Konur í Mósambík vinna mikið. Til sveita er það á þeirra ábyrgð að sjá um börnin, rækta akurinn, elda mat og sækja vatn og eldivið, oft langar leiðir. Viðhald hússins er aftur á móti á ábyrgð karlmannsins. Í Mapútó er algengt að konur vinni úti, ekki síður en karlar, en þær sjá samt alfarið um öll heimilisstörf.

Enn sem komið er hætta stúlkur miklu frekar skólagöngu en drengir. Þær giftast fyrr og byrja að eignast börn. Margar ástæður eru fyrir þessu en meðal annars er litið á stúlkur sem ódýrt vinnuafli fyrir heimilið. Foreldrarnir óttast líka oft kynferðislega áreitni kennara sem er viðurkennt vandamál.

Galdratrú er almenn og bitnar oft á konunum. Eiginmaðurinn og fjölskylda hans geta notfært sér galdratrúna til þess að kenna konunum um það sem miður fer. Ef eitthvað bjátar á getur eiginmaðurinn skilað eiginkonunni og krafið tengdafjölskylduna um endurgreiðslu brúðargjaldsins.

Nýjum fjölskyldulögum, sem samþykkt voru í desember 2003, er ætlað að bæta stöðu kvenna. Lögin banna giftingu stúlkna fyrir 18 ára aldur í stað 14 ára áður, en í undantekningartilvikum færast þessi aldur upp í 16 ár. Fjárhagsstaða kvenna er bætt með nýjum lögumum því að eignir heimilisins eru ekki sjálfkrafa skráðar á eiginmanninn og konur þurfa ekki lengur samþykki eiginmanns síns til þess að stunda launaða vinnu. Fjölkvæni er hvorki bannað né leyft í lögumum en allar konur eiginmannsins öðlast jafnan rétt til erfða eftir hann.

Mikill munur er á lífskjörum fólks í Mósambík. Allur almenningur er bláfátækur en fámennur hópur lifir í allsnægtum. Eftir að borgarastríðinu lauk hafa peningar streymt inn í landið í formi vestrænnar aðstoðar. Hafa valdhafarnir óspart notað tækifærið og hyglað sér og sínum.

Kynþáttaaðskilnaður er ekki áberandi í Mósambík. Þegar landið fékk sjálfstæði fór stór





hluti portúgölsku yfirstéttarinnar úr landi. Nýju valdhafarnir eiga rætur sínar að rekja til almennings í landinu. Í Mósambík virðist ekki hafa verið ríkjandi sú rígbundna stéttaskipting á nýlendutímanum og viðgekkst í nágrannalöndunum, s.s. í Suður-Afríku. Þó héldu Portúgalar vísitandi niðri menntunarstigi Mósambíka og innfæddum var lengst af ekki leyft að ljúka meira en 4. bekk í barnaskóla. Var svo komið að þegar Mósambík fékk sjálfstæði 1975 höfðu aðeins um 40 innfæddir Mósambíkar lokið háskólaprófi.

## MENNING

Menning Mósambíks er fjölbreytt og í landinu eru töluð um 20 tungumál. Mósambík skiptist upp í 11 héruð og er mikill munur á menningu nyrst og syðst í landinu.

Í nyrstu héruðunum eru arabísk áhrif áberandi en syðst portúgölsk. Menningin er blanda af afrískri, arabískri, indverskri og portúgalskri menningu og sjást þess víða merki, t.d. í matargerð sem er mun fjölbreyttari en í nágrannalöndunum, s.s. í Malaví og Svásílandi.

