



Laura

Anglistik und Amerikanistik- Lehramt Gymnaisum/Gesamtschule- 7. Fachsemester

01.10.2025- 24.12.2025



9Miles Project

9Miles Project – Bildungs- und Freizeitprojekt in Kapstadt (Südafrika)

Das 9Miles Project ist eine gemeinnützige Organisation in Kapstadt, die Kinder und Jugendliche aus sozial benachteiligten Verhältnissen unterstützt. Im Mittelpunkt stehen Bildungsangebote wie Lern- und Hausaufgabenbetreuung sowie sportliche Aktivitäten.

Durch Schwimmunterricht und weitere Freizeitangebote wird den Kindern ein sicherer Raum geboten, in dem sie lernen, sich bewegen und soziale Kompetenzen entwickeln können.

Muizenberg (Cape Town), South Africa

Muizenberg ist ein Küstenstadtteil im Süden von Kapstadt und bekannt für seinen langen Sandstrand, die bunten Strandhäuser und die entspannte Atmosphäre.

Der Ort gehört zum Großraum Kapstadt und liegt etwa 30 km vom Stadtzentrum entfernt. Besonders beliebt ist Muizenberg für Surfen, Strandspaziergänge und Cafés entlang der Küste.

Ich habe in Muizenberg gewohnt und in **Strandfontein** gearbeitet. Der Arbeitsweg betrug mit dem Auto etwa **10 Minuten**. Die ruhige Wohnlage und die Nähe zum Meer machten Muizenberg zu einem idealen Wohnort während meines Aufenthalts.

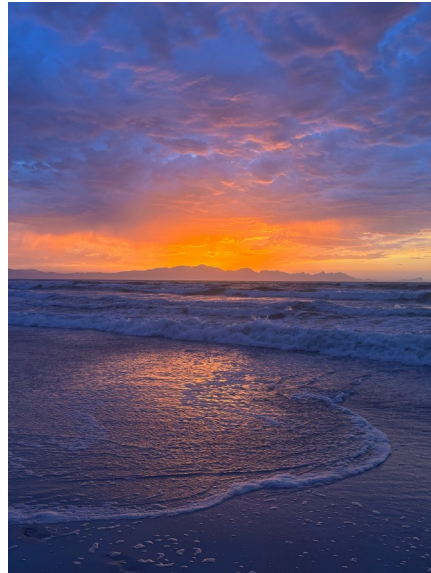




Vorbereitung

Ich habe 9miles über die Organisation LiveandLearn gewählt und kann sie jedem empfehlen. Sie haben mich von Anfang an unterstützt, mir genau erklärt, was ich brauche, und auch bei der Wohnungssuche geholfen.

Ich habe das Projekt ungefähr ein halbes Jahr vor Antritt gebucht und es war zwar freiwillig, jedoch war es mit einer Teilnahmegebühr verbunden und das Airbnb musste ich auch extra zahlen.



Aufgaben während des Praktikums

Während meines Aufenthalts bei 9miles habe ich vormittags Unterrichtseinheiten vorbereitet und Lernaktivitäten geplant. Nachmittags kamen die Kinder aus der Schule, und ich habe Schwimmunterricht und Surfunterricht gegeben, mit ihnen Hausaufgaben gemacht, Lernspiele durchgeführt und allgemein viel gespielt und gelernt. Dabei habe ich die Kinder betreut, unterstützt und ihre Freude am Lernen gefördert.



Durch das Unterrichten im Schwimmen und Surfen habe ich meine Fähigkeit zur Geduld, Anleitung und Motivation gestärkt. Außerdem habe ich gelernt, Verantwortung zu übernehmen, flexibel auf unterschiedliche Situationen zu reagieren und eine positive, unterstützende Atmosphäre zu schaffen. In Afrika ist Struktur oft nicht der Fokus, weshalb man besonders flexibel sein muss – zum Beispiel, wenn weniger Kinder als erwartet kommen oder sich kurzfristig Pläne ändern. Die Zeit hat mir gezeigt, wie wertvoll Engagement, Empathie und Zusammenarbeit für das Lernen und die persönliche Entwicklung von Kindern sind.

Außerdem bin ich auch in der Englischen spräche deutlich spontaner geworden.



Eindrücke

Ich habe während meines Aufenthalts vieles gelernt und bin dankbar, eine so besondere Erfahrung machen zu dürfen. Besonders berührt hat mich die Herzlichkeit der Menschen vor Ort. Wir konnten selbst sehen, unter welchen Verhältnissen die Kinder aufwachsen – zunächst erschreckend, doch zugleich schön, weil die Kinder voller Freude und Lebensenergie sind. Das hat mir viel gegeben und noch einmal deutlich gemacht, wie privilegiert wir sind.



Das Team vor Ort hat uns von Anfang an herzlich begrüßt und uns direkt wie Familienmitglieder behandelt. Alle arbeiten sehr gut miteinander, und es hat wirklich Spaß gemacht, dort zu arbeiten. Wir waren nicht nur als zahlende Teilnehmer vor Ort, sondern konnten aktiv unseren eigenen Beitrag zum Projekt leisten – in meinem Fall Schwimmunterricht zu geben.

