

# Hilfe: direkt und unkompliziert

*Liebe Mitglieder, Spender, Freunde und Mitarbeiter von FHN,*

*wie können wir nachhaltig die qualitativ hochwertige Gesundheitsversorgung und -förderung von Menschen in Ecuador, Ghana and Nepal unterstützen? FHN stellt technische, personelle und finanzielle Unterstützung bereit. Das Wichtige hierbei ist, dass wir all unsere Unterstützung in die lokalen Gesundheitssysteme und -strukturen integrieren und dass wir eng mit unseren lokalen Partnern zusammenarbeiten. Diese Zusammenarbeit bedeutet vor allem, dass wir zuhören, denn die Menschen vor Ort sind die Experten ihrer Gesundheit.*

*Das jüngste Beispiel einer guten, lokal verankerten Zusammenarbeit bietet unser "Menstruationstassenprojekt" in Thokarpa, Nepal. Das Projekt startete mit der Frage: "Wie kann die Gesundheit der Menschen in Thokarpa gefördert werden?" Schon bald wurden Gespräche über Frauengesundheit, Tabus und Hindernisse im Bezug zur Menstruation laut. Ohne Zugang zu Hygieneartikeln verpassen manche Mädchen Schultage während ihrer Periode. Und dabei ist Schulbildung, was Kinder - vor allem Mädchen - aus der Armut befreien kann. Wir begannen Gespräche über Alternativen, inklusive der Menstruationstasse. Eine solche Innovation sicher und professionell im Kontext von Thokarpa zu testen (und potentiell zukünftig zur Verfügung zu stellen), bedurfte minutiöser Vorbereitung und der Einbeziehung sämtlicher lokaler Partner: Durch FHN-Mitglied Malin Emgård sprachen wir mit dem Leiter der lokalen Regierung, dem Leiter der Bücherei, ÄrztInnen am Kathmandu Medical College, LehrerInnen, einer Frauengruppe, Eltern und SchülerInnen. Dadurch konnten wir nicht nur die Situation besser verstehen, sondern Feedback zur Menstruationstassenidee bekommen und Vertrauen schaffen. Das Fazit war: Diese Innovation hat das Potential, Leben zu verändern. Und so starteten wir das Pilotprojekt 2018, und eine Studie zur Auswertung dessen im Frühjahr 2019. Mehr dazu im Nepalbericht.*

*Vielen Dank für Euer/Ihr kontinuierliches Vertrauen und Euer/Ihre Unterstützung!*

*Beste Wünsche für einen herrlichen Sommer.*

*Ihre Olivia Biermann*

*1. Vorsitzende FHN Deutschland*

*Bericht aus Ghana von Kirsten Stümel*

## Weitere Brunnen, Gesundheitskampagnen und Plastik-Sammelbehälter

Gemeinsam mit den einheimischen DorfgesundheitsshelferInnen und den MitarbeiterInnen der Gesundheitsstation fanden Kampagnen in den umliegenden Buschdörfern statt. Diese werden i.d.R. dann durchgeführt, wenn freiwillige ÄrztInnen aus Europa oder den USA in der Station arbeiten. Von Januar bis Mai diesen Jahres hat die freiwillige Ärztin Dr. Lizzie Shiner aus den USA im Projekt mitgearbeitet. Wie auch bei den Behandlungen in der Station sind in den Dörfern die häufigsten Beschwerden Fieber und Unwohlsein, ebenso Gelenk- und Unterleibsschmerzen, Übelkeit, Erbrechen und Husten, sowie Hautinfektionen und Schnittverletzungen. Das Hauptproblem ist jedoch weiterhin Malaria. Neben der Behandlung von Krankheiten vor Ort ist die Bildungs- und Aufklärungsarbeit zweiter Schwerpunkt der Kampagnen. Die GesundheitsshelferInnen bringen den Einheimischen hierbei in Workshops wichtige medizinische Themen nahe. Die durchschnittliche Gruppenstärke liegt zwischen 25 und 35 TeilnehmerInnen. Die GesundheitsshelferInnen ihrerseits bilden sich regelmäßig in unserer Gesundheitsstation weiter. Themen sind hierbei bspw. Malaria, HIV, Husten, Magen-Darm-Entzündungen, Hygiene, Alkoholprobleme und Familienplanung.

