

namaste

DAS BACK TO LIFE MAGAZIN | SOMMER / HERBST 2021



Die bisher größte Hilfsaktion von Back to Life

Wir übergeben medizini-
sche Geräte im Wert
von 300.000 Euro

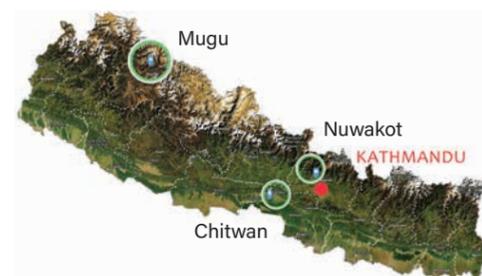


ÜBER BACK TO LIFE E.V.

Wir unterstützen von 1996 bis 2017 in Indien und fördern seit 2009 in Nepal die Verbesserung der Lebensumstände von notleidenden und schwer benachteiligten Menschen. Unter dem Leitgedanken „Hilfe zur Selbsthilfe“ werden die Projekte von der Gründerin Stella Deetjen geführt und mit einem Team von Nepali-Mitarbeitern und Mitarbeiterinnen sowie durch Partnerschaften mit lokalen NGOs umgesetzt. Das Ziel ist, der Bevölkerung einen Weg aus der Armut in die Selbstbestimmung zu ermöglichen. Schwerpunkte sind Schulbau und Bildungsförderung, Bau und Betrieb von Geburtshäusern, Gesundheitsvorsorge, Einkommensförderung, Katastrophenhilfe sowie Umwelt- und Ressourcenschutz.

Administrative Aufgaben werden in Deutschland von einem kleinen Team umgesetzt, um die Kosten gering zu halten. Back to Life erreicht mittlerweile bis zu 45.000 Menschen in Nepal und fördert die Schulbildung von nahezu 9.000 Kindern.

UNSERE PROJEKTGEBIETE:



IMPRESSUM

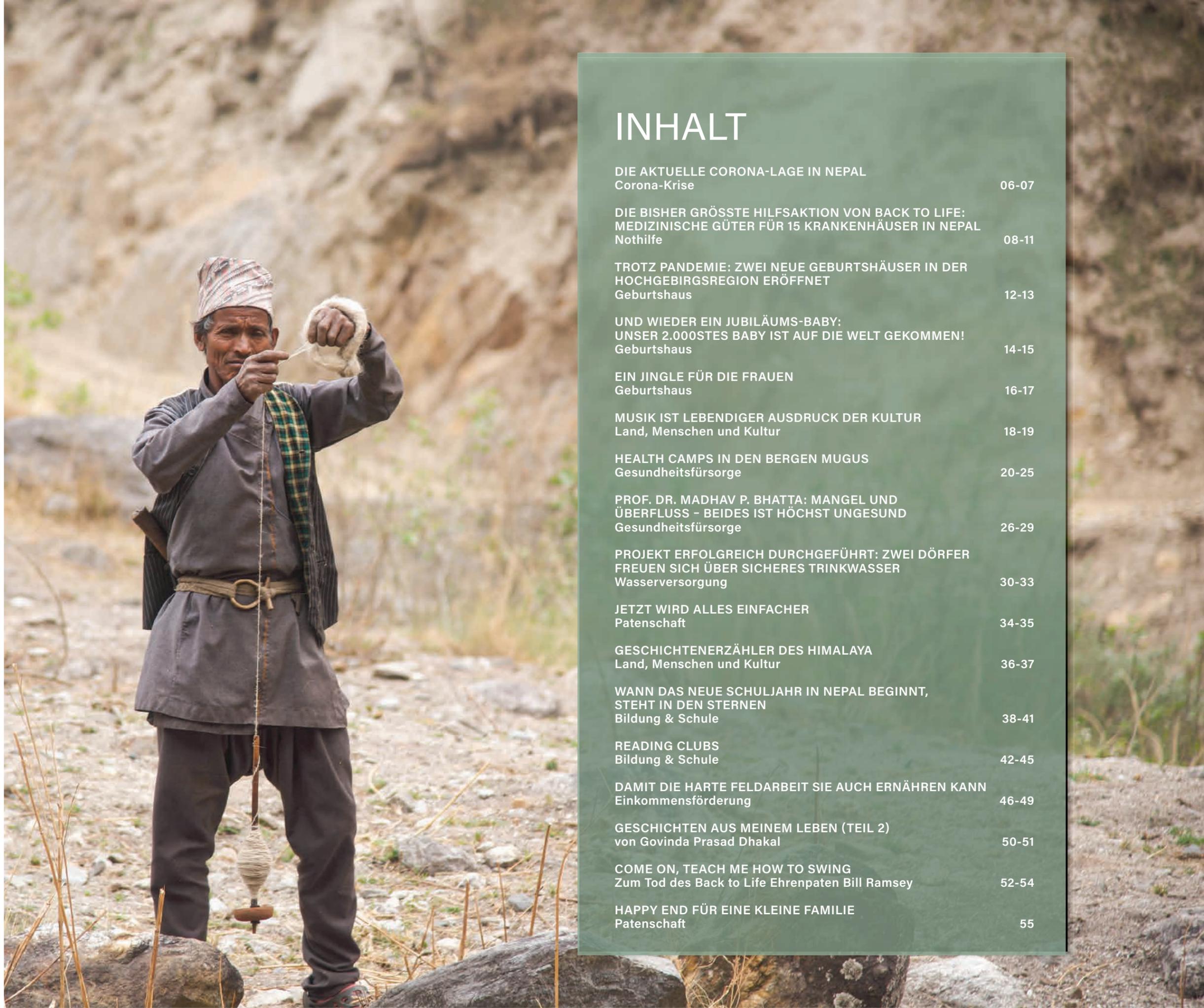
HERAUSGEBER Back to Life e.V.
REDAKTION Stella Deetjen, Dikendra Dhakal
GESTALTUNG Oleg Cherezov
FOTOGRAFIE Anjan Dahal
BILDRECHTE Back to Life e.V.

Klimaneutral gedruckt auf FSC-zertifiziertem Natur-Papier.

Auf unserer Webseite finden Sie eine digitale Fassung zum Download.

www.back-to-life.org
info@back-to-life.org
facebook.com/BackToLifeOrg
instagram.com/back_to_life_germany

Back to Life e.V.
Louisenstraße 117
61348 Bad Homburg v.d.H.
Tel: 06172-6626997



INHALT

DIE AKTUELLE CORONA-LAGE IN NEPAL Corona-Krise	06-07
DIE BISHER GRÖSSTE HILFSAKTION VON BACK TO LIFE: MEDIZINISCHE GÜTER FÜR 15 KRANKENHÄUSER IN NEPAL Nothilfe	08-11
TROTZ PANDEMIE: ZWEI NEUE GEBURTSHÄUSER IN DER HOCHGEBIRGSREGION ERÖFFNET Geburtshaus	12-13
UND WIEDER EIN JUBILÄUMS-BABY: UNSER 2.000STES BABY IST AUF DIE WELT GEKOMMEN! Geburtshaus	14-15
EIN JINGLE FÜR DIE FRAUEN Geburtshaus	16-17
MUSIK IST LEBENDIGER AUSDRUCK DER KULTUR Land, Menschen und Kultur	18-19
HEALTH CAMPS IN DEN BERGEN MUGUS Gesundheitsfürsorge	20-25
PROF. DR. MADHAV P. BHATTA: MANGEL UND ÜBERFLUSS - BEIDES IST HÖCHST UNGESUND Gesundheitsfürsorge	26-29
PROJEKT ERFOLGREICH DURCHGEFÜHRT: ZWEI DÖRFER FREUEN SICH ÜBER SICHERES TRINKWASSER Wasserversorgung	30-33
JETZT WIRD ALLES EINFACHER Patenschaft	34-35
GESCHICHTENERZÄHLER DES HIMALAYA Land, Menschen und Kultur	36-37
WANN DAS NEUE SCHULJAHR IN NEPAL BEGINNT, STEHT IN DEN STERNEN Bildung & Schule	38-41
READING CLUBS Bildung & Schule	42-45
DAMIT DIE HARTE FELDARBEIT SIE AUCH ERNÄHREN KANN Einkommensförderung	46-49
GESCHICHTEN AUS MEINEM LEBEN (TEIL 2) von Govinda Prasad Dhakal	50-51
COME ON, TEACH ME HOW TO SWING Zum Tod des Back to Life Ehrenpaten Bill Ramsey	52-54
HAPPY END FÜR EINE KLEINE FAMILIE Patenschaft	55

NAMASTE

Liebe Freundinnen und Freunde
von Back to Life,

die vergangenen Monate waren für das kleine Himalaya-land äußerst hart. Mich packte immer wieder die Angst um die Menschen dort, die trotz höchster weltweiter Inzidenz nicht auf medizinische Hilfe im Notfall oder gar den Schutz der Covid-Impfungen hoffen konnten.

Back to Life mobilisierte alle zur Verfügung stehenden Kräfte und dank unserer Förderer und Förderinnen gelang es uns, die schlecht ausgestatteten Regierungskrankenhäuser an wichtigen Knotenpunkten wirkungsvoll zu unterstützen, damit sie durch die Corona-Krise kommen. 15 Krankenhäuser statteten wir mit dringend benötigten medizinischen Geräten aus. 300.000 Euro investierten wir in diese Notfallhilfe, die größte Summe, die wir je für ein Projekt ausgaben. Dadurch werden viele Menschenleben gerettet.

Mein Team in Nepal arbeitet trotz immer wiederkehrenden Lockdowns auf Hochtouren, selbst die Bauprojekte laufen weiter, einzig die Schulen sind geschlossen, so dass wir die Schüler und Schülerinnen außerhalb des Unterrichts mit Lernmaterialien und Büchern unterstützen. Sehr gefreut habe ich mich über die Geburt unseres 2000sten Babys, ein Lichtblick.

Im April haben wir noch Bill Ramseys 90. Geburtstag gefeiert, doch dann ist unser Ehrenpate leider im Sommer gestorben. Mir geht dieser Verlust persönlich sehr nahe, da ich eine starke Herzensverbindung zu Bill hatte und ihn als Mensch und Künstler sehr schätzte und innig liebte. Der Abschied ist mir sehr schwer gefallen. Oft höre ich sein Album „My Words“, wunderbar beschwingt und jazzig, die meisten Songs und selbst die Texte hat Bill Ramsey selbst geschrieben. Auch in Nepal brennen Kerzen für Bill. Er wird für immer in meinem Herzen bleiben.

Namaste, ich wünsche Ihnen alles Gute und vor allem Gesundheit,

Ihre *Stella Deetjen*



Die aktuelle Corona-Lage in Nepal



Seit unserer letzten Ausgabe im Frühjahr hat sich die Corona-Lage in Nepal erneut grundlegend geändert. Waren wir zu Frühlingsbeginn noch guter Dinge, dass das Infektionsgeschehen durch unterschiedliche Maßnahmen weitgehend unter Kontrolle gebracht wurde, mehrten sich gegen Ende März schon die Berichte, dass eine neue Infektionswelle beim großen Nachbarn Indien anwuchs. Dort war die Regierung leichtfertig davon ausgegangen, dass man das Virus besiegt hatte und ging so allmählich zum normalen Leben über. Es wurden politische Kundgebungen für Zehntausende Menschen veranstaltet. Außerdem fand die Kumbh Mela, das größte religiöse Fest des Hinduismus und der Welt, mit mehreren Millionen Pilgern in Haridwar statt. Das liegt nur 300 km von der Grenze zu Nepal entfernt.

TRAURIGER REKORD | Die zweite Welle schlug in Nepal dann etwas verzögert, aber umso heftiger ein: Die Fallzahlen stiegen von ca. 200 Infektionen pro Tag Anfang April, auf fast 9.000 Infektionen pro Tag Mitte Mai. Gemessen an der Bevölkerungszahl war Nepal zwischenzeitlich trauriger Spitzenreiter des weltweiten Infektionsgeschehens. Die nepalesische Regierung reagierte, wie auch im vorherigen Jahr, mit einem strikten Lockdown, der am 28. April in Kraft trat und bis heute anhält. Anders als im Vorjahr war nun allerdings, bedingt durch das rasante Infektionsgeschehen, auch die Situation auf den Krankenstationen dramatisch, die sehr begrenzten Kapazitäten der Intensivstationen waren innerhalb kürzester Zeit ausgeschöpft, es fehlte an Sauerstoff und Geräten für beatmungspflichtige Patienten und viele Menschen mussten behelfsmäßig auf der Straße versorgt werden.

WEITERHIN KAUM IMPFSTOFF FÜR NEPAL | Zum Redaktionsschluss dieser Ausgabe Mitte August haben sich in Nepal seit Beginn der Pandemie insgesamt 737.294 Menschen nachweislich mit dem Coronavirus infiziert. 10.354 Menschen sind in Nepal nach einer Infektion mit dem Virus verstorben, 687.069 sind wieder genesen und die aktuelle Inzidenz beträgt 60 Fälle pro 100.000. Die Impfkampagne Nepals stagniert seit einiger

Zeit leider auf sehr niedrigem Niveau. Bisher haben in Nepal lediglich 11,98 % der Bevölkerung einen vollständigen Impfschutz. Zum Vergleich: Weltweit wurden bereits 23,6 % der Bevölkerung vollständig geimpft, in Deutschland beträgt dieser Anteil mittlerweile über 57,3 %. Unser Team vor Ort hat jedoch glücklicherweise bereits beide Impfungen erhalten.

DER LOCKDOWN DAUERT AN | Seit der Verkündung des Lockdowns Ende April 2021 sind sämtliche Zusammenkünfte an öffentlichen Plätzen untersagt. Orte des Zusammentreffens wie Kinos und Restaurants sind geschlossen. Alle Schulen und Universitäten sind erneut geschlossen, religiöse Feste dürfen nicht zelebriert werden, Hochzeiten finden nur mit sehr begrenzter Teilnehmerzahl statt und öffentliche Verkehrsmittel dürfen nicht zwischen unterschiedlichen Distrikten verkehren. Besonders die Schulkinder Nepals leiden erneut besonders stark unter diesen drastischen Einschnitten, denn anders als z.B. in Deutschland haben die Schulen in Nepal in den wenigsten Fällen die Möglichkeit, alternative Formen des Lernens anzubieten. Ein weiteres Problem stellen die Restriktionen im öffentlichen und privaten Transport dar: Durch das Verbot, zwischen Distrikten zu reisen, können die kleineren Geschäftsleute aus den ländlichen Gebieten Nepals nicht mehr alle nötigen Güter von den größeren Märkten besorgen, einige Lebensmittel oder auch Baumaterialien werden so zu knappen Gütern oder sind gar nicht mehr erhältlich. Auf der anderen Seite führt die schwierige Transportsituation dazu, dass schnell verderbliche Lebensmittel wie Milchprodukte oder Gemüse nicht mehr auf größeren Märkten verkauft werden können und deshalb verderben. Die Menschen, die normalerweise als Wanderarbeiter in Indien arbeiten und im Zuge der zweiten Welle in ihre Heimat zurückgekehrt sind, stehen momentan vor einer sehr schwierigen Entscheidung: Bleiben sie in der Heimat, wo es für sie keine Arbeit gibt und sie und ihre Familien somit von Hunger und Armut bedroht sind, oder gehen sie zurück nach Indien, wo die zweite Welle ihren Lauf nahm und sich auf dem gesamten Subkontinent ausbreitete.

Die bisher größte Hilfsaktion von Back to Life: Medizinische Güter im Wert von 300.000 Euro für 15 Krankenhäuser in Nepal

HILFERUF DER NEPALESISCHEN REGIERUNG | Als die dramatische Entwicklung des Infektionsgeschehens absehbar wurde, rief die nepalesische Regierung die ortsansässigen, internationalen NGOs zur Hilfe auf, darunter auch Back to Life. Dringend wurden medizinische Geräte zur Versorgung der Corona-Patienten benötigt, außerdem fehlte es dem medizinischen Personal an Schutzkleidung und Masken, sie erkrankten unnötigerweise selbst an dem Virus. Es gab somit auch viele Tote unter dem Gesundheitspersonal zu beklagen. Back to Life zögerte keinen Augenblick: Umgehend fragten wir eine Liste der benötigten medizinischen Güter für die Provinz Bagmati an, die bevölkerungsreichste der 7 Provinzen Nepals und die mit den landesweit höchsten Infektionszahlen. Unsere Mitarbeiter sondierten daraufhin den örtlichen Markt, holten Informationen zu Preisen und Verfügbarkeiten ein. Was nicht in Nepal selbst gekauft werden konnte, bestellten wir aus China. Da wir bereits während der Erdbebenkatastrophe 2015 und der ersten Corona-Welle weitreichende Erfahrungen gesammelt haben, verliefen Bestellung, Transport und Einfuhr reibungslos.



Offizielle Übergabe der Hilfslieferung durch Achyut Paudel, Finanz-Direktor und Dikendra Dhakal, Programm-Direktor von Back to Life an den Ministerpräsidenten der Provinz Bagmati.



