

# namaste

DAS BACK TO LIFE MAGAZIN | FRÜHLING 2022

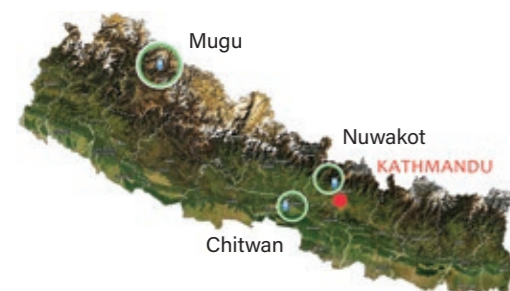


## ÜBER BACK TO LIFE E.V.

Wir unterstützten 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 48.000 Menschen in Nepal und fördert die Schulbildung von über 9.000 Kindern.

### UNSERE PROJEKTGEBIETE:



## IMPRESSUM

**HERAUSGEBER** Back to Life e.V.  
**REDAKTION** Stella Deetjen, Dikendra Dhakal,  
Anne-Christine Mohapatra  
**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](http://www.back-to-life.org)  
[info@back-to-life.org](mailto:info@back-to-life.org)  
[facebook.com/BackToLifeOrg](https://facebook.com/BackToLifeOrg)  
[instagram.com/back\\_to\\_life\\_germany](https://instagram.com/back_to_life_germany)

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

# INHALT

<b>25 JAHRE BACK TO LIFE</b> 25 Jahre	06-13
<b>AUFATMEN</b> Corona-Hilfe	14-15
<b>KILLER IN THE KITCHEN</b> Gesundheit	16-19
<b>EINE JUNGE FRAU GEHT IHREN WEG</b> Ausbildung	20-23
<b>GESUND UND PRODUKTIV</b> Einkommensförderung	24-27
<b>MANGAL WIRD VATER</b> Follow-Up	28-29
<b>HELIKOPTERBABY</b> Geburtshaus	30-33
<b>DIE WUNDERBLUME DES HIMALAYA</b> Land, Menschen und Kultur	34-37
<b>MIT UNSEREN WASSERPROJEKTEN</b> GEHT ES ZÜGIG VORAN	38-43
<b>BASANTA PANCHAMI</b> Land, Menschen und Kultur	44-45
<b>DAS PASSIERT BEI MIR</b> Namaste für Kinder	46-47
<b>LEHRER DENKEN NEU</b> Bildung und Schule	48-49
<b>JETZT LÄUFT ALLES GUT</b> Bewegende Schicksale	50-51
<b>EIN BLICK HINTER DIE KULISSEN</b> Kinderschutz	52-53
<b>EIN GESPRÄCH, DASS UNSER ALLER LEBEN</b> VERÄNDERN SOLLTE	54-57
25 Jahre	54-57
<b>UNSERE AKTUELLEN BAUPROJEKTE</b>	58
<b>SPENDENAKTIONEN</b>	59



# NAMASTE

Liebe Freundinnen und Freunde  
von Back to Life,

dies ist eine besondere Namaste-Ausgabe – die erste in unserem Jubiläumsjahr: 25 Jahre Back to Life. Niemals hätte ich gedacht, dass wir einmal so viel erreichen würden. Aus meinem Wunsch, vor vielen Jahren dem leprakranken Musafir zu helfen, ist eine gut vernetzte und professionelle Hilfsorganisation geworden, die ganzen Dorfgemeinschaften eine neue Perspektive gibt, wie z.B. durch unsere Wasserprojekte (S.38), und dabei auch die Umwelt mit im Blick hat. Es freut mich von ganzem Herzen, dass wir heute einen so umfassenden Ansatz verfolgen. Gleichzeitig können wir nach wie vor auf Einzelschicksale, wie das von Mangal Rokaya (S.28), eingehen. Mit den Jahren sehen wir die kostbaren Früchte unserer Arbeit. Warben wir vor 12 Jahren für die ersten Schulpatenschaften für Mädchen, begleiten wir heute bereits junge Frauen bei Studium und Berufsausbildung (S.20). Unsere wichtigsten Stationen der letzten 25 Jahre haben wir für Sie auf den folgenden Seiten kurz zusammengefasst.

Tatsächlich liegt es mir jedoch noch mehr am Herzen, nach vorn zu blicken, denn es gibt noch so viel zu tun in Nepal. Das Himalaya-Land wurde im vergangenen Jahrzehnt von zwei großen Krisen geschüttelt, die es in seiner Entwicklung deutlich zurückgeworfen haben: Zuerst durch die Erdbeben 2015, dann in den vergangenen zwei Jahren von der Corona Pandemie und ihren globalen Folgen. Doch nach den Erdbeben habe ich auch gesehen, mit wie viel Kraft und Einsatz die Menschen den Wiederaufbau angegangen sind – und das mit sehr beschränkten Mitteln. Ich habe also keinen Zweifel, dass es sich lohnt, den Weg gemeinsam mit unserem nepalesischen Team vor Ort und unseren Partnern sowie den Dorfgemeinschaften auch noch 25 Jahre weiterzugehen.

Für Sie, liebe Spenderinnen und Spender, die uns seit vielen Jahren begleiten, ebenso wie für mein Team vor Ort in Nepal und in Deutschland, empfinde ich größte Dankbarkeit und Verbundenheit. Allein hätte ich all das nie auf die Beine stellen können und auch in Zukunft hoffe ich, Sie an meiner Seite zu wissen. Gemeinsam, da bin ich mir sicher, werden wir noch viel bewegen. Darauf freue ich mich.

Alles Liebe und Gute,

Ihre

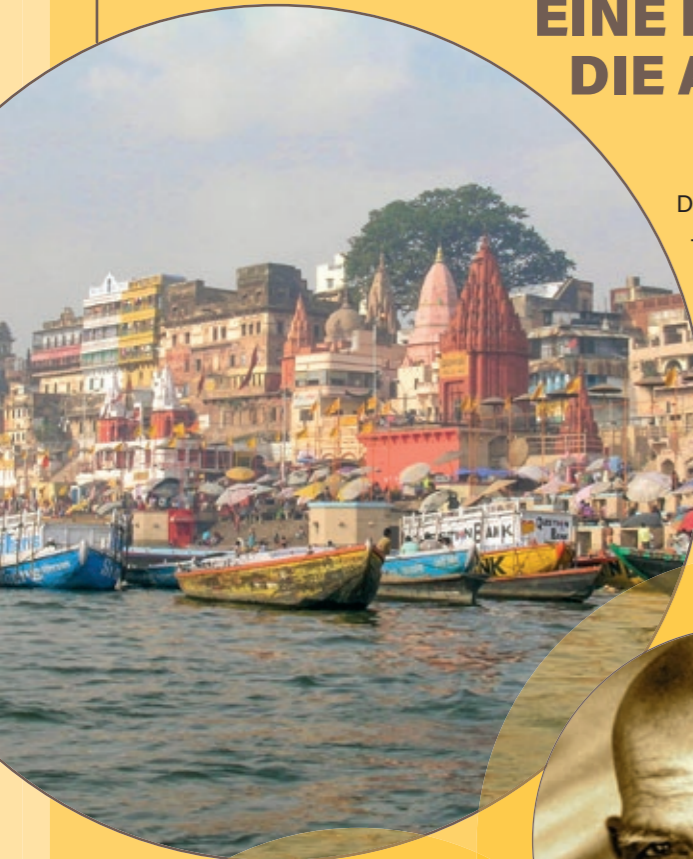
*Stella Deetjen*



# 25 JAHRE

## BACK TO LIFE

Am heiligen Fluss in Varanasi, Indien, wo alles begann.



### EINE BEGEGNUNG, DIE ALLES VERÄNDERT 1990

Der Ursprung von Back to Life liegt in dieser besonderen Begegnung vor über 25 Jahren: Stella trifft Anfang der 1990er den leprakranken Musafir in Varanasi, Indien. Sein Schicksal und das der anderen „Unberührbaren“ bewegt sie so sehr, dass sie ihr Fotografie-Studium in Rom sausen lässt und eine provisorische Straßenklinik für die Leprahilfe vor Ort aufbaut – mit nur 100 Dollar Startkapital. Nach zwei Jahren Lepra-Therapie gelten die ersten Leprakranken als geheilt, unter ihnen Musafir. Spätestens jetzt ist klar: Stella ist gekommen, um zu bleiben. Die Projekte der medizinischen und sozialen Hilfe weiten sich aus, die Vision: Leprakranken „zurück ins Leben“ zu verhelfen. Stellas Bruder gründet gemeinsam mit Freunden im Jahr 1997 in Deutschland den gemeinnützigen Verein Back to Life e.V.



Mit dem Leprakranken Musafir fing alles an.



Für die Unberührbaren wird Stella zu „Tara didi“, der großen Schwester, die alles einsetzt, damit sie ihre Würde wiedererlangen.



### WOMEN'S WORLD AWARD 2006

Für ihr Engagement im Kampf gegen Lepra erhält Stella 2006 den Women's World Award of Hope. Überreicht wird der Preis bei der Verleihung in New York City durch Michail Gorbatschow, der ihn mit ins Leben gerufen hat.

### DIE ERSTEN JAHRE: PERSPEKTIVEN SCHAFFEN

Schnell ist auch klar, dass neben der medizinischen Hilfe echte Zukunftsperspektiven für die Menschen wichtig sind. Den Kindern der Leprakranken mangelt es an Bildung. Außerdem leben fast alle auf der Straße. 2003 eröffnet Back to Life das erste Kinderheim für 40 Kinder von Leprabetroffenen. Später kommen noch zwei weitere Heime dazu. Die Leprapatienten beenden ihre Therapie und einem Drittel von ihnen gelingt es durch Einkommensförderung, sich wieder in ihren Dörfern oder in Leprakolonien anzusiedeln. Andere bleiben auf der Straße mit der Bettlergemeinschaft. Es folgen verschiedene Projekte, darunter ein großes Programm zu Frauen- und Kinderrechten, mit dem in einem Zeitraum von 5 Jahren über 150.000 Menschen erreicht werden. 2015 studieren sogar einige der Kinderheim-Schützlinge, andere wählen technische oder handwerkliche Berufsausbildungen. Wir beenden unsere Projekte in Indien im Jahr 2017, um uns voll und ganz auf Nepal zu konzentrieren. Die Not und Armut in unseren Projektgebieten sind dort noch größer und das Erdbeben in 2015 verschärft die Situation der Menschen im ganzen Land.



Über die Anfänge des Projektes und ihr Leben mit den Unberührbaren in Indien hat Stella ein spannendes Buch geschrieben, das 2016 im Fischer Verlag publiziert wurde.

2003  
2015 .....  
2017

In den Back to Life Kinderheimen in Varanasi fanden die oft schwer traumatisierten und erkrankten Kinder ein Zuhause, medizinische Hilfe sowie eine Schulausbildung.



## ERWEITERUNG DER PROJEKTE NACH NEPAL: DER BERG RUFT

# 2009

Im Jahr 2008 beschließt Stella, die Aktivitäten nach Nepal auszuweiten. Von dem kleinen Himalaya Land wird selten in den Medien berichtet, obwohl es zu den ärmsten der Welt zählt. Das Team von Back to Life reist 2009 zum ersten Mal nach Mugu in die Provinz Karnali. Hier leben 55.000 Menschen. Mugu liegt im Hochgebirge an der Grenze zu Tibet und ist damals vom Rest des Landes noch abgeschnitten. Viele Dörfer sind bis heute nur zu Fuß zu erreichen, die Randgebiete über abenteuerliche Bergstraßen. Damals herrschen mittelalterliche Verhältnisse. Es gibt keinen Strom, kein fließendes Wasser und keine medizinische Versorgung, keine sanitären Anlagen. Wir entscheiden uns, dort, wo sonst keine Hilfe ankommt, den Menschen „Hilfe zur Selbsthilfe“ anzubieten und beginnen damit, sie mit Einkommensförderung, Solarzellen auf dem Dach und rauchfreien Öfen zu unterstützen.

Wir bringen Ärzte für Health Camps in die abgelegenen Gebiete und bauen sanitäre Anlagen. Stella hat eine klare Vision: die nachhaltige Verbesserung der Lebensumstände in allen Bereichen, damit Kinder gesund und sicher aufwachsen können und die Familien in den Dörfern eine Zukunft finden. Kinder gesund und sicher aufwachsen können. In Nepal wird die internationale NGO Back to Life registriert, mit Dikendra Dhakal als Programmdirektor und Achyut Paudel als Finanzdirektor. Das Team vor Ort besteht ausschließlich aus Einheimischen.

Übergabe von Solarpanels an eine Dorfgemeinschaft in Mugu. Von links: Dikendra Dhakal und Achyut Paudel, Direktoren von Back to Life Nepal, Stella und Raju Karki von unserer lokalen Partnerorganisation in Mugu.

Unsere Health Camps retten Leben. Dort, wo sonst nie ein Arzt hinkommt. Über 22.000 Menschen werden im Laufe der Jahre behandelt.

## INDIGENE VÖLKER IM TIEFLAND SIND AUCH VERGESSEN

# 2010 2014

Back to Life wird 2010 auch auf indigene Völker im südlichen Nepal aufmerksam, die als Minderheit in der Bevölkerung verarmt und ausgegrenzt sind. Insbesondere die Chepang als ursprüngliches Nomadenvolk und Waldbewohner haben kaum Zugang zu Bildung und Fortschritt. So starten wir weitere Projekte im Distrikt Chitwan im Terai.

Für die Kinder in beiden Projektgebieten richten wir ein Patenschaftsprogramm ein, um deren Schulbesuch zu sichern. Wir verbessern die schulische Infrastruktur durch neue und vollausgestattete Gebäude und bilden Lehrer weiter. Die Erwachsenen lernen, wie sie ihren Ackerbau verbessern können und Kleinbetriebe ins Leben rufen. 2014 realisiert Back to Life in Chitwan das erste Wasserprojekt, wenig später ein weiteres im Erdbebengebiet. Die Sicherung des Trinkwassers, vor allem im Hochgebirge von Mugu, wird mit den Jahren zu einem weiteren Fokus von Back to Life.

Typische Holzhütten in einem Chepang-Dorf in Chitwan, im Süden Nepals.

Mit dem Zugang zu Trinkwasser schenken wir Gesundheit. Jung und Alt profitieren davon sowie die Vitalität des Dorfes.

Über 9000 Kinder werden durch unsere Schulpatenschaften gefördert. Ein jedes erhält dadurch eine bessere Zukunftschance, das macht uns sehr glücklich.



## KEINE KUHSTALLGEBURTEN MEHR: EINE REVOLUTION FÜR DIE FRAUEN

# 2010

Zurück in Mugu. Nach einem Jahr Projektaktivitäten fühlen die Menschen im Hochgebirge bereits 2010 eine deutliche Verbesserung ihrer Lebenssituation. Durch Solarzellen auf dem Dach kommt Licht in ihre dunklen Steinhäuser und die Öfen, die wir ermöglichen, verbannen den gesundheitsschädlichen Rauch. Sie haben spürbar neue Hoffnung gefasst. Dann passiert etwas Unglaubliches. Im Gespräch mit Sushila, einer Mutter von vier Kindern aus dem Dorf Loharbada, erfährt Stella, dass in Mugu noch die strenge Auslegung der „Chhaupadi“-Tradition praktiziert wird. Aus Angst vor dem Zorn der Geister, sind Frauen dazu gezwungen, während der Menstruation und der Geburten das Haus zu verlassen. Sie müssen ihre Kinder im Kuhstall gebären. Sushila, die Stella alles ganz offen berichtet, nimmt sie sogar mit in den Stall. Zwischen Kuhmist und Schmeißfliegen in halber Dunkelheit unterhalten sich die beiden Frauen über die schwere Bürde der Mütter im Himalaya. Stella beschließt in diesem Moment, dass Back to Life etwas tun muss. Daraufhin entsteht die Idee der Geburtshäuser, die zum Glück auch von der Dorfgemeinschaft und den Schamanen, den Hütern von Chhaupadi, mitgetragen wird. Der Bau des ersten Geburtshauses wird 2012 abgeschlossen. „Die Einweihung und dann vor allem die erste sichere Geburt in Loharbada war einer der glücklichsten Momente in meinem Leben“, erzählt Stella. Heute gibt es bereits 15 Back to Life Geburtshäuser im Hochgebirge, in denen über 2.500 Babys zur Welt gekommen sind.