Kultur

Bei 9miles habe ich den Alltag und die Kultur vor Ort sehr direkt erlebt. Dinge, die bei uns selbstverständlich sind, spielen dort oft eine untergeordnete Rolle, während Spontaneität und Improvisation zum Alltag gehören. Pläne ändern sich schnell, Abläufe sind flexibel und man lernt, sich darauf einzulassen.

Besonders prägend war es zu sehen, in welchen Verhältnissen die Kinder leben. Das war anfangs schwer einzuordnen, gleichzeitig aber auch beeindruckend, wie positiv und lebensfroh sie trotzdem sind. Diese Erfahrung hat mir viel gegeben und mir bewusst gemacht, wie privilegiert unser eigenes Leben ist.



Ja, es gab definitiv einen Kulturschock. Besonders das Essen war anfangs ungewohnt: Es war sehr eintönig, oft in Form von Eintöpfen mit Fleisch und Knochen. Die Kinder aßen geschickt um die Knochen herum, was für mich zunächst schwer mitanzusehen war, aber auch gezeigt hat, wie selbstverständlich sie mit diesen Gegebenheiten umgehen.

Auch außerhalb des Projekts waren die Gegensätze erschreckend. Orte wie Camps Bay, an denen Wohlstand offen zur Schau gestellt wird, stehen in starkem Kontrast zu den nahegelegenen Townships, in denen viele Menschen in Blechhütten leben. Besonders nachdenklich hat mich gemacht, dass Kinder aus den Townships nach Camps Bay kommen, um für Touristen zu singen und um Geld zu bitten. Diese extremen Unterschiede haben mich tief bewegt und meinen Blick auf soziale Ungleichheit nachhaltig verändert.

Nachhaltigkeit

Hin- und Rückreise

Aufgrund der großen Entfernung ist die Anreise ausschließlich per Flugzeug möglich. Die Flugzeit von Deutschland nach Kapstadt beträgt etwa 12 Stunden. Mehrere Fluggesellschaften, darunter KLM mit Umstieg in Amsterdam oder Lufthansa ab Frankfurt, bieten entsprechende Flugverbindungen an.

Nachhaltigkeit vor Ort

In Kapstadt ist Mülltrennung kaum verbreitet, und besonders in den Townships ist die Abfallentsorgung oft problematisch, was sich in der Sauberkeit widerspiegelt. Um Plastikmüll zu vermeiden, empfiehlt es sich, beim Einkaufen eine eigene Tasche mitzubringen. Vor Ort haben wir zudem versucht, möglichst viele Strecken zu Fuß zurückzulegen, jedoch sollte man das auch nicht immer machen, da es gefährlich sein kann.

Tipps & Vorschläge für zukünftige Praktikant/-innen

- Nicht zu viele Vorurteile und sich selbst ein Bild machen
- Immer wachsam sein. Einfach nicht Naiv durch die Gegend laufen
- Die Uber- App ist super
- Zeit mit den Locals verbringen
- Die Kinder lieben Musik und Tanzen
- Ich habe das Wandern dort geliebt, also probiert es aus
- Nimm einen Koffer mit und spende deine alten Sachen bei Rückreise
- Flexibilität ist wichtig (auch das Wetter ändert sich innerhalb von Minuten)
- Kapstadt ist sehr windig, also dickere Sachen mitnehmen
- Probiere lokale Gerichte
- Joggen am Strand, Padel spielen in Camps Bay
- Bauchtasche ein Muss!



Das Leben danach...

Nach meiner Rückkehr nach Deutschland nehme ich vieles bewusster wahr und weiß den hohen Lebensstandard hier deutlich mehr zu schätzen. Dinge wie eine verlässliche Strom- und Wasserversorgung sind für mich keine Selbstverständlichkeit mehr. Gleichzeitig habe ich mir viel von der positiven, gelassenen Art der Menschen bewahrt.

Die Zeit in Südafrika hat mich zum Nachdenken gebracht und meinen Blick auf mein eigenes Leben verändert. Die beeindruckende Natur und die Herzlichkeit der Menschen machen das Land sehr besonders. Dennoch ist mir auch bewusst geworden, wie wichtig Freiheit und Sicherheit im Alltag sind – vor allem die Möglichkeit, sich unabhängig und sorgenfrei fortzubewegen.



Anything else?

Die drei Monate bei 9miles sind unglaublich schnell vergangen. Erst im Nachhinein habe ich gemerkt, wie sehr mir die Kinder ans Herz gewachsen sind. Ihre Offenheit, Herzlichkeit und die täglichen Umarmungen mit einem fröhlichen „Hello Miss“ fehlen mir sehr.

Ich vermisse auch den Alltag vor Ort – das tägliche Surfen, das warme Wetter und das einfache, gemeinschaftliche Leben. Neben der Arbeit blieb genug Zeit, um das Land und seine besondere Atmosphäre zu genießen. Südafrika hat mich mit seiner Natur und den Menschen tief beeindruckt. Auch wenn man in der Zeit längst nicht alles sehen kann, was man sich vornimmt, bleiben unzählige Erinnerungen zurück. Für mich steht fest: Das war nicht mein letzter Aufenthalt dort.

Ich kann es wirklich jedem empfehlen!

