Subsidieaanvraag voor project Diabetes Mellitus Type 2

Beste leden van het bestuur,

Wij zijn Corien, Frederieke, Mileidys, Renée en Yvana. Studenten aan de Hogeschool Rotterdam. Momenteel zijn wij hier in Tanzania bezig met een project over diabetes mellitus type 2.

Het project in het kort:
Vanuit onderzoek in het Mount Meru Hospital, de diabeteskliniek en door literatuuronderzoek blijkt dat het aantal diabetes mellitus type twee patiënten in Tanzania toeneemt. Oorzaken zijn verstedelijking, veranderende eetpatronen (zoals een toename in fastfoodconsumptie) en minder fysieke activiteit. De aandoening kan echter worden door vroege bewustwording, kennisoverdracht en een gezonde leefstijl voorkomen worden.

Ons project richt zich op kinderen, omdat zij een cruciale rol spelen in preventie. Door hen te informeren over de oorzaken, preventiemethoden en symptomen leggen we een basis voor een gezondere toekomst. Kinderen kunnen hun kennis bovendien delen met hun omgeving, zoals familie, vrienden en buren. We constateren dat op Highride Primary School in Arusha weinig tot geen onderwijs wordt gegeven over diabetes en gezonde leefstijl, wat ons project een belangrijke kans biedt voor verandering.

Ons doel:
- Bewustwording creëren: Kinderen leren over de oorzaken, kenmerken en preventie van diabetes mellitus type 2.
- Gezonde leefstijl stimuleren: Kinderen en hun families inspireren tot gezondere keuzes in voeding en beweging.
- Duurzame impact: Blijvende materialen ontwikkelen die educatief en praktisch bruikbaar zijn voor toekomstige generaties.

Om deze doelen te realiseren, ontwikkelen we educatieve materialen samen met docenten, zodat ze optimaal aansluiten bij de behoeften van de kinderen. Dit omvat liedjes, dansjes en video's (welke geen financiering vereisen), aangevuld met fysieke materialen die aldus de docenten helpen de kennis te verankeren.

- Folders: Bevatten informatie over gezonde porties, voedingskeuzes, het belang van beweging, symptomen van diabetes en wat te doen bij herkenning van deze symptomen. (1000 *220 = 220.000tzs = +/- €80,-)
- Posters: Voor in de keuken en lokalen, met visuele uitleg over gezonde voedingsverhoudingen (zoals de 50-25-25 regel) en de gevolgen van overmatig suikergebruik. Ook worden er suggesties gegeven voor verbeteringen in het menu. (20x 2000= 40.000tzs = +/- €15,-)
- Memoryspel: Kinderen leren op speelse wijze over gezonde voeding en leefstijl, bijvoorbeeld door plaatjes van groentes en sporten te koppelen. (6x set (7 page per set) = 6 * 7* 3000 (color printing and laminating) = 126.000 tzs = +/- €45, -)
- Kleurplaten en kleurpotloden: Gericht op jongere kinderen om hen al vroeg te laten kennismaken met groenten en fruit. Deze ingekleurde platen worden in de lokalen opgehangen. (Kleurpotloden: 5.000 * 12 = 60.000tzs = +/- €25,-. Kleurplaten: 500 * 100= 50.000tzs =+/- €20,-) (totaal= €55,-)

Print kosten: Lamineren: 1000 tzs per pagina.
Zwart en wit printen: 1000 tzs dubbelzijdig, 500 tzs enkelzijdig.
Kleur print: 2000 tzs dubbelzijdig, 1000 tzs enkelzijdig.

De leerlingen en docenten van Highride Primary School spelen een actieve rol in het project. We organiseren interactieve sessies om hen vertrouwd te maken met de materialen, die ook beschikbaar blijven voor toekomstige generaties. Daarnaast wordt er een handleiding achtergelaten en maken we afspraken met de school over het jaarlijks herhalen en het delen van de handleiding met andere scholen. We hanteren een realistische tijdsplanning en liggen op schema, aangezien de uitvoering al is gestart. Er is regelmatig afstemming met de andere

projectgroep en we hebben in eerdere fases actief kennis gedeeld om beiden tot een optimaal resultaat te komen.

Tijdens ons verblijf in Arusha hebben we de volgende stappen gerealiseerd:

- Ontwerp en productie van materialen: Posters, folders, memoryspellen en kleurplaten worden geprint en gelamineerd om duurzaamheid te waarborgen.
- Workshops: We geven workshops aan docenten en leerlingen over het gebruik van de materialen en de toepassing van de opgedane kennis in het dagelijks leven.
- Duurzaamheid garanderen: Gelamineerde materialen en educatieve spellen blijven beschikbaar voor toekomstig gebruik. Docenten kunnen deze jaarlijks herhalen.

Verantwoordelijkheden
Studententeam: Ontwerp, productie en levering van educatieve middelen; training van docenten en leerlingen.
Docenten Highride Primary School: Implementeren van de materialen in het lesprogramma; begeleiden van leerlingen bij het gebruik van de spellen en posters.
Lighthouse Support Foundation: Financiële ondersteuning en advisering. Indien succesvol, kan de stichting bijdragen aan uitbreiding van het project naar andere scholen.

Evaluatie van het project
Het project wordt geëvalueerd op de volgende punten:

- Educatieve impact: Hoeveel kinderen en docenten hebben de materialen ontvangen, en hoe wordt de kennis toegepast in het lesprogramma?
- Materiële resultaten: In hoeverre worden het aantal geproduceerde en verspreide posters, folders, memoryspellen en kleurplaten opgepakt?
- Feedback: Tijdens onze aanwezigheid verzamelen we input over hoe de materialen zijn ontvangen en welke verbeteringen mogelijk zijn.
- Toekomstperspectief: Zijn er plannen van de school of docenten om de materialen in de toekomst te blijven gebruiken en/of te delen met andere scholen? En/of samenwerking met Lighthouse support?

Waarom past ons project bij Lighthouse Support Foundation?

1. Het bieden van hulp aan mensen in Afrika maar met name in Tanzania op projectbasis en op incidentiele basis naar aanleiding van een hulpvraag of geconstateerd gemis.

Ons project is gebaseerd op de hulpvraag van het Mount Meru Hospital en richt zich op het groeiende probleem van diabetes mellitus type 2 in Tanzania. Hoewel dit probleem wijdverspreid is in Afrika, focussen wij ons op Tanzania vanwege onze lokale aanwezigheid en kennis. Bij succes kan deze aanpak in de toekomst breder worden toegepast. Door bewustwording en educatie willen we preventief inspelen op de toename van patiënten met diabetes mellitus type 2. En zo bijdragen aan een gezondere toekomst.

2. Het ondersteunen van de gezondheidszorg in Tanzania met als doel de kwaliteit van zorg aan patiënten verbeteren door fondsen of goederen te doneren maar vooral door kennisontwikkeling en borging in de zorg. Daarnaast het tot stand brengen van relaties met (internationale) organisaties die hierin kunnen bijdragen.

Met ons project vergroten we de kennis over een gezonde leefstijl en de preventie van diabetes mellitus type 2 onder de jongste generatie in Tanzania. Door educatie en bewustwording hopen we niet alleen de ziekte te voorkomen, maar ook een bredere gezonde levensstijl te bevorderen. Uw steun is essentieel om dit doel te realiseren en een duurzame impact te creëren. Hartelijk dank voor uw overweging; we zien uit naar de mogelijkheid om samen verschil te maken.

Met hartelijke groet,

Frederieke Ammerlaan, Mileidys Suarez Castillo, Yvana Gartner, Corien Quaak en Renée Ypeij