## EINE NATURKATASTROPHE, DIE ZUSAMMENSCHWEISST

# 2015

Zwei schwere Erdbeben, am 25. April und 12. Mai 2015, fordern das Leben von 8.700 Menschen, 25.000 werden verletzt. Weit mehr Familien jedoch verlieren ihre Häuser und unzählige öffentliche Gebäude und Schulen stürzen ein. Das Team von Back to Life in Nepal beweist einen starken Einsatzwillen und leistet Soforthilfe in einer der am stärksten betroffenen Regionen, im Distrikt Nuwakot, wo wir bis dahin keine Projekte haben. Wir verteilen Überlebenspakete, helfen mit medizinischer Versorgung durch Health Camps und tragen durch die Verteilung von Saatgut zur Einkommenssicherung bei. 30.000 Klassenräume sind durch die Beben zerstört. 1 Million Kinder haben keinen Zugang zur Schule mehr. Deshalb legt Back to Life den Fokus auf den Wiederaufbau von 10 Schulgebäuden. Die Stärke der Nepalesen beim Wiederaufbau mit wenig Mitteln ist beeindruckend, ebenso die Leistungen unseres Teams.



Back to Life intensiviert die Hilfe.

**25 JAHRE**  
BACK TO LIFE

Unsere Hebammen sind 24 Stunden und 7 Tage die Woche im Einsatz. Zu ihren Aufgaben gehören neben der Geburtshilfe alle Themen rund um die Mutter-Kind-Gesundheit.

Zeltschule, die von Back to Life im Erdbebengebiet 2015 für den Übergang errichtet wurde.

Eröffnung eines von 10 wiederaufgebauten, erdbebensicheren Schulgebäuden.

## AUSGEZEICHNET - ENGAGEMENT FÜR DIE UMWELT

# 2019

Als Stella 2019 als erste deutsche Frau den „Grand Prix International Trophée de femmes 2019“ der Umweltstiftung Fondation Yves Rocher erhält, wird uns erst richtig bewusst, wie bedeutend das Engagement von Back to Life in diesem Bereich mittlerweile ist. Ebenso wie unsere Organisation, sind unsere Projekte im Bereich Umwelt „natürlich gewachsen“, denn Mensch und Natur gehören zusammen. Unser Umweltengagement ist eng mit dem im Bereich Gesundheit, Bildung und Einkommensförderung verwoben. Rauchfreie, energieeffiziente Öfen verbrauchen 50% weniger Holz, schonen die Abholzung der Wälder, aber sorgen auch für ein gesundes Zuhause und reduzieren Krankheiten. Solarlicht ermöglicht es Kindern, auch abends für die Schule zu lernen und Erwachsenen z.B. einen Laden zu betreiben, der nach Einbruch der Dunkelheit geöffnet ist. In unseren Schulen machen wir Umweltschutz und Recycling zum Thema, legen mit den Kindern Schulgärten an und führen Müll-Sammel-Aktionen durch. Unsere Schulungen in Landwirtschaft basieren auf ökologischen Methoden. Alles geht Hand in Hand.



Über 3.000 Haushalte nutzen unseren Solarstrom und die rauchfreie Öfen. Das ist bereits ein Drittel der Bevölkerung Mugas von 67.000 Menschen.



Durch Trainings haben wir bereits 30.000 Menschen, hauptsächlich Schüler und Schülerinnen, für den Umweltschutz sensibilisiert.



## EIN BLICK IN DIE ZUKUNFT: BACK TO LIFE STIFTUNG

# 2020

Jedes Geburtshaus ist wie ein Leuchtturm mit einer immensen Strahlkraft. Dasselbe gilt für jedes Mädchen, das in Nepal ihr Abitur ablegt, sie ist ein leuchtendes Beispiel für viele andere. Unsere Erfolge sind der Boden, auf dem wir weiterwachsen können. Es ist uns ein großes Anliegen, dass alles, was Back to Life aufgebaut hat, dauerhaft besteht. Die Schulgebäude, Geburtshäuser oder Wassersysteme sollen stets kindgerecht, sicher und funktionsfähig bleiben. Doch unsere Verantwortung endet nicht bei der Übergabe der Gebäude an die Dorfgemeinschaften. Was wir bauen, das werden wir auch erhalten. Deshalb hat Stella 2020 die Back to Life Stiftung ins Leben gerufen. Hier können Sie dazu beitragen, diese wichtigen Projekte auch in Zukunft zu sichern, indem Sie zielgerichtet für deren Erhalt spenden. Bitte sprechen Sie uns an.



Back to Life fördert sehr erfolgreich Frauen aus den Bergen, eine Ausbildung zur staatlich anerkannten Geburtshelferin zu machen.

Mit den 15 Geburtshäusern erreichen wir bereits zwei Drittel der Frauen in der Bergregion von Mugu.



2020 sind wir stolz, den ersten Mädchen zum Abitur zu gratulieren und sie jetzt durch ein Universitätsstudium zu begleiten.



Die Schule von Khamale auf 2711 m Höhe in Mugu gehört zu den 36 Schulgebäuden, die Back to Life bisher gebaut hat. Außerdem haben wir 35 Kindergärten eingerichtet.



Achyut Paudel, Finanzdirektor und Dikendra Dhakal, Programmdirektor vor der neuen Sauerstoff-Anlage im Mugu Krankenhaus.



6 Flaschen mit einer Kapazität von 6800 Litern kann die Maschine innerhalb von 24 Stunden gleichzeitig füllen.

# AUFATMEN

Eine Sauerstoffanlage rettet Leben im Hochgebirge Nepals.

## DIE AKTUELLE CORONA-LAGE IN NEPAL

Auch mit den Impfungen geht es in Nepal gut voran: Nach Angaben des Ministeriums für Gesundheit und Bevölkerung haben 75 % der Bevölkerung eine Einzeldosis erhalten, 64 % schon zwei Dosen. Eine Auffrischungsimpfung ist im Moment noch nicht für alle Menschen verfügbar. Nur Ältere und Personen in Risikoberufen können sie erhalten. Das Leben geht momentan seinen relativ normalen Gang. Alle Schulen sind geöffnet, ebenso wie alle Geschäfte und Märkte.

Stand Ende März 2022

Was so unscheinbar aussieht, ist ein echter Lebensretter: eine eigene Sauerstoffanlage, die im Bezirkskrankenhaus Mugu alle aufatmen lässt. Das staatliche Krankenhaus in der Bezirkshauptstadt Gamgadhi ist mit 65 Betten für die fast 67.000 Einwohner zuständig. Hierher kommen die Menschen, denen die Krankenschwestern an den Health Posts oder die Community Health Units nicht (mehr) helfen können und die es schaffen, die beschwerliche und oft tagelange Reise über die Bergpfade auf sich zu nehmen.

**DER SAUERSTOFF KAM BISHER AUS DER FERNE** | Ob in der Notaufnahme, den OPs, in den Kreissälen, auf den Stationen und im ganzen Bezirk – überall benötigen Patienten Sauerstoff.

Und zwar dringend. Die Flaschen dafür wurden in der Vergangenheit im 160 Kilometer entfernten Surkhet oder im 214 Kilometer fernen Nepalgunj aufgefüllt und ins Bezirkskrankenhaus transportiert. Das dauerte. Denn der Distrikt Mugu ist abgelegen, mit schlechten Straßen, die nur bei schönem Wetter und unter guten saisonalen Bedingungen befahrbar sind. Die Hin- und Rückfahrt der Flaschen nahm also oft eine Woche oder mehr in Anspruch – schon in normalen Zeiten viel zu lang und dazu äußerst mühsam.

**MIT COVID-19 WURDE DIE LUFT ZUM LUXUSGUT** | Als 2019 die Corona-Pandemie begann, wurde Nepal mehrfach sehr hart getroffen. Zeitweise wurden hier die weltweit höchsten In-

fektionsraten gezählt, viele Menschen haben das Virus nicht überlebt. Dank der größten Hilfsaktion von Back to Life stellten wir medizinische Hilfsgüter im Wert von 300.000 Euro für diverse Krankenhäuser zur Verfügung – auch das in Mugu konnte deutlich besser für die erkrankten Menschen da sein, wenn sie es bis dorthin schafften. Aber der Sauerstoff war und blieb ein Problem – zumal die Lieferorte Surkhet und Nepalgunj selbst mit einem erhöhten Bedarf zu kämpfen hatten.

## EFFIZIENT UND UNABHÄNGIG. |

Nach einem ausführlichen Antragsverfahren konnte Back to Life jetzt Abhilfe schaffen und eine höhenangepasste Anlage aus China beschaffen. Der weite Transport bis zum Krankenhaus war herausfordernd, aber im Januar gelang es, einen Ingenieur aus Kathmandu einzufliegen, der die Anlage installierte. Gleichzeitig wurde ein Mechaniker vor Ort für den Betrieb und eventuelle Reparaturen geschult, die er nun selbstständig durchführen kann. Die Anlage kann 6 Flaschen gleichzeitig füllen und schafft in 24 Stunden 25-30 Flaschen mit einer Kapazität von 6800 Litern. Das ist ein Meilenstein in der Versorgung der Patienten – eben ein echter Lebensretter, auf den wir wirklich stolz sind. Ram Bahadur Mahat, der Chief District Officer von Mugu, sagte bei der feierlichen Übergabe: „Die Unterstützung von Back



to Life ist für die Menschen in Mugu sehr hilfreich. Die Sauerstoffanlage macht uns effizienter und unabhängiger. Wir sind der Organisation sehr dankbar.“ Und wir sind dankbar, dass wir wieder einmal da helfen konnten, wo die Augen eben nicht zuerst hinschauen: bei den Menschen in den abgelegenen Gebieten von Nepal.



Indrajit Lawad blieb im Krankenhaus, bis er sich vollständig erholt hatte und wurde dann entlassen.

„Als Bezirkskrankenhaus sind wir dafür verantwortlich, unsere Gesundheitsstationen in den anderen Gemeinden von Mugu mit den benötigten Geräten und Medikamenten zu versorgen.

Wir waren in Bezug auf die Sauerstoffzufuhr eingeschränkt. Jetzt können wir diesen Gesundheitseinrichtungen, die auf lokaler Ebene arbeiten, auch die benötigten Sauerstoffflaschen nachfüllen. Das wird Menschenleben retten.“

Umesh Gautam,  
stellvertretender Leiter des  
Gesundheitsamtes in Mugu

## ERSTER COVID-PATIENT ERHÄLT SAUERSTOFF

| Einige Tage nach der Inbetriebnahme wird der erste Patient im Distrikt-Krankenhaus mit Sauerstoff versorgt. Indrajit Lawad ist 70 Jahre alt und kommt aus dem Dorf Ruga, das auf der anderen Seite des Karnali-Flusses liegt. Bis zum Krankenhaus nach Gamgadhi sind es fast 2 Stunden Fußweg. Als zu Fieber und Husten Atemnot dazu kommt, macht er sich auf den beschwerlichen Marsch. Dort angekommen, wird er gleich auf Covid-19 getestet, da er alle Symptome zeigt. Bei der Messung der Vitalwerte stellt das Personal fest, dass sein Sauerstoffgehalt im Blut bei nur 60 mmHg liegt. Erschreckend niedrig, da alle Werte unter 90 bereits als Unterversorgung gelten.

## SAUERSTOFF VERTEILEN OHNE SORGEN

| Der Mann erhält sofort Sauerstoff, der ihm unmittelbar etwas Linderung verschafft. Wie zu erwarten, fällt auch der PCR-Test positiv aus. Der Patient wird mit weiteren Medikamenten versorgt. Seine Sauerstoffwerte liegen nach kurzer Zeit durch den zusätzlichen Sauerstoff wieder über 90 mmHg.



# Killer in the Kitchen

Warum  
das offene Feuer  
nicht ins Haus gehört.



von Prof. Dr. Madhav P. Bhatta

Professor für Epidemiologie & Gesundheitswesen,  
Kent State University College of Public Health, USA;  
Senior Public Health Advisor, Back to Life, e.V.

Wenn unsere Nachbarn ihr Holzfeuer im Garten anzünden, um die kühlen Herbstabende in Ohio mit einem Schluck Wein und in guter Gesellschaft zu genießen, ziehe ich mich bei geschlossenen Fenstern ins Haus zurück, um den Hustenanfall zu vermeiden, den ich unweigerlich bekommen würde. Laden Sie uns ein herüberzukommen, lehne ich höflich ab, um ihre friedliche Gesellschaft nicht durch meinen unaufhörlichen Husten zu stören.

Es ist eine Ironie des Schicksals, dass mein Körper den Holzrauch nicht einmal im Freien verträgt, obwohl ich den größten Teil meiner Kindheit in einer schlecht belüfteten, winzigen 2-Zimmer Hütte aus Steinen und Lehm in den Bergen Westnepals verbracht habe. Vielleicht liegt es aber auch daran, dass mein Körper gerade wegen der ständigen Belastung in der Kindheit eine Abwehrreaktion gegen Holzrauch entwickelt hat und jetzt gewissermaßen überreagiert. Glücklicherweise habe ich heute den Luxus, dem Rauch einfach entgehen zu können, wenn ich keine Lust auf Hustenanfälle habe. Und die Entscheidung bleibt für mich auch noch völlig ohne Folgen (wenn man einmal davon absieht, dass ich ein Glas Wein in netter Gesellschaft auf der Veranda verpasse). Ich werde weder hungern noch frieren, ich werde überleben. In den Vereinigten Staaten kochen

wir unser Essen und heizen unsere Häuser mit Gas oder Strom, und wir beleuchten unser Zuhause mit Elektrizität – zwei ‚saubere‘ Energiequellen, die zumindest bei mangelnder Belüftung keine dichten Rauchschwaden hinterlassen.

**80 PROZENT DER LANDBEVÖLKERUNG HEIZT MIT HOLZ UND ANDEREN FESTBRENNSTOFFEN** | In meiner Kindheit in Nepal hatten wir diesen Luxus nicht. Wir kamen nicht umhin, Feuerholz zu nutzen, hatten keinen Zugang zu sauberen Energiequellen. Leider gibt es auch heute noch viele Menschen, insbesondere in ländlichen Gebieten, die von der Verbrennung von Holz, getrockneten Kuhfladen oder Getreideresten abhängig sind, um ihre Mahlzeiten zu kochen und sich in den kalten Winternächten warmzuhalten. Tatsächlich sind über 80 Prozent der Haushalte im ländlichen Nepal noch auf diese Festbrennstoffe angewiesen.

Offene Feuer oder traditionelle Drei-Steine-Herde verbrennen die Brennstoffe nur ineffizient und erzeugen starken Rauch – ein giftiges Gemisch aus Feinstaub (Ruß) und gesundheitsschädlichen chemischen Verbindungen. Die dauerhafte Belastung mit diesem Rauch, die mitunter bereits im Mutterleib beginnt, hat unzählige lebenslange gesundheitliche Folgen, bis



hin zum Tod. Aus diesem Grund wird das offene Holzfeuer in der Küche auch als „Killer in the Kitchen“ bezeichnet. Laut Weltgesundheitsorganisation (WHO) sterben jedes Jahr schätzungsweise 3,8 Millionen Menschen an Krankheiten wie Lungenentzündung, Schlaganfall, Herzinfarkt, chronischem Lungenleiden und Lungenkrebs, weil sie dieser Art von Rauch ausgesetzt sind. In Nepal werden schätzungsweise 113 Todesfälle pro 100.000 Einwohner oder etwa 33.000 Todesfälle pro Jahr auf die Luftverschmutzung in Innenräumen zurückgeführt, was etwa 12 % aller Todesfälle im Land ausmacht.

**FRAUEN UND KINDER SIND BESONDERS BETROFFEN** | Darüber hinaus wird die Luftverschmutzung in Innenräumen mit weiteren gesundheitlichen Folgen in Verbindung gebracht, darunter niedriges Geburtsgewicht, Tuberkulose, Grauer Star sowie Nasen- und Rachenkrebs. Frauen und Kinder sind dabei überproportional betroffen, da sie

die meiste Zeit im Haus verbringen und die Frauen in der Regel für das Kochen zuständig sind. Nach Schätzungen der WHO ist beispielsweise fast die Hälfte der Todesfälle durch Lungenentzündung bei Kindern unter 5 Jahren auf eingeatmeten Ruß (oder feine Kohlenstoffpartikel) zurückzuführen.