Bereits im letzten Jahr konnte die Trinkwasserversorgung in fünf Dörfern durch neue Brunnen verbessert werden. Anfang des Jahres wurden nun zwei weitere Brunnen in den Dörfern Kwasiadae und Agyesua gebohrt. Auch dort war die Trinkwasserversorgung vorher verheerend; meist holten die Kinder (verschmutztes) Was-



*Der neue Plastik-Sammelbehälter*

seraus den umliegenden Flüssen und mussten dafür weite Wege zu Fuß zurücklegen.

Wie überall und als weltweites Problem bekannt, macht auch Plastikmüll keinen Halt vor den abgelegenen Dörfern im Süden Ghanas. Für die Herstellung werden große Mengen Energie und Ressourcen verbraucht, Plastik in den Meeren in Form von Einwegverpackungen, Fischernetzen oder unsichtbarem Mikroplastik und Plastikprodukte, die auch nach Hunderten von Jahren noch nicht verschwunden sind – um nur einige der Probleme zu nennen. Auch in Ghana steigt die Verwendung von Plastikprodukten und Einwegplastik. Und wie so häufig in Ländern mit niedrigem Einkommen wird auch in der Projektregion Plastik häufig irgendwo in der Landschaft entsorgt und belastet die Umwelt. Wir haben nun ein kleines Plastik-Projekt ins Leben gerufen. An der Gesundheitsstation wurde ein Sammelbehälter aufgestellt, um das Plastik aus dem umliegenden Dörfern und der Gesundheitsstation zu sammeln. Dieses wird dann von einer Entsorgungsfirma abgeholt und recycelt. Weiterführend sollen nun auch Sammelbehälter in den umliegenden Dörfern aufgestellt und die Bevölkerung weiter für das Thema Plastikentsorgung sensibilisiert werden. Eine sauberere Umwelt – auch dieses ist ein Baustein von FHN zu einer nachhaltigen Verbesserung der Lebensbedingungen der Menschen vor Ort.



*Sauberes Wasser - eine große Erleichterung für die Menschen in den Dörfern*

## Sommerrundschreiben 2019

Bericht aus Ecuador von Andrea Muschiol

### Catherine Caval ab Oktober fest angestellt, erneuter Wechsel in der Verantwortung für die Gesundheitsstation und Erdrutsche in der Regenzeit

Wir sind sehr froh, zu Anfang Oktober eines unserer Ziele für die Gesundheitsstation in La Y de La Laguna erreicht zu haben: Catherine Caval hat im Sommer erfolgreich ihr einjähriges Anerkennungsjahr abgeschlossen und ist nun fest in der Gesundheitsstation angestellt. Dies ist einerseits für sie ein toller Erfolg: nach langjähriger Tätigkeit in der Gesundheitsstation hat sie ihre Weiterbildung in Form eines anstrengenden Abendstudiums absolviert. Ebenso aber auch für die Menschen der Region – ist Catherine dort unsere Expertin für „Land und Leute“, kennt die Wege, Dörfer und BewohnerInnen und ist sehr gut in der Region vernetzt. Mit ihr hoffen wir, eine Kontinuität in viele Vorgänge und Prozesse der Gesundheitsstation etablieren zu können. Durch Einarbeitungen oder Un-



Vorstandsmitglied David Salvador mit Krankenpfleger Santiago und Krankenpflegerin Catherine kennntnis ging viel Kraft, Zeit und Energie verloren, die nun für die Patientenversorgung genutzt werden können.

Neben Catherine hat sich das Team in der Gesundheitsstation kurzzeitig vergrößert, bis wieder eine Umstrukturierung durch die zuständigen AnsprechpartnerInnen des Krankenhauses in der Distrikthauptstadt Quinde Veränderungen hervorgerufen hat.

