

Do's and dont's in Ghana

Elk land heeft zijn eigen cultuur en eigen gebruiken. Zo geldt dit ook voor Ghana. Enkele dingen om op te letten en rekening mee te houden staan in dit document.

Deze lijst geldt vooral als 'opwarmertje' voor wat er komen gaat.

Veel plezier in Ghana!

Index

1. Dingen om te weten

- 1.1 Yafou
- 1.2 Shirt
- 1.3 Warmte
- 1.4 Malaria
- 1.5 Diarree
- 1.6 Vragen
- 1.7 Pas op met toezeggen
- 1.8 Relax?
- 1.9 Water
- 1.10 Douchen
- 1.11 Markt
- 1.12 Klamboe
- 1.13 Heet = heet (eten)
- 1.14 Stroom
- 1.15 Tro-tro
- 1.16 Beestjes
- 1.17 De tuin
- 1.18 Handen
- 1.19 Poepen en plassen
- 1.20 Eten
- 1.21 Hygiëne
- 1.22 Kleding
- 1.23 Stoppen met vervoer
- 1.24 In bomen klimmen
- 1.25 In de zee zwemmen
- 1.26 Geld wisselen
- 1.27 Hiërarchie
- 1.28 Boeken

2. Maaltijden

- 2.1 Gerechten
- 2.2 Bier
- 2.3 Frisdrank
- 2.4 Wijn
- 2.5 Koffie
- 2.6 Niet drinken
- 2.7 Niet kopen!

3. Plaatsen

- 3.1 Accra
- 3.2 Dzodze
- 3.3 Tornu
- 3.4 Akosombo
- 3.5 Wli
- 3.6 Ho
- 3.7 Denu
- 3.8 Aflao

4. Woordenlijst

1. Dingen om te weten

1.1 Yafou

Als eerste zal er dikwijls het woord ‘yafou’ naar je worden geroepen, dat witte man of vrouw betekent. Veel mensen in Ghana hebben het idee dat je als witte man alles hebt en ongetwijfeld een stuk gelukkiger bent. Hier is natuurlijk weinig van waar, vooral als je als arme student net al je spaarcentjes hebt uitgegeven aan inenting en je vliegticket.

1.2 Shirt

Het wordt als onbeschoft en onfatsoenlijk beschouwd als je zonder shirt buiten loopt. Dit is erg hinderlijk in de warmte, maar liever het warm te hebben dan heel Tornu of Dzodze te beledigen.

1.3 Warmte

Omdat het klimaat erg heet is, is het raadzaam om veel water te drinken; uitdroging is iets wat je liever niet mee wilt maken. Vijf liter per dag drinken is aanbevolen, maar een liter meer of minder maakt weinig verschil. Suiker en zout helpen ook tegen uitdroging. Ook kun je bij de drogist speciale zoutoplossingen tegen uitdroging te koop (zoals Orisel), die erg vies zijn!

1.4 Malaria

De malariamug is met name actief in de schemering en wordt vooral aangetrokken tot blauwe kleding. Een middel om je malaria-buffer te verhogen is Lariam, dat op recept bij de apotheek te krijgen is. Je slikt dit middel een keer per week. Omdat het sterk spul is en voor een encyclopedie aan bijwerkingen kan zorgen, is het verstandig om Lariam tijdens of vlak na het eten in te nemen.

1.5 Diarree

Het komt veelal voor dat men, vooral in het begin, aan de diarree is. Dit is normaal, aangezien je aan het weer en het eten moet wennen. Tegen diarree zijn goede middelen te krijgen, maar je hoeft deze niet per se te gebruiken. Over het algemeen doen ze meer kwaad dan goed en diarree gaat meestal na een paar dagen vanzelf weer over.

1.6 Vragen

Het principe ‘vragen staat vrij’ wordt in Ghana erg letterlijk opgevat; er kan je om letterlijk alles gevraagd worden. Vaak gaat het om spullen die je bij je hebt die mensen mooi vinden en graag ook willen hebben. “I like your, can I have it?” zul je dan ook vaak horen. Vooral in het begin kan dit erg wennen zijn.