Til sveita er mikið dansað og sungið. Kallast hin hefðbundna tónlist og dans, sem er ríkjandi í suðurhluta landsins, marrabenta og einkennist af miklum mjaðmasveiflum. Í Mapútó er fjölbreytt menningarlíf ef eftir er leitað. Þar er starfrækt fransk-mósambískt menningarsetur sem heldur uppi þróttmiklu menningarstarfi og hefur staðið fyrir kynningu á bæði mósambískri menningu og menningu annarra landa. Dagskráin er blanda af tónleikum, danssýningum, listsýningum og kvikmyndasýningum. Menningarsetrið gefur út ítarlega dagsskrá til tveggja mánaða í senn. Aðgangseyrir er oftast enginn eða stillt mjög í hóf sem gefur Mósambíkum tækifæri til að stunda þessar uppákomur. Einnig er starfandi í Mapútó þýskt-mósambískt menningarsetur sem stendur fyrir tónleikum og kvikmyndasýningum.

Í Mapútó eru starfrækt leikhús og kvikmyndahús. Jafnframt eru reknir sýningarsalir fyrir

myndlistar- og ljósmyndasýningar og oftast er einhver sýning í gangi. Þar eru nokkur merkileg söfn, s.s. náttúrugripasafnið sem var stofnað 1911 og er staðsett í mjög gömlu og fallegu húsi. Þetta safn er nýppgert og notað sem skólasafn.

Listasafnið er líka gaman að skoða þótt ekki sé það stórt. Þar gefur að líta verk eftir helstu listamenn þjóðarinnar, s.s. Malangatana, sem er þekktasti listmálari Mósambíks, og Chissano sem er þeirra þekktasti tréskurðarlistamaður. Töluverð gróska virðist vera í myndlist meðal ungs fólks og í Mapútó er rekin opin vinnustofa, „Nucleo de Arte“, þar sem hægt er að hitta listamenn við vinnu sína.

Mikil hefð er fyrir tréskurði í Mósambík enda skógar ein af mörgum auðlindum landsins. Í landinu vaxa margar tegundir af harðviði en því miður er stunduð rányrkja á þessari auðlind. Helstu tegundirnar, sem notaðar eru til útskurðar, eru sandalaviður, svartviður og rósaviður. Á handverksmörkuðum í Mapútó er mikið úrval af tréskurðarvörum, en tréskurðurinn, ásamt batikmyndum, myndar uppistöðuna í mósambísku handverki.

Þó nokkrir götumarkaðir eru starfræktir í Mapútó með fjölbreyttu úrvali af alls kyns munum, bæði frá Mósambík og nágrennalöndunum. Á laugardögum er stór markaður rétt hjá höfninni þar sem sölumenn frá götumörkuðunum og ýmsir aðrir handverksmenn koma saman til að selja vöru sína. Þar er oft hægt að gera góð kaup en einnig er skemmtileg upplifun að ganga þar um og skoða.

Nokkrir blómamarkaðir, þar sem seld eru afskorin blóm, eru í miðborginni og dúkamarkaður, fiskmarkaður og bastmarkaður eru niðri á strönd.

Þekktasti núlifandi rithöfundur Mósambíks er Mia Cuto en hann hefur gefið út margar bækur sem eru fánlegar í bókabúðum borgarinnar. Hins vegar hefur hann sinn sérstaka stíl og er því ekki endilega heppilegur fyrir byrjendur í portúgölsku. José Craveirinha, þjóðskáld Mósambíka, lést fyrir skömmu. Ríkti þá þjóðarsorg og var hann jarðsettur með viðhöfn í þjóðargrafreitnum á Praça de Herois.

Margt merkilegt er að sjá í Mapútó, s.s. gamla virkið (Fortaleza da Nossa Senhora da Conceição) við fiskihöfnina en það er elsta bygging borgarinnar. Virkið hefur verið gert upp og eru þar oft haldnar sýningar eða menningarviðburðir á vegum ríkisins. Gamla járnbrautarstöðin, sem var byggð 1910, er mjög falleg og einnig er ómissandi að fara á aðalmarkaðinn (Mercado Municipal) í miðborginni sem stofnaður var 1901. Á markaðinum versla jafnt háir sem lágir og er mjög skemmtilegt að versla þar innan um borgarbúa.