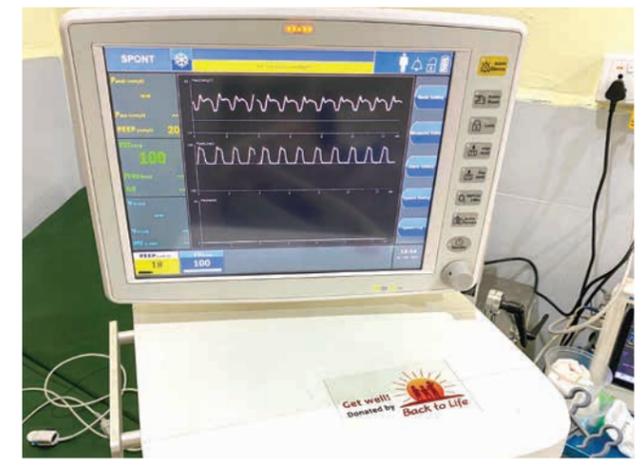
WIR HELFEN SCHNELL UND GEZIELT | Innerhalb von 3 Tagen erreichten die LKWs aus China die nepalesische Hauptstadt Kathmandu. Wir übernahmen die von uns bestellten Waren noch bevor sie das Lager der Speditionsfirma erreichten, am Rande der Straße. Das Team vor Ort wollte keinen Tag verlieren. Zügig war alles auf zwei LKWs umgeladen, die unverzüglich die 5-stündige Fahrt nach Hetauda, der Provinzhauptstadt Bagmatis, antraten. Vom Hilferuf bis zur Übergabe brauchte unser Team gerade einmal eine Woche.

Am 22. Mai 2021 übergaben wir der regionalen Regierung der Bagmati-Provinz die ersten medizinischen Güter. Die medizinische Ausrüstung umfasste Sauerstoffkonzentratoren, mobile Hochfrequenz-Röntgengeräte, Pulsoxymeter, Elektrokardiogramme, Patienten-Monitore, Infusionspumpen sowie OP- und FFP2-Masken. Back to Lifes Programm- und Finanzdirektoren Dikendra Dhakal und Achyut Paudel überreichten diese erste Lieferung dem Ministerpräsidenten Dormani Poudel an seinem Regierungssitz in Hetauda. Das nepalesische Fernsehen und die Presse berichteten über die schnelle und effiziente Hilfe durch Back to Life.

WO UND WEM HELFEN WIR? | Insgesamt unterstützen wir durch die medizinischen Geräte 15 öffentliche Krankenhäuser in 2 Provinzen. Unsere Projektgebiete Chitwan und Nuwakot gehören zur Provinz Bagmati, 13 Krankenhäuser erhalten dort die wichtigen Geräte. Gleichmaßen gehen zwei Lieferungen in die Provinz Karnali ins Hochgebirge. Eine kommt dem Krankenhaus in Mugus Hauptstadt Gamgadhi zugute, welches für die 55.000 Menschen im ganzen Distrikt zuständig ist und dringend medizinische Geräte benötigt, um die wachsende Zahl der Corona Patienten behandeln zu können. Die andere Lieferung ist für das Karnali-Provinz-Krankenhaus in Surkhet bestimmt. Dorthin werden seit jeher die schwersten Fälle überwiesen, die in Mugu selbst nicht behandelbar sind.



Unsere Mitarbeiter waren im Schutzanzug bei der Installation der Geräte anwesend. Es sei ein gutes Gefühl, sie im Einsatz zu sehen, sagen sie selbst.



Wir sind sehr erleichtert, den Menschen in unseren Projektgebieten und darüber hinaus in größter Not zur Seite stehen zu können. Die schwer an COVID-19 Erkrankten erhalten bessere Chancen auf eine angemessene Behandlung sowie die Möglichkeit zu lebensrettenden Maßnahmen, gerade in den abgelegenen Gebieten, wo die medizinische Versorgung seit jeher mangelhaft ist. Mit unserem Hilfspaket fördern wir nachhaltig die medizinische Infrastruktur für die Menschen des Hochgebirges und tragen wirkungsvoll dazu bei, dass Leben gerettet werden können. Die Geräte bleiben den Krankenhäusern auch über die Pandemie hinaus erhalten und werden auch in Zukunft dafür sorgen, dass Menschen mit unterschiedlichsten Erkrankungen besser behandelt werden können.

VIELEN DANK FÜR IHRE MITHILFE

Trotz Pandemie:

Zwei neue Geburtshäuser in der Hochgebirgsregion eröffnet



Damit sind es nun 15 Geburtshäuser, die für sichere Geburten in den Bergen sorgen. Im April 2021 öffnete Chhayala, im Juli 2021 Bhiee die Türen.

Aufgrund der Corona-Pandemie gab es nur die Kontrolle und Freigabe durch das Gesundheitsministerium, jedoch keinerlei offizielle Einweihungsfeier.

Die Frauen in den abgelegenen Gebieten sind dankbar und erleichtert, die lebensrettenden Leistungen erreichbar zu wissen.



Lernen Sie zwei unserer bisher 30 Hebammen aus Mugu kennen:

GOMA SHAHI, HEBAMME, CHHAYALA GEBURTSHAUS: „Ich wollte schon immer im Gesundheitssektor arbeiten und dabei helfen, Leben zu retten. In meinem Dorf sah ich, dass vor allem Frauen und Mütter unter vielfältigen Gesundheitsproblemen leiden – daher habe ich mich entschieden, Hebamme zu werden.“

Goma Shahi ist 22 Jahre alt und Halbwaise. „Ich weiß nicht, wann mein Vater das Haus verlassen hat. Ich war damals noch sehr klein. Wir wissen nicht, wohin er verschwunden ist. Meine Mutter versuchte ihr Bestes, uns diese Lücke nie spüren zu lassen. Ich bin sehr stolz auf meine Mutter.“ Goma stammt aus Nakharji, einem schönen Bergdorf im südwestlichen Teil von Mugu. Nach dem Abitur bewarb sie sich für das Stipendienprogramm von Back to Life und wurde angenommen.

Goma absolvierte ihren Hebammenkurs am Lalit Polytechnic Training Institute in Kathmandu. Danach schloss sie ein Praktikum im Paropakar Maternity & Women's Hospital in Kathmandu, dem ersten Geburtszentrum in Nepal ab. Dann ging sie zurück nach Mugu und trat im September 2020 eine Stelle als Hebamme im Rara Geburtshaus an, unter der Leitung einer erfahrenen Hebamme. „Ich arbeite gerne als Hebamme. Ich hätte in Kathmandu bleiben können, aber es macht mir große Freude, in Mugu als Hebamme zu arbeiten. Hier ist mein Platz. Mit dem Verdienst kann ich außerdem meine Mutter unterstützen“, erzählt Goma.



SARITA RAWAL KARKI, HEBAMME, CHHAYALA GEBURTSHAUS: Sarita Rawal Karki ist 27 Jahre alt und Hebamme im Chhayala Geburtshaus. Sarita kommt aus dem kleinen Bergdorf Kachche Rara und lebt in einer neunköpfigen Familie. Sie ist verheiratet und hat eine 4-jährige Tochter. Die Familie ist auf landwirtschaftliche Arbeiten angewiesen.

„Am Anfang hat mich der Beruf Hebamme fasziniert, weil ich die Uniform des Gesundheitspersonals so mochte. Als ich älter wurde, empfand ich es als einen wertvollen Dienst an der Gemeinschaft und entschied mich für einen Hebammenkurs“, erinnert sich Sarita. Sie hat ihre 18-monatige Ausbildung zur Hebamme am Sushma Koirala Memorial Campus in Nepalgunj im

Jahr 2013 abgeschlossen. 2014 absolvierte sie eine Weiterbildung am Lumbini Zonal Hospital. Bevor sie zu Back to Life kam arbeitete sie in der Gesundheitsbehörde in Rara. Mehr als hundert Geburten hat sie bereits betreut. „In dem Moment, in dem ich ein gesundes Neugeborenes in der Hand halte, macht mich diese Aufgabe sehr stolz und ich habe das Gefühl, den richtigen Beruf gewählt zu haben. Der Schmerz und die Arbeit, die eine Mutter aufbringt, um ein Baby zur Welt zu bringen, sind unglaublich“, sagt Sarita.

Sarita spricht gerne mit Frauen und Männern aus der Gemeinde und macht Vorschläge, wie sie die Gesundheit von Müttern und die allgemeine Gesundheit verbessern können. „Alle Familienmitglieder müssen sich dessen bewusst sein. Es wird nicht helfen, nur schwangere Frauen aufzuklären. Daher bitten wir neuerdings Frauen, den Ehemann oder zumindest ein anderes älteres Familienmitglied zur Vorsorgeuntersuchung mit ins Geburtshaus zu bringen. In die monatliche Gesundheitsberatung auf Gemeindeebene beziehen wir nicht nur die Schwangeren, sondern auch die Mütter und Schwiegermütter mit ein. Das hat gute Wirkung gezeigt.“



Gerne können Sie die Frauen der Berge direkt unterstützen durch eine Geburtshauspatenschaft.

Und wieder ein Jubiläums-Baby: Unser 2.000stes Baby ist auf die Welt gekommen!



Jede Geburt ist ein kleines Wunder, aber in Nepal sind sichere Geburten für Neugeborene und Mütter keine Selbstverständlichkeit. Bis zu 13.000 Babys sterben hier jährlich bei der Geburt (jedes 48.) innerhalb ihres ersten Lebensmonats. Back to Life hat es sich daher zur Aufgabe gemacht, Schwangeren zu helfen und betreibt mittlerweile 15 Geburtshäuser in Nepal. Durch das Projekt konnten außerdem bereits 23 Frauen zu staatlich zertifizierten Geburtshelferinnen aus- bzw. weitergebildet werden.

UNSER 2000. BACK TO LIFE-BABY | Die kleine Shristi, was übersetzt „Er-schaffung“ bedeutet, ist der ganze Stolz ihrer Eltern und ein Jubiläums-baby. Das kleine Mädchen ist am 04. Mai 2021 um 10.05 Uhr zur Welt gekommen. Sie ist das 2000. Kind, das in einem unserer Geburtshäuser geboren wurde. Stolze 3500 Gramm wiegt das Baby. „Ich bin sehr glücklich, mein Kind gesund zur Welt gebracht zu haben“, sagt Mutter Surju. Für die 24-Jährige war es bereits die dritte

Geburt. Das Geburtshaus von Back to Life in ihrer Nähe ihres Dorfes erspart ihr nicht nur eine weite, beschwerliche Anreise, sondern unterstützte die Schwangere auch mit einer professionellen Vor- und Nachsorge sowie Aufklärung rund um Schwangerschaft, Geburt, Stillen und Neugeborenenpflege. Rund um die Uhr stand ihr das Personal des Geburtshauses zur Verfügung und ermöglichte ihr die Geburt in einem sauberen, hygienischen und komfortablen Umfeld.



Die kleine Shristi in den Armen ihrer glücklichen Mutter.

GEBURTSHÄUSER ALS SCHUTZBURGEN DER HOFFNUNG | Die Geburt des kleinen Mädchens Shristi ist ein Lichtblick in der vom bereits zweiten Corona-Lockdown hart getroffenen Region. Seit April rollt eine furchterregende zweite Welle von COVID-19 Infektionen über Nepal, die das Gesundheitssystem ähnlich wie im Nachbarland Indien bis an die Belastungsgrenze bringt. Die Hebammen der 15 Geburtshäuser von Back to Life unterstützten auch während des



DIESES PROJEKT TRÄGT ZU DEN ZIELEN DER VEREINTEN NATIONEN FÜR NACHHALTIGE ENTWICKLUNG IM RAHMEN DER AGENDA 2030 BEI.

Lockdowns werdende Mütter und ihre Kinder. „Sie sind Schutzburgen der Hoffnung und bieten den werdenden Müttern im Hochgebirge Nepals die Sicherheit, die sie brauchen, um ihre Kinder gesund zur Welt bringen zu können“, sagt Stella Deetjen, Gründerin und Vorsitzende von Back to Life. In den Geburtshäusern arbeiten Hebammen, die alle selbst aus Mugu stammen. „Das ist ein wichtiges Konzept für die ländliche Entwicklung. Einheimische haben ein besseres Wissen über lokale Gesundheitsfragen und können die Menschen vor Ort besser betreuen“, erklärt die Gynäkologin Dr. Pinky Shah, die in Kathmandu praktiziert.

2600 UNTERSUCHUNGEN PRO JAHR

| Durch die Geburtshäuser konnten unüberwachte Geburten in der Projektregion praktisch eliminiert werden. Für die Frauen in den abgelegenen Dörfern ist das ein großer Fortschritt. Mehr als 2000 pränatale

Untersuchungen und mehr als 600 postnatale Kontrolluntersuchungen werden pro Jahr in den Geburtshäusern durchgeführt. Wie wichtig diese Untersuchungen sind, zeigt zum Beispiel die Geschichte einer 26-jährigen Frau, die bereits zehn Kinder hat und Dr. Shah während eines von Back to Life organisierten Health Camps in Mugu konsultierte. „Schon vor der ersten Menstruation heiratete sie, als dann ihr Zyklus einsetzte, brachte sie jedes Jahr ein Kind zur Welt“, erinnert sich Shah. Die Hebammen klären die Frauen und ihre Familien zudem über Familienplanung, Hygiene, Ernährung und Vorbeugung von Krankheiten auf - Informationen, die die Dorfbewohner sonst nicht bekommen würden. Noch immer fehlt es vielen Frauen an Wissen zur Beurteilung ihres eigenen Gesundheitszustandes, erklärt die Gynäkologin: „Es fehlt ihnen an gesundheitlicher Aufklärung: Die persönliche Hygiene ist zu schlecht und sie wissen nicht immer, dass sie ein Gesund-

heitsproblem haben - besonders im Bereich der reproduktiven Gesundheit kommt dies häufig vor.“

SENKUNG DER MÜTTERSTERBLICHKEIT UND TODESFÄLLE VON NEUGEBORENEN

| „Ein gesundes Leben für alle Menschen jeden Alters gewährleisten und ihr Wohlergehen“ zu fördern ist das dritte Nachhaltigkeitsziel (Sustainable Development Goals) der Agenda 2030 der Vereinten Nationen. In diesem Zusammenhang haben die Geburtshäuser von Back to Life eine wichtige Aufgabe. Sie leisten ihren Beitrag, um die globale Müttersterblichkeit bis 2030 unter 70 pro 100.000 Lebendgeburten zu senken, vermeidbare Todesfälle von Neugeborenen und Kindern unter fünf Jahren zu beenden, sowie universellen Zugang zu Geburtshilfe, Schwangerschaftsbetreuung und wichtige Informationen zum Thema Familienplanung zu gewährleisten.



Baby 1999

Es war vier Uhr nachmittags am 03. Mai 2021 als Putali Budha aus dem Dorf Rowa zusammen mit ihrer Schwiegermutter im Geburtshaus ankam. Nur fünf Stunden später hielt die 35-Jährige ihr kleines Mädchen im Arm. Ein gesundes Baby, das bereits 3100 Gramm auf die Waage brachte. Mutter Putali war überglücklich. „Es ist immer ein gutes Gefühl, bei der erfolgreichen Geburt eines Kindes mitgewirkt zu haben“, freut sich Hebamme Rupa. Putali hat bereits zwei Kinder, eine 8-jährige Tochter und einen 6-jährigen Sohn. Schon in der Schwangerschaft kam sie regelmäßig zu den Vorsorgeuntersuchungen ins Geburtshaus. „Die Hebammen haben mir immer gute Vorschläge gemacht. Ich habe viel Vertrauen in diese Einrichtung und könnte mir keinen besseren Ort vorstellen, um mein Baby zu gebären“, berichtet die Mutter. Ein schöneres Kompliment kann es für die Arbeit der Hebammen im Geburtshaus wohl nicht geben.



Baby 1998

Bei Laxmi Karki könnte man beinahe sagen, es handelte sich um ein Heimspiel. Die Hebamme arbeitet selbst seit 2019 im Geburtshaus von Jiuka und brachte dort auch ein gesundes Mädchen mit 3500 Gramm Geburtsgewicht zur Welt. „Ich bin so stolz, mein Baby in dem Geburtszentrum, in dem ich arbeite, zur Welt zu bringen“, sagte die 32-jährige Mutter und ausgebildete Geburtshelferin. Auch ihre Kollegin Samrita freut sich mit Laxmi: „Das war eine einfache Geburt auch für mich als leitende Hebamme. Die Frauen im Dorf sind begeistert, dass ihre Hebamme selbst ein Kind im Geburtshaus zur Welt gebracht hat. Damit hat Laxmi ein Zeichen für die Frauen gesetzt. Beinahe hätte sie das Jubiläumsbaby geboren.“

Ein Jingle für die Frauen



Mit dem Radio erreichen wir fast jede Familie in Mugu.

EIN JINGLE, DER MIT TRADITIONEN BRICHT

Wenn vor den Nachrichten in der abgelegenen Bergregion Mugu seit einiger Zeit ein besonderer Jingle ausgestrahlt wird, sind die Zuhörerinnen und Zuhörer ganz Ohr. Morgens, mittags und abends geht es sechseinhalb Minuten um die Chhaupadi-Tradition, die schon seit Jahren verboten ist und dennoch vielerorts nach wie vor praktiziert wird.



Der junge Dj tut sein Bestes, um das ganze Dorf zu informieren.