Het kan ook regelmatig voorkomen dat men je om “chop-chop”(eten), geld of schoenen vraagt. Vooral kinderen zijn bekend met het motto “nee heb je, maar ja kun je krijgen”.

1.7 Pas op met toezeggen

Vaak zullen mensen je vragen of je ze ergens mee kunt helpen of of ze je vriend mogen worden. Als je ergens ja op zegt, zullen mensen erg beledigd zijn als je dit niet na kunt komen.

Relax?

In Ghana is het werktempo niet uiterst hoog. Dit heeft ook te maken met de hitte. Vaak wordt er 's middags tussen 12 en 14 uur pauze gehouden, omdat de temperatuur rond dat tijdstip echt niet te harden is.

Ook hebben veel mensen de neiging om niets te doen als de toezichthouder er niet is. Een goed voorbeeld is het personeel van het White Dove Hotel, dat lekker onder de boom zat en je gerust anderhalf uur op je lunch liet wachten als de baas er niet was.

1.8 Water

Er zijn twee soorten water te krijgen: pure water in kleine plastic zakjes (waarvan Emros het minste naar plastic smaakt) en water in flessen. Dit laatste is een stuk duurder: een fles van 1.5 liter kost 5.000 tot 7.000 cedis, terwijl je voor 5000 cedis 30 liter aan 'pure water' in zakjes kunt krijgen. Deze zakjes kun je ook gekoeld langs de weg kopen, waar ze gemiddeld 200 – 300 cedis per zakje kosten. Er zitten soms wel vieze merken tussen!

1.10 Douchen

Er is in het Midogo-huis gewoon een douche aanwezig. Deze werkt zonder elektriciteit, maar als het water op is moet je de generator aanzetten zodat die automatisch water naar het reservoir pompt. Als de generator kapot is, kun je emmertjes water uit de put halen. Deze wordt bijgevuld op de momenten dat de generator werkt, zodat je niet zonder water hoeft te zitten.

1.11 Marktdagen

Eens in de vier dagen is er markt in Dzodze. Je kunt dan goedkoop boodschappen doen en verse groenten en fruit krijgen. Daarbij is het ook gewoon erg leuk om de markt te bezoeken; er is van alles te zien. De lokale bevolking vindt het erg amusant als er een kudde 'yafou' over de markt hobbelt.

1.12 Klamboe

Het is erg raadzaam om een klamboe boven je bed te hangen. In het Midogo-huis zijn er al een paar aanwezig. Zorg ervoor dat de klamboe aan alle kanten goed in is gesloten, zodat er geen muggen en andere beesten in kunnen komen.

Er zijn ook geïmpregneerde klamboes te koop, die er in theorie voor zorgen dat beestjes dood neervallen als ze tegen de klamboe komen. Het is erg agressief spul, dus als je geluk hebt kun je er een leuke huiduitslag aan overhouden.

1.13 Heet = heet

In Ghana worden bijna alle gerechten met pepers bereid. Dit kan erg heet zijn, dus als men vraagt of je van heet eten houdt is het niet raadzaam meteen met "ja" te antwoorden. Het effect van pepers en ander heet voedsel is te neutraliseren door veel thee of melk (in Ghana alleen in poedervorm te krijgen) te drinken. Water helpt niet en maakt het vaak alleen erger.

1.14 Stroom

De elektriciteitsmaatschappij van Ghana (EGC) voert weinig onderhoud uit, dus het gebeurt nogal eens dat de stroom uitvalt. Wees dus niet verbaasd als je bijvoorbeeld in het hotel zit te werken en opeens een zwart beeldscherm voor je hebt. Je zult niet de eerste zijn wiens documenten verloren zijn gegaan, dus het is aan te raden om heel regelmatig je documenten te saven.

Als je wilt weten of de stroom terug is, vraag je "are the lights back on?"

1.15 Tro-tro

Ongetwijfeld de leukste manier van vervoer! Tro-tro's vormen het Ghanese openbaar vervoer en zijn veelal oude Volkswagenbusjes (al dan niet voorzien van Duitse of Nederlandse bedrijfsnamen...) waar 15 tot 20 mensen in worden gepropt. Je zit niet altijd

even comfortabel (vooral niet als er een vrouwtje met een mand vol stinkende vis op je schoot komt zitten), maar het is erg gezellig en heel goedkoop. Met de tro-tro kun je bovendien zo'n beetje overal komen.

