



Hilfe: direkt und unkompliziert

Liebe Mitglieder, Spender, Freunde und Mitarbeiter von FHN,

das Jahr 2023 neigt sich dem Ende und wir blicken wieder auf ein Jahr voller Aktivitäten bei FHN zurück!

Was unseren Verein ausmacht, ist die kontinuierliche Unterstützung in entlegenen Regionen in Ecuador, Ghana, Nepal und Ruanda. Die Menschen vor Ort tragen wir schon seit Jahren und teilweise Jahrzehnten durch schwierige Zeiten. Immer mit den Grundsätzen: Hilfe zur Selbsthilfe und integriert in die lokalen Systeme. In Ecuador beispielsweise haben Yannick und Evy, zwei Freiwillige, die bis November 2022 im Projekt in La Y waren, die Initiative für sauberes Trinkwasser auch 2023 aus der Ferne weiterbegleitet und betreut, damit das Engagement nicht zum Erliegen kommt. Die Einarbeitung eines kleinen aber feinen Teams vor Ort sorgt dafür, dass Wissen und Können weitergetragen werden kann, auch wenn die Initiatoren selbst nicht mehr vor Ort sind.

In Nepal, Ecuador und Ruanda waren wir dieses Jahr wieder zu Projektbesuchen vor Ort, sodass wir immer mal wieder selbst einen Eindruck bekommen und uns einen Überblick verschaffen können, um anschließend und von Deutschland aus gezielter unterstützen zu können, was nur Dank Ihrer Spenden möglich ist. Herzlichen Dank dafür!

Des Weiteren hat uns unser langjähriges und treues sowie aktives Mitglied Kirsten Stünkel mitgeteilt, dass sie wegen persönlichen und beruflichen begrenzten Kapazitäten vorerst ihren letzten Projektbericht über Ghana geschrieben hat. Vielen vielen Dank für Dein jahrelanges, ach, jahrzehntelanges, fleißiges und zuverlässiges Einholen von Informationen, Kommunizieren mit David als Projektkoordinator in Ghana und Schreiben sowie Korrekturlesen der Berichte für die Newsletter, und auch die Jahresberichte, liebe Kirsten!

Auch wenn dieses Jahr weltpolitisch von Krisen geprägt war, hoffe ich, können Sie an den Weihnachtstagen innehalten und das Jahr gut Revue passieren lassen!

Ihnen und Ihren Liebsten alles Gute und ein gesundes neues Jahr 2024,

Gesa Gerding

2. Vorsitzende FHN Deutschland

Bericht aus Nepal von Gesa Gerding

Jungen Menschen eine Perspektive geben

FHN hat im Jahr 2017 angefangen sich in Nepal zu engagieren, um jungen Menschen eine medizinische Ausbildung zu ermöglichen und im neuen - vom Distrikt selbst gebauten - Krankenhaus für mindestens 3 Jahre im Anschluss zu arbeiten. Da die Schülerinnen und Schüler selbst aus der Region kommen, ist es wahrscheinlich, dass sie auch über die drei Jahre hinaus dort bleiben werden.

Neben den Ausbildungen, wovon die Kosten teilweise oder ganz von FHN übernommen werden, ist Gesundheit von Frauen und Mädchen eine weitere Herzensangelegenheit geworden. Nicht nur in Nepal, auch in anderen Teilen dieser Erde, ist die monatliche Blutung weiterhin ein tabuisiertes und stigmatisiertes Thema. Es fing an mit nur 50 Menstruationstassen, deren Nutzung und Anwendung auch wissenschaftlich begleitet wurde. Als Followup Programm reiste unsere Projektkoordinatorin Dr. Malin Emgård mit 200 weiteren von FHN finanzierten Menstruationstassen nach Nepal. Jetzt, etwa vier Jahre später, fragte FPAN an, das Projekt auch in andere Landesteile auszuweiten, weil der Erfolg und die Nachfrage groß sind. FPAN steht für „Family Planning Association of Nepal“ und ist eine nepalesische Organisation, die im Bereich der sexuellen und reproduktiven Gesundheit informiert, aufklärt und weiterbildet. FPAN ist ein wichtiger Partner des nationalen Familienplanungsprogramms der nepalesischen Regierung.