So ist nun der Allgemeinmediziner Dr. Alfredo für die Gesundheitsstation zuständig und erster Ansprechpartner. Dra. Carla, seine Vorgängerin,



Unsere Freiwillige Anthea als "Patientin" bei den Notfallübungen inmitten des Ärzteteams

arbeitet noch bis Juli 2019 für uns. Dr. Gudner als festangestellter Arzt und Dr. Jonathan in seinem Anerkennungsjahr betreuen ebenso die Patienten. Pfleger Santiago belebt die Gesundheitsstation sehr mit seiner freundlichen, gewinnenden Art und ist sehr motiviert, v.a. die Impfungen für die kleinsten PatientInnen durchzuführen. Zwei weitere KrankenpflegerInnen assistieren den ÄrztInnen und seit Beginn des Jahres haben wir auch zwei ZahnärztInnen, die in der Gesundheitsstation und bei Besuchen in den Dörfern die PatientInnen behandeln.

Die als Ersatz für unseren verstorbenen Laboranten Guido Tomala eingestellte Kraft Alexandra wurde nach nur vier Monaten im Projekt wieder abgezogen. Einfache Tests wie z.B. bei vermuteten Schwangerschaften nehmen die ÄrztInnen selber vor, für größere Untersuchungen müssen die PatientInnen weiterhin das Dorf verlassen und Fahrzeiten auf sich nehmen. Auch der Zahnarztassistent Jhonny, der bei Bedarf auch den sogenannten Krankenwagen fahren konnte, wurde versetzt. Komplettierung wird die Mannschaft durch die Hebamme Berta - seit vielen Jahren fast durchgängig in La Y aktiv.

Diese Mannschaft behandelt die vielen PatientInnen, teilweise mehr als 1000 pro Monat. Dabei sind zum reibungslosen Ablauf viele Prozesse und eine gute Kommunikation nötig.

Diese hatte unsere Freiwillige Anthea Backfisch im Blick. Wie im Weihnachtsrundschreiben berichtet, begann sie ihren Aufenthalt in La Y zu Mitte Oktober 2018 und blieb vier Monate. Als Masterstudentin an der Charité Berlin im Fach Public Health lag ihr Fokus v.a. auf der Verbesserung von Prozessen einhergehend mit klarer Kommunikation. Die so eingesparte Zeit soll für die PatientInnen genutzt werden. Nach einigen Anlaufschwierigkeiten und einer gewissen „Einlebensphase“ – die Arbeitsweise und das Zeitempfinden in Ecuador ist deutlich anders als in Deutschland – hat Anthea durch viele Gespräche Verbesserungen erreicht: es gibt nun einen klareren Prozess für die Bestellung von Medikamenten, die Lagerhaltung wurde optimiert, die Berichte für uns in Deutschland wurden gestrafft und viele weitere Vorschläge wurden vor Ort umgesetzt. Gleichfalls unterstützte An-

Den Sommer sinnvoll nutzen! Hast Du/haben Sie diesen Sommer ein paar Stunden oder Tage Zeit und Lust, mit uns zusammenzuarbeiten? Wir suchen z.B. jemanden mit Erfahrung in der Kommunikation, der/die uns dabei unterstützen möchte, unseren Internetauftritt zu verbessern ([www.fh-n.org](http://www.fh-n.org)). Kontakt: [o.biermann@fh-n.org](mailto:o.biermann@fh-n.org)

thea bei Besuchen in den Dörfern, bei der Organisation oder stellte sich sehr spontan als „Patientin“ bei einer anberaumten Notfallübung des Ärzteteams zur Verfügung. Für ihren Einsatz bedanken wir uns ganz herzlich!

Die erwähnten Notfallübungen sind Weiterbildungsmaßnahmen für alle Angestellten einer Gesundheitsstation. Anhand von drei Szenarien werden Verhaltensmaßnahmen eingeübt, um die PatientInnen im Ernstfall schnell versorgen zu können. Dazu wird auch pro Szenario (verletzte Schwangere, PatientIn ohne Bewusstsein, PatientIn mit Verletzung) eine farblich gekennzeichnete Box mit Utensilien (Spritzen, Handschuhe, Desinfektionsmittel, Decke, Verband- und Nähmaterial, Infusionsbeutel und -schlauch, etc.) vorgehalten.