Die Verwendung von Festbrennstoffen zum Kochen hat zusätzliche gesundheitliche und soziale Auswirkungen, die über die Belastung durch den giftigen Rauch hinausgehen. Auch hier sind Frauen und Kinder am stärksten betroffen. Das Sammeln und Transportieren von Brennholz ist in erster Linie ihre Aufgabe und erhöht das Risiko von Verletzungen und Muskel-Skelett-Schäden durch die schwere Last des Tragens, Stürze oder Angriffe wilder Tiere. Und sie verbringen einen erheblichen Teil ihrer Zeit mit diesen Tätigkeiten, die sie stattdessen mit wirtschaftlich produktiveren oder schulischen Aktivitäten verbringen könnten. Dennoch hat



72 verschiedene Krankheiten kann der giftige Rauch von offenen Feuern hervorrufen.



Das Sammeln und Tragen von Feuerholz ist harte körperliche Arbeit, die oft extreme gesundheitliche Konsequenzen hat.

das Sammeln von Feuerholz natürlich Priorität, da das Kochen von Essen überlebenswichtig ist. In unwegsamen Gegenden wie Mugu in den Bergen Nepals ist diese Aufgabe noch schwieriger, risikoreicher und zeitaufwändiger. Da praktisch jeder Haushalt vom Feuerholz abhängig ist, sind in Orten wie Mugu, Nuwakot oder Chitwan auch alle Familien physisch, sozial und wirtschaftlich von den negativen Folgen betroffen.

**EINES VON VIELEN PROBLEMEN** | Wie so viele der Herausforderungen in Nepal, scheint es zunächst fast aussichtslos, das große Problem der Luftverschmutzung in Innenräumen anzugehen – insbesondere angesichts der Vielzahl weiterer Probleme im ländlichen Raum, wie dem fehlenden Zugang zu sicherem Trinkwasser und sanitären Anlagen, Mangelernährung, der hohen Krankheits- und Sterblichkeitsrate bei Müttern und Kindern inmitten von Armut.

Die optimale Lösung für das Problem wäre, ‚saubere Energiequellen‘ wie Elektrizität, Erdgas oder Flüssiggas zu nutzen. Wir wissen, dass wir davon in Nepal noch weit entfernt sind. Doch es ist entscheidend, dass wir dieses Problem angehen, denn es ist ein Schlüssel, um weitere Herausforderungen im Bereich der öffentlichen Gesundheit zu überwinden. So kann etwa das Phänomen der Kindstode infolge von Lungenentzündungen durch die Abschaffung des offenen Feuers in den Häusern der Menschen stark reduziert werden.

**LOKALES HANDELN MIT GLOBALEN FOLGEN** | Abgesehen von den Auswirkungen auf den Einzelnen und die Haushalte hat die Verwendung von Festbrennstoffen zum Kochen in offenen Feuern natürlich auch schwerwiegende regionale und globale Auswirkungen, da bei der ineffizienten Verbrennung in diesen Vorrichtungen starke klimawirksame Schadstoffe wie Kohlenstoffpartikel und Methan freigesetzt werden. Wir können jedoch nicht ernsthaft von einer Familie in Mugu erwarten, dass sie aus Sorge um den Klimawandel und das Überleben des Planeten ihre Gewohnheiten ändert, wenn sie weder Mittel noch Know-how für eine sauberere und sicherere Alternative hat und ihr eigenes Überleben von der Verwendung von Holz zum Kochen und Heizen ab-



## RAUCHFREIE ÖFEN VON BACK TO LIFE

- reduzieren die Luftverschmutzung in Innenräumen um 90 %
- sparen pro Haushalt und Jahr 6,7 Tonnen Brennholz und 8 Tonnen CO<sub>2</sub>
- haben seit Projektbeginn 19.200 Menschen in 3.200 Haushalten erreicht

hängt. Es ist unrealistisch zu glauben, dass ländliche Gemeinden wie Mugu in absehbarer Zeit auf Energiequellen wie Flüssiggas oder Strom umsteigen können. Gleichzeitig können wir nicht zulassen, dass sie weiterhin unter den Auswirkungen einer vermeidbaren Gefahr für ihre Gesundheit leiden.

**RAUCHFREIE ÖFEN – EINE EINFACHE LÖSUNG** | Wie so oft, gibt es auch für die Rauchverschmutzung in Innenräumen eine einfache und elegante Lösung in Form des rauchfreien Ofens, der erhebliche Fortschritte bei der Bewältigung des Problems bewirkt. Rauchfreie Öfen verbrennen feste Biomasse viel effizienter und verursachen wesentlich weniger Rauch. Durch eine zusätzliche externe Entlüftung können diese verbesserten Kochherde

die Luftverschmutzung in Innenräumen erheblich reduzieren. Die Öfen können außerdem unter Verwendung lokaler Materialien von einheimischen Handwerkern hergestellt werden. Es ist die Aufgabe einer Organisation wie Back to Life e.V. als Katalysator zu wirken, um den auf lokaler Ebene erforderlichen Wandel herbeizuführen und das Problem anzugehen. Neben der Bereitstellung neuer Methoden und Technik, ist dabei insbesondere der Bildungsaspekt hervorzuheben. Es ist nötig, auch die tief verwurzelten Wahrnehmungen und Verhaltensweisen zu ändern.

Kürzlich sprach ich per Video mit meinem ältesten Bruder, der nach wie vor in den Bergen in Westnepal lebt. Da bemerkte ich den dichten Rauch, der von der offenen Kochstel-



le her ins Bild strömte. Ich wusste, dass es in unserem Dorf mittlerweile Flüssiggas in Flaschen zu kaufen gibt, das man zum Kochen nutzen kann. Aus Neugier fragte ich ihn, warum sie nach wie vor den traditionellen Herd nutzen. Er sagte mir, dass er in den kalten Wintermonaten die traditionelle Kochstelle vorzog, weil sie die Familie zusätzlich wärmte.

Vielleicht hätte ich ihm vorschlagen sollen, einen rauchfreien Ofen von Back to Life zu nutzen, da dieser bei Betrieb auch Wärme speichert, die dann langsam und über Stunden abgegeben wird. So könnten insbesondere die Nächte wärmer werden.



**Wir möchten weiteren Familien in Nepal mit rauchfreien Öfen ausstatten. Bitte helfen Sie uns dabei!**

Die Kosten für einen rauchfreien Ofen belaufen sich auf 150 Euro inklusive Produktion, Transport ins Hochgebirge, Schulung und Installation. Mit einer Spende unter dem Verwendungszweck „Saubere Luft für Mugu“ verschaffen sie Menschen im Hochgebirge Zugang zu dieser einfachen Lösung, die ihre Gesundheit nachhaltig verbessert und die Ressourcen der Natur schont.

Spendenkonto:  
Kontoinhaber: Back to Life e.V.  
IBAN: DE96 4306 0967 1012 0030 00  
BIC: GENODEM 1 GLS  
Bank: GLS Bank

Möchten Sie Öfen für ein ganzes Dorf finanzieren?  
Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme.  
stella@back-to-life.org

# Eine junge Frau geht ihren Weg

Die 18-Jährige Maya Aagri erzählt von ihrer Ausbildung zur Agrartechnikerin

Maya wird Agrartechnikerin. Die junge Frau aus den Bergen Mugus ist 18 Jahre alt und hat letztes Jahr mit Hilfe eines Back to Life-Stipendiums erfolgreich ihre Mittlere Reife abgelegt. In Nepal hat sie danach zwei Optionen: Die akademische Variante, also ein Äquivalent zum Abitur, oder ein sogenanntes Vocational Training zu absolvieren, welches eher praktisch angelegt ist wie eine Ausbildung. Für beide Wege ist eine Unterstützung notwendig, da sie Schulgebühren kosten. Maya Aagri hat sich für die Ausbildung zur Junior Agricultural Technician, kurz JTA, entschieden, mit einem Schwerpunkt in Pflanzenkunde.

#### FÜNF JUNGE FRAUEN WERDEN VON BACK TO LIFE GEFÖRDERT |

Auch Back to Life arbeitet schon seit Projektbeginn mit Agrartechnikern zusammen. Sie beraten die Kleinbauern in unseren Projektdörfern, wie sie ihre Ernte sichern, ihren Ertrag verbessern und effizienter und ökologischer arbeiten können. Neun Ausbildungen zum JTA haben wir bereits finanziert, bisher aber nur für junge Männer. Sie kehren nach der Ausbildung in ihre Heimatdörfer zurück, wo sie das neue Wissen und ihre Ortskenntnisse für alle gewinnbringend kombinieren. Wir freuen uns sehr, dass sich nun mit Maya

Aagri schon fünf Frauen für diesen Weg entschieden haben, den wir gerne fördern. Vier Mädchen aus Chitwan im Tiefland, die im November 2020 ihr Training begonnen haben, werden bereits im kommenden Mai ihren Abschluss absolvieren. Maya wird das 18-monatige Training voraussichtlich 2023 beenden.

#### MAYA WILL GROSSES ERREICHEN |

Als junge Frau aus der Dalit-Gemeinschaft war es ein mutiger und ungewöhnlicher Schritt von Maya, sich für diese Ausbildung einzuschreiben. Dalits stehen in der Gesellschaft noch unter allen anderen Kasten und werden noch immer stark diskriminiert, insbesondere die Mädchen und Frauen. Doch Maya ist fest davon überzeugt, dass Frauen Großes erreichen können. Ihre Familie zählt 5 Mitglieder und lebt vor allem von der Landwirtschaft. 6 Monate im Jahr haben sie Erträge von Reis, Mais, Hirse, Weizen und verschiedenem Gemüse. Im Rest des Jahres hilft ihr Vater bei lokalen Baustellen aus oder übernimmt Gelegenheitsjobs. Beide Eltern hatten keinen Zugang zu formaler Bildung. Mayas jüngere Geschwister, ein Bruder und eine Schwester, besuchen die von Back to Life gebaute Ratapani Schule, an der auch sie ihren Abschluss gemacht hat.

Für ihre Ausbildung musste Maya von Ratapani in das 10 km entfernte Gamtha umziehen. An der Lokpriya School, wo sie ihre Ausbildung macht, gibt es zum Glück ein Wohnheim für die Schülerinnen und Schüler, in dem sie jetzt untergekommen ist. Back to Lifes Programmdirektor Dikendra Dhakal hat die junge Frau kurz nach Beginn des Ausbildungsjahres an ihrer neuen Schule getroffen.

**Herzlichen Glückwunsch noch einmal zu deinem Ausbildungsplatz liebe Maya! Wie gefällt dir deine neue Schule?**

*Es gefällt mir sehr gut. Der Kurs ist unglaublich vielfältig. Obwohl wir nur 18 Monate im Training sind, und davon 6 im Praktikum, haben wir 11 verschiedene Fächer, angefangen von landwirtschaftlichen Techniken bis hin zu gemeindebasierten Ansätzen zur Umsetzung.*



**Hast du bereits ein Lieblingsfach?**

*Zwei Fächer gefallen mir am besten. Das eine ist Landmaschinen, Struktur und Bewässerung und das andere ist Aquakultur.*

*Im traditionellen Acker-, Obst- und Gemüseanbau wurden traditionelle Werkzeuge und Bewirtschaftungsmethoden eingesetzt. Die Verwendung traditioneller als auch moderner Werkzeuge wurde in dem Kurs gut beschrieben. Die modernen Instrumente scheinen sehr faszinierend zu sein. Ich möchte lernen, die Mittel einzusetzen, die für das Klima und die Geografie des Hochgebirges in Mugu günstig sind.*

*Außerdem finde ich Aquakultur ein sehr interessantes Fach, weil viele Menschen in Mugu von der Fischerei im Karnali-Fluss abhängig sind, was nicht gut für das ökologische Gleichgewicht ist. Ich habe viele Fischarten und Aquakulturtechniken kennengelernt. Ich bin gespannt, ob wir unter den geografischen und klimatischen Bedingungen in Mugu Fischzucht betreiben können.*

**Wieso hast du dich überhaupt für diesen Kurs entschieden?**

*In Mugu sind wir immer noch auf die traditionelle Art der Landwirtschaft angewiesen. Ich habe gesehen, wie hart meine Eltern arbeiten, um uns zu ernähren. Ich und meine Geschwister unterstützen sie bei allen Arbeiten auf dem Acker.*



Asmita Rumba und Binita Thing Tamang haben sich für den Schwerpunkt Tierzucht entschieden.



In der Ausbildung lernen die Schülerinnen auch das Wichtigste über Kleinstlebewesen und wie sie die Gesundheit von Pflanzen und Tieren beeinflussen.

*Ich will die landwirtschaftlichen Techniken lernen, mit denen man höhere Erträge bei Pflanzen und Gemüse erzielen kann. Außerdem möchte ich eine gute Arbeit in der Landwirtschaft finden und andere Familien in meinem Ort unterstützen.*

**Und was haben deine Eltern dazu gesagt, als sie hörten, dass du Agrartechnikerin werden willst?**

*Meine Eltern sind sehr froh, dass ich mich für diesen Ausbildungszweig entschieden habe und dank des Stipendiums von Back to Life das JTA Training machen kann. Sie ermutigen mich, in meiner Ausbildung das Bestmögliche zu tun. Ich habe das große Glück, dass sie sehr an meinem Bildungsfortschritt interessiert sind, obwohl sie selbst keine formale Bildung erhalten haben. Sie meinen zwar, dass ich in der Gesellschaft immer noch geringe Chancen auf einen formalen Job haben werde, weil wir Dalits sind und ich noch dazu eine Frau, aber sie wissen, dass uns das neue landwirtschaftliche Wissen auch für unseren eigenen Anbau als Familie sehr helfen wird.*

**Wie erlebst du deine Situation als junge Dalit-Frau?**

*Früher war die Situation der Frauen in unserem Bezirk noch schlechter. Meine Mutter erzählt mir oft von ihren Nöten und ihrem Leben in der Vergangenheit. Als Dalit-Frau war es am schlimmsten, weil Dalits in der Gesellschaft von den so genannten*



*„Eines macht mich aber noch sehr unglücklich und das ist die Tatsache, dass die Leute einfach nicht glauben können, dass Frauen höhere Ziele haben und sie auch erreichen können... Ich lasse mich davon nicht entmutigen oder demotivieren. Ich habe es als eine Herausforderung für mich angenommen und werde mein Bestes tun, um diese falschen Vorstellungen zu überwinden.“*

*höheren Kasten unterdrückt wurden und zusätzlich von den Männern zu Hause. Meine Mutter sagte mir, dass sich viele Dinge im sozialen Gefüge schon verbessert hätten. In der Gesellschaft fühle ich mich aber immer noch diskriminiert, doch ich glaube, viele Familien sind sich jetzt der Bedürfnisse ihrer Kinder, auch der Mädchen, bewusster und gehen auf sie ein. In dieser Hinsicht habe ich auch sehr viel Glück. Es macht mich aber noch traurig, dass die Leute nicht glauben können, dass wir Frauen wirklich etwas bewegen können.*

**Nimmst du dir manchmal den Mut?**

*Nein. Ich bin mir sicher, dass ich erfolgreich sein werde, wenn ich weiter hart arbeite – die nötige Unterstützung durch meine Familie und Back to Life habe ich.*



# Gesund und produktiv

Back to Lifes Agrartechniker führt Walnussbaumplantage im Hochgebirge ein. Walnuss-Anbau im Hochgebirge wird Teil unserer Einkommensförderung.

Wo der Anbau von Getreide schwer ist, können Walnussbäume gepflanzt werden. Hier: Vorbereitete Pflanzlöcher in Bumcha, Mugu.

