

## Dagboek 5 18 maart 2019

Het is stil geworden na het vertrek van Jannie, Maaïke en Mieke.

Maar we gaan al weer vroeg op pad voor het vervolg van onze trainingen, vandaag naar het district Samrong in Takeo. De komende dagen zullen qua inhoud veel op elkaar lijken. 's Morgens de EHBO trainingen en 's middags het veld in om een paar projecten of arme gezinnen te bezoeken. Ook vandaag mogen de vrijwilligers weer oefenen voor het redden van een drenkeling, of de Heimlich greep bij verstikking. De reanimatiepop reist overal met ons mee. De vrijwilligers oefenen om de beurt, sommigen doen flink hun best en veroorzaken flinke ribbreuken bij het induwen van de borstkas. Het valt nog niet mee om het op een goede manier te doen. Dr. Sun zal deze trainingen regelmatig herhalen voor de vrijwilligers, ook als wij al weer in Nederland zijn.

[Een filmpje over hoe de trainingen in zijn werk gaan.](#)

Als een rode draad door de verhalen en ervaringen van de Spien vrijwilligers lopen de rapportages over arme gezinnen en schrijnende woonsituaties. We horen deze verhalen in alle districten. Hoe ontstaat deze grote armoede? Heel vaak worden mensen ziek en betalen heel veel geld voor medicijnen en medische hulp. Veel dokters schrijven al dan niet expres teveel medicijnen of behandelingen voor. Men verkoopt het land en alle bezittingen. En uiteindelijk in veel gevallen zelfs hun huis. [Een kijkje in een dorps huis.](#)

We bezoeken een Spien vrijwilligster. Haar zoon is ernstig ziek. Zijn nieren werken niet meer. Hij heeft vocht achter zijn longen. Er staan drie grote zuurstoftanks naast zijn bed en hij heeft een dubbele zuurstofslang in zijn neus. Om de andere dag gaat hij naar het ziekenhuis voor een nierdialyse. Het ziet er niet goed uit.

De kosten voor de behandelingen lopen heel snel op. Het kost heel veel geld. Geld dat ze niet hebben en moeten lenen. Zo raken families hier heel snel in de schulden.

Kees onderzoekt hem wat oppervlakkig. Koy zit in een hoekje zachtjes te bidden.

De moeder bedankt ons voor het bezoek, en ze huilt als we weggaan, maar ook wij kunnen helaas niets doen.





We bezoeken een oma die zorgt voor haar twee kleinkinderen, nadat beide ouders waren overleden. Ze woonden in een hutje en kregen vorig jaar een nieuw Spien huis. Ze zijn de koning te rijk en bedanken ons heel hartelijk. Overdag wonen ze onder het huis waar het lekker koel is. En 's nacht kunnen ze binnen slapen met de deur op slot.



We bezoeken een voormalige Spien vrijwilligster. Ze is een maand geleden gestopt omdat ze te oud is en niet meer goed kan lopen. Ze is heel veel jaren vrijwilligster geweest en we kennen haar goed.

We schrikken enorm als we zien hoe ze woont. Het is een armzalig hutje met net een plek voor haar alleen. Ze heeft een verdrietig verhaal te vertellen. Haar (enigste) dochter is getrouwd en de schoonzoon heeft de erfenis opgeëist: een stuk land dat ze bezat is verkocht en ze hebben het

geld meegenomen en zijn elders gaan wonen. Moeder is nu helemaal alleen op haarzelf aangewezen en afhankelijk van hulp van anderen. We hebben een zak rijst voor haar meegenomen. Spien geeft alleen een nieuw huis aan arme gezinnen met kinderen, meestal met alleenstaande ouders. Omdat deze vrouw alleen woont komt ze hier niet voor in aanmerking. Soms repareren we een huisje met een nieuw dak, maar ook dat is hier niet meer mogelijk, zo gammel zit alles in elkaar. Wat zou het mooi zijn wanneer zij een klein huisje zou kunnen krijgen, waarin ze haar oude dag zou kunnen doorbrengen op een menswaardige manier.

*Wie helpt haar? Voor € 500 kunnen we haar hutje opknappen!*

### **Woensdag 20 maart**

Dinsdag hadden we een vrije dag. We hadden eindelijk tijd om wat uit te rusten, onze mails te beantwoorden en om allerlei andere dingen af te maken. Voorbereidingen treffen voor het teamretreat, enz.

Vandaag vertrekken we alweer om kwart over zeven richting Prey Chhor voor opnieuw een trainingsdag, deze keer in het district Kang Meas, wat aan de Mekong rivier ligt.

De vrijwilligers zitten al op ons te wachten en begroeten ons heel hartelijk. Koy begint, zoals altijd met een bijbelgedeelte, dit keer psalm 41:1-3. Hij legt het uit aan de vrijwilligers en begint met gebed.

Eerst stellen wij de vrijwilligers een paar vragen over hun werk, we horen elke dag weer andere dingen. Vandaag horen we over de vele gevallen van hoge bloeddruk en diabetes. Mensen overlijden hier vaak aan. We proberen de oorzaak op te sporen. We weten dat Cambodjanen heel veel zout gebruiken. Dat kan een oorzaak zijn. We praten er later over door met dr. Sun.

Dan beginnen de EHBO trainingen weer, eerst dr. Sun, dan dr. Kees en daarna Bertus en Jenny. We merken steeds dat iedereen het heel boeiend en nuttig vindt. Natuurlijk moet dit regelmatig worden herhaald, maar daar zorgt dr. Sun wel voor.



*Tijdens onze veld bezoeken 's middags komen we weer veel verschillende situaties tegen. Zoals deze 95-jarige man die een sigaretje zit te roken in zijn huisje.*



Weegstoeltje voor kinderen



Weegmandje voor baby's



Bevallingsbed met voedvrouw



Deze moeder is vanmorgen om 8 uur bevallen van een prachtige zoon





*Ze kreeg een kar zodat ze haar koopwaar makkelijk kan vervoeren en zo voor haar kinderen zorgen*



*Toiletgebouw achter een huis*



*Ook hier komen we armoedige huisjes tegen  
Een nieuw huis voor een arm gezin kost € 1.300.*



*Even kijken bij Kdak Dam. De sluis is al bijna klaar....*