1.16 Beestjes

In Ghana kun je allerlei dieren vinden, en een groot deel daarvan bestaat uit gekke beestjes. Rode kevertjes, enorme sprinkhanen, hagedisjes... Hoe abnormaal groot ze soms ook zijn, over het algemeen zijn ze allemaal ongevaarlijk. Het enige waar je voor op moet passen zijn:

Slangen – je zult ze niet vaak zien en als je ze tegenkomt zullen ze ook niets doen. Let alleen wel op dat je er niet op gaat staan.

Schorpioen – deze kunnen erg giftig zijn, dus je kunt er beter bij uit de buurt blijven.

Een soort van paarse duizendpoot – deze zuigt zich aan je vast en kruipt vervolgens bij je naar binnen. Ook dit lieve diertje is erg giftig.

Vleermuizen – komen veel voor, maar zijn ongevaarlijk zolang je niet gebeten wordt.

1.17 De tuin

Het huis in Tornu heeft een grote moestuin met veel verschillende groenten. De afspraak is dat deze door de dorpelingen van Tornu wordt onderhouden, maar je kunt zelf natuurlijk ook een handje helpen.

1.18 Handen

In sommige streken van Ghana vindt men het erg onfatsoenlijk om je linkerhand te gebruiken. Ook als je -al dan niet per ongeluk- je linkerhand ergens voor gebruikt, dien je je te verontschuldigen met "left" of "sorry for left". Dit omdat de linkerhand wordt gebruikt om je kont mee af te veegen. In Tornu en Dzodze valt dit over het algemeen mee. Wel is het handig om zoveel mogelijk met je rechterhand te eten. Veel gerechten worden met de handen gegeten en dan heb je aan eën hand toch genoeg.

Rechtshandige mensen zullen hier weinig moeite mee hebben, maar voor de linkspootjes onder ons zal het iets meer moeite kosten om hier rekening mee te houden. Reken in elk geval op een hoop hilariteit als je met je linkerhand een brief zit te schrijven!

1.19 Poepen en plassen

Dit is overal vrij in de natuur te doen. Als je moet poepen, is het het makkelijkst en fatsoenlijkst om eerst een kuiltje te graven en deze na afloop weer dicht te gooien. Je kont veeg je af met bladeren. In het Midogo-huis is gewoon een toilet en wc-papier. In openbare gelegenheden, zoals kroegen en 'chop-bars', is vaak geen wc (of hooguit een gat in de grond).

1.20 Eten

Elke vier dagen kun je op de markt eten kopen voor de komende paar dagen. Je kunt het beste van tevoren een menu maken en de benodigdheden op een lijstje zetten. Als je eten hebt gekocht, is het aan te raden om alles op de keukenvloer te leggen. De vloer is koud, dus zo blijft alles redelijk lang goed.

1.21 Hygiëne

Het is belangrijk om alles goed schoon te houden, om ziektes en beestjes te voorkomen. Het huis goed schoonhouden, geen etensresten laten staan en dagelijks afwassen zijn dingen die echt noodzakelijk zijn. Ook is het belangrijk om vlees- en gft-afval niet te dicht bij het huis neer te gooien, omdat hier ook veel beesten op af zullen komen.

1.22 Kleding

In Ghana wil iedereen er verzorgd uitzien. Daarom kan het als vreemd worden opgevat als je als 'rijke' blanke (yafou) er onverzorgd uitziet. We hebben hier desondanks weinig last van gehad.

Wel is het voor de vrouwen belangrijk dat zij hun heupen zoveel mogelijk bedekken. Vooral in de buurt van moskeeën kunnen mensen aanstoot nemen aan een shirtje dat (al dan niet expres) een stukje vel te veel laat zien.

Ook kun je als vrouw een maagdenbandje cadeau krijgen. Dit is een kralenkettinkje dat je om je middel moet dragen en onder je kleding behoort te blijven zitten. Volgens sommige mensen moet een man met een vrouw trouwen als hij haar maagdenbandje heeft gezien, maar in de praktijk blijkt dit niet zo te zijn.