Im Gebirge schränken Höhe und Steillage den großflächigen Anbau von Getreide und Gemüse oft ein, das Land liegt ungenutzt da. Doch Bäume können hier gepflanzt und der Platz so produktiv genutzt werden. Das ist die Idee unserer Agroforst-Projekte im Hochgebirge Nepals. Im letzten Jahr haben wir bereits mit den Projektteams vor Ort und gemeinsam mit Agrartechnikern mit dem Anlegen von kleinen Obst-Plantagen begonnen. Baumplantagen sind langfristig angelegte Projekte. Erst nach einigen Jahren tragen die Bäume erste Früchte und Pflege und Bewässerung zahlen sich aus. Dafür können sie dann jahrzehntelang Ertrag geben und zum Einkommen beitragen. Genauso ist es auch mit den neuen Walnuss-Setzlingen.

**150 JAHRE LANG GESUND** | Walnussbäume können 150 Jahre alt werden. Sie wachsen in Höhenlagen bis 3.300 Meter und geben bereits nach ca. 3 Jahren die ersten Früchte. Die Nüsse sind mit ihrem hohen Anteil an Omega-3-Fettsäuren sehr gesund und enthalten viele Vitamine und Mineralstoffe von Zink über Magnesium und Eisen bis hin zu Vitamin C. Viele gute Gründe, um auch in Mugu Walnüsse anzubauen, wo die Menschen außer landwirtschaftlicher Produktion kaum Möglichkeiten haben, Geld zu verdienen und auch der Zugang zu nährstoffreicher Nahrung sehr eingeschränkt ist.

In unserer Projektregion Mugu sind Walnüsse eine Neuheit. Keinesfalls aber ist die Pflanze in dieser Region der Welt fremd. Dass der Nachbar China der größte Walnuss-Produzent der Welt ist,

ist ermutigend – sowohl hinsichtlich der Machbarkeit des Anbaus als auch, was das Potential der Frucht als Einkommensquelle betrifft. Denn die Nachfrage scheint hoch. Bis zu 35 kg kann ein Baum im Jahr an Früchten geben und zurzeit werden sie auf dem Markt in Kathmandu für bis zu 700 Nepali Rupien, umgerechnet 5 Euro verkauft. Zum Vergleich: Ein Kilogramm Kartoffeln kostet derzeit 26 Rupien, umgerechnet weniger als 20 Cent. 44 Haushalte werden in Bumcha und Lamera von den Walnüssen profitieren.

So unscheinbar sehen die Setzlinge aus, doch den Kleinbauern zaubern sie ein Lächeln ins Gesicht. Die Walnüsse sollen später gute Gewinne einbringen und ihre Familien ernähren.

**1000 SETZLINGE FÜR DAS HOCHGEBIRGE** | Am 24. Februar erreichten die Setzlinge der Sorte Chandler das Hochgebirge von Mugu. Die Sorte soll besonders produktiv sein und Nüsse von sehr guter Qualität hervorbringen. 18 Kleinbauern im Dorf Lamera und 22 in



Agrartechniker Birendra Karki weiß: bei langfristigen Projekten wie dem Anlegen von Obstbaum-Plantagen brauchen die Kleinbäuerinnen kontinuierlich Unterstützung und Motivation, damit sie Zeit und Arbeit in die Pflege von Pflanzen investieren, die sich erst Jahre später auszahlen wird.



Rückblick: Das Pflanzen der Zitronen in 2020.



So groß sind die Zitronenpflanzen mittlerweile. Achyut Paudel (rechts), Finanzdirektor von Back to Life Nepal, inspiziert die Plantage.

Bumcha sind gespannt, was die Zukunft der insgesamt 1000 Setzlinge bringen wird. „Wir waren sehr erfreut, als wir erfuhren, dass Back to Life unser Land für die Walnussplantage ausgewählt hat. Jetzt, nachdem wir die Setzlinge erhalten und eingepflanzt haben, sind wir sehr glücklich und freuen uns auf das Ergebnis“, sagt Dabal Bista aus Bumcha.

**UND WAS MACHEN DIE ZITRONEN?** | In den vergangenen zwei Jahren hat Back to Life in einigen anderen Dörfern in Mugu mit den Kleinbauern Zitronen- und Apfelbäume gepflanzt, insgesamt über 6.000 Jungpflanzen. Wir berichteten im Namaste Sommer 2020. Birendra Karki, ein Agrartechniker, mit dem wir zusammenarbeiten, unterstützt die Kleinbäuerinnen in vier Dörfern von Anfang an, seit dem Anlegen der Plantage und Pflanzen und jetzt begleitet er sie weiterhin bei dem noch etwas ungewohnten Langzeit-Projekt – bis zum Erfolg der ersten Ernte.

**MIT WISSEN UND WERKZEUG AUSGESTATTET** | Meist sind es die weiblichen Familienmitglieder, die sich aktiv um die Pflege der Pflanzen inklusive Bewässerung, Beikraut jäten und düngen, kümmern. Unter Anleitung von Birendra stellen sie auch organische Mittel zur Schädlingsbekämpfung her und wenden sie an. Zurzeit lernen die Kleinbäuerinnen in Mugu von Birendra alles über das richtige Stutzen der Bäumchen, wie und wann sie überschüssige Zweige entfernen, die nicht zur Produktivität beitragen. „Wir haben etwas über die Baumschnittstechniken und ihre Bedeutung für das Wachstum der Apfelpflanzen gelernt. Dieses Mal führen wir den Schnitt mit der von Back to Life zur Verfügung gestellten speziellen Schere durch und nutzen die entsprechenden Techniken, die uns der Fachmann gezeigt hat. Wir sind sehr zuversichtlich, dass unsere Pflanzen gut wachsen werden“, berichtet Sipu Rokaya aus dem Dorf Jiuka.



Wer hätte das gedacht? Zwischen den Bäumchen wachsen Zwiebeln.



Baumpflege ist Frauensache!

**ERSTE FRÜCHTE SCHON IN 2023** | Die Apfelbäume in Jiuka werden voraussichtlich im Jahr 2024 die ersten Früchte tragen. Im ersten Jahr kann eine gesunde Pflanze etwa 150 Früchte oder rund 15 kg produzieren. Die Zitronenbäumchen, die in den Dörfern Hyanglu und Nakharji gepflanzt wurden, werden hingegen schon 2023 Früchte tragen – und das sind sogar im ersten Jahr bereits 50-100 Zitronen pro Pflanze oder 8 kg.

Zwischen den Bäumen können die Haushalte Gemüse anbauen. So haben sie unterjährig bereits Ertrag und können den restlichen Platz optimal nutzen. Um die Bäuerinnen beim Anbau von Gemüse zu unterstützen, hat Back to Life in den Dörfern Saatgut verteilt. „Wir hätten nie gedacht, dass wir zwischen den Zitronenpflanzen Gemüse anbauen könnten“, erzählt Kushu Rokaya aus Hyanglu begeistert. „Die Saatgutunterstützung durch Back to Life hat dafür gesorgt, dass wir eine gute Produktion und ein zusätzliches Einkommen haben.“

Weitere Apfelbaumplantagen in Mugu sind bereits geplant und werden dieser Tage in drei Dörfern umgesetzt.



## Mangal wird Vater

### Back to Life freut sich mit dem Reparatur-Genie

Erinnern Sie sich noch an Mangal? Genau, es ist der junge Mann, der alles reparieren kann! Im Namaste Winter 2021/22 haben wir ausführlich von ihm berichtet. Er wuchs in den Bergen Mugus auf, wo er heute noch lebt. Als Kind ist er an Polio erkrankt, konnte auf Grund seiner Lähmung nur wenige Jahre die Schule besuchen. Doch er packte sein Leben an. Dank seines Tatendrangs, seiner Kreativität und der Unterstützung von Back to Life erkämpfte er sich eine Ausbildung. Im Anschluss erhielt er eine Starthilfe von uns und besitzt und betreibt nun seit letztem Jahr einen Laden für Reparaturen in seinem Heimatdorf. Obendrauf ist auch noch die Liebe in sein Leben eingezogen und er hat Kamala geheiratet, die von diesem fleißigen und erfolgreichen Mann beeindruckt ist. Mittlerweile erwarten die beiden ihr erstes Kind und sind überglücklich. Mit dieser guten Nachricht wollten wir nicht bis zum nächsten Heft warten, sondern sie gleich mitteilen.

Kamala, die werdende Mutter, ist glücklich und gesund. Zwei Mal war sie bereits zur Untersuchung im Geburtshaus in Gamtha. Laut unserer Hebamme Nirmala ist alles in bester Ordnung. Das Baby wird für Ende Mai erwartet. Unsere Hebammen werden für Kamala da sein. Für die Zeit nach der Geburt ist Mangals Familie zur Stelle. Seine Schwester, Kamalas Schwägerin, will um die Geburt zu den beiden nach Hause kommen und sich zum Zeitpunkt der Geburt um sie kümmern.

**GENUG, UM IN DIE ZUKUNFT ZU INVESTIEREN |** Umgerechnet macht Mangals Laden um die 180 Euro Profit im Monat. Davon kann das junge Paar gut leben, den Kredit an die Genossenschaftsbank zurückzahlen und sogar noch etwas beiseitelegen. Das Ersparte kann er wiederum für Investitionen in den Laden nutzen. Seine neueste Geschäftsidee: Dokumente für seine Kunden zu erstellen und auszudrucken. Deshalb will



Im Geburtshaus in Gamtha: Hebamme Nirmala führt die pränatale Untersuchung bei Kamala durch.

er von seinem Einkommen als nächstes einen Drucker kaufen. Für solche Dienstleistungen sei die Nachfrage in den Bergen hoch, weil viele selbst nicht lesen und schreiben können und die wenigsten, die es können, einen Laptop besitzen. Bereits jetzt kann Mangal mit dem Laptop, den er von Back to Life erhalten hat, gutes Geld verdienen, indem er Lieder, Filme und Bilder auf Handys überträgt. Und natürlich repariert er nach wie vor alle elektronischen Geräte, die ihm die Leute bringen.

Seine Geschichte macht Mut. Das gesamte Back to Life-Team freut sich von ganzem Herzen mit Mangal und Kamala. Bald sind sie zu dritt.



Die Hebammen versichern ihr, dass sie für die bevorstehende Geburt im Geburtshaus in Gamtha bestens aufgehoben ist.



# HELIKOPTERBABY

EINE DRAMATISCHE GEBURT ÜBER DEN GIPFELN DER BERGE

DAS BACK TO LIFE GEBÜRTSHAUS IN JIUKA  
AUF 2.500 METERN HÖHE





Jetzt wurde es wirklich ernst. Dhana Lakshmi Rawal ist mit Angst erfüllt, als sie erfährt, dass sie per Helikopter in das große Krankenhaus ins Tiefland nach Surkhet gebracht werden soll. Gestern war sie noch in ihrem Heimatdorf Jiuka, im Hochgebirge von Westnepal. Geflogen ist sie noch nie.

Die Hochschwangere litt unter starken Bauch- und Rückenschmerzen und suchte deshalb das Back to Life Geburtshaus auf. Obwohl das errechnete Geburtsdatum noch zwei Wochen entfernt lag, war der Muttermund bereits um 3 cm geöffnet, wie unsere Hebamme bei der Untersuchung feststellte. Aber das Kind hatte sich nicht gedreht. Lakshmi Karki ist eine erfahrene Geburtshelferin und weiß genau, wann es brenzlig werden kann. Liegt das Kind noch kurz vor der Geburt in der sogenannten Beckenendlage, steht eine Steißgeburt bevor. Im Notfall muss sogar ein Kaiserschnitt gemacht werden, das ist im Geburtshaus nicht möglich. Deshalb rät sie der werdenden Mutter, umgehend zum nächstgelegenen Primary Health Center, einer medizinischen Station in Ratapani zu gehen.

5 Stunden dauert der Fußmarsch nach Ratapani. Für die hochschwangere Dhana Lakshmi geht das nur noch liegend auf einer Trage.



Nur selten sehen die Menschen einen Helikopter in ihrem abgelegenen Gebiet. Doch jetzt zählt jede Minute. Der Helikopter landet und hebt nach wenigen Augenblicken wieder ab mit der Patientin an Bord.



**LUFTRETTUNG ALS LETZTE CHANCE** | Ratapani liegt von Jiuka aus 5 Stunden Fußmarsch durch die Berge entfernt. „Zunächst habe ich die Anweisung der Hebamme nicht so ernst genommen. Ich hatte Schmerzen und wollte mich lieber hinlegen, als auch nur an den weiten Weg nach Ratapani zu denken, also ging ich nach Hause. Erst nachdem Lakshmi eine Stunde später erneut zu uns nach Hause kam und auf einen sofortigen Aufbruch beharrte, begriff ich den Ernst der Lage. Meine Familie organisierte ein paar Männer, die mich auf einer Trage bergauf, bergab bis nach Ratapani trugen.“

Besser wäre das Bezirkskrankenhaus in Gamgadhi gewesen, aber das liegt mit 10 Stunden Fußmarsch schlicht zu weit weg. Ein Glück ist im Gesundheitszentrum von Ratapani an diesem Tag auch

ein Arzt zugegen. Doch er kann hier nicht helfen, Dhana Lakshmi müsse in ein richtiges Krankenhaus im Tiefland. Alle reden durcheinander, es werden hektische Anrufe getätigt. Schließlich gibt der Chief District Officer von Mugu seine Genehmigung: Die schwangere Frau kann als Notfall auf Kosten der Regierung mit einem Militär-Helikopter in das Provinzkrankenhaus nach Surkhet gebracht werden. Seit 2018 gibt es ein Regierungsprogramm, dass genau diese Luftrettung von schwangeren Frauen in kritischem Zustand aus den abgelegenen Bergregionen bei Verfügbarkeit vorsieht.

**ZWISCHEN HIMMEL UND ERDE, LEBEN UND TOD** | Nun musste es plötzlich schnell gehen, denn die Wehen hatten mittlerweile eingesetzt. Der Flug nach Surkhet dauert mit dem Helikopter etwa eine Stunde. Ein Glück, dass medizinisches Personal mit an Bord ist, denn tatsäch-

lich schaffen sie es nicht mehr bis in den Kreissaal. Nach 50 Minuten Flug wird in der Luft über dem Dailakh Mountain ein kleiner Junge mit einem gesunden Gewicht von 2900 Gramm geboren. Doch die Geburt ist kompliziert. Wenig später landen sie. Der Zustand von Mutter und Kind ist kritisch, sodass sie sofort auf die Intensivstation gebracht werden. Der Helikopterpilot ist nach der Landung emotional aufgewühlt und stolz: „Der Junge ist über den Gipfeln geboren! Deshalb schlage ich den Namen (des Gottes) Shiva vor.“

Schon am nächsten Morgen kann Dhana Lakshmi mit unserer Hebamme in Jiuka telefonieren: „Dir gilt mein ganzer Dank! Ich bin sehr glücklich, dass ich ein gesundes Baby zur Welt bringen konnte. Uns beiden geht es gut, der Arzt möchte, dass wir noch 3 Tage zur Überwachung hier im Krankenhaus bleiben.“



In Weiß unsere Hebammen vor dem Geburtshaus in Jiuka. Ganz links: Lakshmi Karki.

„Ich bin sehr glücklich, dass ich ein gesundes Baby zur Welt bringen konnte.“

**DIE ERFAHRUNG DER HEBAMMEN RETTET LEBEN** | Unsere Hebamme Lakshmi Karki, die mit der frisch gebackenen Mutter neben dem Vornamen auch die Herkunft aus dem Hochgebirge teilt, ist erleichtert. „Es ist schön zu wissen, dass es ihr jetzt gut geht. Ich habe von klein auf in den Bergdörfern viele solcher Fälle gesehen, oft mit schlimmen Konsequenzen, weil das rettende Krankenhaus im Notfall unerreichbar weit entfernt liegt.“

Um Komplikationen frühzeitig entdecken zu können, ist es den Hebammen wichtig, dass die werdenden Mütter regelmäßig zu den pränatalen Untersuchungen in die Back to Life Geburtshäuser kommen. Das tun die Frauen auch, denn sie wissen, dass hier regelmäßig ihr Bauch abgehört, ihr Gewicht und weitere Parameter kontrolliert und besprochen werden. Besonders die Gespräche mit den Hebammen und deren Ratschläge für die Schwangerschaft und die Geburtsvorbereitung tun den werdenden Müttern gut und geben ihnen Zuversicht.

