

Hilfe: direkt und unkompliziert

Liebe Mitglieder, Spender, Freunde und Mitarbeiter von FHN,

das Jahr neigt sich dem Ende zu, und wir blicken auf bewegende Monate zurück, die erneut voller Herausforderungen, Entwicklungen und neuer Perspektiven für unsere Projekte und Partnerschaften waren. Sie halten heute unser Weihnachtsrundschriften 2024 in den Händen – gefüllt mit Berichten und Neuigkeiten aus den verschiedenen Ländern, in denen wir tätig sind.

In diesem Jahr konnten wir dank Ihrer treuen Unterstützung und Ihrem Engagement erneut viel bewegen. So reiste Anfang des Jahres David Salvador nach Ecuador, um mit dem Gesundheitskomitee neue Wege und Ideen für die Gesundheitsförderung zu entwickeln.

Auch in unseren Projekten in Nepal, Ruanda und Ghana gab es wichtige Fortschritte. In Nepal neigen sich die von FHN finanzierten Ausbildungen dem Ende zu und ein Fünfjahres-Plan für ein langfristiges Programm für Frauengesundheit ist in den Startlöchern.

Doch egal ob Ecuador, Nepal, Ruanda oder Ghana: durch konkrete Maßnahmen können wir das Leben vieler Menschen in unseren Projektländern Dank Euch und Ihnen nachhaltig verbessern!

Gerade die Weihnachtszeit lädt uns dazu ein, innezuhalten: Ihre Unterstützung ist das Fundament unserer Arbeit. Dank Ihnen können wir langfristige Partnerschaften aufbauen und vor allem nachhaltig pflegen. Zige neue Projekte zu starten ist leicht, aber sie über Jahre oder gar Jahrzehnte aufrecht zu erhalten; das ist die eigentliche Herausforderung. Und ein absoluter Marathon, der dank Ihnen möglich ist!

Für die bevorstehenden Feiertage wünsche ich Ihnen allen eine besinnliche Weihnachtszeit, Freude im Kreis Ihrer Liebsten und einen hoffnungsvollen Start in das neue Jahr. Möge 2025 für uns alle ein Jahr voller Gesundheit, Frieden und weiterer gemeinsamer Erfolge werden!

Mit herzlichen Grüßen und bestem Dank für Ihre Treue,

Gesa Gerding
2. Vorsitzende FHN Deutschland



Bericht aus Ecuador von David Salvador

Neben dem Alltag laufen Sport und Spiele für Jugendliche

Wie im letzten Sommerbericht erwähnt, ist das aktuelle Gesundheitskomitee sehr motiviert und versucht trotz einiger Schwierigkeiten, die Jahresplanung einzuhalten. Hier sind v.a. die Stromausfälle zu nennen, welche im September begannen und anhalten: Ecuador generiert viel Elektrizität durch Wasserkraft, doch der Pegel in den Stauseen ist durch die langanhaltende Dürre zu stark gesunken. Zuletzt gab es in La Y nur 10 Stunden Strom pro Tag!

Die Jahresplanung umfasst Aktivitäten, von denen wir bereits in der Vergangenheit berichtet haben, wie beispielsweise medizinische Kampagnen in entlegene Dörfer, die Verteilung von Medikamenten, Gebäudeinstandhaltungen, allgemeine Koordination oder die Einarbeitung von neuem medizinischem Personal, was alle sechs Monate der Fall ist. Die Aktivitäten, auf die sich das Komitee zusätzlich zu dem, was bereits erwähnt wurde, fokussierten, waren Aktivitäten zur Jugendintegration durch Sport und

traditionelle Spiele, die als „Sportkirmes“ („kermés deportiva“) bezeichnet werden.

Die Idee des „Kirmes“-Spieltags besteht darin, einen Kontakt zu den Jugendlichen zu bekommen.

Darüber hinaus wird angestrebt, dass junge Menschen sich sozial integrieren, an Aktivitäten teilnehmen, bei denen Teamfähigkeit entwickelt werden soll und Gespräche zur Entwicklung von Perspektiven geführt werden können. Idealerweise findet diese Sportkirmes monatlich statt. Da es sich jedoch um Aktivitäten im Freien handelt, hängt dies stark vom Wetter ab. Es werden Getränke und Snacks für alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer bereitgestellt und auch kleine Preise für die Teams, die bei den Spielen besonders gut abgeschnitten haben.