1.23 Stoppen met het openbaar vervoer

Ook als je met de STC (een grote bus) reist, is het mogelijk om overal te stoppen. Je kunt hiervoor aan het touwtje trekken (indien aanwezig), maar dit werkt niet altijd. Het is beter om gewoon “Driver, bus stop!” te roepen.

Als je met de tro-tro reist, vertel je bij het instappen aan de mate (de persoon die de deur steeds open doet en het geld aanneemt) waar je eruit wilt. Mocht hij dit vergeten, dan is hard “Mate, I have to get out!” roepen ook een goede optie.

1.24 in bomen klimmen

In bomen klimmen kan leuk zijn, maar kijk eerst goed of de boom niet al te erg beschadigd is. Als dit wel zo is, is de kans groot dat hij onder de mieren zit. Als je er dan toch in klimt, zit je binnen een paar seconden onder de mieren en na nog wat seconden heb je al je kleren uitgetrokken om deze lieve beestjes van je af te krijgen.

1.25 In de zee zwemmen

In de zee zwemmen kan erg leuk zijn – zolang je het niet erg vindt dat er een enorme groep mensen naar je komt kijken. Hier kunnen maar weinig mensen zwemmen, dus men vindt het maar wat interessant als er een stel blanken (!) de golven in duikt. Ook moet je oppassen voor de dode dieren en drollen (en nee, dat zijn geen hondendrollen) die op het strand liggen.

De stroming is hier ietsje aan de sterke kant, dus zwem niet te ver en blijf uit de buurt van de rotsen. Oftewel, probeer jezelf een beetje heel te houden.

1.26 Geld wisselen

Je geld kun je het beste bij wisselkantoorjes (Forex) wisselen. De dichtstbijzijnde plaats om dit te doen is Aflao, aan de grens van Togo. Als je van drukte en opdringerige mensen houdt, ben je hier aan het goede adres.

Je kunt je geld in Aflao ook aan de weg bij stalletjes wisselen, maar erg betrouwbaar is dit niet. In Accra heb je meestal de beste koers, maar hij kan per Forex verschillen. Het is dus het beste om even rond te zoeken naar de beste koers. Je geld kun je ook wisselen bij sommige hotels en banken (zoals het Golden Tulip hotel en Barclays bank) maar de koers is hier erg slecht.

1.27 Hiërarchie

In Ghana heerst er een sterke hiërarchie. Dit betekent dat je vaak helemaal onderaan moet beginnen, wil je iets bereiken. Vanuit daar kun je pas naar boven gaan werken. In de praktijk hebben de vorige teams echter gemerkt dat dit wel meevalt, en dat je best naar een ministerie in Accra te gaan in plaats van eerst naar een regiohoofd. Dit is vaak ook veel sneller. Jullie zullen echter zelf uit moeten vissen hoe je hier het beste mee om kunt gaan.

1.28 Boeken

Om nog meer over Ghana te weten te komen, is de Bradt Guide to Ghana een heel goede aanrader. Niet alleen vind je daar informatie over steden en toeristische trekpleisters, maar ook informatie over het land en de etiquette.

2. Maaltijden

2.1 Gerechten

Fried rice – gebakken rijst, wordt bij veel gerechten geserveerd.

Gari – een soort van pap-prutje. Men neme water en gooit er een lading gari bij tot het redelijk dik is. Daarna kun je suiker, zout en pinda's naar smaak aan toevoegen. Lekker is anders, maar het vult goed.

Kokosnoot

Peppers

Palm oil

Drabjes:

- **Fufu** – Deegbal, wordt helaas wel koud gegeten.
- **Banku** – een zure deegbal dat warm wordt geserveerd. Goed te eten.
- **Abolo** – een soort 'gehaktbal', pittig.
- **Akple** – lijkt op fufu, maar wordt warm geserveerd.

Cat – jawel, cat meat. Je moet wel op zoek naar iemand die de kat voor je afmaakt en vilt, maar die zijn in het dorp wel te vinden. Het smaakt een beetje naar rundvlees, maar is erg taai.

Cooked plantain – smaakt naar Hollandsche aardappel.

Groundnut soup – erg lekkere pindasoep. Aan te raden met akple.

Greenleaf stew (of palava sauce) – pittig spinazieprutje met kip. Lekker!