Fast 55.000 Menschen im Bezirk erreichen die drei Radiostationen, die den von Back to Life beauftragten Jingle über sechs Monate hinweg mehrmals täglich ausgestrahlt haben. Kumar Bham, der Manager des Radiosenders Sauryadaya, hebt hervor, dass der Jingle bei den Hörern nicht nur sehr gut ankam, sondern auch von den Sendungsmachern als sehr wichtig erachtet wird – daher ist er auch weiterhin Bestandteil des Programms.

AUFKLÄRUNG AUF EINE GANZ ANDERE ART

Das Besondere an diesem Jingle ist, dass er von lokalen Künstlern in der Landessprache produziert wurde und mit seiner Mischung aus Aufklärung und einem eingängigem Deuda-Volkslied die Menschen jeden Alters erreicht.

Es beginnt mit dem Gespräch zwischen einem jungverheirateten Paar mit seiner Mutter, in dem der Sohn sie davon überzeugt, dass die Tradition unmenschlich und gefährlich sei. Die Mutter zeigt sich einsichtig und verspricht, auf diese Praxis in Zukunft zu verzichten. Danach erklingt das Lied, das die erheblichen Gefahren der Chhaupadi-Praxis noch einmal klarstellt.



Stella im persönlichen Gespräch mit einer werdenden Mutter vor ihrem Kuhstall.

Plötzlich ist damit das Tabu-Thema Menstruation und Geburt im Viehstall zum Gesprächsthema geworden. In den Familien, in den Dörfern, auf den Plätzen, zwischen den Generationen. „Es ist ein wirklich informativer Teil des Radioprogramms, der Text zieht die Hörer an, da er in unserer lokalen Sprache erstellt wurde. Die Menschen hören genau zu. Es war gut für mich zu lernen, wie ich mich gegen die gefährliche Praxis des Chhaupadi stellen kann. Gerade ein Erwachsener wie ich kann und soll seine Stimme erheben.“ Diese und viele andere Reaktionen haben bereits jetzt dazu geführt, dass viele Menschen offener sind. Überhaupt hat sich in den letzten Jahren die Einstellung verändert. Das zusätzliche Wissen über Hygiene und eine junge Generation, die eine Kultur der Veränderung herbeiführen will, helfen dabei.

Das lässt hoffen, dass die unsägliche Chhaupadi-Tradition ihr Ende findet. Zusammen mit unserer Aufklärung, die wir auch über unsere Geburtshäuser betreiben, können wir so dafür sorgen, dass diese dunklen Zeiten für immer mehr Frauen vorbei sind. Der Jingle ist ein sehr außergewöhnlicher und wirkungsvoller Teil dieser Strategie.

WAS IST CHHAUPADI? | Aufgrund einer alt-hergebrachten Geisterfurcht sind die Frauen gezwungen, das Haus verlassen, wenn sie bluten. Sie müssen die Tage und Nächte im verdreckten Viehstall oder gar im Wald verbringen. Während der Kindsgeburt gilt das gleiche. Währenddessen sind die Mädchen und Frauen allein, Wind, Wetter und Kälte ausgesetzt und haben außer offenem Feuer keine Kochmöglichkeiten. Von Hygiene (Waschmöglichkeiten) und Komfort ganz abgesehen. Ungeschützt kommt es zu Übergriffen bis hin zu Vergewaltigungen, die Frauen werden von Schlangen gebissen, sie erfrieren oder verlieren ihr Kind oder das eigene Leben durch Blutungen oder Geburtskomplikationen. Die Mütter- und Kindersterblichkeitsrate in den Bergen Mugu ist eine der höchsten weltweit.

Seit 2017 steht Chhaupadi offiziell unter Strafe. Der Hausvorstand kann dafür mit bis zu 3 Monaten Gefängnis verurteilt werden. Gerade in den westlichen Bergregionen Nepals wird diese unmenschliche Tradition jedoch nach wie vor praktiziert. Durch unsere Geburtshäuser und Aufklärung der Dorfgemeinschaften bieten wir der Bevölkerung einen Ausweg.



Musik ist lebendiger Ausdruck der Kultur



Die Gyaling wird hauptsächlich in tibetischen Klöstern gespielt und mit friedlichen Göttern und der Hingabe verbunden.

Musik ist für Viele die schönste Art der Kommunikation und eine, die in Nepal eine ganz besondere Bedeutung hat. Musik ist Kultur, Musik ist Ritus, Musik ist Kritik, Musik ist Zusammenführen, Unterhaltung, Tradition und noch so vieles mehr.

MUSIKALISCHER REICHTUM | Nepal hat eine abwechslungsreiche Musik zu bieten, da die mehr als 100 Ethnien ihre eigenen traditionellen Instrumente, Lieder, Tänze, Trachten und auch Feste haben. Ob in der Stadt oder in den Dörfern, die Musik ist allgegenwärtig, wird auf den Straßen gespielt und in jedem Haus zelebriert, bringt Kasten und Glaubensrichtungen genauso zusammen wie Überzeugungen. Gerade für die hart arbeitenden Menschen auf dem Land ist Musik oft die einzige Abwechslung und weit mehr als Unterhaltung. Sie bedeutet Identität und Zusammenhalt.



Trommeln aller Arten und Größen werden sowohl von den Klöstern, als auch den Schamanen genutzt und sind weit verbreitet über ganz Nepal.

MUSIK IST INFORMATION UND BILDUNG | Trauer, Glück, ein Willkommen – vor allem in den dörflichen Strukturen spielt Musik eine große Rolle und bestimmt das gemeinschaftliche Leben. Die Menschen singen und musizieren bei der Arbeit oder zur Entspannung. Musik vermittelt Erfahrungen aber auch Bildung. Als ein Beispiel kann Deuda betrachtet werden. Diese Art von Duett ist eine kulturelle Besonderheit der Menschen in der Provinz Karnali, wo auch unsere Projektregion Mugu liegt. Das Duett wird entweder von zwei Gruppen oder zwei Personen abwechselnd gesungen und die Lieder erzählen von den Erfahrungen, Problemen und Wünschen der Menschen.

Gerade die zunehmende Kluft zwischen arm und reich beschäftigt viele Menschen in Nepal und wird daher auch in einem Deuda verarbeitet. Oft entstehen diese



Das Saiteninstrument Tungna stammt aus Nepal und dem Bhutan.



Ahile ma pradeshi bhayan, banjhai chha ki sera Kasaiki mahal basa, kasaiki naee dera

Im Moment bin ich auf fremdem Land, ich vermute, mein Land ist nicht bestellt.
Manche Menschen leben in einem Palast, andere können nicht einmal ein Zimmer mieten.

Deudas spontan und zufällig, viele werden jedoch auch gezielt entwickelt, um wichtige Botschaften an die Gemeinden zu transportieren. Musik ist hier also auch eine Form zur Vermittlung – besonders, wenn es um sensible Themen geht.

So zeigt es auch das Beispiel „Teej“: Bei dem reinen Frauenfestival gibt Musik den Frauen ihre eigene Stimme. Sie besingen ihre unterdrückten Gefühle, soziale Belange wie Diskriminierung von Frauen, treten ein für ihre und die Rechte der Kinder und setzen sich mit Tabuthemen wie HIV/AIDS oder Chhaupadi auseinander. Musik

ist in Nepal damit auch manchmal hochpolitisch.

MUSIK ALS TEIL DER SPIRITUALITÄT

| Die meisten Nepali sind spirituell und glauben, dass die Musik ihren Geist weckt und eine Verbindung zu den Göttern herstellt. Sie ist vom Moment der Geburt bis zur Totenverbrennung wichtiger Bestandteil aller Rituale und Traditionen. Die Namensgebung nach der Geburt, die Hochzeit, die Anbetung der Familiengottheit, schamanische Rituale oder tantrische Traditionen sind nur einige Beispiele für Musik mit spiritueller Bedeutung.



Health Camps in den Bergen Mugus

Der beschwerliche zweitägige Fußmarsch im Hochgebirge kann unser Team und die Ärzte nicht stoppen.



Nach einem Jahr pandemiebedingter Pause durften wir im Frühjahr 2021 endlich wieder Ärzte und Patienten in der Hochgebirgsregion zusammenbringen.

Zwischen dem 01. und 08. April 2021 organisierten wir zwei Health Camps in den entlegenen Bergdörfern Chhayala und Aama, um den Menschen dort eine ärztliche Untersuchung und Behandlung zu ermöglichen. Chhayala ist ein zentrales Dorf im Osten Mugus und liegt in der Mugu Karmarong Rural Municipality, welche vorwiegend von Buddhisten bewohnt wird und eher dünn besiedelt ist. Hier liegt unser 14. Geburtshaus. Aama liegt im Westen Mugu in der Khatyad Municipality, nahe der Grenze zu Humla und Bajura, den beiden Nachbardistrikten, die ähnlich arm und benachteiligt sind wie Mugu.

2861 MENSCHEN NAHMEN AN DEN HEALTH CAMPS TEIL | In diesem Jahr ist es unserem Team erneut gelungen, nepalesische Fachärzte für diesen enorm anstrengenden Einsatz zu gewinnen. 4 Ärzte aus verschiedenen Fachdisziplinen waren dabei: eine Gynäkologin, ein Kinderarzt, ein Hals-Nasen-Ohren-Arzt und ein Radiologe. Unterstützt wurden sie von einem Allgemeinmediziner, der in Mugu District im Ratapani Health Centre angestellt ist. Die Ärzte behandelten so viele Patienten wie möglich und gingen dafür jeden Tag bis an ihre Grenzen. So



Back to Life implementiert Health Camps bereits seit 2011. Die Health Camps von Back to Life werden in weit abgelegenen Dörfern abgehalten und sind für die Bevölkerung im Mugu Distrikt oft die einzige Möglichkeit, (fach)ärztlich behandelt zu werden. Im letzten Jahr aufgrund der Pandemie nicht möglich, haben die Health Camps 2021 eine umso größere Bedeutung. Mit vielen der teilnehmenden Ärzte arbeiten wir regelmäßig zusammen.

Das Health Camp 2021 in Zahlen:

- BEHANDELTE PATIENTEN: 2861
- DAVON MÄNNLICH: 718
- DAVON WEIBLICH: 2143
- DAVON KINDER U5: 220
- DAVON SENIOREN Ü64: 254
- ÜBERWEISUNGEN: 309



schaften sie es, 2861 Kinder, Frauen und Männer aus den umliegenden Dörfern zu untersuchen. Die Krankheiten, die dabei diagnostiziert werden konnten, wurden so weit wie möglich auch an Ort und Stelle behandelt. Viele Rezepte wurden dafür ausgestellt und die erforderlichen Medikamente durch eine „pop-up“ Apotheke, die mit knapp 100 verschiedenen Präparaten ausgestattet war, zur Verfügung gestellt. Auch ein mobiles Ultraschallgerät war mit im Gepäck. Die meisten gesundheitlichen Probleme waren gynäkologischer Natur, gefolgt von Hals-Nasen-Ohren Infektionen, Atemwegs- und Magen-Darmerkrankungen.

ZUM ARZT GEHT MAN NUR „IN LETZTER SEKUNDE“ | Routineuntersuchungen sind in Nepal nicht üblich. Zum Arzt geht man nur, wenn man bereits sehr krank ist. Manchmal wird die Diagnose sprichwörtlich in "letzter Sekunde" erstellt und lebensrettende Behandlungen müssen sofort eingeleitet werden. Dieses Jahr war dies glücklicherweise nicht der Fall – doch es gab viele Patienten, die dringende medizinische Hilfe benötigten, so wie Ramdevi (26), die bereits länger unter Unterleibsschmerzen und anderen schwerwiegenden Symptomen litt. Jedoch scheute sie sich davor, sich von einem männlichen Arzt untersuchen

zu lassen und traute sich nicht, über ihre Probleme zu reden – außer mit einer unserer Hebammen. Sangita Giri, Hebamme in unserem Geburtshaus in Nakharji, redete Ramdevi gut zu und schlug vor, sich beim Health Camp von der weiblichen Gynäkologin Dr. Pinky Shah untersuchen zu lassen. Diesem Vorschlag stimmte die junge Frau bereitwillig zu und erhielt so endlich die dringend notwendige Diagnose und Medikamente.

DIE 16-MONATE ALTE ASHMI IST ENDLICH WIEDER GESUND | Auch Saraswati (23) aus dem Dorf Thamlek war sehr erleichtert, bei dem Health Camp einen auf Pädiatrie spezialisierten

Arzt konsultieren zu können. Ihre 16-Monate alte Tochter Ashmi kämpfte bereits seit Wochen mit Durchfall und auch nach einem Besuch in einer staatlichen Gesundheitseinrichtung wurde es nicht besser. Eine unserer Hebammen erzählte ihr von dem geplanten Health Camp in dem Nachbardorf Aama und riet ihr, ihre Tochter dort erneut vorzustellen. Dr. Subash Shah, ein Kinderarzt aus Kathmandu, untersuchte die Kleine gründlich. Dr. Shah verschrieb Elektrolyte und Antibiotika, um die akuten Probleme in den Griff zu bekommen. Doch er gab Saraswati auch viele wichtige Anweisungen und Ratschläge, wie z.B. das Wasser, welches das Kind trinkt und mit dem Essen zu-

bereitet wird, gründlich abzukochen, den Brei jedes Mal frisch zuzubereiten und bei dem Kind und sich selbst auf Hygiene zu achten, sowie die Hände stets gründlich zu waschen. So können Durchfallerkrankungen effektiv vermieden werden. Nach 4 Tagen hörten Ashmis Durchfälle endlich auf. Eine große Erleichterung für ihre Mutter und den Rest der Familie! Sie konnten Ashmi ansehen, dass sie nun deutlich mehr Energie hatte und sich viel wohler fühlte.



Im Gespräch mit Dr. Arun KC:

25

Können Sie uns die Eindrücke schildern, die Ihnen vom diesjährigen Health Camp in Mugu am meisten im Gedächtnis geblieben sind?

Die zahlreichen Ohreninfektionen waren sehr auffällig. 70-80% der Patienten, die sich bei mir vorstellten, hatten Probleme mit den Ohren. Die Hälfte davon hatte eine Entzündung – Kinder wie Erwachsene, jede Altersgruppe war betroffen. Viele der Betroffenen waren sich zudem gar nicht darüber bewusst, dass dies ein Krankheitsbild und nicht „normal“ ist. Wenn 3 von 4 Kindern in einer Familie eine Ohreninfektion haben, sagt mir das, dass hier ein großer Aufklärungsbedarf besteht. Die häufigen Infektionen sind teilweise auch sekundäre Erkrankungen in Folge einer Erkältung oder Grippe. Dadurch, dass die Familien groß sind und auf engstem Raum zusammenleben, kommt es hier schnell zu Ansteckungen. Außerdem kann das Baden im Fluss oder an verunreinigten Wasserstellen eine Entzündung zusätzlich verschlimmern. Im schlimmsten Fall kann eine schwere oder auch wiederholte Ohreninfektionen zum Gehörverlust führen – manchmal kann dann nur noch eine Operation helfen. Daher ist es wichtig, die Menschen darüber zu informieren, dass diese Krankheit behandelt und vor allem vermieden werden sollte.

Denken Sie, dass die kurzen, oft einmaligen Patientenkontakte in den Health Camps nachhaltig helfen? Was können wir von Back to Life in Zukunft besser machen?

Die Konsultationen laufen natürlich so schnell wie möglich ab, damit wir möglichst viele Menschen behandeln und mit Medikamenten versorgen können an diesen Tagen. Nichtsdestotrotz nehmen wir uns die Zeit, nicht nur die medizinischen Untersuchungen durchzuführen, sondern auch aufzuklären, wie und warum die jeweilige Krankheit entstehen konnte. Wir weisen explizit darauf hin, wie man einem erneuten Auftreten vorbeugen kann und bitten die Patienten, diese Informationen innerhalb der Familie und im Dorf weiterzugeben.

Bei den schweren Fällen klären wir über die möglichen Folgen auf, falls nicht weiterbehandelt wird. Wir stellen auch Überweisungen aus für die weitere Behandlung. Da dies oft schwer umsetzbar ist für die ländliche Bevölkerung, gerade hier in den Bergen, würde ich mir wünschen, in Zukunft auch ambulant zu operieren, wenn wir mit Back to Life hier oben sind.



Mangel und Überfluss

- beides ist höchst ungesund

Autor: Prof. Dr. Madhav P. Bhatta

Ich erinnere mich, als ich ein Sechstklässler in Nepal einen Satz in einem meiner Englisch-Lehrbücher gelesen zu haben, der in Großbritannien gedruckt wurde: „Wenn du zu viel Eis isst, wirst du fett“. Ich konnte nicht verstehen, wie man allein durch das Essen von Eis an Gewicht zulegen sollte. Es war für mich undenkbar, dass jemand „zu viel Eis“ haben und essen kann – genug, um übergewichtig zu werden. Für mich war Eiscreme ein Luxusartikel, den man vielleicht zu einem besonderen Anlass – vielleicht einmal im Jahr – hatte, besonders verfügbar und erschwinglich für jemanden aus einer höheren sozioökonomischen Schicht in Kathmandu, um sich gelegentlich etwas zu gönnen.