Die erste „Kirmes“ fand im August statt und erfreute sich großer Beliebtheit bei jungen Leuten. Im September war der Zulauf nochmals größer. Im Namen des Komitees, den Menschen vor Ort und besonders den Jugendlichen bedanken ich mich bei Ihnen für Ihre treue Unterstützung und wünsche erholsame Weihnachtsfeiertage für Sie und Ihre Familien!



Neue Konstruktion von Regenrinnen zum Auffangen von Wasser, welches dann in der Gesundheitsstation und im Mehrzweckhaus verbraucht wird.

Gute Versorgung durch die Gesundheitsstation & Bau einer Schule

Gerne teile ich Neuigkeiten aus Ghana, wo unser Partner FHN UK weiterhin sehr erfolgreich die Gesundheitsstation führt.

Vor Ort ist der lokale Koordinator David Dreh und Angelpunkt. Gemeinsam mit dem Team wird eine gute Gesundheitsversorgung sichergestellt, welche auch die Ausgabe von Medikamenten und Laboruntersuchungen beinhaltet. Leider ist es weiterhin nicht gelungen, die staatliche Krankenversicherung einzuführen: zu viele, oft bürokratische Anforderungen und kurzfristige Veränderungen aufgrund von staatlichen Wechsellern lassen dies bisher nicht zu. Es stehen jedoch wieder Wahlen im Land an – vielleicht ist dies eine neue Option!

Neben der Patientenversorgung gibt es weitere Initiativen: das Aufforstungsprojekt, welches vor fünf Jahren begonnen wurde, ist es toller Erfolg! Es wurden weitere Bäume gepflanzt.

Dies ist ein wichtiges Zeichen im Land, das immer stärker von Wetter-Extremen wie Starkregen oder Dürre getroffen wird. Auch das Sammeln von Plastik schafft Aufmerksamkeit für die Natur.

Die Wasserversorgung durch das Bohren von Brunnen – auch von FHN Deutschland unterstützt – in der Region ist sichergestellt und der Zugang zu Trinkwasser ist nun viel einfacher. Neben kontinuierlichen Informationen in der Gesundheitsstation, für und durch die Gesundheitshelfer ist nun eine neue Initiative gestartet worden: der Bau einer Schule neben der Gesundheitsstation. Bisher sind sechs Klassenräume geplant, ein IT-Raum, ein kleines Labor, eine Bücherei, Sportstätten und natürlich Sanitäranlagen. Auf diese Weise wird das Engagement vor Ort für Bildung noch mehr gestärkt, nachdem in der Vergangenheit schon Gehälter von Lehrern übernommen wurde. Eine Einweihung ist für 2025 geplant.

Vielen Dank auch im Namen von FHN UK für Ihre weitere Unterstützung.



Foto aus Ghana: Ein Blick in den „neuen“ Wald, der nun seit mehr als fünf Jahren wächst und gedeiht, u.a. auch mit Mahagonibäumen.



Blick in ein altes Klassenzimmer in Higirow: nicht alle Schülerinnen und Schüler haben Hefte oder Kulis, um das Gelernte aufzuschreiben.

Herausforderungen durch Fälle von Krankheiten und eine zu lange Trockenheit

Bericht aus Rwanda von Andrea Muschiol

2024 jährte sich der Genozid in Rwanda zum 30. Mal, an den mit vielen Aktivitäten erinnert wurde, auch durch die Gedenkstätten im ganzen Land. Leider wirken die Erlebnisse trotz der vergangenen Zeit nach, auch psychisch. Eine Hilfe vor Ort zu finden ist kaum möglich, es gibt nur 25 Psychiater in ganz Rwanda. Somit wird das tägliche Leben noch mehr beeinträchtigt: Dr. Uta berichtet, dass für die Region Gikonko seitens des Krankenhauses mit Aufklärungskampagnen zu M-Pox gestartet wurden. Parallel wurden Todesfälle aus der Hauptstadt Kigali aufgrund des Marburgvirus (ähnlich wie Ebola) gemeldet. Hoffentlich kann eine weitere Ausbreitung verhindert werden.