Seit Beginn des Jahres ist v.a. unsere Administratorin Silvia gemeinsam mit den Vertretern des einheimischen Gesundheitskomitees damit beschäftigt, weiter mit den Vertretern der Regierung über einen Eigentumsübergang der Gesundheitsstation zu verhandeln. Dieser Übergang würde Investitionen in die Ausstattung und hoffentlich eine bessere Ausstattung mit Medikamenten und Verband-/Verbrauchsstoffen nach sich ziehen. Eine weitere, aktuell sehr zeitaufwendige Aufgabe ist die Klärung, wie ein durch starke Regenfälle abgerutschter Hang neben der Gesundheitsstation stabilisiert werden kann. Da die Regenfälle andauern, ist eine schnelle Lösung eher nicht möglich – sie soll aber so vorbereitet werden, dass bei ausreichend trockenen Tagen mit den Arbeiten begonnen werden kann.

Zu beiden Themen teile ich gerne Neuigkeiten in unserem Weihnachtsrundschreiben mit. Ebenso leite ich gerne das „Dankeschön“ der Menschen vor Ort an Sie weiter – denn ohne Ihre Unterstützung wäre unser Einsatz in El Páramo nicht möglich ... muchas gracias!

**Ihre Spende kommt an!**  
Alle Spenden fließen zu 100%  
in die Projekte

**Foundation Human Nature**  
Sparkasse Oberhessen  
IBAN DE14518500790150022444  
BIC HELADEF1FRI

Letzter Freistellungsbescheid vom  
22.12.2017 // St.-Nr. 34 25054579

Bericht aus Nepal von Olivia Biermann

## Ein besseres Thokarpa

Von meiner Arbeit aus wohne ich derzeit in Nepal, was mir die Möglichkeit gibt, in FHNs Mission enger mit FHN-Mitglied Malin Emgård und dem Einheimischen Thokarpali Netra Karki zusammenzuarbeiten. Netra Karki ist der Leiter der lokalen Regierung in Thokarpa und für FHN die wichtigste Kontaktperson in unserer Zusammenarbeit. Er hat eine Vision für ein besseres Thokarpa und wir sind Teil dieser Vision.

Im April trafen sich Malin, Netra, FHN-Mitglied Antonio Beltrán und ich in Kathmandu, um Neuigkeiten aus Thokarpa zu erfahren. Die Gesundheitsstation ist nun drei Etagen hoch. Netra berichtete, dass mehr finanzielle Ressourcen zur Verfügung standen und genutzt werden konnten, um die Station auszuweiten. Insgesamt hat diese nun 17 Zimmer. Fünf werden der Unterkunft des medizinischen Personals dienen. Das Kathmandu Medical College wird eine/n ÄrztIn und zwei KrankenpflegerInnen für Thokarpa einstellen. Ab 2021 wird Deevya Karki das Team als Krankenpflegerin unterstützen. Wir sind stolz, dass FHN durch die Finanzierung ihres Studiums einen wertvollen Beitrag zur Gesundheitsstation und somit zur Gesundheit der Bewohner Thokarpas leisten kann. An dieser Stelle möchte ich mich sowohl im Namen des Vorstands und auch in Netras und Deevyas Namen herzlich für Eure/Ihre Spenden bedanken, die dies ermöglicht haben. Unzählige Male sagte Netra zu mir "Danke an das FHN-Team und an alle SpenderInnen!"