Malin reiste im November diesen Jahres nach Nepal und konnte mir gerade rechtzeitig zum

Redaktionsschluss dieses Newsletters Neuigkeiten überbringen: Sie hat sich mit Samjhana Rokka in Kathmandu getroffen, die eine von FHN teil-finanzierte Ausbildung zur Laborassistentin macht. Samjhana bereitete sich zum Zeitpunkt des Treffens auf die Abschlussprüfungen vom ersten Lernjahr vor, die am 16. Dezember stattfinden werden - wenn Sie diesen Newsletter in der Hand halten werden, wird Samjhana es also schon hinter sich haben. Die Ausbildung geht insgesamt vier Jahre. Malin lässt ausrichten, dass sie die Möglichkeit, eine Ausbildung zur Laborantin zu absolvieren, genieße und ihre bisherigen Lieblingsfächer Anatomie und Physiologie sind. Die Klasse ist klein und besteht derzeit aus 15 Schülerinnen und Schülern. Sie lebt etwa 40 Minuten mit dem Bus entfernt vom Ausbildungsort, dem Yala-Institut in Kathmandu, in einem Ort namens Kalanki und mietet zusammen mit einigen anderen eine kleine Wohnung. Sie wirkte sehr motiviert und glücklich bei dem Treffen und möchte FHN danken, dass wir ihr die Möglichkeit der Ausbildung geben! Dieser Dank gebührt Ihnen, liebe Mitglieder und treuen Spenderinnen und Spender!

Samjhana berichtete außerdem, dass neben unserer ersten Krankenschwester Deevya auch Nischal und Deepika (beide erfolgreich ausgebildete Labortechniker) im Thokarpa-Krankenhaus arbeiten. Das Haus von Samjhanas Eltern liegt etwa eine Stunde bergauf vom Zentrum von Thokarpa entfernt. Samjhana hat drei jüngere Geschwister, ihre Mutter ist Hausfrau und ihr Vater ist Bauunternehmer, der unter anderem am Bau des neuen Krankenhauses beteiligt war. Das Krankenhaus wurde nach dem verheerenden Erdbeben 2015 neu aufgebaut und ist seit diesem Jahr in vollem Betrieb.



Samjhana und Malin bei einem Treffen in Kathmandu Mitte November 2023

Weihnachtsrundschriften 2023

Bericht aus Ecuador von David Salvador

Erfreuliche Zusammenarbeit mit dem neuen Gesundheitskomitee

Wie in unserem letzten Sommerrundschriften berichtet, haben sich zehn neue Mitglieder für das Gesundheitskomitee gemeldet und wurden registriert. Während noch auf die Zulassung beim Gesundheitsministerium in Quito gewartet werden muss, wurden in der Zwischenzeit schon die ersten Wahlen durchgeführt und eine konstituierende Sitzung abgehalten (s.u.).



Das neu gewählte Komitee

Rojelio ist neuer Vorsitzender und wird von sieben weiteren Mitgliedern im lokalen Vorstand unterstützt. Darunter ist auch Jennifer, ein Mitglied von Agua Sana, die zur Protokollantin gewählt wurde.

Unterstützt wird das neue Komitee weiterhin von unserer Administratorin Rosita, die mit ihrem Wissen aus der Vergangenheit einen großen Mehrwert bietet. So konnte sie den Kontakt zum lokalen Roten Kreuz herstellen, um Schulungen für Erste Hilfe Maßnahmen anzubieten. In einer Gegend, wo noch sehr viel körperlich in der Landwirtschaft gearbeitet wird und es v.a. in der Regenzeit bis zu zehn Stunden dauern kann, bis der Patient in der Gesundheitsstation versorgt werden kann, eine wichtige Hilfe. Viele Interessierte nahmen teil und konnten sich im Anschluss über ein Zertifikat freuen (s.u.).



Dank unserer Administratorin gibt es nun neue Ersthelferinnen und -helfer in der Region

Die Zusammenarbeit mit dem Ärzteteam der Gesundheitsstation läuft gut, jedoch haben die klimatischen Bedingungen der letzten Monate alle vor große Herausforderungen gestellt. In der Region sind die Auswirkungen von El Niño sehr stark zu spüren: Sintflutartige Regenfälle lassen nicht nur die Wege verschlammen, sie

spülen sie teilweise komplett weg. Gleichzeitig wird die Infrastruktur in Mitleidenschaft gezogen – und es gibt tagelange Stromausfälle – der längste dauerte 14 Tage. Patienten konnten währenddessen kaum bis zur der Gesundheitsstation kommen, für das Ärzteteam sind Besuche in den Dörfern unmöglich.

Dies wirkte sich auch auf unsere Initiative „Agua Sana“ aus: diese lebt von den Workshops in den Dörfern, der Vorführung zur Herstellung eines Filters – und dann dem eigenständigen Bau des Filters durch die Familie, wo der Filter künftig genutzt werden soll. Nun waren Treffen und auch der Transport der Materialien für den Bau des Filters, v.a. grober und feiner Kies, Sand, eine Plastiktonne, Plastikschüssel als Filter und einigen Schläuchen, nicht mehr möglich. Dies führte auch zu dem Verlust von Routinen bei der Wasser-Probennahme und den Laboruntersuchungen – ohne Filter keine Tests. Wir wollen nun gemeinsam mit dem „Agua Sana“ Team in den Dialog gehen um zu prüfen, welche Aktivitäten trotz dieser Herausforderungen möglich sind. Denn sauberes Wasser für die Menschen der Region ist sehr wichtig, um Folgekrankheiten zu vermeiden.