**MIT DEM ERSTEN SCHREI SCHON BERÜHMT** | Tatsächlich verbrachte Dhana Lakshmi Rawal den Großteil ihrer Schwangerschaft im Dorf ihres Mannes und kam nur in das Geburtshaus, wenn sie ihr Heimatdorf Jiuka besuchte. Dass es hier in dieser entlegenen Gegend eine Einrichtung mit professionellen Geburtshelferinnen gibt, freut nicht zuletzt die Familie von Dhana Lakshmi. „Unser Geburtshaus im Dorf gibt uns allen eine enorme Sicherheit. Die rechtzeitige Überweisung hat zwei Leben gerettet. Dafür bin ich sehr dankbar. Ich warte sehnsüchtig darauf, meinen Enkel zu sehen und ihn in die Arme zu schließen. Es hat sich schon überall herumgesprochen, dass er zwischen den Wolken geboren wurde und er ist eine richtige kleine Berühmtheit“, erzählt Dhanas Schwiegervater stolz unseren Projektmitarbeitern. Dhanas Ehemann, Pancha Lal, ist mittlerweile auch nach Surkhet gereist. Dort will er mit Mutter und Kind noch für ein paar Tage in einem Gästehaus unterkommen, bis sie sich soweit erholt haben, dass sie die Rückreise antreten können – dieses Mal mit Bus, Jeep und zu Fuß. Back to Life wird die Familie auch bei der Betreuung nach der Geburt bestmöglich unterstützen.





**DER SENF STAMMT (AUCH) AUS NEPAL** | In Nepal ist das Senföl ein wichtiger Bestandteil des täglichen Lebens und ein Teil der Kultur. Tatsächlich stammt der Senf höchstwahrscheinlich genau von hier, vom Fuße des Himalaya. Zusammen mit Russland und Kanada gehört das vergleichsweise kleine Nepal heute sogar zu den drei größten Anbaugeländern auf der ganzen Welt. In unseren Projektdörfern im Hochgebirge stellen die Frauen das Senföl noch auf traditionelle Weise von Hand her, in den Städten gibt es auch moderne Produktionsmaschinen.



# Die Wunderblume des Himalaya

## Senf als Lebens- und Heilmittel

Die meisten von uns denken bei Senf an die gelbe Würzpaste, die fast jeder im Kühlschrank hat. Die Grundzutut für diese Paste sind bekanntlich die Senfkörner, die Samen der Senfpflanze. Senf hat ähnlich wie Raps, mit dem er verwandt ist, leuchtend gelbe Blüten, die ganze Felder in ihre Farbe hüllen.

Doch tatsächlich wird die Senfpflanze in Asien noch viel intensiver genutzt als bei uns. Es handelt sich um eine etwas andere Sorte, die meist kleine braune Samen hervorbringt. Der Geschmack ist jedoch ganz ähnlich und weist die charakteristische, leichte Schärfe auf. Die Körner werden geröstet im Curry verwendet, die Blätter ähnlich wie Spinat zubereitet und die wohl wichtigste Nutzung findet das aus den Samen gewonnene Öl. Es wird sowohl zur äußeren Anwendung als auch zum Kochen verwendet.



Eine Baby-Massage vertieft auch die Bindung zwischen Mutter und Kind.



Das fertige Öl. Vor der Verwendung zur Massage wird es erwärmt.

Traditionelle Herstellung von Senföl in der sogenannten *dunedi*.

#### WIE ENTSTEHT DAS WERTVOLLE SENFÖL? |

Die Senfsamen werden in Nepal im Oktober und November gepflanzt und im zeitigen Frühjahr (Februar - März) geerntet. Die winzigen glatten, braunen Samen werden mit verschiedenen lokalen Methoden verarbeitet. In der Bergregion Mugu wird zum Mahlen der Samen eine große längliche Schale namens *dunedi* verwendet, die aus Walnuss-, Eichen-, Kiefern- oder Rhododendronholz geschnitzt und in verschiedenen Größen erhältlich ist. Das Gerät ist maximal einen Meter lang. Um das Öl aus den Samen zu gewinnen, wird eine aufwändige Prozedur mit über zwanzig Arbeitsschritten durchgeführt. Grob gesagt, werden die Samen zunächst getrocknet und gesäubert, dann zermahlen. Die Spreu wird entfernt. Anschließend werden die gemahlene Körner mehrmals mit Wasser zu Kugeln geformt und in der Sonne getrocknet, dann wieder gemahlen. Schließlich wird die Masse zwischen den Händen zerdrückt, sodass Öl hervortritt, das in einem Gefäß aufgefangen wird. Auch bei diesem Schritt sind mehrmalige Wiederholungen notwendig. Der ganze Vorgang dauert bis zu 8 Tage.

**SENFÖL ALS NATURMEDIZIN** | Das Öl wird zum Kochen und Braten von Lebensmitteln verwendet, für die kosmeti-

sche Haarpflege, die Körpermassage und als Medizin. Laut den traditionellen Medizinschulen Süd- und Ostasiens haben alle Substanzen entweder wärmende oder kühlende Funktion und können dementsprechend gegen zu viel Kälte oder Hitze in bestimmten Körperregionen helfen. Dem Senföl sagt man wärmende Qualität nach und eine Ölmassage soll Krämpfe, Knochenbrüche und Schmerzen heilen und gegen Erkältung helfen. Das Trinken von warmem Öl wird in Mugu bei kaltebedingtem Durchfall angewandt.

*„In meiner Kindheit hatte jedes Haus einen *dunedi*, um die Senfkörner zu verarbeiten. Ich erinnere mich, dass meine Mutter mir das frische Öl in mein Ohr gab, während sie es auf dem *dunedi* verarbeitete. Sie sagte immer, das frische Öl würde mich vor Erkältungen schützen“*, erzählt unsere Hebamme Nanda Upadhyaya aus dem Geburtshaus in Bhiie.

**EINE WOHLTAT FÜR NEUGEBORENE** | In den Back to Life Geburtshäusern kommt Senföl praktisch ständig zur Anwendung. Denn für Schwangere, für Mütter, die gerade entbunden haben und insbesondere für Babys hat die Senföl-Massage eine ganz besondere Bedeutung.

Die Fürsorge für ein Neugeborenes umfasst in den nepalesischen Dörfern zahlreiche Zuwendungen wie Baden, das Einölen mit Senföl, eine Tika (roter Segenspunkt auf die Stirn zeichnen) und das Auftragen von Kajal in den Augen, der nachweislich antiseptische Wirkung hat. Die Ölmassage für Neugeborene in der warmen Sonne oder nahe einer Feuerstelle ist eine weit verbreitete und unumgängliche Tradition. Ihre Ursprünge reichen tief in die Vergangenheit zurück. Jede Generation lernt sie von den Älteren und die Praxis wird kontinuierlich weitergeführt.

**EINE GLÄNZENDE VERBINDUNG** | Fragen Sie eine Mutter oder Großmutter nach dem Zweck einer Ölmassage, wird die Antwort immer ähnlich ausfallen. „Das Einölen des Babys schützt es vor der Kälte. Die Massage macht die Gliedmaßen kräftiger und die Haut glatt und fest.“ Die Frauen berichten auch, dass sich der Schlaf des Kindes durch die Ölmassage verbessere. Ein Kind kann von jeder Frau der Familie massiert werden, also auch der Großmutter, Schwester oder Tante.

Es ist in der Tat eine wertvolle Zeit, wenn man die Gelegenheit bekommt, das Enkelkind einzuölen. Nur die Gesegneten erhalten diese Chance.“

Großmutter aus Mugu

#### DIE ERFAHRENEN HÄNDE UNSERER HEBAMMEN |

Obwohl die Praktik seit Generationen weitergegeben wird, kann es auch vorkommen, dass die Ölmassage nicht richtig durchgeführt wird. Unsere Hebammen gehen daher zu den jungen Müttern, erklären ihnen die wichtigsten Punkte und zeigen ihnen den ein oder anderen Handgriff.

Rangi Rokaya, unsere Hebamme im Geburtshaus in Seri erzählt: „Es gibt Methoden, die Massage durchzuführen, damit das Baby keine unerwünschten Folgen erlebt. Wir bringen den Frauen den richtigen Zeitpunkt bei, wie nicht unmittelbar nach dem Stillen oder nach dem Füttern, die Positionen, in die das Baby gelegt werden sollte und so weiter.“ Sie fügt hinzu: „Leider werden die Kinder hier in Mugu nicht richtig und nicht so häufig wie nötig gebadet. Es ist sehr wichtig, dass die Babys vor dem Auftragen des Öls sauber gewaschen werden. Deshalb widmen wir uns auch dem Baden vor der Massage.“

Dass die Kinder nicht oft genug gebadet werden, liegt nicht etwa an mangelnder Fürsorge. Einerseits ist es in den Bergen oft sehr kalt und auch das Wasser ist kalt. Viele Mütter haben Angst, die Neugeborenen könnten sich erkälten. Außerdem ist Wasser in vielen Dörfern nach wie vor schwer zugänglich. Die Back to Life Wasserprojekte sollen auch diesbezüglich in der Zukunft weiter Abhilfe schaffen.

#### EIN ÖL FÜR DIE GÖTTER |

Das in Handarbeit hergestellte Senföl gilt als sehr rein und wird von den Menschen in Mugu auch für religiöse Zwecke verwendet, zum Beispiel in *diyos*, den kleinen Öllampen, für das Anheizen von rituellem Feuer, dem sogenannten *hawan* oder für die Zubereitung besonderer Speisen, die an religiösen Feiertagen dargebracht und Gästen serviert werden.

*„In dem Dorf, in dem ich aufgewachsen bin, wurde dieses hölzerne Gefäß *aadi* oder *koshi* genannt. Noch immer verarbeiten die Menschen darin Öl, zumindest um es für Feste und Rituale zu verwenden, weil es rein sein soll. Sie glauben, dass die Dorfgötter zufriedener sind, wenn wir das reine, zu Hause verarbeitete Öl, darbringen.“*



Von Kopf bis Fuß werden die Babys in Nepal mit dem Senföl massiert.

*„Wenn ich meine Handfläche auf dem Körper meines Babys bewege, erlebe ich eine Art Gefühl, das mich mit dem Kind verbindet und ich vermute, dass auch das Kind das gleiche Gefühl hat, dass es mein Baby ist“,* beschreibt eine Mutter aus dem Dorf Seri ihre Erfahrung.

Wenn Sie sich jetzt fragen, wie dieses besondere Öl tatsächlich riecht und schmeckt, können Sie ganz einfach in den nächsten Asia-Laden gehen und nach Senföl bzw. Mustard-Oil fragen. Sie können es zur Massage verwenden oder einmal Gemüse oder Fisch darin braten. Auch die Senfkörner sind dort wahrscheinlich verfügbar. In unserer globalisierten Welt ist es möglich, dies zu erleben. Die Erfahrung einer 8-tägigen Produktion in Handarbeit bleibt uns allerdings erspart.



## Mit unseren Wasserprojekten geht es zügig voran.



### Bis das Wasser fließt, zieht das ganze Dorf an einem Strang: Von Bauarbeiten bis Buchhaltung.

In der letzten Ausgabe von Namaste haben wir Ihnen unsere neuen Wasserprojekte in der Bergregion Mugu ausführlich vorgestellt. Hier möchten wir Sie an dem Fortschritt der Projekte sowie an der Vorfreude der Dorfbewohner auf sicheres Trinkwasser im eigenen Dorf teilhaben lassen.

Wie jedes Jahr waren die Wintermonate im Hochgebirge sehr kalt und von häufi-

gem Schneefall geprägt. Trotzdem steht die Arbeit an unseren neuen Wasserprojekten nicht still. Die Projektteams haben sich dem Einkauf und Transport von Baumaterial, wie Leitungen, Zement und Rohrverschraubungen, gewidmet. Wann immer es das Wetter zuließ, haben die Gemeinden die Gräben für die Wasserleitungen in Handarbeit mit Spitzhacken und Spaten ausgehoben. Dies konnte in 9 von 10 Dörfern erfolgreich abgeschlossen werden. Nur im Dorf Serok, welches auf 2.705 Metern Höhe liegt und den meisten Schneefall hatte, gelang das noch nicht. Mittlerweile wurden auch die Gruben für die Wasserbassins ausgehoben und Fundamente aus Zement gegossen. Im April und Mai werden die großen Bassins gebaut, in denen das Wasser in Zukunft gespeichert wird. Bei den Bauarbeiten beteiligten sich sowohl Männer als auch Frauen aus den Gemeinden sowie qualifizierte Arbeiter aus dem Umland. Diese sind sehr froh, in ihrer Heimat Mugu ein zusätzliches, gerade durch die Corona-Krise dringend benötigtes Einkommen zu erzielen.



Hier liegt bald die Wasserleitung, die zu den Zapfstellen im Dorf führt.

**HYGIENEFÖRDERUNG BEREITET DEN WANDEL VOR** | Während die Bauarbeiten in vollem Gang sind, bereiten die Water User Groups (WUG) das Dorf auf das neue Leben mit ausreichend Wasser vor, indem sie Aufklärungsprogramme zum Thema Hygiene durchführen. Die Gruppen sind gewählte Gemeindegremien, die die neuen Wassersysteme betreuen und verwalten. Das Thema Hygiene wird jeweils von einem Sub-Komitee betreut. Unsere Projektmitarbeiter unterstützen die Ehrenamtlichen dabei, wichtige Themen rund um Hygiene in einzelnen Sitzungen zu behandeln. Sie reichen von verunreinigtem Trinkwasser bis hin zur Diskussion der Beteiligung männlicher Familienmitglieder bei der Versorgung des Haushalts mit Wasser. Diese regelmäßigen „WASH Community Meetings“ (WASH steht für Water Sanitation & Hygiene) finden an einem festen Tag im Monat statt. Wir begleiten die Meetings bis zum Abschluss des Projektes und auch darüber hinaus. Sie fördern die feste Etablierung der Hygienepraktiken im Alltag der Menschen. Unmittelbar nach den Sitzungen wird gemeinsam im Dorf Müll gesammelt und für die Entsorgung sortiert. Dabei ist die Teilnahme aller Haushalte gefragt.

*„Ich freue mich darauf, dass unser Dorf bald frei von Krankheiten und sauberer als zuvor sein wird. Die Projektmitarbeiter haben uns viel über die Bedeutung von sauberem Trinkwasser und Hygiene beigebracht. Ich lernte dabei viele neue und wichtige Dinge. Dieses Wissen tragen wir nun auch in unsere Gemeinden.“*

*Jasa, Sipa WUG*



Die traditionellen Wasserbehälter in Nepal werden „Gagri“ genannt.

Sie sind aus Kupfer gefertigt. Kupfer hat eine antibakterielle Wirkung und zahlreiche weitere positive Wirkungen auf die Gesundheit. Back to Life ermutigt die Menschen in Mugu, an dieser Tradition festzuhalten. Jedoch raten unsere WASH-Experten dazu, die Behälter sorgfältig abzudecken, damit das Trinkwasser nicht verunreinigt wird sowie zusätzliches Abkochen.



WASH  
Community  
Meeting im  
Hochgebirge.  
Bei jedem Tref-  
fen diskutiert  
die ganze Dorf-  
gemeinschaft  
ein anderes  
Hygiene-Thema.

So vielfältig  
sind die  
Themen der  
Hygiene-  
Aufklärung  
durch die Water  
User Groups.

**SELBSTVERWALTUNG WILL GELERNT SEIN** | Um die Fähigkeiten der WUGs im Bereich Verwaltung zu stärken, haben wir aus jedem Dorf zwei Repräsentanten in Buchhaltung geschult. In Zukunft werden die Komitees jeweils ein Konto für den Erhalt der Wassersysteme mit den Beiträgen der Haushalte verwalten. Ihre Tätigkeit wird per Gesetz jedes Jahr extern und unabhängig geprüft. Daher ist eine ordentliche und transparente Buchhaltung von Anfang an sehr wichtig.

Bisher hat Back to Life in Nepal drei Wassersysteme mit 87 Zapfhähnen er-

richtet und damit 2.087 Menschen zu verlässlichem, sauberem Trinkwasser verholfen. In diesem Jahr werden wir weitere 10 Wassersysteme fertigstellen. Damit gewährleisten wir für insgesamt 8.000 Menschen den Zugang zu sicherem Trinkwasser gemäß SDG 6 – Sauberes Wasser und Sanitäreinrichtungen. Die SDGs, für Sustainable Development Goals (nachhaltige Entwicklungsziele) sind 17 von den Vereinten Nationen in der Agenda 2030 festgelegte Ziele für Nachhaltige Entwicklung.