Næturlíf borgarinnar fer að mestu fram í miðborginni og fyrir þá sem þekkja til er alveg óhætt að fara á diskótek og bari, en eins og í öðrum stórborgum er sjálfsagt að fara með

kunnugum fyrst. Fyrir þá sem ekki hafa áhuga á miklu næturlífi eru reknir nokkrir barir upp á höfðanum þar sem hægt er að hlusta á lífandi tónlist. Á Áfríca Bar á Av. 24. de Julho spila venjulega hljómsveitir frá miðvikudagskvöldi til sunnudagskvölds og í kvikmyndahúsinu við hliðina, Cine África, eru af og til haldnir tónleikar og aðrar sýningar.

Veitingahúsum borgarinnar fjölga stöðugt og fjölbreytnin eykst en miðað við verðlag á mat er ekki dýrt að borða úti í Mapútó. Nýbúið er að opna tvo japanska súshí-staði en að öðru leyti eru portúgalskir, ítalskir og mósambískir staðir áberandi. Þjónustan er almennt góð því að samkeppnin er mikil.

## SJÁLFBODALIÐASTARF

Þegar hugsað er til Afríku virðist sem það hljóti að vera auðvelt að verða að einhverju gagni. Það vantar tilfinnanlega menntað vinnuafli og þá þekkingu sem Evrópubúar búa yfir. Þegar til kastanna kemur er hins vegar ekki eins auðvelt að stunda sjálfbodaliðastarf í Mapútó og ef til vill væri ef viðkomandi væri búsettur úti á landi. Í borginni er samfélagið í föstum skorðum og stofnanir veita þá þjónustu sem vantar víða um landið.

Það er erfitt að vinna sem sjálfbodaliði innan um fólk sem þiggur laun fyrir vinnu sína. Sú hætta er fyrir hendi að það sem sjálfbodaliðinn hefur til málanna að leggja vegi ekki eins þungt og hinna. Æskilegra er að vinna sjálfbodastarf á vegum samtaka sem eingöngu vinna á þeim grunni. Þar eru verkefni valin og allir vinna saman á sömu forsendum. The International Women's Club of Maputo er það félag sem auðveldast er fyrir útlinga að byrja að starfa í. Þetta eru alþjóðleg samtök sem starfa að góðgerðarmálum. Í félaginu í Mapútó eru starfandi nokkrir hópar sem vinna að afmörkuðum verkefnum hver um sig. Oftar en ekki eru þetta lítil verkefni sem ekki hafa hlotið náð fyrir augum annarra hjálparstofnana vegna þess hve smá þau eru. Fyrir þessi samtök eru þessi litlu verkefni tilvalin því að auðvelt er að halda utan um þau og fylgja þeim eftir.

Verkefni The International Women's Club of Maputo eru ekki endilega í Mapútó heldur oftar en ekki í nágrennasveitunum sem gefur sjálfbodaliðum tækifæri til að starfa með og kynnast fólki á landsbyggðinni. Sem dæmi um verkefni má nefna aðstoð við að stofna litlar saumastofur í Catembe og á Inhaca í næsta nágrenni Mapútó, stuðningur við götustúlkur í Namaacha, sem er lítill bær við landamæri Svasílands, og aðstoð við konur á Inhaca við að hefja ræktun á grænmeti og ávöxtum.

Í upphafi getur félagið virkað fráhrindandi og gamaldags, en nýverið hefur hins vegar gengið í félagið kraftmikið fólk sem hefur áhuga á að vinna markvisst hjálparstarf. Það skal tekið fram að félagið í Mapútó er opið bæði konum og körlum.



Mynd: Guðmundur Guðmundsson

## STARFSMÖGULEIKAR

Litlir möguleikar eru fyrir útlendinga á að fá atvinnu í Mósambík. Það er nánast útilokað að fá starfsleyfi því lögum samkvæmt eru starfsréttindi Mósambíka vernduð fyrir útlendingum og eingöngu má ráða þá í vinnu ef sýnt er fram á að sannanlega skorti menntað vinnuafli innanlands. Í reynd þýðir þetta að útlendingar fá ekki leyfi til að starfa á almennum vinnumarkaði.