Goat stew – Geitenvlees met prut. Niet aan te raden.

Kobi – tilapia met ontzettend veel zout, vaak geserveerd met **salmon stew**. Lekker als je je eten zo zout wilt hebben dat je gezicht ervan vertrekt!

Koklo – Ewe voor kip. Het wordt bij veel gerechten geserveerd, dus als je geen liefhebber van kip bent dan heb je een probleempje. Je kunt ook voor rundvlees kiezen, maar dit is erg taai.

Okro soup – goed voor de stoelgang en ook lekker.

Okro stew – een slijmerige groene drab, die meestal met geit wordt geserveerd.

Red-red – gefrituurde plantain met een bonenprutje. ERG lekker.

Squirrel – Je moet het geluk hebben dat een van de bewakers er eentje vangt of schiet. Roosteren boven een kampvuurtje en serveren met wat dan ook. Best lekker.

Tilapia soup – soep met hele visstaarten en –koppen. Lekker als je van vis houdt.

Yam – een soort aardappel die vaak wordt gefrituurd, zoals yam chips.

Eten in 'chop bars'

Dit zijn eettentjes die je overal kunt vinden. We hebben het alleen niet uitgeprobeerd.

Eten aan de weg

Het is ook mogelijk om op straat of in de tro-tro iets te eten te kopen. Op straat en bij de busstations staan mensen (vaak met een houten kistje of schaal op het hoofd) die van alles verkopen: van sinaasappels en ananas tot 'oliebollen', biscuitjes en mossels op stokjes. Met vlees en zeebeestjes moet je wel voorzichtig zijn; er zijn al wat mensen ziek van geworden.

2.2 Bier en andere alcoholische drankjes

Star – gewoon lekker licht biertje (5%).

Club – minder lekker licht biertje (5%).

Guinness – zwaar zwart bier (11%), van origine Iers. Je moet ervan houden.

Gulder – ook goed te drinken.

ABC – Bitter bier

Amstel Malta (malt)

Castle Stout (malt)

Palm wine – Naast fufu is dit Ghana's nationale trots. Tja... Je moet ervan houden, maar je kunt ermee 'boozen' en het is erg goedkoop.

Akpeteshie – Dit wordt ook erg veel gedronken en kost ook geen drol. Het smaakt een beetje naar spiritus, dus je kunt het het beste in één keer achterover slaan.

2.3 Niet drinken

Vita Drink / Vita Malt. Energiedrankje met een hoog hop-gehalte. Werkt ook erg op het kotsgehalte.

2.4 Frisdrank

Frisdrank is hier makkelijk te krijgen – bijna alle winkels hebben het en zelfs Alfred (een man die in Tornu woont) heeft flesjes (lauwe) cola en Fanta in zijn winkeltje te koop staan. Vooral Coca Cola-producten (Cola, Fanta en Sprite) zijn goed vertegenwoordigd.

2.5 Wijn

Hier is alleen wijn in pakken te vinden, waarvan Bonita het minst vies is. De prijs hiervan is ongeveer 12.000 cedis. Sangria (Don Simon) is even duur en een heel stuk lekkerder.

2.6 Koffie

De enige koffie die je hier kunt krijgen is Nescafé oploskoffie, dezelfde als in Nederland.

2.7 Niet kopen

Kaas is moeilijk te krijgen en is erg duur. Als je 's ochtends graag een broodje kaas eet, kun je het beste wat kaasjes meenemen in je koffer. Ook kun je boodschappenlijstjes doormailen aan mensen die je in Ghana komen bezoeken!

Wel is er smeerkaas van La Vache Qui Rit, maar na een tijdje ben je die ook aardig zat. In Dzodze is er wel jam te koop, maar over het algemeen is het aanbod van broodbeleg erg klein.

3.0 Plaatsen

Dit is een klein overzicht van wat er allemaal in Ghana te doen is. Voor meer informatie kun je de Bradt Guide to Ghana lezen.

3.1 Accra

Amamomo Beach Garden – Jamaica in Accra.

Arts Center – een kunstmarkt. De verkopers zijn erg opdringerig, maar je kunt er zo'n beetje alles vinden.