Dieser einfache Satz mit einem mir fremden Konzept, das ich in einem Lehrbuch gelesen hatte, verblüffte mich, bis ich ein paar Jahre später zum Studium in die Vereinigten Staaten ging. Der Speiseplan an der Universität sah drei Mahlzeiten pro Tag vor und ich hatte Zugang zu insgesamt sechs Speisesälen. Unter einer großen Auswahl von verfügbaren Speisen konnte ich unter einem halben Dutzend Eissorten auswählen. Wenn ich gewollt hätte, hätte ich von einer einzigen, täglichen Eiscreme-Diät leben können. In dem Moment wurde mir klar, dass ich von einem Leben und Land des Nötigsten zu einem Leben und Land des Überflusses gewechselt war; ich hatte nun verstanden, wie jemand „zu viel Eis essen“ und deshalb übergewichtig oder adipös sein kann.

Der Zugang zu wenig oder viel Nahrung kann zu Unterernährung – oder übermäßiger Ernährung – führen, die sich nachteilig auf die Gesundheit und das Wohlbefinden eines Menschen auswirkt. Innerhalb weniger Monate nahm ich in den Vereinigten Staaten etwa 7-10 kg zu und weil ich jung war, wuchs ich sogar noch einige Zentimeter. Mein Gewicht und meine Größe, die ich in den Vereinigten Staaten zugenommen hatte, brachten mich wahrscheinlich näher an den in allgemein als „normal“ definierten Bereich von anthropometrischen Messungen heran, da ich zum Zeitpunkt meiner Ankunft aus



Madhav P. Bhatta, Professor für Epidemiologie und globale Gesundheit an der Kent State University in den USA, ist in einem ländlichen Bergdorf im Westen Nepals geboren und aufgewachsen. Madhav Bhatta erhielt von der University of Pennsylvania seinen Master of Public Health (Epidemiologie und Globale Gesundheit) und erlangte seinen Doktorgrad in Epidemiologie an der University of Alabama in Birmingham, USA.

Prof. Dr. Bhatta fungiert ehrenamtlich als Gesundheitsexperte für Back to Life. Er unterstützt uns mit Rat, wenn es um medizinische Fragen oder die Entwicklung von Gesundheitskonzepten geht.

Nepal eher dünner und kleiner war. Seit meiner Ankunft in den USA musste ich nun aktiv dafür sorgen, nicht in das andere Ende des Spektrums der Mangelernährung überzugehen – d.h. Übergewicht – durch leichten Zugang zu „zu viel Eis“.

Wenn man sich in einem Land des Überflusses wie den Vereinigten Staaten oder Deutschland befindet, ist es natürlich schwierig, die Realität der Knappheit und Entbehrung an Orten wie Nepal zu ergründen. Genauso wie es mir in Nepal schwer fiel, zu begreifen, dass es an manchen Orten auf der Welt „zu viel Eis“ geben kann. Die Wahrheit ist, dass viele Kinder in Nepal immer noch an Unterernährung leiden. Infolgedessen sind viele von ihnen *stunted* – d.h. zu klein für ihr Alter – oder *wasted* – d.h. sie haben ein zu geringes Gewicht für ihre Größe. Tatsächlich ist jedes dritte Kind unter fünf Jahren in Nepal zu klein für sein Alter. Das *stunting* ist eine Folge chronischer Unterernährung, ein irreversibler Zustand, der das körperliche und kognitive Wachstum eines Kindes buchstäblich hemmt. Jedes zehnte Kind unter fünf Jahren in Nepal ist *stunted*, was ein Hinweis auf akute Unterernährung bei Kindern ist. *Wasting* ist bei einem Kind oft ein Produkt der kombinierten Auswirkungen einer unzureichenden oder unangemessenen Nahrungsaufnahme und einer akuten Krankheit wie Durchfall, Masern oder einer Atemwegsinfektion.

Eine gute oder ausgewogene Ernährung, bestehend aus einer ausreichenden Menge an hochwertigen Nahrungsmitteln, während der Kindheit ist für das Überleben und das Gedeihen eines Kindes unerlässlich. Die negativen Auswirkungen der Mangelernährung bei Kindern sind weitreichend und lang anhaltend. Tatsächlich können die Auswirkungen von Unterernährung bei Kindern lebenslang und sogar generationsübergreifend sein; sie wirkt sich nicht nur auf die Gesundheit und das Wohlergehen eines einzelnen Kindes aus, sondern auch auf das allgemeine soziale und wirtschaftliche Wohlergehen von Familien und Gemeinschaften.

Gut ernährte Kinder sind besser in der Lage, körperlich und geistig zu wachsen, zu lernen und im Krankheitsfall belastbar zu sein. Tatsächlich trägt Unterernährung weltweit am meisten zum Tod von Kindern unter fünf Jahren bei, da sie die Anfälligkeit für Infektionen erhöht und sich die Kinder in der Folge nur langsam von ihnen erholen können. Umgekehrt tragen wiederholte Erkrankungen wie Durchfall und akute Atemwegsinfektionen zur Unterernährung von Kindern bei. Oft geraten Kinder in einen Teufelskreis von sich gegenseitig bedingender verschlimmernder Unterernährung und Erkrankung.

Unterernährung wirkt sich auf die Schulbildung eines Kindes und den allgemeinen Bildungsstand aus. Wachstumsverzögerungen und Mikronährstoffmangel wie Vitamin-A-Mangel oder Eisenmangelanämie bei Kindern können zu kognitiven Beeinträchtigungen führen, die Abwehrfähigkeit verringern und somit eine Infektion verlängern. Außerdem kann sich ein hungriges Kind in einem Klassenzimmer nicht gut konzentrieren. Infolgedessen kann ein unterernährtes Kind verzögerte Einschulung, hohe Fehlzeiten, Rückstand und Klassenwiederholung sowie insgesamt geringere schulische Leistungen vorweisen. Ein unterernährtes Kind kann mit geringeren wirtschaftlichen Aussichten und einem höheren Armutsrisiko heranwachsen und so den Kreislauf aus wirtschaftlicher Armut und Unterernährung für die nächste Generation fortführen.

Ein großer Teil der nepalesischen Kinder – insbesondere in ländlichen Gebieten wie der Provinz Karnali mit dem Distrikt Mugu – leidet an chronischer Unterernährung und ist infolgedessen im Wachstum und der Entwicklung körperlich und kognitiv gehemmt. Die frühkindliche Unterernährung dieser Kinder setzt sich oft bis ins Schulalter, die Adoleszenz und das Erwachsenenalter fort und die kumulativen schädlichen Auswirkungen der Unterernährung halten während des gesamten Lebens und möglicherweise der nächsten Generation an, insbesondere für Mädchen.

Wenn ein Mädchen, zum Beispiel in Mugu, eine Unterernährung in der Kindheit überlebt, kann sie zu einer kleinwüchsigen Frau mit schmalen Becken heranwachsen, in Armut versinken und als Erwachsene immer noch unterernährt sein. Wenn sie in einem unterernährten Zustand schwanger ist und zum Beispiel unter Eisen- oder Vitamin-A-Mangel leidet, steigt ihr Risiko für Komplikationen in der Schwan-



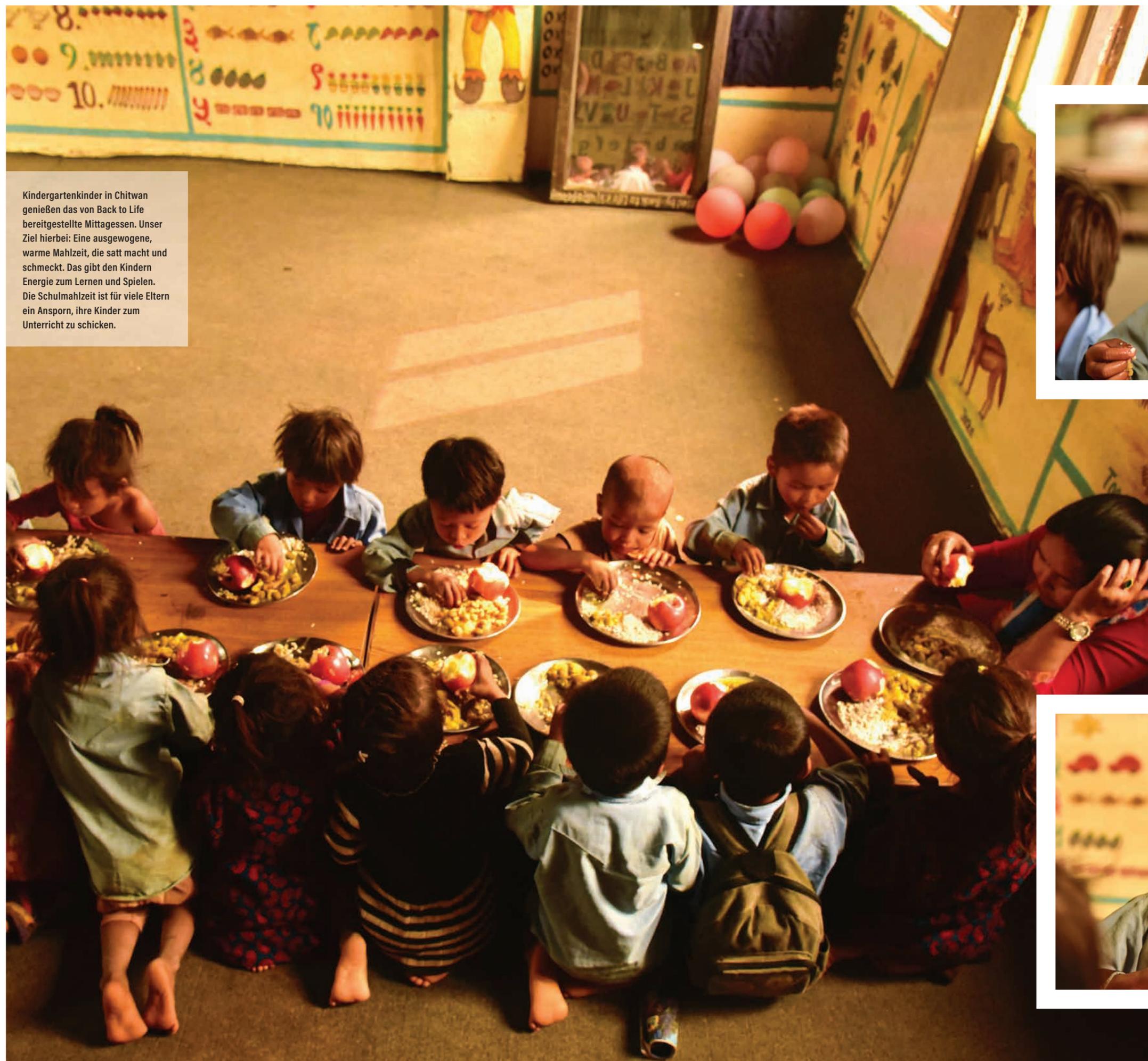
gerschaft erheblich, einschließlich Geburtsstillstand, Untergewicht des Neugeborenen, schweren Blutungen nach der Geburt und im schlimmsten Falle dem Tod. Ein Kind mit niedrigem Geburtsgewicht oder ein Frühgeborenes hat ein höheres Risiko für den frühzeitigen Tod oder andere nachteilige gesundheitliche Auswirkungen, einschließlich Wachstumsverzögerungen und andere Krankheiten während der gesamten Kindheit und Jugend und bis ins Erwachsenenalter. Somit setzt sich der Teufelskreis zwischen den Generationen aus Armut, Unterernährung und ungünstigen Schwangerschaftsausgängen fort.

Auf den ersten Blick sind die unmittelbaren Ursachen der Unterernährung bei Kindern – und die daraus resultierenden Folgen von *stunting* oder *wasting* bei Kindern – „einfach“: unzureichende oder unangemessene Nahrungsaufnahme und wiederkehrende Krankheitsschübe wie Durchfall oder akute Atemwegsinfektionen. Diese unmittelbaren Ursachen sind jedoch nur die Spitze einer Pyramide komplexer wirtschaftlicher, sozialer, ökologischer und kultureller Einflussfaktoren, die das Fundament dieses hartnäckigen Gesundheitsproblems bilden.

Die Ursachen der Mangelernährung von Kindern liegen vor allem in unzureichender Ernährungspraxis, der ressourcenbedingten Ernährungsunsicherheit im Haushalt und dem unzureichenden Zugang zu grundlegenden Gesundheitsdiensten. Daher müssen nachhaltige Lösungen für das Problem der Mangelernährung von Kindern vor allem diese grundlegenden Ursachen angehen, die zum generationsübergreifenden Kreislauf der Mangelernährung in Nepal beitragen.

Back to Life trägt durch unterschiedliche Ansätze zur Verbesserung dieses multifaktoriellen Problems bei, z.B. durch die Projekte im Bereich der Mutter-Kind Gesundheit, die Initiative zur Förderung von sauberem Trinkwasser, Zugang zu Schulmahlzeiten, Zugang zu sauberer Energie, aber vor allem auch durch die Projekte im Bereich Einkommensförderung und Landwirtschaft, denn eine nachhaltige und gesunde Ernährung kann auch durch die Diversifizierung der landwirtschaftlichen Produktion von Kleinbauern erreicht werden und anderweitige Einkommensförderung. So trägt die Arbeit von Back to Life auf unterschiedlichen Ebenen nachhaltig dazu bei, dass die Kinder in Nepal weniger unter Mangel- und Unterernährung leiden müssen.

Kindergartenkinder in Chitwan genießen das von Back to Life bereitgestellte Mittagessen. Unser Ziel hierbei: Eine ausgewogene, warme Mahlzeit, die satt macht und schmeckt. Das gibt den Kindern Energie zum Lernen und Spielen. Die Schulmahlzeit ist für viele Eltern ein Ansporn, ihre Kinder zum Unterricht zu schicken.



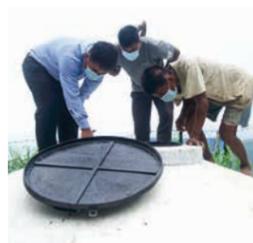
Projekt erfolgreich durchgeführt: Zwei Dörfer freuen sich über sicheres Trinkwasser

Wie wir in den letzten beiden Namaste-Hefen berichteten, widmen wir uns einem sehr wichtigen, neuen Projekt: der Trinkwasserversorgung. Nun sind die ersten beiden der geplanten 12 Wassersysteme fertiggestellt:

SAUBERES WASSER FÜR EIN INDIGENES VOLK | Im Süden Nepals, im Tiefland freute sich das Dorf Dhamili über das erste fließende, saubere Wasser im Mai 2021. Für die verarmte, indigene Bevölkerung ist das ein Schritt in eine bessere und gesündere Zukunft. 17 km Rohrleitungen haben wir unter der Erde verlegt und 58 neue Wasserstellen für die 125 in den Hügeln verstreuten Haushalte geschaffen. Auch die Dorfschule erhielt eine weitere Wasserstelle, die ausreichend Trinkwasser für die 117-köpfige Schülerschaft bereithält.

Die Frauen und Mädchen Dhamilis mussten früher üblicherweise pro Tag um die zwei Stunden aufbringen, um das Wasser für den täglichen Gebrauch im Haushalt zu besorgen. Viele trugen das Kochgeschirr und die Wäsche zum Bach, um dort zu waschen. „Die Kinder badeten im schlammigen Bachwasser und tranken auch davon. Sie litten oft unter Fieber, Durchfall und Hautproblemen. Ich bin mir sicher, wir werden ab jetzt weniger Krankheiten haben.“, sagt Kamal Praja, Lehrer an der Dhamili Schule.

WASSER DEM GEBIRGE ABGETROTZT | Die Frauen des Bergdorfes Shreekot in Mugu mussten täglich einen beschwerlichen Weg zur nächstgelegenen Wasserquelle auf sich nehmen, auch im Winter bei Minusgraden. Die Quelle lag 4 km entfernt, im Hochgebirge eine echte Anstrengung im steilen Gelände. Von dort trugen sie die schwere Last (40 Liter pro Wegstrecke) über die getrampelten Bergpfade nach Hause. Oft war das Wasser, bis es daheim ankam, verschmutzt.



„Wir wussten kaum etwas über die Bedeutung von sauberem Wasser. Für uns war schlamm- bzw. sandfreies Wasser sauberes Wasser. Bis jetzt wurden wir wegen Wasser aus Bächen oft krank. Früher haben wir übernatürliche Dinge dafür verantwortlich gemacht. Mit der Zeit verstanden wir mehr und machten uns Sorgen um unsere Gesundheit, aber wir hatten keine sicheren Trinkwasserquellen. Ich bin Back to Life und sehr dankbar, dass wir diese Ängste nun hinter uns lassen können.“

Der Durchfall fordert immer noch die meisten Todesopfer in den Bergen. Da jeder Tropfen des herbeigetragenen Wassers zum kostbaren Gut wurde, vernachlässigten die Dorfbewohner die Hygiene und litten gesundheitlich unter den Folgen.

Die Bauzeit spannte sich von August 2020 bis Juli 2021. Durch die Abgeschiedenheit, den Mangel an Infrastruktur und Strom sind solche Bauprojekte im Hochgebirge stets eine große Herausforderung. Statt Maschinen kommt die Spitzhacke zum Einsatz, ein mühsamer Prozess. 5,3 km Rohrleitungen wurden per Hand in dem felsigen Grund verlegt. Schwerstarbeit von A-Z. Die Quelle liegt auf fast 3000 Metern, das Gelände ist unwegsam und außerdem sind es eineinhalb Tage strammer Fußmarsch durch die Berge, um das benötigte Material von der kleinen Bezirkshauptstadt Gamgadhi nach Shreekot zu bringen.