Það er heldur ekki auðvelt að komast í verkefni á vegum hjálparstofnana því að svo virðist sem þær vilji frekar velja sitt fólk og þjálf það í sínu heimalandi. Möguleikar á að komast í verkefni fara þó auðvitað alfarið eftir menntun viðkomandi en annar þáttur, sem vegur þungt, er tungumálakunnátta. Eins og áður segir talar fólk almennt ekki ensku í Mósambík. Samskipti fara því meira eða minna fram á portúgölsku. Verður seint lögð of mikil áhersla á að læra tungumálið. Sá sem getur bjargað sér á portúgölsku er auðvitað miklu eftirsóknarverðari vinnukraftur en sá sem aðeins talar ensku.

## TÓMSTUNDIR

Hvað fólk gerir í tómstundum sínum er mjög einstaklingsbundið en ýmislegt er í boði í Mapútó og óparfi að láta sér leiðast. Ef byrjað er á líkamsræktinni þá er algennt að fólk skokki í Mapútó, ýmist niðri á strönd eða niðri í bæ eða einfaldlega með því að hlaupa um í hverfinu sínu. Sérstök hlaupabraut er í Repinga Park við Av. 25. de Setembro, aðalgötuna í gegnum miðborgina. Þar er nokkuð öruggt að hlaupa, allavega á morgnana og seinnipartinn þegar þar er fullt af fólki að skokka. Ekki er ráðlagt að skokka niðri á strönd nema ef menn eru margir saman vegna þess að þar eru fáir á ferli og auðvelt að ráðast á fólk. Margir skokka í sínu eigin hverfi og er það oft öruggast því að flestir útlendinganna búa í hverfum þar sem vörður er við hvert hús og engir glæpamenn á ferli.

Í Mapútó eru reknar nokkrar líkamsræktarstöðvar. Mjög vinsælt er að stunda líkamsrækt á Pólana Hótelinu eða Hótel Avenida en þær stöðvar eru opnar frá því snemma á morgnana. Annar möguleiki er Physical í Interfranca á Av. 24 de Julho. Þar er hægt að stunda tækjasalinn frá því snemma á morgnana eða fara í hefðbundna leikfimi alla virka daga vikunnar. Leikfimistímarnir, sem eru eingöngu seinni hluta dags, eru mjög góðir. Þessi stöð hefur lækna á sínum snærum ef fólk á við einhver vandamál í stoðkerfi að stríða eða vill nota tækifærið og grenna sig undir eftirliti.

Hægt er að fara í sund yfir sumartímann á Indy Village Resort eða á stóru hótelnunum, s.s. Holiday Inn, Terminus, Rovuma og Hótel Cardoso. Þessi hótél selja aðgang að sundlaug og sólbáðastöðu. Einnig er hægt er að gerast meðlimur í Club Naval en þar er sundlaug og tennisvöllur. Á Indy Village Resort er líka tennisvöllur þar sem hægt er að kaupa tíma með eða án kennslu.

Átján holu golfvöllur er niðri á strönd en jafnframt eru ágætir golfvöllir í nágrennalöndunum, bæði í Suður-Afríku og Svasílandi, nálægt landamærum Mósambíks.

Hægt er að læra köfun hjá Padi Diving Society í Mapútó en hjá Inhaca, sem er eyja úti fyrir Maputó, eru mjög falleg kóralrif, þau syðstu í heiminum. Viða við strendur Mósambíks er hægt að kafa með öndunarpípu („snorkla“) eða kafa, en Bazarutoeyjaklasinn norðar í landinu er rómaður fyrir falleg kóralrif og stórkostlegt neðansjávarlíf.

Hægt er að komast í stangaveiði bæði í Svasílandi og Suður-Afríku. Á baðströndum Mósambíks er víða boðið upp á sjóstangaveiði sem afþreyingu.