Busy Internet / Busy Café – een ijskoud internetcafé met een uitstekende verbinding. Bij het Busy café daarnaast kun je lekkere broodjes en sapjes krijgen.

Concertgebouw

Crown Prince Hotel – een hotel in Adabraka waar je goedkoop kunt slapen.

Frankie's (Osu) – Dé plek om te ontbijten, broodjes in te slaan en je te vergapen aan de vele 'yafou' en de enorme goudvissen die er rondzwemmen.

Independence Square

Makola Market – de grootste markt van Accra. Je kunt het zo gek niet bedenken of je kunt het er vinden, tot en met varkenspootjes aan toe.

MaxMart en **Koala Supermarket** – 'Westerse' supermarkt met Westerse producten, westerse prijzen en heel veel 'yafou'. Compleet met veel te koude airco.

Nkrumah Circle

Pizza Inn – Need we say more?

Ryan's Irish Pub – een plek waar het bier is en waar je ook uitstekend kunt eten. Zelfs frikandellen staan op het menu!

STC - busstation

Tip-Top Chinese Fast Food – Goed eten voor weinig.

Tudu Station – het busstation waar je naartoe moet als je weer naar Dzodze wilt.

3.2 Dzodze

ABC cafe / Madison Square Gardens

Francisca's winkeltje – de 'Midogo-store'.

Ghana store

Jane en haar vader – het is nog niet duidelijk of Jane in september nog in Dzodze is (ze zou gaan studeren in Cape Coast), maar als. Haar vader is smid en je kunt bij hem sieraden kopen of laten maken.

Kleermakers – Als je op de markt of in een winkel stof hebt gekocht, kun je er bij hen kleding van laten maken. Het kost erg weinig en is over het algemeen heel snel klaar.

Markt

Traveller's Inn – De plek om te bieren!

White Dove Hotel – Het hotel van Prince en ook de plek waar de 'Midogo-computers' staan. Je kunt er eten, maar het aanbod is beperkt en het duurt erg lang voor het klaar is. De feesten die er gegeven worden zijn wel erg leuk.

3.3 Tornu

Alfred's winkeltje

Midogo-site

Palmwine stokerij

3.4 Akosombo

Akosombo-dam

Volta hotel - goed eten voor weinig, een mooi uitzicht, een souvenirwinkeltje en een zwembad. Alleen jammer van die airco...

3.5 Wli

Waterval

Waterfall lodge – gerund door Duitsers, je kunt hier lekker eten. Als je eerst de waterval wilt zien, kun je van tevoren bestellen en dan is het klaar als je terugkomt. Het wemelt hier alleen wel van de blanken.

3.6 Amedzofe

Berg

Waterval

3.6 Ho

Hoofdstad van de Volta regio, ‘klein Accra’.

3.7 Denu

Internetcafé

ECG

Ghana Telecom

3.8 Aflao

Grenswisselkantoren

SpaceFon

4.0 Woordenlijst

| | |
|--------------------------------------|-------------------------------------|
| Plastic zak | Rubber |
| Blanke man (Ewe) | Yafou |
| Blanke man (Ga) | Obroni |
| Zwarte man (Ewe) | Meibo |
| Gaat het goed? (Ewe) | Evwo? |
| Ja (Ewe) | Ee |
| Nee (Ewe) | Au |
| En met jou, gaat het ook goed? (Ewe) | Oh ha na vo |
| Welkom (Ewe) | Yaweso |
| Okee (Ewe) | Yow |
| Ga en kom terug | Yinafa |
| Ik ga en kom terug | Me inafa |
| Hoe gaat het? | How? |
| Goed! | Fine |
| En met jou? | How? |
| Goedemorgen | Morning (-morningmorning, etcetera) |
| Goedendag | Goodday |
| Goedenavond | Goodevvy |
| Goedemorgen (Ewe) | Ndi |
| Goedendag (Ewe) | Ndo |
| Goedenavond (Ewe) | Vjee |
| Dank je wel, dank u (Ewe) | Akbe |
| Geen dank (Ewe) | Akbe melio |
| Bedankt allemaal (Ewe) | Akbe nami |
| ... Allemaal, aan u allen (Ewe) | ... nami |
| | |
| Koklovi, kokloga | |