DIESES PROJEKT TRÄGT ZU DEN ZIELEN DER VEREINigten NATIONEN FÜR NACHHALTIGE ENTWICKLUNG IM RAHMEN DER AGENDA 2030 BEI.

Weil während der immer wiederkehrenden Corona-Lockdowns zu wenig Arbeitskräfte zur Verfügung standen, trieben die Frauen Shreekots den Transport der Materialien und den Bau selbst tatkräftig voran. Insgesamt entstanden 6 Wasserstellen. Selbstverständlich haben wir auch die Dorfschule angeschlossen, 140 Schüler und Schülerinnen freuen sich über ausreichend Trinkwasser.

Alle 94 Haushalte, rund 500 Menschen im Dorf können nun entweder direkt vor dem Wohnhaus oder innerhalb von max. 5 Minuten Gehweg sicheres Trinkwasser nutzen.

Die Dorfbewohner wurden von uns in der Instandhaltung des Wassersystems geschult und können reguläre Wartungs- und Reinigungsarbeiten selbst durchführen. Beide Dörfer wählten demokratisch je eine „Water User Group“ bestehend aus Frauen und Männern, die regelmäßig zusammenkommt. Pro Familie wird monatlich ein geringer Betrag von der „Water User Group“ eingesammelt, um die Erhaltungskosten auch in Zukunft sicherzustellen.

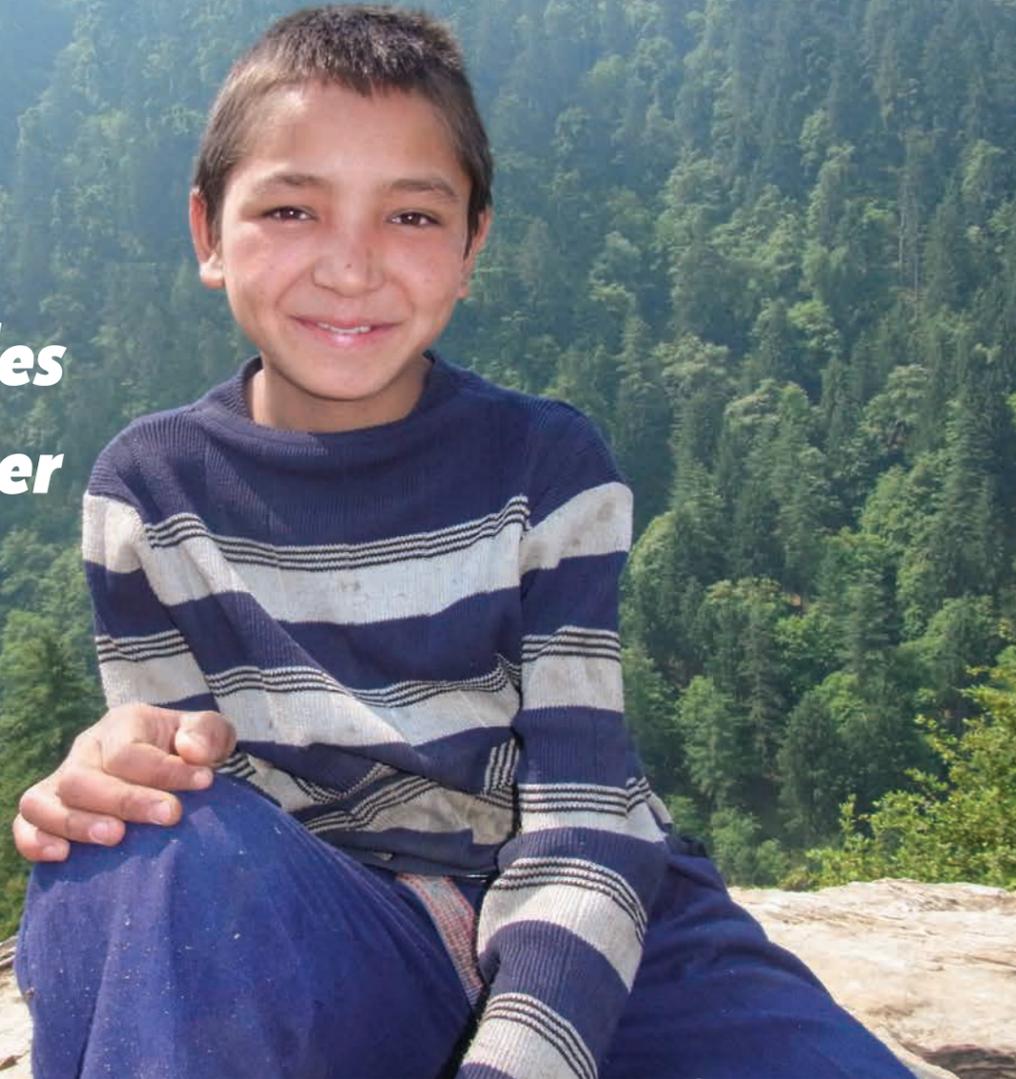
Zugang zu sauberem Trinkwasser:

- IST EIN MENSCHENRECHT
- IST AKTIVE GESUNDHEITSVORSORGE FÜR JUNG UND ALT
- VERBESSERT DIE HYGIENESTANDARDS IM DORF
- IST „WOMEN EMPOWERMENT“, DENN DIE TÄGLICHE ZEITERSPARNIS KÖNNEN FRAUEN FÜR PRODUKTIVE AKTIVITÄTEN VERWENDEN
- VERHINDERT KÖRPERLICHE LANGZEITSCHÄDEN DURCH DAS TÄGLICHE LASTENTRAGEN FÜR FRAUEN UND MÄDCHEN
- REDUZIERT DURCHFALLERKRANKUNGEN DER KINDER UND DAMIT AUCH FEHLTAGE IN DER SCHULE
- ERLEICHTERT DEN KLEINBAUERN DES DORFES DEN ANBAU VON LANDWIRTSCHAFTLICHEN ERZEUGNISSEN UND DIE VIEHHALTUNG

A young girl with dark hair, wearing a black and white patterned sweater and yellow patterned pants, stands next to a concrete water tap. She is holding a small brass cup. The background is a lush, green landscape with banana trees and other tropical plants. In the distance, there are mountains shrouded in mist. A white bucket is visible on the ground near the tap.

Wasser bedeutet Überleben und Gesundheit für die Menschen sowie Vitalität und Wachstum für ein ganzes Dorf. Corona zeigt es deutlich: Jeder braucht Zugang zu Wasser. Bitte helfen Sie mit - durch eine Projektpatenschaft oder eine Spende. Wasser darf kein Luxus bleiben.

Jetzt wird alles einfacher



Das Leben des 14-jährigen Prem war bisher gar nicht einfach. Ob in der Schule, beim Spielen mit Freunden oder zu Hause in der Küche - der Junge muss immer besonders auf seinen Körper achten. Denn bereits eine kleine Verletzung kann bei ihm zu einer langanhaltenden Blutung führen. Nicht das Einzige: Immer wieder schwellen seine Hände und Beine an, manchmal sogar der ganze Körper des Jungen. So war eine unbeschwertere Kindheit ausgeschlossen. Bis vor Kurzem wussten Prem und seine Eltern nicht einmal, warum das so ist.

PREMS KRANKHEIT IST BEHANDELBAR | Back to Life konnte der Familie helfen. Wir brachten Prem aus dem Hochgebirge nach Kathmandu, wo er eingehend untersucht und behandelt wurde. Es stellte sich heraus,

dass er unter Hämophilie leidet. Das Blut in seinem Körper gerinnt nicht so schnell wie bei anderen Menschen. Er ist weiterhin in medizinischer Behandlung, die wir eng begleiten und die sich seine Familie sonst nicht leisten könnte.

ALLE HELFEN MIT BEIM FAMILIENGESCHÄFT | Prem lebt mit seinen Eltern Bachu und Karna sowie seinen drei jüngeren Schwestern Sarita, Bimala und Kamala im Dorf Kaba in Mugu. Der 14-Jährige ist sehr hilfsbereit und freundlich. Wenn er von der Schule nach Hause kommt, unterstützt er seine Eltern. Er holt Wasser vom Brunnen, schneidet Gemüse in der Küche für den Restaurantbetrieb oder achtet auf den Reiskocher. Die Familie betreibt seit Kurzem ein kleines Straßenres-



Prem während des Unterrichts in der Schule.



taurant. Es ist zu ihrer Lebensgrundlage geworden. Dank unserer Einkommensförderung konnten sie das kleine Restaurant aufbauen. Es läuft gut, weil es an einer der wenigen Straßen Mugu liegt und viele Gäste dadurch auf einen Imbiss (wie Chowmein-Nudeln, gekochte Eier, Fladenbrot, Kartoffeln und Reiscurry) oder einen Tee einkehren. Bereits nach dem ersten Monat trug sich der Betrieb von selbst und die Familie kann sogar etwas Geld für Notfälle zur Seite legen. So wird die Familie in Zukunft ganz unabhängig von äußerer Hilfe den Herausforderungen und Kosten von Prem's Krankheit begegnen können. Sie fühlen sich gestärkt dadurch.

PREM SCHMIEDET AN HOHEN ZIELEN | Der Fünftklässler ist froh, dass er nach dem zweiten Lockdown wieder zur Schule gehen kann. Prem's Lieblingsfächer sind Nepali, Mathe und Englisch. Ihm ist es sehr wichtig, dass er gute Noten bekommt. Denn Prem möchte später einmal eine medizinische Laufbahn einschlagen, am liebsten will er Arzt werden, damit er anderen Menschen helfen kann - so wie ihm die Ärzte in Kathmandu mit seiner Krankheit geholfen haben.



Die Eltern von Prem betreiben ein Restaurant, er hilft ihnen manchmal bei der Zubereitung von Speisen und Tee.





Geschichtenerzähler

Die Tradition des Geschichtenerzählens wird in Nepal in so gut wie jeder Familie praktiziert. Abends versammelt sich die Familie und das Familienoberhaupt erzählt Märchen, Sagen, religiöse oder wahre Geschichten aus dem Leben. Besonders die Kinder werden dabei angesprochen.

des Himalaya

Der oder die Erzählerin imitiert Stimmen, erzählt lebendig und unterhaltsam. Das Geschichtenerzählen hat einen festen Platz im Alltag der Familien im ganzen Land. Heutzutage ist es immer noch dort verbreitet, wo moderne Unterhaltungsmedien noch keinen Einzug in das Familienleben genommen haben. Daher wird das Geschichtenerzählen noch immer besonders häufig in Mugu und dem Rest der Karnali Region praktiziert.

Während der Corona-Pandemie hat die Regierung in Nepal die Schulen so lange wie kaum ein anderes Land geschlossen. Gerade in dieser schwierigen Zeit stellt das Geschichtenerzählen im Kreise der Familie eine wichtige Form des informellen Lernens außerhalb der Schule dar. Die volkstümlichen Geschichten sind Teil des traditionellen Wissens in Nepal und beinhalten Themen, die vor allem für die ländliche Bevölkerung noch immer relevant sind.

Die Geschichten ihrer Großeltern machen Lust auf mehr und so besuchen die Kinder regelmäßig die kleine, öffentliche Bibliothek, den „Loharbada Reading Room“, welche von Back to Life im Jahr 2012 eingerichtet wurde und an das Geburtshaus angeschlossen ist. So versuchen sie, so gut es möglich ist, auch während des anhaltenden Lockdowns zu lesen und neues Wissen zu erlangen.

An diesem Abend erzählt der Großvater seinen Enkeln im Dorf Loharbada in der abgelegenen Bergregion von Mugu folgende Geschichte:

sie in verschiedenen Häusern lebten, organisierten sie ihr Dorfleben als Gemeinschaft. Sie wählten einen Thakali als Oberhaupt der Gemeinde. Alle Aktivitäten im Dorf wurden früher von den Thakali geleitet. Nach alter Tradition betrieben diese Familien keinerlei Landwirtschaft. Ihre Hauptbeschäftigung war das Singen und Tanzen zur Unterhaltung der anderen. Dafür erhielten sie Mahlzeiten und Geld als Entlohnung. Sie sangen und tanzten bei Festen und verschiedenen Jahrmärkten sowie bei Familienritualen wie Namensgebungen und Hochzeiten oder auch in den Häusern reicherer Familien, die in den umliegenden Dörfern wohnten.

Sie teilten ihre Engagements auf faire Weise auf, damit jeder mal an die Reihe kam. Nach einigen Jahren nahm jedoch die Bevölkerung der Bhand zu und es war

*„Wir verstehen alles im menschlichen Leben durch Geschichten.“
Jean-Paul Sartre*

nun nicht leicht für sie, von diesem geringen Einkommen zu leben. Deshalb saßen eines Tages alle Haushaltsvorstände zusammen und hielten eine Versammlung am Haus des Thakali ab. Schließlich beschlossen sie, erwachsene Männer aus jeder Familie in kleinen Gruppen an weit entfernte Orte zu schicken, um dort Geld zu verdienen. Dorthin, wo sie niemand kannte, damit man sie nicht nur für die Unterhaltung beauftragen würde, sondern auch andere Arbeiten verrichten ließe.

Den Anfang machten zwei Gruppen von je zehn Personen. Eine Gruppe ging nach Süden bzw. Madhesh, welches die Terai-Region und Indien umfasst und die andere

Gruppe ging nach Norden Richtung Tibet. Sie machten sich am frühen Morgen auf die Reise, als es noch dunkel war.

Die erste Gruppe erreichte am späten Nachmittag das Ufer des mächtigen Karnali-Flusses. Da es keine Brücke gab, schwammen sie über den Fluss. Als sie die andere Seite des Flusses erreichten, zählte einer von ihnen die Anwesenden, um sicherzustellen, dass alle noch da waren und niemand beim Hinüberschwimmen verloren gegangen war. Er zählte „eins, zwei, drei, ... neun“. Er fand die zehnte Person nicht und war besorgt. Er wandte sich ängstlich an die Gruppe: „Oh Leute, ich glaube, der Karnali hat einen von uns verschluckt!“. Jeder zählte noch einmal, aber niemand konnte den Zehnten ausmachen. Schließlich kamen sie zu dem Schluss, dass einer von ihnen vom Fluss mitgenommen wurde. Der Verlust ergriff sie schwer und die mit besonders weichen Herzen weinten laut.

Ein Weiser kam zu dieser Zeit am Ufer des Flusses vorbei. Als er die Gruppe der Bhand bitterlich weinen sah, fragte er: „Warum weint ihr so verzweifelt? Was ist bei euch schiefgelaufen?“ Die Dorfbewohner antworteten: „Wir waren zehn Leute, bevor wir auf die andere Seite des Flusses kamen. Jetzt sind wir nur noch neun Leute.“ „Wer ist nicht hier unter euch?“, fragte der Weise. „Das wissen wir nicht“, antwortete einer von ihnen. „Wir waren zehn, aber nun zählen wir nur noch neun.“

Der Weise hörte ihren Erklärungen schweigend zu. Dann lächelte er geheimnisvoll. „Seid ihr sicher, dass einer von euch verloren ist?“, fragte er. Sie antworteten: „Karnali hat ohne Frage einen von uns verschluckt, Baba. Was können wir tun?“ Sie begannen wieder laut zu weinen.



Geschichten, die die Phantasie auf Reisen gehen lässt.