Lestur bóka er góð afþreying. Í Mapútó er ekki mikið úrval af enskum bókum í bókabúðum, en hins vegar, þegar fólk er orðið læst á portúgölsku, eru þar ágætari bókabúðir með bókum á því máli, t.d. Livraria Europa-Americana og Livraria Escolar Editora. Í þeirri fyrrnefndu fást líka bækur á ensku. Enn fremur eru ágætari bókabúðir í Nelspruit í Suður-Afríku.

Ef til vill er mögulegt fyrir þann aðila sem er heimavinnandi að nota tímann til að stunda fjarnám. Nettenging við Ísland er í ágætu lagi svo að hún ætti ekki að hamla slíku námi.

Í Mapútó er fjölbreytt menningarstarfsemi sem áhugavert er að stunda eins og fram kemur í kaflanum um menningu í Mósambík.

Strendur Mósambíks eru rómaðar fyrir náttúrufegurð en til þess að komast þangað þarf fjórhjóladrifinn bíl. Er hægt að velja marga góða staði fyrir þá sem ráða yfir slíku farartæki.

Auðvelt er að ferðast til Svasílands eða Suður-Afríku frá Mapútó. Landamæri Svasílands eru

í um 90 km fjarlægð frá Mapútó og landamæri Suður-Afríku í tæplega 100 km fjarlægð. Bæði í Svasílandi og í Suður-Afríku er mikið úrval af gististöðum. Krüger-þjóðgarðurinn í Suður-Afríku er aðeins í 125 km fjarlægð frá Mapútó. Garðurinn er mjög stór með aragrúa villtra dýra. Fyrir skömmu var skrifað undir samninga milli Mósambíks, Suður-Afríku og Simbabves um stækkun garðsins í tæpa 100 þúsund ferkílómetra. Eftir stækkun verður stærsti hluti garðsins innan landamæra Mósambíks.

## UNDIRBÚNINGUR

Mikilvægt er að PSSÍ safni markvisst upplýsingum um land og þjóð til að geta undirbúið starfsfólk og fjölskyldur þeirra undir búsetu í nýja landinu. Þar kemur að góðum notum vandað smárit PSSÍ um Mósambík.

Um leið og gerður er starfssamningur er mikilvægt að hefja portúgölskunám því að tungumálið er lykillinn að ánægjulegri og vel heppnaðri dvöl í Mósambík. Undirbúningur Íslendinga á þessu sviði virðist mun lakari en annarra hjálparstarfsmanna í Mósambík. Mætti PSSÍ taka mið af undirbúningi sem starfsmenn hjálparstofnana á hinum Norðurlöndunum fá, t.d. stífu portúgölskunámi áður en lagt er af stað til Mósambíks.

Undirbúningsnámskeið PSSÍ eru mikilvæg og nauðsynlegt að öll fjölskyldan taki þátt í þeim. Varðandi maka, sem ekki starfar hjá PSSÍ, er æskilegt að samskiptareglur við stofnunina, bæði í samstarfslandinu og á Íslandi, séu skýrar. Til að stuðla að jákvæðri aðlögun er nauðsynlegt að maki og aðrir í fjölskyldunni séu virkir og geti bjargað sér. Stuðningur stofnunarinnar við þá er því ómetanlegur.

Einnig er mikilvægt að fjölskyldan velji sér sjálf húsnæði því að óskir og þarfir hvers starfsmanns og fjölskyldu hans eru mjög mismunandi. Auðvelt ætti að vera að setja ramma sem farið væri eftir, t.d. varðandi staðsetningu og leiguupphæð. Aðbúnaður, eins og húsnæði, skiptir ef til vill enn meira máli en ella þegar fólk þarf að takast á við nýtt starf og aðlagast framandi umhverfi fjarri ættingjum og vinum.