Denn die Familien wurden in den letzten Monaten durch eine zu lange Trockenzeit wieder vor Herausforderungen gestellt: aus dem Anbau in Selbstversorgung konnte kaum ausreichend Nahrung erzielt werden. Einmal im Monat kann Dr. Uta durch die Ausgabe von einer Lebensmittelration v.a. sehr arme Menschen der Region, auch alte Menschen, unterstützen. Auch die von uns für einen Monat bezahlte Schulspeisung war eine große Hilfe – hier für die „Kleinen“. Ebenso konnten einige Schülerinnen und Schüler bei der Zahlung des Trimesterbeitrags unterstützt werden, sodass sie weiter zur Schule gehen konnten. Ihren Eltern war es nicht möglich, umgerechnet € 14 zu zahlen.

Weiterhin sind wir im Kontakt mit der Schule in Higirow ganz im Süden von Rwanda. Dort möchten wir die mehr als 1.200 Kindergarten- und Schulkinder mit Schulumensilien wie Hefte (Kästchen für Mathe, Linien für Schreiben) und Kulis ausstatten. Der Austausch mit der Schulleitung und dem Partnerschaftsbüro hat sich etwas verzögert. Dennoch planen wir, spätestens zu Beginn des neuen Trimesters eine Übergabe durchzuführen, um die Kinder beim Lernen und dem Wissensaufbau für ihren weiteren Lebensweg zu unterstützen.

Vielen Dank, dass Sie uns dabei helfen!

Nachricht aus dem Vorstand in eigener Sache

Wir suchen weiterhin tatkräftige Unterstützung bei unserer Vorstandsarbeit: Haben Sie Interesse an einem Ehrenamt, bei dem Sie Menschen unterstützen können, ihre Lebensbedingungen zu verbessern?

Danke für eine Kontaktaufnahme über Email an: board.germany@f-h-n.org.

Ihre Spende kommt an!
 Alle Spenden fließen zu 100%
 in die Projekte
Foundation Human Nature
 Sparkasse Oberhessen
 IBAN DE14518500790150022444
 BIC HELADEF1FRI
 Letzter Freistellungsbescheid vom
 02.11.2023 // St.-Nr. 34 25054579

Bericht aus Nepal von Gesa Gerding

Neuigkeiten von Deevya, Nischal und Samjhana

Die Krankenschwester Deevya ist frisch verheiratet und berichtet davon, dass das Thokarpa Krankenhaus, das jetzt vollständig von der lokalen Regierung betrieben wird, weiterhin rund um die Uhr geöffnet ist. Der Patientenstrom nimmt zu, auch Menschen aus benachbarten Bezirken suchen das Krankenhaus auf – ein Zeichen für einen guten Ruf. Allerdings herrscht ein Mangel an Pflegekräften, weshalb das Team derzeit in Doppelschichten arbeitet. Eine offene Stelle soll jedoch im kommenden Monat besetzt werden. Deevya ist und bleibt dem Krankenhaus und ihrem Heimatdorf Thokarpa sehr verbunden. Die Straßenverhältnisse nach den Überschwemmungen und Erdbeben in Nepal wurden teilweise ausgebessert und der Busverkehr läuft wieder, was für das Dorf essenziell ist.

Nischal ist seit zwei Monaten der einzige ausgebildete Labortechniker im Krankenhaus und verantwortet somit den gesamten Laborbetrieb – eine große Aufgabe, die er mit wachsender Sicherheit meistert.

Er erhält gute Unterstützung vom restlichen Team und freut sich auf die Verstärkung durch einen geplanten Labormitarbeiter. Nischal ist stolz darauf, in seinem Geburtsdorf zu arbeiten und gibt sein Bestes, um seine Aufgaben zu erfüllen.