Buchhaltungs-Schulung im Winter 2021 in Mugu. Damit die Selbstverwaltung der Wassersysteme in den Dörfern gelingt.



*„Ich freue mich sehr zu wissen, dass unsere harten Tage bald der Vergangenheit angehören. Es war eine großartige Nachricht für alle Mütter im Dorf, ein neues Wassersystem zu erhalten. Jetzt werden unsere Kinder sauberer und gesünder sein als je zuvor. Wir werden unsere Häuser sauber halten und kleine Gemüsegärten anpflanzen können. Ich möchte Back to Life für diese lebenswichtige Unterstützung danken.“*

*Baisagi, Mitglied der WUG von Sukadhik*



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



## Wir feiern den Weltwassertag 2022

### GRUNDWASSER- EIN VERBORGENER SCHATZ UND ÜBERLEBENS GARANT |

Der Weltwassertag wird jedes Jahr am 22. März gefeiert. Der Tag unterstreicht die Bedeutung und Notwendigkeit von Wasser für das menschliche Leben. Sauberes Trinkwasser gehört zum Kern einer nachhaltigen Entwicklung. Es ist integraler Bestandteil der Armutsbekämpfung, der öffentlichen Gesundheit, des Wirtschaftswachstums und der ökologischen Nachhaltigkeit.

2022 war der Tag dem Grundwasser gewidmet. Grundwasser ist unsichtbar, aber seine Wirkung ist überall spürbar. Grundwasser ist ein verborgener Schatz, der unser Leben bereichert. Es unterstützt die Trinkwasserversorgung, die Landwirtschaft und unsere Ökosysteme. In Nepal nutzen wir unterirdische Grundwasserquellen für unsere Wassersysteme.

### ZUM SCHUTZ DES GRUNDWASSERS PFLANZEN WIR BÄUME |

Back to Life feierte den Weltwassertag zusammen mit unseren Partnerorganisationen, den lokalen Behörden und den 10 Dorfgemeinden in Nepal, die dieses Jahr mit unserer Unterstützung ein neues, bedarfsgerechtes Wassersystem erhalten. Gemeinsam pflanzen wir verschiedene Bäume und Sträucher, um die lokalen Grundwasserressourcen zu schützen. Damit bekräftigen wir unser Engagement, den ganzjährigen, universellen und erschwinglichen Zugang zu sauberem Wasser zu gewährleisten.

## Basanta Panchami

### Ein poetisches Frühlingsfest mit dem Segen der Göttin



**Vierzig Tage vor dem offiziellen Frühlingsanfang wird der Frühling in Nepal schon willkommen geheißen, mit dem Fest Basanta Panchami.**

Nach dem Hindu Kalender, der in Nepal von vielen Menschen, insbesondere in Zusammenhang mit allen religiösen Festen und Anlässen, zu Rate gezogen wird, ist Maagh der elfte Monat des Jahres. Er geht von Mitte Januar bis Mitte Februar. Und jedes Jahr am fünften Tag dieses Monats wird Basanta Panchami gefeiert, das Frühlingsfest. Dabei markiert es nicht etwa den Frühlingsanfang, sondern den Beginn einer 40-tägigen Wandlungsphase bis hin zum Frühling. Für gewöhnlich stehen jetzt schon die Senf-Felder leuchtend gelb in Blüte.

**AUCH DIE POESIE TREIBT BLÜTEN**  
| Wie überall in der Welt beflügelt der Frühling mit seinen Blüten, den frischen



#### WERDEN SIE SCHULPATE

Seit Beginn der Projekte in Nepal haben wir 35 Kindergärten für 848 Kinder eingerichtet. Helfen auch Sie mit, damit benachteiligte Kinder in Nepal einen guten Start in ihr Bildungsleben erhalten und somit die Chance auf eine bessere Zukunft bekommen. Ganz einfach unter [www.back-to-life.org/spenden](http://www.back-to-life.org/spenden) unter Projekt „Projektpatenschaft Schule“ auswählen und los geht's.

#### DIE ANMELDUNG IM KINDERGARTEN WIRD ZUM FEIERLICHEN AKT

| In Nepal gilt Basanta Panchami als idealer Tag für die Anmeldung der Kindergartenkinder. Back to Life fördert in allen Dörfern, in denen wir aktiv sind, eine gute Atmosphäre für Bildung und bekräftigt ihren Stellenwert gegenüber der gesamten Gemeinschaft. Deshalb haben wir die Gelegenheit genutzt, um die Menschen zu Hause zu besuchen und diejenigen mit Kindern im Kindergarten- und Vorschulalter auf das Angebot frühkindlicher Bildung in der Schule aufmerksam zu machen. Viele haben auf unsere Empfehlung hin an Basanta Panchami ihre Dorfschule aufgesucht und die Kleinkinder angemeldet. Seitens der Schulen wurden die Kleinen mit einem Fest von den größeren Schülerinnen und Schülern empfangen und es gab Süßigkeiten für alle.

#### DEN GRUNDSTEIN FÜR EINE GUTE BILDUNG LEGEN

| Wir bei Back to Life glauben, dass die Anmeldung im Kindergarten der erste und vielleicht wichtigste Schritt in Richtung einer guten Bildung ist. In der frühen Kindheit wird der Grundstein für Wachstum, Lernen und persönliche Entwicklung eines jeden Kindes gelegt. Gerade in unseren Projektdörfern in Nepal haben die Eltern kaum Zeit,



Knospen und zarten Trieben auch in Nepal die Poesie. So gibt es über Basanta, den Frühling, hunderte Gedichte. Jedes Jahr an Basanta Panchami besucht der Präsident Nepals eine Lesung dieser Frühlings-Poesie. Diese Zeremonie nennt man Basanta Shraavan und sie wird

In unseren Schulen und Kindergärten achten wir auch darauf, dass die lokalen Traditionen und Feiertage gepflegt werden. Wir geben den Schulen ein kleines Budget, um Tage wie Basanta Panchami festlich zu begehen.

in ganz Nepal abgehalten. Es heißt, den Zuhörenden werde Glück, Frieden und Wohlstand beschieden.

**ZUM TALENT KOMMT DER GÖTTLICHE SEGEN** | Basanta Panchami ist ebenso der Göttin Saraswati gewidmet. Sie steht für Wissen, Weisheit und die Künste. Das Fest wird deshalb auch in den Schulen gefeiert und hat für alle Lernenden eine große Bedeutung. Traditionell schreiben viele Kinder an diesem Tag ihre ersten Buchstaben, da er als segensverheißender Anlass gilt, um mit dem Schreiben und Lesen zu beginnen.

Vielerorts werden Pujas, religiöse Rituale, zur Verehrung und Anbetung der Göttin Saraswati zelebriert mit Blumen und Früchten als Gabe. Bücher, Stifte und heutzutage auch Laptops, Musikinstrumente, Leinwand und Pinsel, sprich alles, was für Künstlerinnen und Künstler und Lernende jeglicher Disziplin eine Rolle spielt, werden an diesem Tag gesegnet.



sich um die Kinder zu kümmern, weil sie täglich um den Lebenserwerb kämpfen müssen. Oft sind die kleinen Jungen und Mädchen sich selbst überlassen und müssen mit aufs Feld, zum Holzsammeln und Wasserholen. Die Mütter integrieren sie in ihren harten Arbeitsalltag, ohne den Kindern genügend Aufmerksamkeit schenken zu können. Im Kindergarten hingegen können die Kleinen spielerisch durch Geschichten, Lieder, Tanz und Spiel schon etwas lernen und im Umgang mit den anderen Kindern ihre sozialen Fähigkeiten entwickeln. Pädagogen haben beobachtet, dass Kinder, die einen Kindergarten besucht haben, auch später in der Grundschule und höheren Schule besser abschneiden. Außerdem brechen sie seltener die Schule ab.





# „Das passiert bei mir!“

Ein Tag im Leben von Anita Maya, 9 Jahre, aus Nepal.

Liebe Kinder, dies ist eine Seite nur für euch. Anita ist eines unserer Patenkinder, die ohne unsere Hilfe nicht zur Schule gehen könnte, weil sie aus einer armen Familie kommt.

Namaste! Hallo! Ich heiße Anita Maya und bin 9 Jahre alt. Ich komme aus Nepal. Das ist ein Land in Asien zwischen China und Indien. Wir wohnen in einem kleinen Dorf. Unser Dorf heißt Dhamili, um uns herum ist Dschungel, so weit ich laufen kann. Wir, das sind meine Eltern und meine zwei Schwestern Sancha und Nita – und ich natürlich. Dann sind da noch unsere Tiere. Wir haben Ziegen und Hühner. Die Küken nehme ich gerne auf den Arm, wenn sie noch klein und flauschig sind.

Morgens nach dem Aufstehen gehe ich als erstes mit meiner großen Schwester Sancha Wasser holen. Dafür nehmen wir Kanister und laufen mehrmals. Das Wasser brauchen wir zum Trinken, Kochen, Waschen und für die Tiere. Ich passe dann meistens auf Nita auf. Nita ist erst fünf. Mama macht in der Zeit etwas zu Essen für uns. Papa ist oft nicht zu Hause, weil er in der Stadt als Bauarbeiter arbeitet. Vor dem Essen müssen wir uns waschen und danach die Zähne putzen. Dann laufen wir drei Mädchen los zur Schule.

Ich bin in der 3. Klasse, Nita geht in den Kindergarten und Sancha ist schon in der 5. Klasse. Die Schule macht mir immer viel Spaß. Ich lerne gerne neue Sachen. Letztes Jahr konnten wir viele Monate nicht zur Schule gehen wegen Corona. Da war ich sehr traurig.

Nach der Schule mache ich zu Hause schnell meine Hausaufgaben und helfe meiner Mutter bei der Hausarbeit oder hole noch einmal Wasser für die Ziegen und Hühner. Dann kann

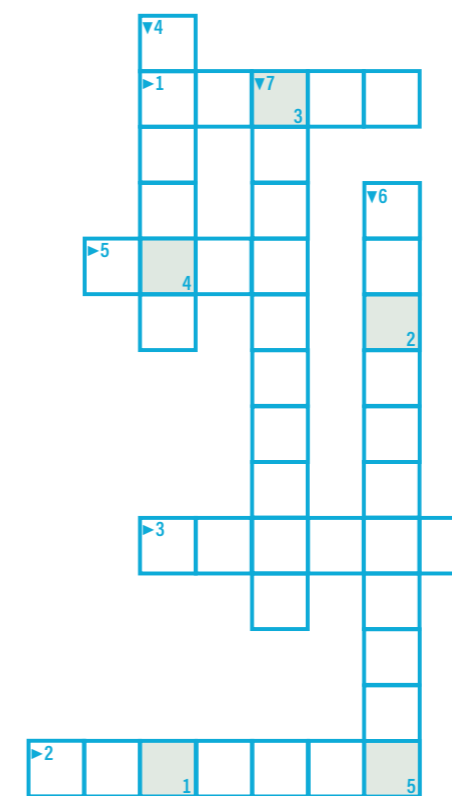
ich endlich mit meinen Freunden spielen. Meistens spielen wir Verstecken oder Fangen, bis es dunkel wird. Da es hier viele wilde Tiere gibt, müssen wir dann zu Hause sein. Wenn es heiß ist, gehen wir zum Fluss und plantschen. Samstags haben wir keine Schule, da helfen wir meiner Mama mit den Gemüsebeeten. Neulich haben Sancha und ich kleine Pflanzen in die Erde gesetzt. Die wachsen jetzt, ich kann jeden Tag beobachten, wie sie größer und stärker werden. Schon bald wird daran Gemüse hängen, das wir dann ernten und essen können, das freut mich.



Das ist meine Familie: Mama, mit meiner kleinen Schwester Nita, ich mit einem Küken, meine große Schwester Sancha Maya und Papa.



AUSMALEN: KANNST DU DEM BILD WIEDER DIE RICHTIGEN FARBEN GEBEN?



## Rätselspaß

Hast du die Geschichte von Anita Maya gut gelesen? Dann kannst du bestimmt das Rätsel lösen.

Beantworte die Fragen und schreibe die richtige Antwort in die Kästchen.

Die Antwort zu Frage 1 kommt dahin, wo die kleine 1 im Kästchen steht. Antwort 2 bei 2 und so weiter....

1. Wie heißt das Land aus dem Anita Maya kommt?
2. Was holen Anita Maya und Sancha Maya morgens?
3. Welche Tiere hat die Familie? Hühner und...
4. Wie heißt ein Nachbarland von Nepal?
5. Wie alt ist Anita Maya?
6. Der Papa der Familie arbeitet als...
7. Wenn es heiß ist, gehen Anita Maya und ihre Freunde im Fluss...

1	2	3	4	5
---	---	---	---	---



# Lehrer denken neu!

Die Weiterbildung in kinderfreundlichem Unterricht trägt Früchte.



Nach dem Unterricht erhält die Lehrerin aus einer Grundschule in Nuwakot ausführliches Feedback.

Projektregionen, Mugu, Chitwan und Nuwakot, erreichten. Die Lehrer und Lehrerinnen tragen das Erlernte an ihre Schulen und in ihr Kollegium.

**KONSTRUKTIVES FEEDBACK UND INSPIRATION FÜR DAS KOLLEGIUM** | Der Schulungsleiter Tej Paudel führt jeweils 4-6 Monate nach den Trainings Unterrichtsbesuche vor Ort durch, um zu prüfen, wie die Lehrerinnen und Lehrer jeweils die erlernten Techniken in der Praxis umsetzen. Der Trainer beobachtet und dokumentiert die Unterrichtsgestaltung, danach erhalten die Lehrkräfte ein konkretes Feedback mit Lob, Kritik und Verbesserungsvorschlägen. Nach diesen konstruktiven Einzelgesprächen gibt es dann in jeder Schule ein Meeting mit dem gesamten Kollegium, um ein positives Klima für die neuen Lehrmethoden zu schaffen. So kommt Tej Paudel mit allen Lehrkräften ins Gespräch, kann ihre Fragen beantworten und sie motivieren.

Leider ist der Schulunterricht in Entwicklungsländern oft zu theoretisch angelegt. Es fehlt an spielerischen Zugängen und didaktischen Konzepten, insbesondere an Grundschulen. Auch in Nepal kann man das beobachten. Am Ende spiegelt es sich dann in den fehlenden Lernerfolgen der Kinder wider. Back to Life sieht daher die Weiterbildung von Lehrern als wichtigen Baustein zur Verbesserung und Modernisierung der Bildung in unseren Projektgebieten.

Wir berichteten davon bereits im Namaste Frühling 2021. Tej Prasad Paudel, erfahrener Trainer für Pädagogik, führte eine 4-tägige Weiterbildung mit dem Titel „Kinderfreundliches Lehren – Basistraining“ durch. Ziel war es, die Lehrerinnen und Lehrer fit für den kinderfreundlichen Unterricht zu machen und ihnen dazu die geeigneten Methoden und Materialien an die Hand zu geben. Danach folgten weitere Schulungen im Herbst, sodass wir insgesamt 92 Lehrkräfte in allen drei



Bisher waren solche Szenen selten: Schulkinder in Thakaltar in Chitwan lernen anhand von bunten Plakaten über die Uhrzeiten, das Wetter oder Umweltschutz.