## LOKAORÐ

Það er einstakt tækifæri að fá að búa í Mósambík og kynnast þar allt annarri menningu og þjóð. Landið er tiltölulega öruggt fyrir Vesturlandabúa og Mósambíkar bæði vinsamlegir og þægilegir í umgengni. Enginn ætti að láta sér slíkt tækifæri úr greipum ganga. Mestu skiptir að fara með opnum huga og láta ekki deigan síga við portúgölskunámið. Fyrir börn er dvöl í Afríku mjög jákvæð lífsreynsla sem hlýtur að breyta viðhorfum þeirra til frambúðar.

# HELSTU HEIMILDIR

Við skýrslugerðina byggði höfundur á reynslu sinni og samtölum við fólk, búsett og starfandi í Mósambík. Einnig var stuðst við eftirfarandi rit:

## **The Survival Guide to Maputo 2002**

Höfundur: Elena tel.+258 82 303594 og Lisette tel.+258 82 309519

Netfang: [eson@tv cabo.co.mz](mailto:eson@tv cabo.co.mz)

## **Lonely Planet Guide: Mozambique**

Höfundur: Mary Fitzpatrick

Lonely Planet Publications (2000)

## **TIME OUT – Moçambique**

Special Edition, July 2003

Editorial Economia, Maputo (2003)

## **Globetrotter Travel Guide: Mozambique**

Höfundur: Mike Slater

New Holland Publishers (UK) Ltd (2002)

## **Af öðrum áhugaverðum ritum um Mósambík má nefna:**

### **Smárit ÞSSÍ, nr. 3: Mósambík**

Höfundur: Jónína Einarsdóttir

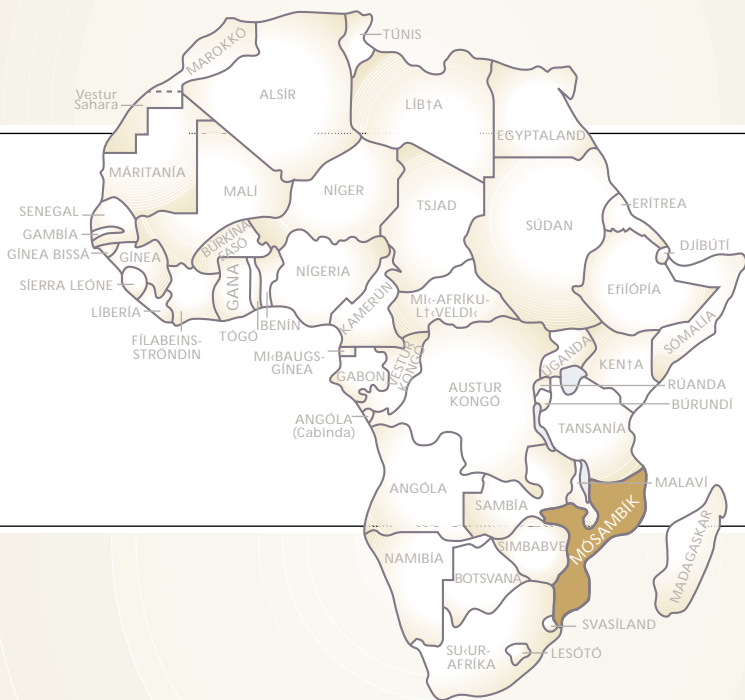
Þróunarsamvinnustofnun Íslands (2001)

### **Visitor´s Survival Kit – Mozambique**

Höfundur: Tarja Valtonen

Slóð: [www.kepa.fi/toiminta/ulkomaat/mosambik/usein\\_kysyttya/200305\\_mosambik\\_survivalkit.pdf](http://www.kepa.fi/toiminta/ulkomaat/mosambik/usein_kysyttya/200305_mosambik_survivalkit.pdf)KEPA (2003)

KEPA eru regnhlífarsamtök finnskra hjálparsamtaka (Service Centre for Development Cooperation).



Próunarsamvinnustofnun Íslands  
Pósthólf 5330, 125 Reykjavík  
Sími 545 8989 iceida@utn.stjr.is www.iceida.is

Febrúar 2004