Trotz der klimatischen Herausforderungen finden regelmäßig einmal im Monat die „Clubs“ statt: gemeinsam mit unserer Psychologin Paola treffen sich Schwangere, Bluthochdruck- und/oder Diabetespatienten sowie Kinder und Jugendliche, um in gemeinsamen Gesprächen je nach Thema ihre gesundheitliche Situation zu verbessern. Dabei geht es v.a. bei den Jugendlichen weiterhin um einen hohen Bedarf an sexueller Aufklärung, um Teenagerschwangerschaften vorzubeugen und Wege zur Verhütung aufzuzeigen. Die Durchführung der Clubs sind sehr wichtig, dies berücksichtigt aktuell neben den Mitgliedern des Komitees und Rosita auch unsere Buchhalterin Odalys bei der Planung von Aktivitäten und Aufstellen eines Budgets für 2024.

Wir sehen nach der Neuwahl des Vorstands eine hohe Motivation, die begonnenen Initiativen trotz gewisser Widrigkeiten mit weiteren Ideen fortzusetzen. Dies ermöglicht für die Bewohner von El Paramo eine Verbesserung ihrer Lebensumstände.

Vielen Dank, dass Sie uns weiterhin dabei unterstützen!

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

Foundation Human Nature

Sparkasse Oberhessen

IBAN DE14518500790150022444

BIC HELADEF1FRI

Letzter Freistellungsbescheid vom
25.02.2021 // St.-Nr. 34 25054579

Bericht aus Ghana von Andrea Muschiol

Gute Versorgung der Region durch die Gesundheitsstation

Durch die kontinuierliche und gute Versorgung von Patientinnen und Patienten ist die Bedeutung und das Ansehen der Gesundheitsstation und dessen Personal weiterhin hoch. Unsere Partner von FHN UK garantieren durch die Hauptfinanzierung, Aktivitätenplanung und gemeinsame Koordination mit dem lokalen Team die Erfüllung der Aufgaben. Ebenso unterstützen sie bei der Kommunikation mit der lokalen Krankenversicherung, wo es seit vielen Jahren Herausforderungen gibt. Schritt für Schritt werden die Themen angesprochen und geklärt, sodass die Patientenversorgung noch besser möglich ist.

Über die hauseigene Apotheke ist immer ein Grundstock an Medizin zur Behandlung vorhanden; bei vermehrt auftretenden Krankheitsbildern kann entsprechend mehr eingekauft werden. Aktivitäten der Hebamme gemeinsam mit dem Team umfassen Vorsorgeuntersuchungen von Schwangeren, Unterstützung und Informationen vor der Geburt und Nachsorge bei Hausbesuchen.

Bei einigen Initiativen wurde das Team der Gesundheitsstation auch durch den Freiwilligen Kirby unterstützt: So konnten weitere Workshops für Mädchen und Jungen zum Thema „Menstruationshygiene“ und Gesundheitserziehung mit dem Verteilen von wiederverwendbaren Binden durchgeführt werden. Dies ermöglicht den Mädchen und jungen Frauen die regelmäßige Teilnahme am Schulunterricht. Zuvor mussten sie zu Hause bleiben und verpassten Unterricht.



Im Rahmen der Aufforstungsinitiative wurden insbesondere Moringa- oder Meerrettichbäume gepflanzt (s.o.). Dieser „Multifunktionsbaum“ wächst sehr schnell und kann vielfältig genutzt werden: Blätter und Triebe als Gemüse, Wurzeln und Rinde als natürliche Medizin, Äste für Pfähle oder als Brennholz zum Kochen. Parallel zum Sammeln von Plastik wird so in der Region aktiv am Schutz der Natur gearbeitet – was wieder den Menschen zugutekommt, um ihre Lebenssituation zu verbessern!

Bericht aus Ruanda von Andrea Muschiol

Projektbesuch mit Übergabe von Schulkleidung und Unterstützung bei Nahrungsmittelausgabe

Gerne berichte ich von meinem Projektbesuch in Ruanda Ende Oktober bis Anfang November. Nach 2019 habe ich erneut gemeinsam mit meinen Eltern Ruanda besucht. Während knapp zwei Wochen besuchten wir viele Initiativen. Mein Fokus lag v.a. auf einem Austausch mit Dr. Uta Düll, die das Krankenhaus in Gikonko leitet. Ebenso wichtig war der Besuch der „Ecole Primaire“ in Higirow – einer Grundschule mit angeschlossenem Kindergarten. Dort konnten wir dank der finanziellen Unterstützung der ING-DiBa AG 264 Kindergartenkinder und Grundschulkinder mit neuen Schuluniformen sehr glücklich machen!