## ...im Gespräch mit Tej Paudel, Trainer für Pädagogik

**Herr Paudel, Sie haben insgesamt 52 Schulen in Mugu, Nuwakot und Chitwan besucht und dafür weite Strecken zu Fuß in den Bergen Mugu zurückgelegt. Das war bestimmt nicht einfach, wir danken Ihnen dafür. Wie waren Ihre Eindrücke von den Lehrkräften, die Ihre Fortbildung mitgemacht haben?**

*Die Lehrkräfte sind sehr engagiert, die Verfahren, Hilfsmittel und Techniken, die wir in der Schulung behandelt haben, auch anzuwenden. Sie sagen selbst, dass sich ihr Verhalten gegenüber den Kindern nach der Fortbildung stark verändert hat. Sie versuchen, mehr auf ihre Schüler einzugehen und die Themen kindgerechter zu präsentieren. Und sie beobachten, dass die Schülerinnen und Schüler nun interessierter am Unterricht teilnehmen als vorher. Ich denke, das ist genau das, was wir mit der Schulung erreichen wollten.*

**Welche Veränderungen konnten Sie bei den Lehrerinnen und Lehrern feststellen?**

*Früher griffen ausnahmslos alle auf traditionelle Methoden zurück wie etwa den Frontalunterricht, bei dem den Schülerinnen und Schülern regelrecht Vorträge gehalten werden. Es ging darum, den Lernstoff auswendig nachsprechen zu können, statt ihn zu verstehen. Jetzt hat sich die Mentalität der Lehrkräfte wirklich geändert. Ich habe den Eindruck, dass sie erkannt haben, dass sie bei ihrem Vorgehen vor allem die Kinder im Blick haben müssen.*

**Was sind Schwachpunkte, die Sie beobachtet haben?**

*Einige Schulen sind einfach nicht gut ausgestattet und daher können die Lehrer auch nicht alle Verfahren und Techniken, die wir besprochen haben, optimal umsetzen. Aber ich freue mich, dass Back to Life sie nach und nach mit pädagogischem Material versorgt. Außerdem verstehen mancherorts die Eltern noch nicht,*



*wie wichtig eine gute Bildung ist. Gleichzeitig haben die meisten von ihnen auch nicht viel Zeit für ihre Kinder, weil sie damit beschäftigt sind, die Grundbedürfnisse der Familie zu erfüllen. Das kann man sehr gut verstehen. Organisationen wie Back to Life geben den Kindern durch Stipendienprogramme die Chance zu einer besseren Schulbildung und das ist gut.*

**Nun haben Sie wirklich langjährige Erfahrung im Bereich Pädagogik. Welche Prioritäten würden Sie im Moment setzen, um den Unterricht weiter zu verbessern?**

*Ich denke, die Regierung, die Lehrer, die Gemeinden und andere Akteure im Bildungsbereich sollten viel mehr zusammenarbeiten, um die Lehr- und Lernprozesse an staatlichen Schulen zu verbessern. Sie müssen sich über die Bedürfnisse der Kinder in der heutigen Zeit bewusstwerden und auf die Defizite in den Schulen reagieren. Das bedeutet, dass ein effektiver, kinderfreundlicher Lernprozess und entsprechende Instrumente für jede Altersstufe gefördert werden müssen. Die staatlichen Stellen sollten gestärkt werden, damit sie die Qualität des Unterrichts messen und verbessern können und sich auf regionaler Ebene für eine Verbesserung in diesem Bereich ein-*

*setzen können. Aber auch die Lehrerinnen und Lehrer können ganz individuell etwas tun, indem sie ihr eigenes Instrumentarium weiterentwickeln, die Verfügbarkeit von Ressourcen einfordern und alle Beteiligten in ihren Schulen und den Dörfern für das Thema kinderfreundlichen Unterrichts sensibilisieren.*



Eine der 92 Lehrkräfte, die nach dem Training ihren Unterricht „umbaut“.

# „Jetzt läuft alles gut!“

Eine neue Zukunft für Dinesh



Seit Januar 2021 ist der Junge aus dem Hochgebirge Mugu Teil unseres Patenschaftsprogrammes. Das Leben des 14-Jährigen Dinesh Bista hat sich seither stark verändert.

Als ältester Sohn und Bruder sollte er in seiner Familie eigentlich viel Verantwortung und auch Arbeitslast tragen, doch bereits sein halbes Leben lebt er mit einer Behinderung: Dinesh hat einen Arm verloren. Seit kurzem genießt er nun dank des Stipendiums von Back to Life eine sehr gute Schulbildung und lebt in einem Schülerwohnheim in Kathmandu. Was er körperlich nicht leisten kann, will er mit dem Kopf wettmachen.



**ZU WEIT UND ZU SPÄT** | Im Alter von 7 Jahren fällt Dinesh vom Dach, wo das Getreide ausgebreitet liegt, und bricht sich den rechten Arm. Seine Mutter legt Umschläge aus Kräutern auf, doch die Schmerzen werden von Tag zu Tag heftiger. Rund um sein Heimatdorf Bumcha, das zur Gemeinde Soru in den Bergen von Mugu gehört, gibt es keinerlei medizinische Versorgung. Mit einem eintägigen Gewaltmarsch über Bergpfade bringt sein Vater den Jungen in das einzige Krankenhaus von Mugu in Gamgadhi, das für die gesamte Bevölkerung der Hochgebirgsregion zuständig ist (damals 55.000 Menschen). Als sie dort ankommen, geht von Dineshs Arm bereits ein beißender Geruch aus und er hat Fieber. Im Krankenhaus kann man den Jungen nicht behandeln und überweist ihn in das Krankenhaus in Chandannath, das im Nachbarbezirk Jumla liegt. Wieder steht ein zweitägiger Fußmarsch an, der noch viel mehr Kraft kostet. Dineshs Vater schleppt seinen Sohn über den 3.356 Meter hohen Ghuchchi Pass bis nach Jumla.

**KRAFTAKT OHNE HAPPY END** | Doch der Einsatz ist nicht mit Erfolg beschieden. Nach einem erfolglosen Monat von Behandlungen wissen die Ärzte dort nicht mehr weiter. Dineshs Vater hat sich bereits eine enorme Summe Geld bei Verwandten und Nachbarn geliehen, um die täglich anwachsenden Kosten der Medikamente und der Mahlzeiten bestreiten zu können. Doch er will nicht aufgeben und steigt mit seinem schwer verletzten Sohn in einen Lastwagen, der die lange Reise ins Tiefland antritt. Er hält sich fest an der Hoffnung, die Ärzte in einem modernen und besser ausgestatteten Krankenhaus im Tiefland könnten den Arm seines Jungen retten. 14 Stunden werden sie durchgeschüttelt, Dinesh leidet unter schier unerträglichen Schmerzen.

Im Krankenhaus in Nepalgunj wird Dinesh sofort nach der ersten Untersuchung in den Operationssaal gebracht. Um sein Leben zu retten, muss sein Arm amputiert werden. Das ist ein schwerer Schlag für den Siebenjährigen und seinen Vater. Es dauert fast zehn Monate, bis der Stumpf geheilt ist. Die Familie ist danach hochverschuldet.



Dinesh in Mugu, 2020



Dineshs Odyssee, die mit der Amputation seines Armes endete - von seinem Heimatdorf Bumcha in drei verschiedene Krankenhäuser.

**ZUNÄCHST IST ALLES SCHWIERIG** | Zurück im Dorf und in der Schule hat Dinesh es nicht leicht. Unter der schlechten Infrastruktur hat er besonders zu leiden. Um zur Schule zu gelangen, muss er den Fluss über eine einfache Brücke aus Holzstämmen überqueren. In der Regenzeit steigt das Wasser gefährlich an, es ist rutschig und mit nur einem Arm kann er sich schlecht halten. Auch gibt es nicht ausreichend Schulbänke oder Lernmaterialien im Klassenzimmer und der Junge mit Behinderung hat oft das Nachsehen. „Meine Mitschüler haben mich schikaniert, während mein Vater und meine Mutter sehr besorgt über meine Zukunft waren. Das hat auch mich sehr beunruhigt“, erinnert sich Dinesh heute.

Die Situation von Unfallopfern und Menschen mit Behinderungen in den abgelegenen Gebieten Nepals ist beklagenswert. Hoch in den Bergen, wo es aufgrund der harten Lebensbedingungen ganz besonders auf die körperliche Unversehrtheit ankommt, werden diejenigen mit einem Handicap diskriminiert und sozial geächtet. Hilfe gibt es keine. Aufgrund der Armut werden sie oft als Ballast empfunden und vernachlässigt.

**MIT FÖRDERUNG ÜBER SICH HINAUSWACHSEN** | Seit gut einem Jahr und dank seiner Patenschaft gehören diese Sorgen der Vergangenheit an. Wir freuen uns sehr, dass wir Dinesh in einer privaten, englischsprachigen Mittelschule in Kathmandu mit angeschlossenem Schülerwohnheim unterbringen konnten. Nach dem Abschluss hier werden dem fleißigen und motivierten Schüler alle Möglichkeiten offenstehen. „Als ich meinen Arm verlor, dachte ich, dass ich mich nun mit einer Behinderung umso mehr auf die Schule konzentrieren muss. Wenn ich gebildet bin, kann ich trotz meiner Behinderung noch etwas Sinnvolles mit meinem Leben anfangen und sowohl in meinem persönlichen als auch in meinem gesellschaftlichen Leben meine Würde bewahren. Deshalb habe ich schon in Mugu immer viel gelernt und in meinen Schulbüchern gelesen. Gott sei Dank wurde ich für eine Patenschaft ausgewählt.“



Sich endlich wieder zugehörig fühlen

# Ein Blick hinter die Kulissen:

## Weiterbildung unserer Mitarbeiter zum Thema Kinderschutz

Unsere Aufgabe in Nepal beinhaltet neben der Projektimplementierung auch die Weiterbildung unserer lokalen Back to Life Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter und Partnerorganisationen zur Stärkung der Zivilgesellschaft und Kapazitäten vor Ort. Dazu planen wir regelmäßig praktisch orientierte Weiterbildungsangebote ein und ziehen oft externe Fachexperten als Trainer\*innen hinzu. Neben administrativen Themen, wie Buchhaltung und Projektmanagement, spielen dabei auch Querschnittsthemen, z.B. Kinderschutz, Geschlechtergleichstellung und Partizipation und fachliche Trainings, z.B. in Mutter-Kind-Gesundheit oder Wirkungsmessung, eine wichtige Rolle.

**WEITERBILDUNG STÄRKT PRÄVENTION** | Kinder sind für unsere Arbeit in Nepal die wichtigste Zielgruppe. Wir arbeiten sowohl für die Kinder, die gerade aufwachsen, als auch für Kinder, die noch geboren werden. Kindern gehört die Zukunft. Sie sind es, die die Welt morgen verändern werden – und dafür müssen wir sie heute stark machen. So ist auch Kinderschutz ein wichtiges Thema für die Weiterbildung unsere Projektmitarbeiter\*innen und Partnerorganisationen. In vielen Projekten, insbesondere im Bildungsbereich, stehen unsere Mitarbeiter\*innen und Partner in direktem und regelmäßigem Kontakt mit Kindern. Ihnen gegenüber haben wir eine Fürsorgepflicht. Ihre Weiterbildung und

Unser Back to Life-Team in Nepal, das von den vielfältigen Trainings profitiert.



Sensibilisierung ist daher ein Kernelement unserer präventiven Maßnahmen. Um ihre Kapazitäten zu stärken, organisierte Back to Life im Dezember 2021 eine Intensiv-Schulung zum Thema Kinderschutz und Kinderrechte. Insgesamt 31 Projektmitarbeiterinnen und Mitarbeiter aus Mugu, Chitwan, Nuwakot und Kathmandu nahmen an der Weiterbildung teil. Drei der führenden Kinderrechte-Experten und Expertinnen Nepals konnten wir als Trainer für den Workshop gewinnen: Rabin Nepali, Direktor von SOS Children Village Nepal, Sushma Pokhrel, Direktorin von Kidpower Nepal und Milan Raj Dharel, Leiter des Nationalen Rats für Kinderrechte in Nepal.

**FOKUS AUF DER PRAXIS IM PROJEKTALLTAG** | Neben Theorie und relevanter Gesetzgebung wurde vor allem die praktische Anwendung von präventiven Maßnahmen zum Kinderschutz und Fallmanagement in unseren Projekten thematisiert. Dafür wendeten die Fachexpert\*innen interaktive Techniken wie Gruppendiskussionen und Rollenspiele an. Die vier Grundprinzipien der Kinderrechtskonvention, welche insgesamt 54 Artikel umfasst, nahmen ebenfalls eine zentrale Rolle in der Schulung ein.

### DIE VIER GRUNDPRINZIPIEN DER KINDERRECHTSKONVENTION

#### 1. DAS RECHT AUF GLEICHBEHANDLUNG

Kein Kind darf benachteiligt werden, sei es wegen seines Geschlechts, seiner Herkunft oder Staatsbürgerschaft, seiner Sprache, Religion oder Hautfarbe, wegen einer Behinderung oder wegen seiner politischen Ansichten.

#### 2. DAS RECHT AUF WAHRUNG DES KINDESWOHLS

Wann immer Entscheidungen getroffen werden, die sich auf Kinder auswirken können, hat das Wohl des Kindes Vorrang. Dies gilt in der Familie genauso wie für staatliches Handeln.

#### 3. DAS RECHT AUF LEBEN UND ENTWICKLUNG

Jedes Kind muss Zugang zu medizinischer Hilfe bekommen, zur Schule gehen können und vor Missbrauch und Ausbeutung geschützt werden.

#### 4. DAS RECHT AUF ANHÖRUNG UND PARTIZIPATION

Alle Kinder sollen als Personen ernst genommen und respektiert werden. Das heißt auch, dass man sie ihrem Alter gerecht informiert und sie in Entscheidungen einbezieht.

Darüber hinaus sprachen die Fachexperten über spezifische Risiken für die Kinder in Nepal – wie z.B. Kinderarbeit und Kinderehe – und stellten die nationalen Bestimmungen für die Rettung, den Schutz und Umgang mit Opfern vor.

#### SOZIALARBEITER\*NNEN HABEN EINE SCHLÜSSELFUNKTION INNE

| Die wichtige Rolle der Mitarbeiter\*innen, die sich täglich im Kontakt mit Kindern, Eltern, Erziehungsberechtigten, Lehrern und Gesundheitspersonal befinden, wurde ausführlich diskutiert: „Als Sozialarbeiter an vorderster Front müssen die Projektmitarbeiter von Back to Life sensibilisiert und hochmotiviert sein, um angemessen auf Kinderschutzprobleme, die sie im Zusammenhang mit ihrer Arbeit beobachten, zu reagieren. Es liegt in der Verantwortung eines jeden Sozialarbeiters, institutionelle Stellen und gemeindebasierte Mechanismen zum Kinderschutz zu aktivieren. Dazu müssen sie über Risikofaktoren, typische Anzeichen für Gefährdung des Kindeswohls und mögliche Maßnahmen und Lösungen Bescheid wissen.“

Die Schulung endete mit der offiziellen Ernennung von Back to Life-Beauftragten für Kinderrechte und Kinderschutz für jedes unserer drei Projektgebiete und das Büro in Kathmandu, welches für die übergeordnete Koordination aller Aktivitäten in Nepal zuständig ist. Dieses Team engagiert sich federführend dafür, die Umsetzung unserer Kinderschutz-Policy in der Projektimplementierung und eine Vernetzung mit den entsprechenden staatlichen Stellen und Partnern zum Kinderschutz in Nepal sicherzustellen.



Dikendra Dhakal, Programmdirektor Back to Life, mit Sushma Pokhrel, Direktorin von Kidpower Nepal

„Als Vater von drei Kindern gehe ich heutzutage besser auf meine Kinder ein als zuvor. Ebenso versuche ich mein Bestes, um auf die Bedürfnisse der Kinder in meinen Projektgebieten einzugehen und ihre Rechte zu stärken“, sagt Jayakrishna Rokaya, Social Mobilizer aus Mugu, nach der Schulung.

# Ein Gespräch, dass unser aller Leben verändern sollte.

Stella Deetjen erzählt die Geschichte von Sushila, die den Bau von Geburtshäusern zu Back to Lifes Herzensaufgabe machte.

Sushila, 2010 in Mugu.



Als ich 2009 das erste Mal in das Dorf Loharbada kam, wollte ich so viel wie möglich über das tägliche Leben der Frauen aus erster Hand erfahren. Es war der Anfang unserer Projektarbeit in den Bergen von Mugu. Sushila belagerte mich sofort und hörte gar nicht mehr auf zu erzählen. Wir stellten fest, dass wir fast das gleiche Alter haben, beide Mütter sind und sie ließ mich teilhaben an ihrem harten Alltag. Vom Wasserholen, der schweren Feldarbeit, ihrem kargen Zuhause ohne jegliche Besitztümer außer den wichtigsten Notwendigkeiten, zeigte sie mir alles bereitwillig. Sushila beeindruckte mich sofort tief im Herzen durch ihre Stärke, ihr Selbstbewusstsein und ihren großartigen Humor.