Sie wussten nicht, was sie der Familie des Vermissten und dem Rest des Dorfes berichten sollten. Der Weise bat sie, ihre Gruppe noch einmal zu zählen. Auch diesmal kamen sie zu dem Schluss, dass sie nur neun Personen waren. Der Weise sagte: „Weine nicht. Ich werde euren verlorenen Freund zurückbringen.“

Der Weise zählte einen nach dem anderen, indem er ihre Schultern festhielt, sie von der Gruppe trennte und an die Seite stellte. Zehnmal wiederholte er seine Zählung und jedesmal kam er bei zehn Personen an. Die Gruppe staunte über diese Magie. „Oh Baba, du hast unseren verlorenen Freund mit deiner mystischen Kraft zurückgebracht. Wo hast du ihn gefunden?“, fragte einer unter ihnen. Der Weise enthüllte: „Ich habe überhaupt keine Zauberei ausgeführt. Der Vermisste war jeder von euch.“ Er erklärte weiter: „Schau, dein verlorener Freund warst du selbst. Jedes Mal, wenn du es versucht hast, hast du nur die Freunde vor dir gezählt. Aber du hast vergessen, dich selbst mitzuzählen.“

Daher sollte niemand das „Selbst“ vergessen. Wer das „Selbst“ vergisst, muss leiden und jammern wie ihr.“

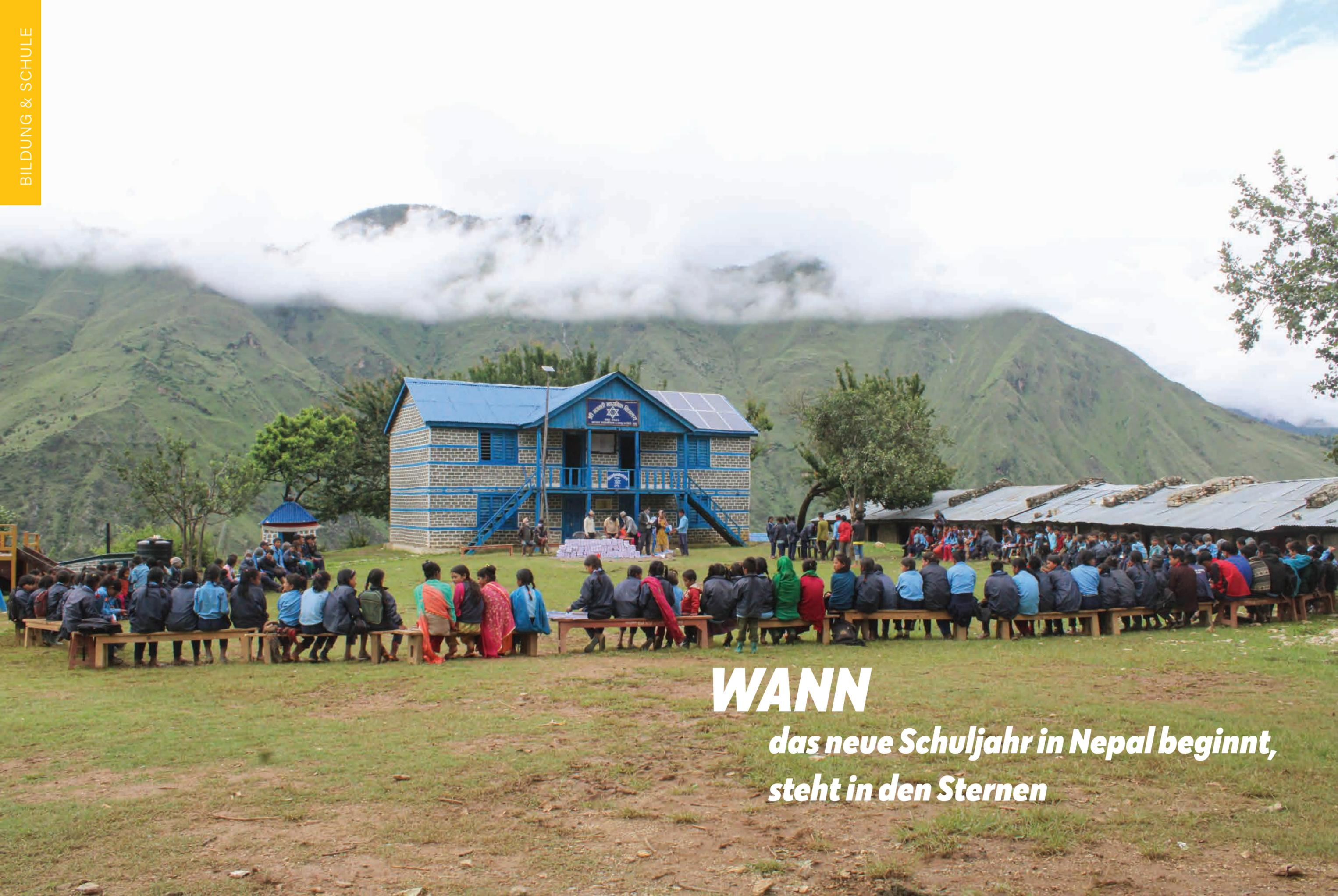
Die Worte des Weisen erleuchteten die zehn Erwachsenen der Bhand. Sie setzten ihre Reise mit Freude und großer Zufriedenheit fort. Auch der Weise setzte seinen

Weg fort. So inspirierte der Karnali-Fluss die armen Bhand-Erwachsenen dazu, sich selbst zu erkennen. Bis heute wird der Karnali-Fluss als Quelle der Erleuchtung verehrt.“



In dem hochgelegenen Bergdorf Loharbada ist es rund ums Jahr abends und nachts sehr kalt. Damit der Großvater dennoch eine Geschichte erzählen kann, wird er in eine dicke Decke gepackt. Meghe Kami (78) mit seinen Enkelkindern Karishma (10), Akkal (8), Yash Kumar (8) und Mahesh (8).

Es war einmal ein kleines Dorf in Mugu am Ufer des Karnali-Flusses in den Bergen im Westen Nepals. Dort lebten mehrere Familien der Kaste Bhand. Obwohl



WANN

*das neue Schuljahr in Nepal beginnt,
steht in den Sternen*



Das neue Gebäude an der Bhagawati Schule wurde von Back to Life 2018/19 auf knapp 2000 Metern erbaut.



Als Teil der Schulpatenschaften erhalten knapp 4000 Kinder jedes Jahr Schulhefte und andere Schreibmaterialien.



Doch dieses Jahr muss der Beginn des neuen Schuljahres erneut warten. Die Pandemie beschäftigt uns alle nun schon seit 18 Monaten, doch die Schulkinder in Nepal sind in ganz besonderem Maße von den Herausforderungen der Pandemie getroffen.

Stellen Sie sich vor, die Corona-Pandemie gäbe es nicht und die Welt würde sich weiterdrehen wie vor 2020. In diesem Fall würden wir an dieser Stelle über das erst kürzlich begonnene neue Schuljahr in Nepal berichten und Fotos fröhlicher Schulkinder zeigen. Wir könnten Ihnen erzählen, wie sehr sich die Schulkinder auf die neuen Erfahrungen freuen, die Jüngsten wären gerade frisch eingeschult und manche ältere Schüler und Schülerinnen hätten bereits den Wechsel in die Oberstufe vollzogen. Wir würden von den Aktionen berichten, die wir jedes Jahr an unseren Projektschulen umsetzen, dass wir mittlerweile knapp 4000 Kinder direkt mit Schulstipendien fördern und insgesamt mehr als 9.000 Kinder in Mugu, Chitwan und Nuwakot von unseren Projekten profitieren.

Seitdem im April 2020 der erste Lockdown in Nepal verkündet wurde, konnten die Schulen zusammengerechnet für nicht länger als 3 Monate für die Schüler öffnen, die restliche Zeit waren sie ausnahmslos geschlossen. Insgesamt haben die Schüler in Nepal ganze 61 Wochen an Unterricht verpasst, der nun nicht mehr aufzuholen ist. Konnte in Ländern wie Deutschland der Schulbetrieb wenigstens online noch zu einem gewissen Teil aufrecht erhalten werden, ist das nepalesische öffentliche Bildungssystem nicht im Ansatz den Herausforderungen von monatelangem Homeschooling gewachsen. Zwar können einige, vor allem private Schulen, ihren Schülern Online-Angebote machen, die überwiegende Mehrheit der Schulen allerdings hat keine Möglichkeit, den Kontakt zu ihren Schülern zu halten. Anfang August sind die Schulen mittlerweile seit 4 Monaten am Stück geschlossen.



Auch die Abschlussklassen leiden gewaltig unter den Restriktionen, zum zweiten Mal in Folge nach 2020 konnten in diesem Jahr die Abschlussprüfungen nach der 10. und 12. Klasse nicht stattfinden. Zwar erlaubt das Bildungsministerium den Lehrern, die Schüler nach internen Kriterien zu bewerten, doch ohne Präsenz in den Klassen fehlt den Lehrern hier oftmals schlicht die Bewertungsgrundlage. Ursprünglich war das neue Schuljahr vom April nur auf den Juli verschoben worden. Doch durch die zweite Corona Welle, die aus Indien nach Nepal schwappte, haben sich diese Pläne nun zerschlagen.



Das Ende des Lockdowns in Nepal ist am 24. August 2021 angekündigt, doch dessen Verlängerung ist nicht auszuschließen. Back to Life wird auch in diesem Jahr die Schulkinder in unseren Projektgebieten unterstützen. Wo es das Infektionsgeschehen zulässt, werden unsere Projektmitarbeiter vor Ort zusammen mit den Lehrern daran arbeiten, den Kindern zumindest eine Alternative zum Präsenzunterricht anzubieten. Wir werden von Tür zu Tür gehen, sie mit Lernmaterialien ausstatten und unter den gängigen Abstandsregeln Kleingruppen organisieren, in denen sich Schüler und Lehrer unter freiem Himmel austauschen können. Wir werden keines dieser Kinder aufgeben und unseren Beitrag dafür leisten, dass die Schulkinder nach dieser entbehrlichen Zeit wieder den Anschluss finden können.



Reading

Lese- und Sprachkompetenzen öffnen die Türen zur Welt. Deshalb engagieren wir uns seit diesem Jahr mit einer neuen Initiative an Schulen: die Back to Life-Leseclubs. Denn Lesen fördert emotional wie intellektuell, stärkt die Assoziationsfähigkeit, die Auffassungsgabe und nicht zuletzt das Selbstbewusstsein. Alles Punkte, die die Kinder in unseren Projektgebieten noch besser für ein eigenständiges Leben befähigen und ihre Chancen mit jeder Zeile verbessern helfen.



Clubs

„Lesen stärkt die Seele.“ Voltaire



DREI SPRACHEN AUF EINMAL | In den Schulen unserer Projektgebiete Mugu, Chitwan und Nuwakot werden die Kinder hauptsächlich in Nepali unterrichtet und können meist nicht sehr gut Englisch lesen und sprechen. Dazu kommt ihr Heimatdialekt als dritte Sprache – alles zusammen eine echte Herausforderung, der wir mit der Idee unserer Leseclubs als aktive Förderung begegnen. Diese darf man sich so vorstellen: In einigen Schulen unserer Projektgebiete haben wir Bibliotheken eingerichtet oder die bereits vorhandenen mit weiteren Büchern ausgestattet. Ausgewählte Kinder, die eine Förderung ihrer Lesefähigkeit benötigen, kommen in kleinen Gruppen à 10-12 an zwei Tagen pro Woche in den von einem Lehrer oder einer Lehrerin betreuten Leseclub, der aktiv moderiert und begleitet wird – manchmal sind auch Mitarbeitende von Back to Life mit dabei. Zuerst wird den Kindern vorgelesen, dann lesen die Kinder selbst laut vor – die Geschichten dürfen die Mädchen und Jungen selbst frei wählen. Die Kleineren entscheiden sich anfangs eher für Bücher in Nepali und steigen dann irgendwann auf Englisch um, die Älteren lesen oft gleich Englisch.



Allen gemeinsam ist, dass sie sich mit viel Engagement einbringen und dabei immer wieder über ihren Schatten wie persönliche Schüchternheit springen.

DER LESECLUB LOHNT SICH | Neben der Verbesserung des Selbstbewusstseins, das sich mit besserem Lesen in der Regel automatisch einstellt, beurteilen die Lehrkräfte in zeitlichen Abständen ebenso wie die Aussprache, Lautstärke, Flüssigkeit, Fehlerhäufigkeit, Satzzeichen, Schnelligkeit und Akzentuierung. So kann der individuelle Fortschritt jedes Kindes dokumentiert werden. „Ich lese jetzt sogar englische Bücher und kann auch besser Nepali lesen. Der Leseclub hat mich ermutigt, mehr zu lesen“, sagt Bimala Budhthapa, eine Zehntklässlerin von der Schule in Lamru, Mugu.

Dabei setzt unsere Leseförderung oft auch schon sehr viel früher ein. Anisha Lama, eine unserer Stipendiatinnen, ist 10 Jahre alt und besucht die fünfte Klasse an der Thakaltar-Schule in Chitwan. Regelmäßig besucht sie den Leseclub. Mit ihren 11 Freundinnen hat sie schon begeistert verschiedene englische Bücher gelesen und schon nach wenigen Sitzungen konnte man die Veränderungen erkennen. Die Kinder erlangen nach und nach nicht nur eine deutlich bessere Lesefähigkeit, sie können auch im regulären Unterricht leichter mitarbeiten.



Fördern Sie unsere Schulbibliotheken und Leseclubs mit einer Schulpatenschaft bei Back to Life!

Zahlreiche Schulkinder freuen sich auf Ihre Unterstützung!



GRUNDSTEIN FÜR LEBENSLANGES LERNEN | Mit den Leseclubs und Schulbibliotheken hat sich für viele schwächere Kinder nicht nur die Lesekompetenz verbessert. Hatten sie vorher nur wenige Bücher und damit die immer gleichen Texte, können sie nun auf einen ganzen Fundus interessanter und altersgerechter Bücher in Nepali und Englisch zurückgreifen, die sie selbst aussuchen. Damit steigt natürlich auch der Spaß am Lesen. Wir sind also sicher, dass es nicht nur die bereitgestellten Snacks und Getränke sind, die die Kinder für die Leseclubs begeistern und freuen uns, wenn sie sich die Welt nun auch durch Bücher erschließen können. Lesen ist schließlich der wichtigste Grundstein für lebenslanges Lernen.





Damit die harte Feldarbeit sie auch ernähren kann...

Nepal ist eine weitgehend von der Landwirtschaft geprägte Nation. Daten der Internationalen Organisation für Arbeit zufolge sind 68 % der nepalesischen Bevölkerung in der Landwirtschaft tätig, der landwirtschaftliche Sektor trägt dabei 34 % zur gesamten Wertschöpfung des Landes bei. Der Sektor ist jedoch nicht mit der modernen Landwirtschaft westlicher Volkswirtschaften zu vergleichen, ein Großteil der Bauern bewirtschaftet nur ein sehr kleines Stück Land, meist kaum größer als 1 Hektar. Die Klein-

bauern haben außerdem ungenügenden Zugang zu verbessertem Saatgut, neuerer Technologie und Werkzeugen und oft nur begrenzten Zugang zu Märkten, um ihre Erzeugnisse zu verkaufen. Aus diesen Gründen reichen ihre landwirtschaftlichen Aktivitäten allein oft nicht aus, um das ganze Jahr über ihre Familien ernähren zu können. Die Folgen sind u.a. chronische Unter- und Mangelernährung, insbesondere bei Kindern: Laut USAID leiden 36% der Kinder in Nepal unter 5 Jahren an chronischer Mangelernährung oder auf Mangelernährung zurückzuführende Wachstumsstörungen. Bleibende Effekte auf die Gesundheit wie Blindheit oder Hirnschäden können die Langzeitfolgen sein.

bauern haben außerdem ungenügenden Zugang zu verbessertem Saatgut, neuerer Technologie und Werkzeugen und oft nur begrenzten Zugang zu Märkten, um ihre Erzeugnisse zu verkaufen.

Die Landwirtschaft hat für die Ernährung der Familien und die wirtschaftliche Entwicklung eine Schlüsselfunktion, deshalb arbeiten wir stets an neuen und nachhaltigen Konzepten, um die Kleinbauern in unseren Projektregionen dabei zu unterstützen, sich und ihre Familien nachhaltig und selbstverantwortlich ernähren zu können.



Kurzprofil – Birendra Karki, Agrartechniker in Mugu

Birendra Karki arbeitet für Back to Life als Landwirtschaftstechniker im Rahmen unserer Einkommensförderung in Mugu. Er wohnt in Ratapani, einem unserer Projektdörfer. Dort hat er seinen Schulabschluss gemacht und anschließend im Jahr 2016 eine 15-monatige Qualifizierung zum Agrartechniker an der Lokpriya Higher Secondary School, Gamtha, Mugu absolviert. Er hat etwas mehr als ein Jahr als Agrartechniker in Kathmandu gearbeitet und ist nun glücklich, gemeinsam mit Back to Life in seiner Heimatregion zur landwirtschaftlichen Entwicklung beizutragen.

1. Hallo Birendra. Erzähl uns kurz etwas über deinen Hintergrund. Wieso hast du dich für eine Laufbahn als Agrartechniker entschieden?

„Ich heiße Birendra Karki, ich komme aus dem Dorf Ratapani in Mugu und bin 30 Jahre alt. Meine Familie umfasst mit mir zusammen 11 Mitglieder: meine Eltern, meine Frau, meine 4 Söhne, meinen Bruder, seine Frau und deren Sohn. Die Hauptbeschäftigung meiner Familie ist die Landwirtschaft. Wir produzieren Lebensmittel auf unserem eigenen Land. Davon können wir meist gut leben, wir brauchen nicht viel vom Markt dazu kaufen.“

Das Überleben in unserer Gegend ist weitgehend von der Landwirtschaft abhängig. Die Umwelt und die Böden sind günstig



für viele Arten von landwirtschaftlichen Produkten. Die wichtigsten landwirtschaftlichen Produkte in dieser Region sind Buchweizen, Hirse, Gerste, Mais, Bohnen und Kartoffeln. Ich entschied mich, Landwirtschaftstechniker zu werden, um meine Gemeinde zu unterstützen und unsere lokale Landwirtschaft zu fördern. Es gibt sehr viele Familien, die das Potenzial ihrer Felder nicht richtig ausnutzen. Dabei möchte ich helfen.“

2. Wie würdest du die grundlegenden Eigenschaften der Landwirtschaft in Nepal beschreiben und was zeichnet die Landwirtschaft in Mugu aus?