Die Initiative wurde durch den Verein „Partnerschaft Rheinland-Pfalz / Ruanda e.V.“ und das lokale Koordinationsbüro in Kigali begleitet. So hatten wir eine ständige Ansprechpartnerin, die Informationen aus Higirow von der dortigen Schulleiterin übermitteln konnte. Die Gemeinde mit der Schule liegt im äußersten Süden des Landes kurz vor der Grenze von Burundi. Die Menschen auf dem Land sind generell ärmer als in der Stadt, aber in dieser ländlichen Gegend besonders arm. Auch hier sind die schlimmen Ereignisse in der Welt spürbar, denn die Preise für v.a. Lebensmittel, aber auch fast alle anderen Güter ist um ca. 15% gestiegen. Gleichzeitig ist die lokale Währung, der Ruandische Franc, weniger wert. So fehlt es weiterhin am nötigsten, und wer Hunger hat, kann nur von Schulkleidung träumen. Hier konnten wir helfen. Vielen Dank an die ING-DiBa AG, die mich als



Andrea Muschiol im FHN-Shirt mittig im Bild nach der Übergabe der Schuluniformen

Angestellte bei meinen Aktivitäten der FHN-Vereinsarbeit tatkräftig unterstützt und so diese Hilfe ermöglicht hat. Nun können die Kinder in der Dorf- und Schulgemeinschaft, ohne Scham ihrer „Lumpen“ von zuvor, lernen, in der Hoffnung, mit diesem Wissen ihr Leben besser zu gestalten. Ebenso hatte die lokale Näherei einen „Großauftrag“ und konnte der Region Arbeit geben.



Mittags wurde ein großer Topf Reis gekocht

Die gestiegenen Preise für Lebensmittel sind auch im Krankenhaus von Gikonko spürbar. Dr. Uta berichtete vom Schuljahresbeginn Ende September, wo viele Kinder sehr dünn, wenn

nicht schon unterernährt aus den langen Ferien von drei Monaten kamen. Ihre Eltern hatten nicht genug Geld für Essen. Dank unseren Spendern konnten FHN auch hier unterstützen: die 735 Kinder erhalten in der Schule ein Mittagessen – teilweise als einzige Mahlzeit am Tag. FHN kann die Finanzierung für drei knapp Wochen übernehmen. Doch auch weitere Einheimische der Gegend sind auf Lebensmittelspenden angewiesen, die im Krankenhaus vor allem an alte und sehr kinderreiche Familien verteilt werden. Dieser Termin Freitagmorgen ist somit für alle sehr wichtig!

Parallel läuft die normale Versorgung von Patientinnen und Patienten im Krankenhaus weiter, unterstützt von den Laboranten im Labor. Sie alle haben die Hoffnung, dass sich bald die wirtschaftliche Situation verbessert – und sind sehr dankbar, dass sie währenddessen Unterstützung erhalten.

Diesen Dank gebe ich sehr gerne an Sie weiter!

Dieses Rundschreiben wurde von Gesa Gerding zusammengesetzt.

Beleg für Kontoinhaber/Zahler-Quittung

IBAN des Kontoinhabers
Zahlungsempfänger
Foundation Human Nature e.V. St.-Nr. 34 250 54579 letzter Freistellungsbescheid v. 25.02.2021
IBAN/BIC des Zahlungsempfängers
DE14 5185 0079 0150 0224 44 HELAD1FR1
EUR Betrag: Euro, Cent
Spenden-/Mitgliedsnr./Name des Spenders/ ggf. Stichwort
Kontoinhaber/Zahler

SEPA-Überweisung/Zahlschein

Name und Sitz des überweisenden Kreditinstituts	BIC
Angaben zum Zahlungsempfänger: Name, Vorname/Firma (max. 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 35 Stellen)	
Foundation Human Nature e.V. Nidda	
IBAN	
DE 14 5185 0079 0150 0224 44	
BIC des Kreditinstituts/Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen)	
HELAD1FR1	
Betrag: Euro, Cent	
Spenden-/Mitgliedsnummer oder Name des Spenders: (max. 27 Stellen) ggf. Stichwort	
PLZ und Straße des Spenders: (max. 27 Stellen)	
Angaben zum Kontoinhaber/Zahler: Name, Vorname/Firma, Ort (max. 27 Stellen, keine Straßen- oder Postfachangaben)	
IBAN	
Datum	Unterschrift(en)

SPENDE