Natürlich lernte ich sogleich auch ihren Mann kennen, Jor Singh Nepali, eine ebenso charismatische Erscheinung wie sie selbst. Die beiden passten prima zusammen und ich genoss die Zeit, die wir gemeinsam verbrachten. Jor war Schamane, trug eine wilde, knielange Haarpracht, die er unter einem Turban bändigte. Ihm stand der Schalk in den Augen, gemeinsam lachten wir über so Vieles. Sie luden mich wieder und wieder in ihr Häuschen ein, wo wir gemeinsam am offenen Feuer kochten, obwohl sie selbst kaum genug hatten, um satt zu werden. Besser hätte ich die echten Lebensumstände nicht kennenlernen können.

## Eine Einladung in Sushilas Leben

Sie erzählten mir, wie sie sich kennengelernt hatten, ihre Ehe war eine für die Kultur eher untypische Liebesheirat, das merkte man auch. „Als ich mich in Jor verliebte, weil er so klug und humorvoll war, waren wir uns nicht sicher, ob unsere Eltern den Segen für eine Heirat geben würden. Ich wusste aber, dass ich nur ihn zum Mann haben wollte. Also liefen wir gemeinsam davon und kehrten erst ein paar Monate später ins Dorf zurück. Schließlich durften wir dann offiziell zu Mann und Frau werden. Wir waren arm und es gab kaum Verdienstmöglichkeiten in Mugu. Also beschloss Jor, nach Indien zu gehen, um genügend Geld für ein kleines Häuschen zu verdienen. Ich konnte mir nicht vorstellen, alleine zurückzubleiben, ich war erst 19 Jahre alt und ich wusste, ich würde ihn zu sehr vermissen. Also überredete ich ihn, mich mitzunehmen auf diese Reise ins Ungewisse. Insgesamt blieben wir für 9 Jahre im Chamoli Distrikt in Uttarakhand in Indien und arbeiteten hart als Tagelöhner, als sogenannte „Kulis“, im Straßenbau und auf Baustellen. Es gelang uns, das verdiente Geld zu sparen, obwohl ich zwischendurch zwei Kinder gebar, die uns zur Familie machten. Als wir nach Mugu zurückgingen, konnten wir uns ein kleines Häuschen bauen. Jor verdiente als Schamane der Dalits nicht genug und arbeitete als Handwerker und Maurer, er hatte diese Fertigkeiten in Indien gelernt. Ich wiederum trug die Lasten und Güter, die die kleinen Flugzeuge in die Berge brachten nach Gamgadhi und in die umliegenden Dörfer und so konnten wir zumindest überleben. Unsere Ehe war glücklich und wir bekamen zwei weitere Kinder.“

Ich war berührt davon, wie offen die beiden mir gegenüber waren. Jor beantwortete auch geduldig meine Fragen, die ich über den Schamanismus in Mugu hatte und holte abends oft die große Trommel hervor, auf der er wie in Trance spielte. Diese schönen Momente werde ich nie vergessen.



Stella, Sushila und ihr Mann Jor Singh (von rechts nach links)

## Jede Familie war betroffen

Dann folgte das entscheidende Gespräch, das unser aller Leben verändern sollte und auch Back to Life ein neues Kapitel aufschlagen ließ. Als ich fragte, wo denn das vierte Kind sei, antwortete Sushila wie selbstverständlich: „Das ist gestorben, als ich es im Wald zur Welt brachte. Wie so viele andere Kinder in Mugu auch.“ Ich erfuhr, dass die Frauen aufgrund einer Geisterfurcht nicht im Haus gebären dürfen und deshalb in den Wald oder den Kuhstall ausweichen mussten. Blut im Haus würde die Götter erzürnen. Ich konnte es kaum glauben, da hatte mich Sushila schon bei der Hand gepackt und zog mich in einen dieser engen dunklen und vollgekoteten Kuhställe, in dem tatsächlich die Frauen für 14 Tage verschwinden und ihr Kind ohne weitere Hilfe allein und schutzlos unter den schlimmsten Bedingungen zur Welt bringen müssen. Ich war fassungslos. Darüber hatte vorher noch keiner im Dorf gesprochen. Sushila brachte mich zu einer Schwangeren, die kurz vor der Geburt stand und ich sah die große Angst und den Schrecken vor der Geburt in ihren Augen. Es darf nicht sein, dass die Mütter hier tierähnliche Geburten durchleiden müssen, das wollte ich ändern. Jede Familie war davon betroffen, manche haben die Mutter, andere die Neugeborenen dadurch verloren. Doch mir war gleichzeitig klar, dass ich als Außenstehende nicht an alten Traditionen rütteln oder verlangen konnte, mit diesen zu brechen.



## Chhaupadi – Der traditionelle Glaube an die Macht der Geister

Aufgrund des vorherrschenden traditionellen Geisterglaubens gelten Mädchen und Frauen während ihrer Periode und auch während der Geburt als „unrein“ und dürfen diese Zeit nicht im Haus verbringen und auch möglichst nicht von anderen berührt werden. Dieses Ritual ist unter dem Namen Chhaupadi bekannt. Die Frauen sind gezwungen, ihre Kinder alleine in Viehställen oder im Wald zur Welt zu bringen. Bis zu vierzehn Tage nach der Geburt müssen die Mütter dort mit ihren Säuglingen überstehen. Die Folgen sind katastrophal. Viele Frauen erleiden Infektionen, Blutungen, Lungenentzündungen, Durchfall oder Traumata. Auch Todesfälle sind keine Seltenheit, viele Babys sterben.

Seit 2017 steht die Chhaupadi-Tradition in ganz Nepal offiziell unter Strafe. Der Hausvorstand kann dafür mit bis zu 3 Monaten Gefängnis verurteilt werden. Doch gerade in den westlichen Bergregionen Nepals, wo auch der Bezirk Mugu liegt, wird diese unmenschliche Tradition nach wie vor praktiziert.

### Eine gute Lösung, sogar für die Geister

Mit Dikendra, Programmdirektor, und Achyut, Finanzdirektor bei Back to Life Nepal, beriet ich mich ausgiebig, um eine tragbare Lösung zu finden. Nach langen Gesprächen mit Sushila, Jor und anderen Dorfbewohnern, formte sich eine Idee in meinem Kopf. „Wie wäre es, wenn wir ein Geburtshaus bauten?“, fragte ich sie. „Würdet ihr den Frauen erlauben, es zu nutzen? Sie würden ja nicht zu Hause bluten und damit auch keine Geister erzürnen.“ Sogleich machten wir uns auf den Weg zum alten Schamanen, der nach reiflicher Überlegung schließlich sein Einverständnis gab, solange wir keine Götterfigur ins Geburtshaus stellten. „Das haben wir sowieso nicht vor, da die Arbeit von Back to Life weder religiös oder missionarisch noch politisch motiviert ist. Wir möchten lediglich den Menschen helfen, sich aus der Not und Armut zu befreien durch unsere Programme“, antwortete ich.

Den Rest der Geschichte, liebe Spender und Freunde, haben Sie in den vergangenen 13 Jahren selbst mitverfolgen können und viele von Ihnen haben Anteil genommen. Fast 2.500 Kinder konnten in unseren bisher 15 Geburtshäusern über ganz Mugu geboren werden.



Wiedersehen macht Freude: Sushila und Stella 2019 in Mugu.

### Ein schwerer Schlag für Sushila

Sushila wurde Vorsitzende des Geburtshauskomitees in Loharbada und arbeitete für einige Jahre mit unserem Team zusammen als Motivatorin, d.h. sie zog los in die umliegenden Dörfer, um die Kunde der Geburtshäuser dorthin zu tragen. Das ist heute gar nicht mehr nötig.

Immer wenn ich nach Mugu kam, freute ich mich darauf, Sushila und Jor zu besuchen. 2018 musste Sushila leider einen schweren Schicksalsschlag verkraften. Ihr geliebter Mann Jor verstarb ganz plötzlich, er hatte zuvor öfters über Lungenschmerzen geklagt. Für mehrere Monate war Sushila kaum ansprechbar, der Verlust war ihr wie ins Gesicht gemeißelt und schien die starke und ehemals so lebenslustige Frau zu brechen. Einer ihrer Söhne nahm sie schließlich auf und Stück für Stück ging es ihr besser. Ihre beiden Enkel, mit denen sie jetzt zusammenlebt, gaben ihr den Lebensmut zurück. Sushila ist bereits Großmutter von insgesamt fünf Enkelkindern, das hat sie mir eindeutig voraus. Die Trauer um ihren Mann wird sie immer spüren, doch sie ist wieder aufgestanden.

Sushila hat den Stein ins Rollen gebracht und gemeinsam haben wir für so viele Frauen in Mugu eine Revolution eingeleitet. Zwei Drittel der Frauen in dieser abgelegenen Bergregion mit 67.000 Einwohnern haben nun Zugang zu einer sicheren Geburt dank der Geburtshäuser.

### Möchten Sie die Erfolgsgeschichte der Geburtshäuser mit uns weiter-schreiben?

Werden Sie ein Teil davon und übernehmen Sie eine Geburtshaus-Patenschaft, damit in Nepal Geburten im Kuhstall bald endgültig der Vergangenheit angehören.

Den monatliche Betrag Ihrer Patenschaft können Sie frei wählen. Er wird für den Betrieb der bestehenden Einrichtungen, medizinisches Equipment und Medikamente eingesetzt sowie für die Ausbildung weiterer Hebammen.

Ganz einfach unter [www.back-to-life.org](http://www.back-to-life.org) spenden unter Projekt „Projekt-patenschaft Geburtshäuser“ auswählen und los geht's.

# Unsere aktuellen Bauprojekte

Mahadev Masta Higher Secondary School in Ratapani

Wir freuen uns, dass trotz Pandemie auch unsere großen Bauprojekte weiterlaufen. Sie bedeuten für die beteiligten Gemeinden und angestellte Arbeiter zusätzliche Beschäftigungs- und Verdienstmöglichkeit in einer krisenbehafteten Zeit. Alle hier vorgestellten Bauvorhaben liegen im Hochgebirge, im Bezirk Mugu. Wir bedanken uns von Herzen bei allen Sponsoren.

Seit Ende 2020 läuft dieses besondere Bauprojekt, von dem am Ende 516 Schülerinnen und Schüler der Klassen 1 bis 12 profitieren werden. Durch wiederkehrende Lock-downs und monsunbedingte Straßenschäden kam es zu Verzögerungen. Doch nun sind die acht kinderfreundlichen und erdbebensicheren Klassenzimmer fast fertig! Es ist das modernste Bauprojekt, das Back to Life bisher durchgeführt hat. Die Eröffnung ist für Mai 2022 geplant.



Mahakali Schülerwohnheim für gehörlose Kinder

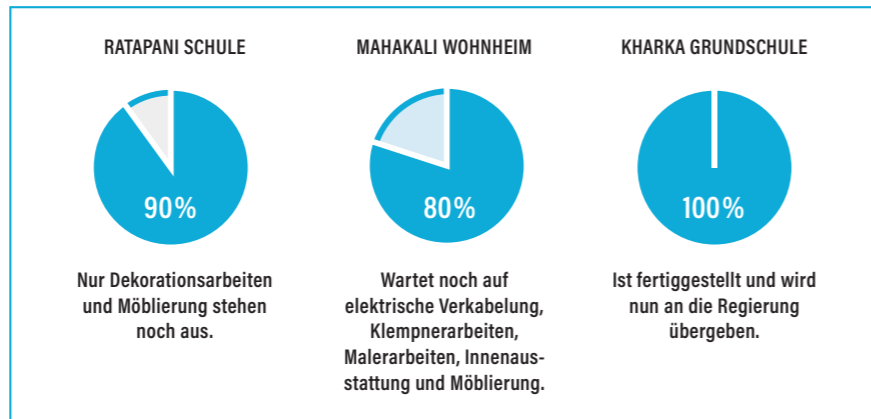
## Mahakali Schülerwohnheim für gehörlose Kinder

Auch das Mahakali Wohnheim in Gamgadhi wurde mit modernster Bautechnik mit Beton und Stahl gebaut. Es wird das alte, marode und nicht mehr sichere Wohnheim ersetzen. Das Gebäude, welches an die Mahakali-Schule angeschlossen ist, wird insgesamt 32 gehörlose Kinder beherbergen können. Sie erfahren in Nepal noch wenig besondere Förderung und sind oft stark benachteiligt. Wir freuen uns sehr, dass wir sie mit einem sicheren und komfortablen Zuhause unterstützen können. Back to Life übernimmt auch anteilig Gehälter für die Betreuer\*innen und einen gehörlosen Lehrer der Mahakali Schule. Das Wohnheim soll im Mai 2022 eröffnet und in Betrieb genommen werden.



## Nepal Rastriya Primary School in Kharka

Das neue Schulgebäude in Kharka ist fertig! Um vier erdbebensichere und kindgerechte Klassenräume wurde die Grundschule, die auf 2000m Höhe liegt, erweitert. Hier werden viele Kinder aus Dalit-Familien unterrichtet, insgesamt kommen 112 Kinder zum Unterricht von Vorschule bis Klasse 5. Neben dem Schulgebäude gibt es jetzt auch ein Toilettengebäude mit Waschbecken und fließendem Wasser.



# SPENDENAKTIONEN

DANK AN UNSERE FÖRDERER & FREUNDE

## NÄHEN FÜR BACK TO LIFE

Ein großer Dank geht an Svenja von kaidso Onlinekurse, die mit ihren Nähkursen für Back to Life Projekte gesammelt hat. Im Dezember 2021 gingen nämlich 10 % der Einnahmen der Verkäufe ihrer „VIP Mitgliedschaft“ (Very Inspired Persons) an Back to Life e.V. Dabei sind ganze 5.300 Euro zusammengekommen. „Gemeinsam sind wir schon viele Jahre als DIY - Fashion - Queens kreativ und schon seit langem setzen sich die kaidso Onlinekurse mit eurer Hilfe für gute Zwecke ein. Ich möchte mich noch einmal von ganzem Herzen bei euch bedanken, dass ihr an unserer Spendenaktion zum Jahreswechsel für den wundervollen Verein Back to Life teilgenommen habt. Gemeinsam sind wir nicht nur kreativ - sondern auch stark! Ich bin wirklich mal wieder mega stolz auf euch!“

Eure Svenja & die kaidso Onlinekurse



## TREUE UNTERSTÜTZERIN: ANTONIE LINDNER

Wir sind wirklich begeistert! Antonie Lindner unterstützt Back to Life seit Jahren und sie ist unermüdlich. Gerade die letzten 6 Wochen hat sie eine Summe von 9.500 EUR gesammelt und an Back to Life überwiesen. Das Geld sammelt sie in Spendenaktionen in und um ihre Gemeinde bei Frauenvereinigungen, Kollegen, Freunden und Bekannten nicht nur in Postmünster in Bayern, sondern mittlerweile auch schon deutschlandweit. In diesem Jahr soll es für den Bau eines neuen Geburtshauses verwendet werden. Antonie Lindner hat die Back to Life Projekte in Nepal auch schon mehrmals auf eigene Kosten besucht. Zum ersten Mal wurde sie 2015 durch das Erdbeben auf die Not im Land aufmerksam. Wir hoffen, sie auch bald vor Ort wieder zu begrüßen. In diesem Sinne, noch einmal von Herzen ein großes Dankeschön und bis bald, liebe Antonie!





#### WEITERGEBEN!

Helfen Sie uns,  
unser Magazin in Ihrem  
Bekanntenkreis 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 **Geburtshauspatenschaft** (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:

<b>Kontoinhaber:</b>	<b>Back to Life e.V.</b>
<b>IBAN:</b>	<b>DE96 4306 0967 1012 0030 00</b>
<b>BIC:</b>	<b>GENODEM1GLS</b>
<b>Bank:</b>	<b>GLS Bank</b>
<b>Kontoinhaber:</b>	<b>Back to Life e.V.</b>
<b>IBAN:</b>	<b>DE94 5008 0000 0729 9990 02</b>
<b>BIC :</b>	<b>DRESDEFFXXX</b>
<b>Bank:</b>	<b>Commerzbank AG</b>

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](http://www.back-to-life.org)