„Die Landwirtschaft ist für die Mehrheit der Menschen in Nepal die Lebensgrundlage. Reis, Weizen, Hirse, Gerste sind die Hauptkulturen in unserem Land. Die meisten Menschen betreiben Landwirtschaft

hauptsächlich für ihr tägliches Leben und produzieren meist nur Getreide. Die meisten landwirtschaftlichen Flächen haben keine Bewässerungssysteme, die Bauern sind auf den Monsun angewiesen. Die Einheimischen haben selten gute Kenntnisse bezüglich wichtiger Umweltfaktoren wie Bodenqualität und Klimawandel, welcher auch hier dazu führt, dass die landwirtschaftliche Produktivität im Land sinkt. Hier müssen wir die Gemeinden unbedingt dabei unterstützen, gegenzusteuern.“

Mugu, ein Bezirk in den hohen Bergen, hat unterschiedliche geografische Schwierigkeiten und Klimazonen. Viele Agrarprodukte aus dem Tiefland können hier nicht oder nur sehr eingeschränkt wachsen. Das Klima Mugus begünstigt jedoch Produkte wie Äpfel, Bohnen, Hirse, Buchweizen oder Gerste. Die Anbau- und Erntephase teilen sich hier in zwei Saisons.“



3. Was sind deiner Meinung nach die größten Herausforderungen für die nepalesische Landwirtschaft im Allgemeinen und für Kleinbauern und Familien in Mugu im Besonderen?

„Es gibt viele limitierende Faktoren für die nepalesische Landwirtschaft. Der geografische Faktor ist dabei der wichtigste. Die Felder sind steil und die Bauern kennen wenige Techniken, um z.B. die für den Anbau nötigen Terrassen anzulegen und so Regenfälle optimal zu nutzen. Obwohl sie von Gülle als natürliches Düngemittel abhängig sind, wissen sie oft noch nicht, wie sie die wichtigen Mikronährstoffe im Dung am besten erhalten können. Sie haben keinen Zugang zu großen Märkten und machen sich wenig Gedanken um den In- und Output ihres „Farming Business“. Sie befinden sich also in einer Art Teufelskreis.“

4. Was sind in deinen Augen die vielversprechendsten Aktivitäten, um die Lebensbedingungen der Landwirte in Mugu zu steigern?

„Am wichtigsten sind Interventionen, die auf eine Änderung der tief verwurzelten landwirtschaftlichen Konzepte abzielen. Es ist elementar, die Kleinbauern auf die Wichtigkeit von Böden, Dünger und organischen Düngemitteln aufmerksam zu machen.“

Neuere Techniken z.B. die Kompostherstellung müssen gelernt und umgesetzt werden. Wir müssen auch den Einsatz von organischen Insektiziden und Pestiziden fördern. Neue landwirtschaftliche Konzepte und Techniken müssen eingeführt werden, um die Produktivität zu steigern. So etwas ist in der Masse sehr schwer zu erarbeiten. Daher



rufen wir zunächst Pilotprojekte für einige wenige Landwirte ins Leben, aus denen wir lernen und die dann als gute Beispiele für andere dienen können.“

5. Hast du schon Erfolgsgeschichten aus deiner Arbeit, die du mit uns teilen möchtest?

Seit 2020 haben wir in Mugu 3680 Apfelbäume mit 81 Kleinbauern und 2700 Zitronenbäume mit 80 Bauern gepflanzt. Das ist eine tolle Erfolgsgeschichte bis jetzt, sie wachsen gut und die Bauern setzen meine Empfehlungen gut um. Sie freuen sich sehr über die Unterstützung, denn sie möchten

in Zukunft ein gutes Einkommen damit erzielen. Außerdem haben wir die Bauern, die Zitronenbäume pflanzen, auch mit einigen Gemüsesamen unterstützt, um den Raum zwischen den Pflanzen optimal zu nutzen, diese Form der Landwirtschaft nennt sich Mischkulturanbau. Für viele war es das erste Mal, dass sie Gemüse angebaut haben. Das Gemüse müssen sie nun nicht mehr auf dem Markt hinzukaufen, sondern können einen Teil dort sogar selbst verkaufen und steigern so ihre Einkommen. Das sind gute Entwicklungen, die ich gerne weiter ausbauen möchte.



Kurzprofil – Rup Bahadur Karki, Agrartechniker in Chitwan

Rup Bahadur Karki kommt aus der Gemeinde Soru in Mugu und arbeitet seit August 2020 im Chitwan Field Office als Agrartechniker im Rahmen unseres Programmes zur Einkommensförderung. Er hat seine Qualifikation zum Agrartechniker 2014 absolviert und genau wie sein Kollege dafür eine 15-monatige theoretisch und praktische Ausbildung an der Lokpriya Higher Secondary School, Gamtha, Mugu abgeschlossen. Nachdem er bereits über ein Jahr auf freiwilliger Basis unsere Projekte in Mugu unterstützt hat und 2 Jahre bei International Nepal Fellowship (INF) als Project Officer gearbeitet hat, konnte ihn Back to Life vor Kurzem als Agrartechniker gewinnen. Er spezialisiert sich dabei auf den Anbau von Gemüsesorten.

1. Hallo Rup. Erzähl uns kurz etwas über deinen Hintergrund. Wieso bist hast du dich für eine Laufbahn als Agrartechniker entschieden?

Mein Name ist Rup Bahadur und ich werde am 30. Juni 28 Jahre alt. Ich wurde in Kachche geboren, einem abgelegenen Dorf in Mugu. Ich komme aus einer Familie mit 8 Mitgliedern, bestehend aus meinen Eltern, meinem Bruder, einer Schwester, meiner Frau und meinen zwei Kindern. Ich begann meine Ausbildung in einer staatlichen Schule in meinem Heimatdorf und habe anschließend mein Abitur an der Mahakali School in Gamgadhi abgeschlossen. Aufgrund meines armen familiären Hintergrunds hatte ich wenig Hoffnung, weiter studieren zu können. Meine Eltern arbeiteten früher auf dem Feld, aber die Erzeugnisse reichten nur für ein halbes Jahr. Mein Vater war oft fern von zuhause, auf der Suche nach Lohnarbeit. Eigentlich wollte ich

gern studieren und mich für eine Stelle bei der Regierung bewerben, doch meine Eltern konnten sich die entsprechende Ausbildung nicht leisten. Back to Life hat mich jedoch bei meinem Streben nach Bildung unterstützt und so konnte ich die Ausbildung zum Agrartechniker an der Lokpriya Secondary School in Gamtha, Mugu abschließen. Das hat mir viele Perspektiven eröffnet.

2. Was macht die Landwirtschaft im Tiefland (Chitwan) im nepalesischen Kontext einzigartig?

Das größte Problem ist, dass nicht alle Menschen von der traditionellen Landwirtschaft leben können. Es kommt mir hier oft so vor, als hätten die Bauern kein Vertrauen darin, dass die Landwirtschaft ihnen ein gutes Einkommen einbringen kann. Also ziehen sie die Lohnarbeit der Landwirtschaft vor, weil sie ihnen ein sofortiges Einkommen verschafft. Die Bevölkerungsgruppe im Fokus sind hier die Chepang. Vor einiger Zeit waren sie noch weitgehend abhängig von Wurzelfrüchten, die sie im Dschungel fanden. Sie haben keine Erfahrung in der Landwirtschaft und wissen bis heute nicht viel über den Anbau von Reis, Mais, Hirse und Kartoffeln. Die Knappheit an Nahrungsmitteln lässt sich an den Kindern beobachten, die unter Nahrungs- und Nährstoffmangel leiden. Diese Familien brauchen viel Unterstützung in nahezu allen Bereichen der Landwirtschaft, auch in Bezug auf die Vermarktung von landwirtschaftlichen Erzeugnissen.

3. Was sind deiner Meinung nach die größten Herausforderungen für die Landwirtschaft in Chitwan?

Die größte Herausforderung in Chitwan ist der strukturelle Aufbau von Landwirtschaft in den Chepang-Gemeinden. Ein wichtiger

Grundstein ist die Bildung von Vertrauen in die Verbesserung ihrer Lebensbedingungen durch die Landwirtschaft. Die Chepang arbeiten hart, wissen aber nicht, ihre Arbeit optimal einzusetzen.

4. Welche Aktivitäten und Interventionen sind in deinen Augen am besten dafür geeignet?

Wir bieten den Kleinbauern Schulungen und Besuche bei erfolgreichen Landwirten in anderen Regionen an. So können sie etwas für ihre eigene Arbeit mitnehmen und z.B. den Nutzen von moderneren Werkzeugen und Agrartechniken erfahren. Im nächsten Schritt stellen wir den Kleinbauern verbessertes Saatgut und Werkzeuge zur Verfügung. Ich leiste regelmäßige technische Unterstützung direkt auf dem Feld, bis sie diese erfolgreich einsetzen. Wir wollen den Bauern außerdem dabei helfen, ihre Tätigkeit von der Subsistenzlandwirtschaft so umzustellen, dass sie auch einen Teil ihrer Erzeugnisse auf den Märkten verkaufen. So können sie insgesamt einen höheren Lebensstandard erzielen.

5. Hast du schon Erfolgsgeschichten aus der Arbeit mit Back to Life, die du mit uns teilen möchtest?

Dil Bahadur Lama zum Beispiel lebt zusammen mit seiner Frau und drei Töchtern in einem kleinen Dorf in der Nähe von Dhamili. Er hat ein kleines Stück Land, das sie ein ganzes Jahr lang ernährt. Aber er war auf Lohnarbeit angewiesen, um die Kinder zur Schule zu schicken und andere Bedürfnisse der Familie zu befriedigen. Im Jahr 2020 haben wir ihm geholfen, ein Gewächshaus aufzubauen und dafür alle notwendigen Werkzeuge und Materialien zur Verfügung gestellt. Wir lieferten auch Tomatensamen. Die im November ausgesäten Tomatenpflanzen haben ihm dann einen Ertrag von 985 kg Tomaten eingebracht, das meiste davon konnte er auf den Märkten verkaufen und hat knapp 26.000 Rupien verdient (umgerechnet rund 190 EUR). Den Rest haben sie selbst verzehrt und an Verwandte und Freunde verteilt. Das Einkommen hat viel zur Ausbildung seiner Töchter beigetragen und den täglichen Bedarf in der Familie gedeckt. Nun ist er sehr motiviert, die nächste Saison genauso produktiv zu nutzen.

Geschichten aus meinem Leben in Nepal

(Teil 2) von Govinda Prasad Dhakal, 83 Jahre



DAS BILDUNGSSYSTEM WAR GERADE ERST IM AUFBAU

| Ich begann meine Arbeit als Lehrer im Jahr 1958. Nur acht Jahre nach Ende der Rana-Oligarchie (1846-1950). Dies war die dunkelste Periode für Bildung in unserer Geschichte. Die Rana-Herrscher waren strikt dagegen, dem Volk Zugang zu Bildung zu ermöglichen. Tatsächlich wurden Menschen, die zum Beispiel eine Schule eröffnen wollten, inhaftiert oder sogar zum Tode verurteilt. Nur eine sehr begrenzte Gruppe der Herrschenden durfte lernen und studieren. Sie hatten nur für sich selbst einige wenige Schulen gegründet. Mit Ende der Rana-Herrschaft 1951 wurde die Demokratie in Nepal etabliert. König Tribhuvan gründete zum ersten Mal in der Geschichte Nepals ein Bildungsministerium. 1954 wurde die Nationale Kommission für Bildungsplanung eingeführt. Bald darauf wurden ein offizieller Lehrplan und die dazugehörigen Lehrbücher entwickelt. Jeder Distrikt richtete ein Bildungsbüro ein, welches für die Bereitstellung der Lehrbücher zuständig war.

MEHRFACH BESCHRIEBENE BLÄTTER STATT EINES SCHULHEFTES

| Wir Lehrer an den Dorfschulen mussten unsere Exemplare käuflich erwerben und nutzten sie über viele Jahre hinweg. Auch die Schüler mussten die Bücher selbst kaufen. Viele Schüler aus armen Familien konnten sich

dies nicht leisten und mussten notgedrungen ohne Bücher lernen. Wir lehrten daher auch viel mithilfe der Tafeln und ließen die Schüler von der Tafel abschreiben. Damals wurde in der Schule noch sehr viel auswendig gelernt. Häufig nutzte die Schülerschaft noch Schiefertafeln und Kreidesteine oder auch Holzbretter und Holzkohlestaub. Eine andere weit verbreitete Praxis war es, ein Blatt mehrfach in verschiedenen Farben zu beschreiben. Einmal mit blauer Tinte, beim nächsten Mal mit roter oder grüner Tinte. Die Tinte wurde zu Hause mit einem Extrakt aus Pflanzenblättern hergestellt. Die Stifte wurden aus Bambussprossen hergestellt. Diese waren noch bis in die 80er Jahre sehr beliebt.

LESEN UND SCHREIBEN IM TAUSCHHANDEL

| Damals war das Leben auf dem Dorf kaum kommerzialisiert. Viel fand im Austausch statt. Leute, die lesen und schreiben konnten, so wie wir Lehrer, wurden oft um Hilfe gebeten, wenn Menschen Briefe erhielten, sie die Nachrichten aus Kathmandu verstehen wollten oder etwas bei der Regierung beantragen wollten. Im Gegenzug war es damals zum Beispiel selbstverständlich, bei den Dorfbewohnern frische Milch und Joghurt zu bekommen. Man musste einfach zu einer Familie gehen und danach fragen. Sie kamen der Bitte mit Freude nach. Männer aus den Gebirgsregionen Mugu und Jumla kamen damals manchmal zu Fuß nach Surkhet, um



Govinda Prasad Dhakal in Kreise seine Familie in Kathmandu

tibetisches Salz gegen Reis zu tauschen. Der Tauschhandel wurde bis in die 70er Jahre in Nepal praktiziert.

GELD WURDE DAMALS KAUM GEBRAUCHT

| Geld verdienten die Menschen aus unserem Dorf damals hauptsächlich mit dem Verkauf von Ghee (Butterschmalz), welches Sie nahe der Grenze zu Indien verkauften. Dafür waren sie zu Fuß eine ganze Woche unterwegs. Jeder im Dorf hatte Land, das er bestellte. Dafür mussten sie Dünger hervorbringen. Genutzt wurde hauptsächlich der Dung von Rindern und Büffeln. Gleichzeitig gaben diese Tiere Milch. Ohne Kühlsysteme gab es damals keine Verarbeitung zu Butter oder Paneer (Hüttenkäse). Die Herstellung von Butterschmalz (Ghee) war also die einzige Möglichkeit, die Milch länger haltbar zu machen und es erzielte einen guten Preis. Auch Ziegen wurden gehalten und die frische Milch gelegentlich verkauft. Aber die grundlegende Frage war: Warum brauchten wir damals überhaupt Geld? Es gab keinen Markt in der Nähe. Mit Geld wurden hauptsächlich Streichhölzer, Salz und Kleidung gekauft. Und sogar Kleidung wurde zu Hause mit lokalen Fasern hergestellt.

NACHBARN STANDEN FÜR EINANDER EIN

| In schwierigen Zeiten war es damals normal, einander zu helfen. Die Leute gaben einander Getreide und andere Nahrungsmittel. Niemand musste sich dafür

„Für Hindus gibt es vier unterschiedliche Phasen des Lebens: Brahmacharya, Grihastha, Vanaprastha, Sannyasa.“

schämen, zum Nachbarn zu gehen, um sich Nahrungsmittel auszuleihen. Doch ich erinnere mich an eine sehr schlimme Dürre, als dieses System nicht mehr ausreichte, um unser Dorf zu versorgen. Die landwirtschaftliche Produktion war damals im ganzen Land sehr gering. Die Leute mussten wochenlang zu Fuß reisen, um zum Terai (Tiefeland) zu gelangen, wo es noch immer einen Überschuss an Nahrungsmitteln gab. Dort kauften sie Reis und brachten ihn mühsam nach Hause.

DIE STARKE WANDLUNG MEINES HEIMATDORFES

| Ich verließ mein Dorf vor mehr als 30 Jahren und lebte dann in der Stadt Surkhet. Seit fast zwei Jahrzehnten lebe ich nun bei meinem Sohn in Kathmandu. Allerdings kommen meine Verwandten vorbei, um mich zu treffen und die Neuigkeiten aus dem Dorf zu überbringen, in

dem ich aufgewachsen bin und wo ich den Teil meines Lebens als Lehrer verbracht habe. Vieles hat sich mittlerweile verändert. Das Dorf hat jetzt Anschluss an das Straßennetz. Die Dorfschule war damals eine Grundschule, als ich unterrichtete. Jetzt ist es ein Gymnasium (bis Klasse 12). Das Dorf hatte keinen einzigen Laden, nicht einmal einen Teeladen, als ich Lehrer war. Jetzt gibt es einen Bazar, wo man sogar Handys kaufen kann. Leider werden Sie jetzt keinen einzigen Laden mehr finden, wo man selbstproduziertes Ghee kaufen kann, dafür jedoch reichlich koreanische Nudeln und Bier. Das Gute ist, dass heutzutage niemand mehr die Geschichten von Menschen überbringt, die an Malaria sterben. Ich habe auch schon lange nicht mehr von Menschen aus meinem Dorf gehört, die an Pocken, Tuberkulose, Cholera oder Lepra erkrankt sind.