Das eingangs erwähnte Menstruationstassenprojekt erreicht nun das nächste Stadium: nach

der Ausgabe von 30 Tassen an Schülerinnen wollen wir nun gemeinsam herausfinden und auswerten, ob Menstruationstassen tatsächlich eine akzeptable und anwendbare Alternative für Thokarpas Schulmädchen sind. Dazu fuhr Diksha Pokhrel, eine vom Kathmandu Medical College auserwählte Medizinstudentin, im April zur Datenerhebung nach Thokarpa und leitete mehrere „Fokusgruppendifkussionen“ mit den Schulmädchen. Das Kathmandu Medical College führt die Studie gemeinsam mit dem schwedischen Karolinska Institutet. Dies ist die Universität, an der ich derzeit arbeite. Die Auswertung der Diskussionen hat gerade erst begonnen und unsere ersten Eindrücke sind positiv. Ein Mädchen sagte: *"Durch die Menstruationstasse wurden meine alltäglichen Aktivitäten so viel einfacher. Ich habe dadurch sogar fast vergessen, dass ich überhaupt meine Tage hatte. (...) Ich muss keine Angst mehr haben, dass meine selbstgemachte Binde so groß ist, dass man sie durch meine Hose sehen kann. Es gibt keine peinlichen Situationen mehr. (...) Für*

*mich ist die Menstruationstasse sehr, sehr hilfreich."*

Wir erwarten mit Spannung die weiteren Ergebnisse, um dann bei positiver Auswertung des Menstruationstassenprojekts diese zukünftig in Thokarpa zur Verfügung zu stellen, sodass Mädchen und Frauen diese für einen geringen Preis in der Gesundheitsstation erwerben können. Dann können die Mädchen und Frauen diese kaufen und somit ihre Lebenssituation erheblich verbessern.

Weitere Schritte in Thokarpa sind in Vorbereitung: die Investition in die Ausbildung medizinischen Personals ist langfristig und hat große Wirkung. Daher überlegen wir derzeit das nächste "Stipendium" an eine/n Einheimische/n zu vergeben, womöglich für die Ausbildung zum/r LaborantIn. Auch in diesen Fragen arbeiten wir eng mit unseren lokalen Partnern zusammen, um durch die richtige Priorisierung Ihre Spenden bestmöglich einsetzen zu können.



Projektbesuch in Thokarpa: v.l.n.r.: Antonio Beltrán, Netra Karki, Malin Emgård, Olivia Biermann

<p><b>Beleg für Kontoinhaber/Zahler-Quittung</b></p> <p>IBAN des Kontoinhabers</p> <hr/> <p>Zahlungsempfänger</p> <p>Foundation Human Nature e.V. St.-Nr. 34 250 54579 letzter Freistellungsbescheid v. 21.10.14</p> <p>IBAN/BIC des Zahlungsempfängers DE14 5185 0079 0150 0224 44 HELADEF1FRI</p> <p>Betrag: Euro, Cent</p> <p><b>EUR</b></p> <p>Spenden-/Mitgliedsnr./Name des Spenders/ ggf. Stichwort</p> <hr/> <p>Kontoinhaber/Zahler</p>	<p><b>SEPA-Überweisung/Zahlschein</b></p> <p>Name und Sitz des überweisenden Kreditinstituts</p> <p>BIC</p> <p>Für Überweisungen in Deutschland und in andere EU-/EWR-Staaten in Euro.</p> <p>Angaben zum Zahlungsempfänger: Name, Vorname/Firma (max. 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 35 Stellen)</p> <p>Foundation Human Nature e.V. Nidda</p> <p>IBAN DE 14 5185 0079 0150 0224 44</p> <p>BIC des Kreditinstituts/Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen) HELADEF1FRI</p> <p>Betrag: Euro, Cent</p> <p>Spenden-/Mitgliedsnummer oder Name des Spenders: (max. 27 Stellen) ggf. Stichwort</p> <p>PLZ und Straße des Spenders: (max. 27 Stellen)</p> <p>Angaben zum Kontoinhaber/Zahler: Name, Vorname/Firma, Ort (max. 27 Stellen, keine Straßen- oder Postfachangaben)</p> <p>IBAN</p> <p>Datum</p> <p>Unterschrift(en)</p> <p style="text-align: right;"><b>SPENDE</b></p> <p style="text-align: right;">06</p>
---	---

423 537 DG VERLAG

(Quittung bei Bareinzahlung)