Samjhana ist zwischen ihrem zweiten und dritten Studienjahr und hat die Feiertage Dashain und Tihar mit ihren Eltern in Thokarpa verbracht. Sie wirkt glücklich und wird im Januar mit ihrem dritten Studienjahr beginnen. Zusammenfassend lässt sich sagen, dass alle drei jungen Erwachsenen, die dank Ihrer Spenden eine Ausbildung genießen oder genießen konnten, sehr zufrieden sind und ihre Aufgaben mit Engagement und Verantwortungsbewusstsein erfüllen.

Unsere Projektkoordinatorin Dr. Malin Emgård war im November nicht selbst im Projekt, aber eine vertraute Kollegin von ihr: FHN bereitet in Nepal gerade einen Fünfjahresplan vor, um das Menstruationstassenprojekt nachhaltig zu unterstützen und im besten Fall auf weitere Regionen auszuweiten.

Gemeinsam mit anderen nationalen und internationalen Partnerschaften werden diverse Gespräche geführt, Mails geschrieben und alle Details ausgearbeitet.

Die Menstruationstassen zu besorgen und zu verteilen ist dabei das geringste Problem. Die eigentliche Herausforderung ist es, Schulungen durchzuführen, kulturelle Stigmata abzubauen, als qualifizierte Ansprechpartner auch im Verlauf noch zur Verfügung zu stehen und „Follow-Ups“ zur weiteren Begleitung bereitzustellen.

In der Hauptstadt Kathmandu ist die Stigmatisierung der monatlichen Blutung von Mädchen und Frauen nicht so groß wie in den entfernteren und ländlicheren Regionen.

Aus der ersten Phase habe ich bereits einige Stimmen einfangen können, die ich gerne mit Ihnen teilen möchte: Die Mädchen auf dem Bild sind aus der Kumal- Gemeinschaft.



Sie sagten, dass die Verwendung der Tassen anfangs etwas schwierig und schmerzhaft war, dass es aber mit etwas Übung besser wurde. Ihre Familien scheinen kein Problem damit zu haben, die Tassen offen im Haus aufzubewahren oder sie einmal im Monat in der Küche in heißem Wasser zur Desinfektion zu kochen. Was für uns selbstverständlich klingt, ist im ländlichen Nepal ziemlich bemerkenswert, da es dort so viele Regeln in Bezug auf Mädchen und Frauen gibt!

Die Mädchen sagten auch, dass sie die Tasse aus eigenem Willen ausprobieren wollten und nicht, weil jemand anderes sie dazu überredet hätte. Sie freuten sich über die Bequemlichkeit, die Tassen nicht so oft wechseln zu müssen wie Binden. Auch fällt durch die Verwendung von Menstruationstassen deutlich weniger Müll an.

Einen herzlichen Dank an Sie und Euch für die Unterstützung dieses Projekts, das das Leben von vielen hundert Mädchen und Frauen zum Besseren verändert!

Beleg für Kontoinhaber/Zahler-Quittung		SEPA-Überweisung/Zahlschein		Für Überweisungen in Deutschland und in andere EU-/EWR-Staaten in Euro.	
IBAN des Kontoinhabers		Name und Sitz des überweisenden Kreditinstituts		BIC	
Zahlungsempfänger		Angaben zum Zahlungsempfänger: Name, Vorname/Firma (max. 27 Stellen, bei maschineller Beschriftung max. 35 Stellen)			
Foundation Human Nature e.V. St.-Nr. 34 250 54579 letzter Freistellungsbescheid v. 02.11.2023		Foundation Human Nature e.V. Nidda			
IBAN/BIC des Zahlungsempfängers		IBAN			
DE14 5185 0079 0150 0224 44		DE 14 5185 0079 0150 0224 44			
BIC des Kreditinstituts/Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen)		BIC des Kreditinstituts/Zahlungsdienstleisters (8 oder 11 Stellen)			
HELADEF1FRI		HELADEF1FRI			
Betrag: Euro, Cent		Betrag: Euro, Cent			
EUR		Betrag: Euro, Cent			
Spenden-/Mitgliedsnr./Name des Spenders/ ggf. Stichwort		Spenden-/Mitgliedsnummer oder Name des Spenders: (max. 27 Stellen) ggf. Stichwort			
Kontoinhaber/Zahler		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)			
		06			

(Quittung bei Bareinzahlung)