DIE PHASEN DES IRDISCHEN LEBENS

| Für Hindus gibt es im Leben vier unterschiedliche Phasen. Die erste heißt Brahmacharya und dauert von der Geburt bis zum 25. Lebensjahr. Diese Phase ist allein zum Lernen und Erlangen von Bildung bestimmt. Traditionell sollte diese Zeit in Keuschheit verbracht werden – obwohl Kinderehen und frühe Heiraten leider unter Hindus oft vorkommen, sind sie gewiss keine kulturelle Vorgabe. Anschließend kommt Grihastha, was so viel wie "Leben im Haushalt" bedeutet und sich auf die Zeit von 25 bis 48 Jahren bezieht. Während dieser Phase sollte man einen Partner wählen, eine Familie gründen, die Kinder großziehen und arbeiten. Darauf folgt Vanaprastha – das Leben im Ruhestand – von 48 bis 72 Jahren. Während dieser Zeit gibt man die Verantwortung für die Haushaltsführung an die nächste Generation weiter und nimmt eine beratende Funktion bei vielen Entscheidungen für die Familie ein. Die letzte Lebensphase heißt Sannyasa. Sie beginnt mit 72 Jahren und steht für das Lossagen von materiellen Werten und den Gewinn von Weisheit. In dieser schönen Lebensphase befinde ich mich.



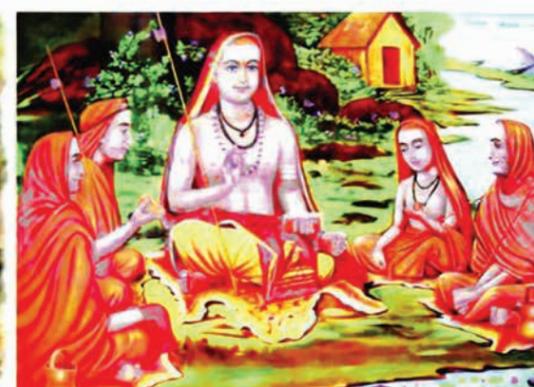
Brahmacharya



Grihastha



Vanaprastha



Sannyasa

Come on, teach me how to swing

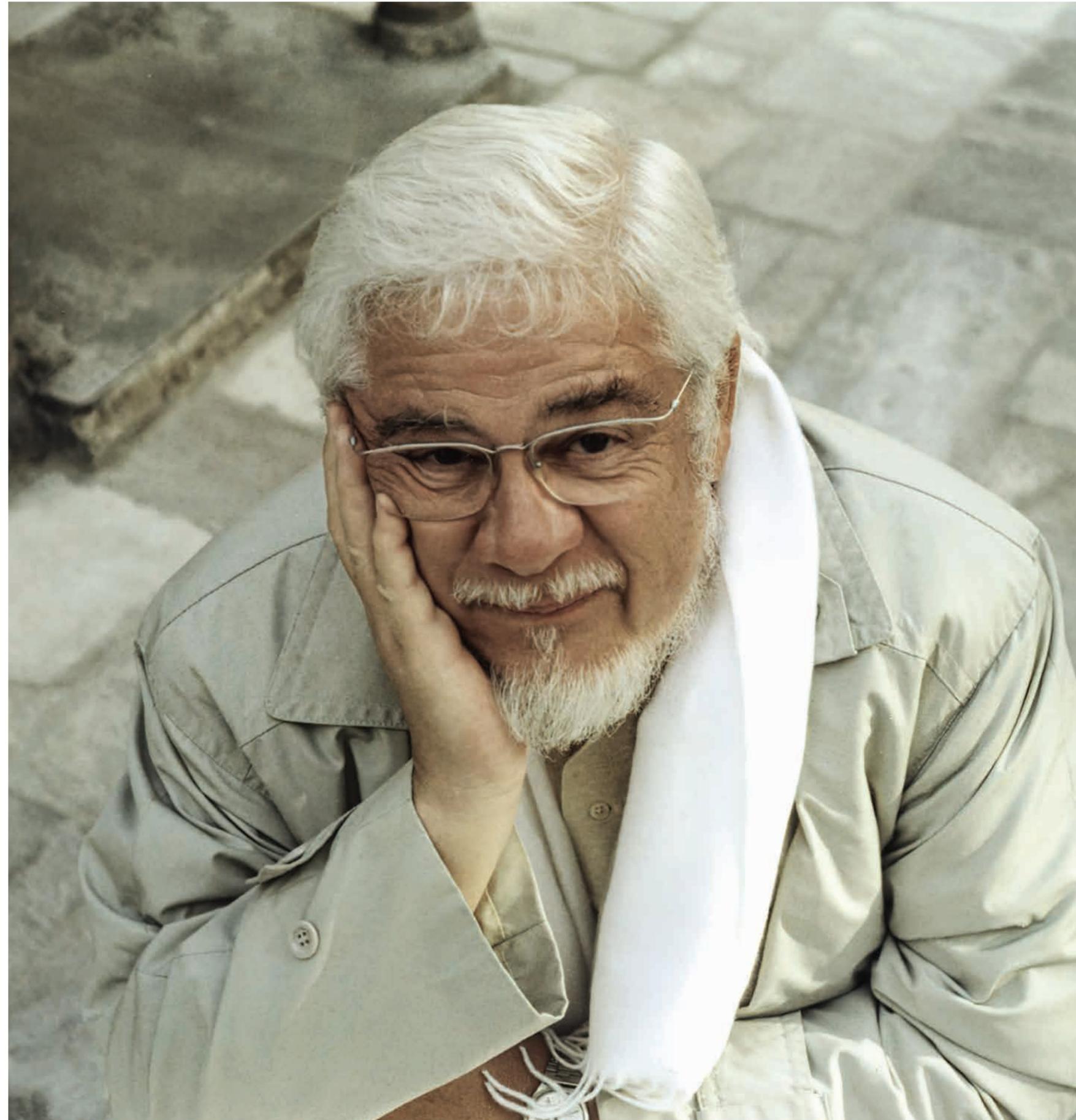
Er war auch mit 90 Jahren noch eine Berühmtheit in Deutschland, der Back-to-Life-Ehrenpate, der am 3. Juli in seinem Zuhause an der Hamburger Elbchaussee gestorben ist - friedlich eingeschlafen, wie seine Ehefrau Petra mitteilte. Bill Ramsey ist aus der kollektiven Erinnerung der Deutschen nie verschwunden, das zeigte die Berichterstattung zu seinem 90. Geburtstag im April, das zeigten jetzt auch die zahlreichen Nachrufe. Deutscher Staatsbürger war der in Cincinnati im amerikanischen Bundesstaat Ohio geborene Jazzmusiker seit 1984, nach Deutschland kam er Ende der fünfziger Jahre, als Soldat der United States Air Force. Da war der westliche Teil Deutschlands mit amerikanischer Hilfe wieder auf dem Weg nach oben, das „Wirtschaftswunder“ ließ viele die Schrecken und die Schuld des Zweiten Weltkrieges vergessen. Vom Menschheitsgreuel des Holocausts, der Vernichtung der europäischen Juden von deutscher Hand, war noch kaum die Rede. Man wollte die Vergangenheit hinter sich lassen und aufbauen. Man wollte aber auch teilhaben an der von den Nazis gekappten Kultur des Westens, am „American Way of Life“, an Entertainment und Show. Bill Ramsey hatte den Swing dabei, als er im legendären Frankfurter Jazzclub auftrat und die „neue Musik“ auch über den Soldatensender „American Forces Network“ an die deutschen Ohren brachte.



Zum Tod des Back to Life-Ehrenpaten Bill Ramsey

Es war die Zeit, als die Deutschen sich einen VW-Käfer kauften und nach Italien ans Meer in den Urlaub fuhren, als sie schufteten, aber auch wilde Partys feierten, mit Bourbon und Lucky Strike. Die Showmaster Hans-Joachim Kulenkampff und Peter Frankenfeld waren die Stars im Ersten Deutschen Fernsehen, samstags saß die halbe Nation vor den Geräten, Kurt Edelhagen, Hugo Strasser und Max Greger brachten den Deutschen bei, was eine Bigband ist.

Bill Ramsey hat als musikalische Vorbilder noch in seinen letzten Tagen immer Louis Jordan, Count Basie, Duke Ellington, Ray Charles und Nat King Cole genannt - Jazz, Soul, Blues. Dass er in Deutschland mit Schlagern berühmt wurde („Pigalle, der Speck in dieser Mausefalle“, „Ohne Krimi geht die Mimi nie ins Bett“), als der deutsche Jazzpianist und Musikproduzent Heinz Gietz ihm einen Plattenvertrag anbot, empfand Ramsey nie als Widerspruch und schon gar nicht, wie spätere Kritiker, als Verrat an der „wahren Musik“. Der vermeintliche Widerspruch spielte jetzt auch in einigen Nachrufen noch seine Geisterrolle, wenn etwa die Texte von Ramseys deutschen Hits „dämmlich“ genannt wurden. Das waren sie nicht, da sang einer nicht von Herz und Schmerz, von Heimat und Sonnenuntergang, die Texte waren keck und ironisch, leicht und voll guter Laune, eine lockere Begleitmusik auf dem Weg zurück ins Leben. Mit dem Erfolg des deutschen Schlagers, ob nun ironisch oder schmalzig, war es dann ohnehin ziemlich vorbei, als in den Sechzigern die Beatles und die Rolling Stones auch der deutschen Jugend die Poptöne beizubringen begannen. Bill Ramsey ließ es sich nicht verdrießen, er machte wieder Jazz. Und er bereiste mit seiner Frau, einer Ärztin, die weite Welt, oft auch als Entertainer auf Kreuzfahrtschiffen, mal mit Jazz, mal mit der Mimi, die ohne Krimi nie ins Bett geht. Vor zwei Jahren erst gab er die Moderation der wöchentlichen Sendung „Swingtime“ auf hr2 auf - nach sage und schreibe drei Jahrzehnten.





Bill Ramseys Musiker-Leben ist in Wikipedia und anderenorts nachgezeichnet, nicht aber seine Begegnung mit Stella Deetjen und „Back to Life“. Dazu kam es im Frühjahr 2019. Ramsey hatte im Radio ein Interview über die Arbeit von „Back to Life“ in Mugu gehört, auch Stella Deetjens Buch „Unberührbar“ über ihre Zeit mit den Leprösen im indischen Varanasi (Benares) gelesen und war mit seiner Frau zu einem der Vorträge Deetjens gefahren. Man kam ins Gespräch, wollte mehr voneinander wissen, und alles endete, weil kein Restaurant mehr offen hatte, bei Spaghetti im Hamburger Zuhause der

Ramseys. Wie eng die Freundschaft geworden ist, lässt sich auch daran ermesen, dass Stella Deetjen jetzt die Trauerrede bei der Bestattung Bill Ramseys hielt, auf Wunsch seiner Ehefrau. In den Bergen Nepals trauern Bill Ramseys „Back-to-Life“-Patenkinder, die Zwillingsschwester Ganga und Jamuna, um ihren Förderer. Er hatte sich für die beiden gewünscht, dass sie einmal Lehrerinnen werden und ihren Lebensunterhalt nicht wie so viele Nepalesen im Ausland verdienen müssen. Die Hilfe für die Mädchen wird nicht versiegen, auch wenn der große Bill Ramsey jetzt nicht mehr da ist. (wer.)



Die Patenkinder von Bill, Ganga (unten) und Jamuna (oben), waren sehr stolz auf ihren berühmten Paten. Sie senden, genauso wie das Back to Life-Team, Bill Ramseys Ehefrau Petra ihre Anteilnahme.



Happy End für eine kleine Familie

Wir blicken zurück auf die bewegende Geschichte von Bill Ramseys Patenkindern:

Jamuna und Ganga sind unzertrennlich. Nicht nur, weil sie Zwillingsschwester sind, sondern weil sie mit ihren gerade einmal neun Lebensjahren bereits schmerzlich erfahren mussten, wie traurig es ist, getrennt zu sein.

Mina, Jamunas und Gangas Mutter, hat insgesamt vier Kinder. Ganga und Jamuna sind die Jüngsten, Sunita ist die ältere Schwester und Ganesh, der einzige Sohn, ist der Älteste. Die Alkoholabhängigkeit ihres Mannes, die damit einhergehende häusliche Gewalt und die andauernden seelischen Strapazen zwangen Mina 2018 zusammen mit ihren Kindern aus dem gemeinsamen Haushalt zu fliehen.

Während Minas Sohn bei seinem Onkel im Heimatort bleiben konnte, zog Mina - nun alleinerziehend und arbeitslos - mit ihren drei Töchtern nach Surkhet zu ihren Eltern. Doch so gerne Minas Eltern ihrer Tochter und den Enkelinnen helfen wollten, die Belastung, so viele Mäuler durchzufüttern war zu groß für die alten Leute. In ihrer Not sah sich Mina gezwungen, ihre beiden Töchter Sunita und Ganga bei den Großeltern zu lassen und nur mit Jamuna ins 700 km entfernte Nuwakot zu ziehen, um dort Geld als Tagelöhnerin zu verdienen.

Doch die Trennung von ihrer Zwillingsschwester setzte Jamuna derart zu, dass sie ihre Fröh-

lichkeit verlor. Als Stella 2018 das damals sechsjährige Mädchen in der Sansari Devi Schule in Nuwakot kennenlernte, nahm sie deren Traurigkeit wahr. Selbst die Spiele ihrer Klassenkameradinnen konnten Jamuna nicht aufheitern. In sanften Gesprächen erfuhr Stella nach und nach das ganze Ausmaß ihrer Not und die tiefe Sehnsucht nach ihrer Zwillingsschwester. Um Jamuna wieder mit ihrer geliebten Zwillingsschwester Ganga und ihrer größeren Schwester Sunita zusammenzuführen, reisten zwei unserer Nepali-Mitarbeiter nach Surkhet und machten die Großeltern in ihrem Dorf ausfindig. Dem alten Ehepaar fiel ein Stein vom Herzen, als wir ihnen anboten, die beiden Mädchen zu ihrer Mutter nach Nuwakot zu bringen, wo wir sie durch Patenschaften unterstützen würden. Auf die emotionale Wiedervereinigung mit vielen Freudentränen und vor Glück strahlenden Kinderaugen folgte die sofortige Einschulung von Sunita und Ganga. Heute laufen die drei Mädchen gemeinsam in die Schule, freuen sich auf den Unterricht und das Lachen ist wieder in die kleine Familie eingezogen.

Das Ehepaar Ramsey verfolgte aufmerksam den Werdegang der Zwillinge und freute sich stets über ihre Bilder und Zeichnungen. Genau so wie Ganga und Jamuna gerahmte Bilder des Ehepaars Ramseys in ihrem Zimmer aufgehängt haben.



Dr. Petra Ramsey wird die Patenschaft fortführen und vielleicht werden Ganga und Jamuna wirklich eines Tages (auf den eigenen Beinen stehende) Lehrerinnen, so wie Bill Ramsey es sich für sie gewünscht hat.



WEITERGEBEN!

Helfen Sie uns,
unser Magazin in Ihrem
Bekannteskreis zu verteilen.

**Auf unserer Website finden Sie
auch eine digitale Version, die
Sie leicht weiterleiten
können.**

WERDEN SIE JETZT TEIL UNSERER NEPAL-PROJEKTE!

- 1 Mit Ihrer **Schulpatenschaft** (Betrag frei wählbar) helfen Sie, den Schulbesuch der Mädchen und Jungen in unseren Projektgebieten sicherzustellen. Sie unterstützen dabei vor allem Maßnahmen, die darauf abzielen, die Qualität der Schulen und des Unterrichts nachhaltig zu verbessern.
- 2 Ihre **Geburtschauspatschaft** (Betrag frei wählbar) sichert den langfristigen Betrieb und Unterhalt unserer Geburtshäuser in den Bergen Nepals. Damit ermöglichen Sie Frauen den Zugang zu professioneller Geburtshilfe und Gesundheitsvorsorge, gleichzeitig verhelfen Sie Neugeborenen zu einem sicheren und geborgenen Start ins Leben.
- 3 Durch Ihre **Projektpatenschaft** (Betrag frei wählbar) unterstützen Sie ganz flexibel die effektiven, bedarfsorientierten Hilfsprogramme von Back to Life in Nepal. Wir setzen Ihre Spende dort ein, wo sie am meisten gebraucht wird.

Über unser Magazin „namaste“, die Back to Life-Website, Facebook und Instagram informieren wir transparent und regelmäßig über unsere Projekte in Nepal und die Vereinsaktivitäten in Deutschland.

Wir haben uns der **Initiative Transparente Zivilgesellschaft** angeschlossen und ermöglichen, auf unserer Homepage alle relevanten Informationen wie z. B. Finanzberichte, einzusehen. Das DZI hat bei seiner Einschätzung von Back to Life keine kritischen Anhaltspunkte gefunden.

UNSERE SPENDENKONTEN:

Kontoinhaber: Back to Life e.V.
IBAN: DE96 4306 0967 1012 0030 00
BIC: GENODEM1GLS
Bank: GLS Bank

Kontoinhaber: Back to Life e.V.
IBAN: DE94 5008 0000 0729 9990 02
BIC : DRESDEFFXXX
Bank: Commerzbank AG

Auf unserer Website sind auch Spenden per **PayPal, Sofortüberweisung und Kreditkarte** möglich. Bei Spenden über 200 Euro wird eine **Spendenbescheinigung** zu Beginn des Folgejahres unaufgefordert per Post zugestellt. Auf Wunsch kann dies auch unterjährig erfolgen. Unser Büro hilft Ihnen bei Fragen gerne weiter!

www.back-to-life.org