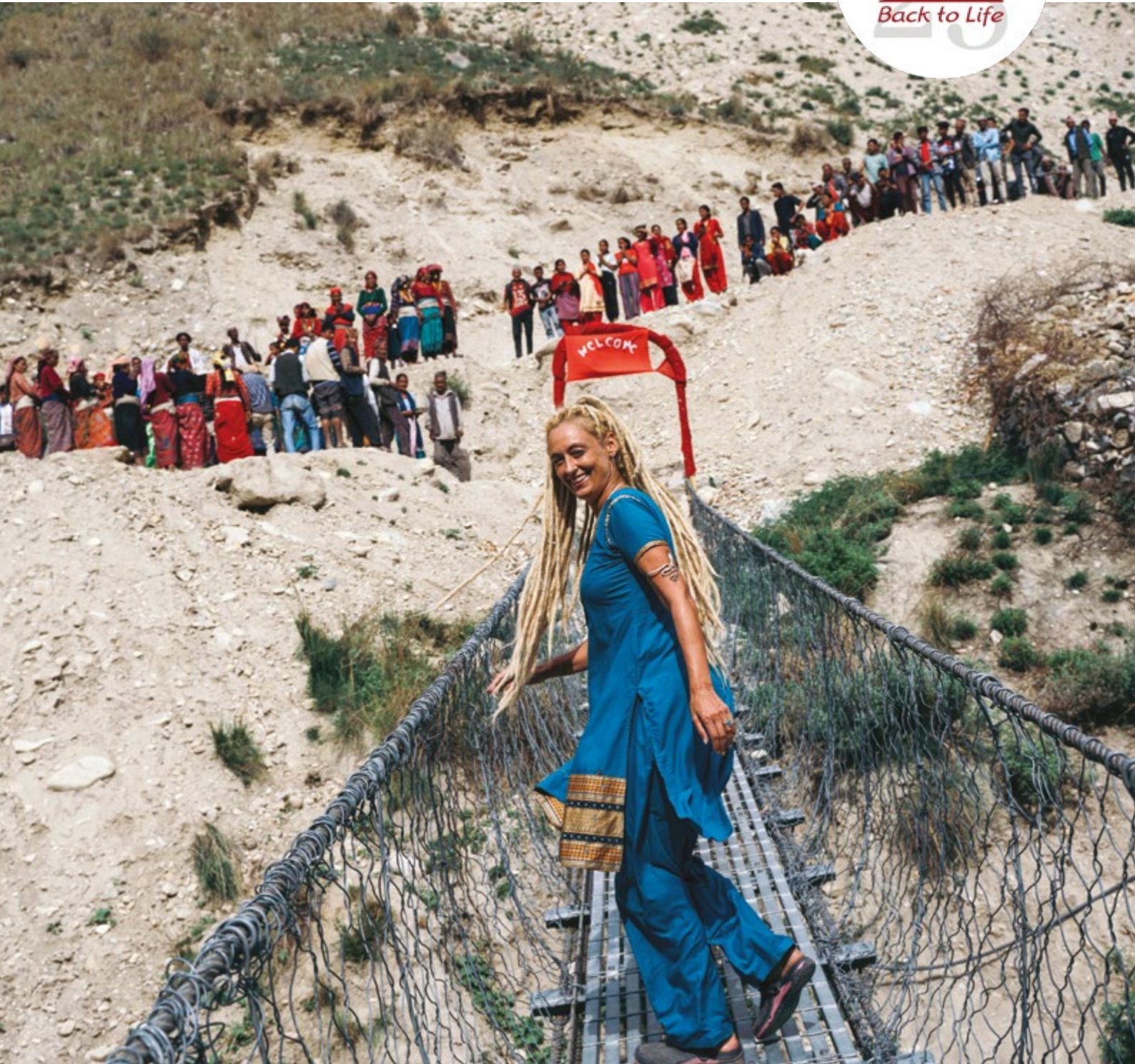


namaste

DAS BACK TO LIFE MAGAZIN | WINTER 2022/23

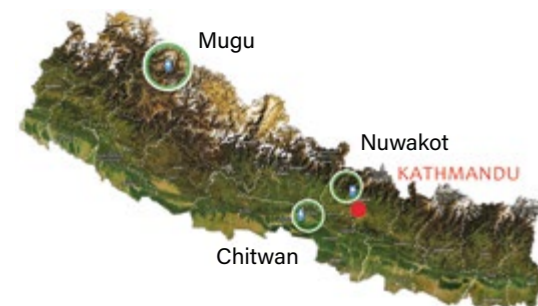


ÜBER BACK TO LIFE E.V.

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

Administrative Aufgaben werden in Deutschland von einem kleinen Team umgesetzt, um die Kosten gering zu halten. Back to Life erreicht mittlerweile bis zu 65.000 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
GESTALTUNG Oleg Cherezov
AUDIODESIGN Cosmo Deetjen
FOTOGRAFIE Anjan Dahal
BILDRECHTE Back to Life e.V.

Recyclingpapier ausgezeichnet mit Umweltzeichen Euroblume.

Auf unserer Webseite finden Sie eine digitale Fassung als Download.

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

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

INHALT

GRUSSWORT 25 Jahre Back to Life	06-07	ENDLICH ZUHAUSE! Bildung und Schule	44-45
IM GESPRÄCH MIT DIKENDRA DHAKAL UND ACHYUT PAUDEL 25 Jahre Back to Life	08-11	GATTA - DAS BELIEBTE SPIEL AUS NEPAL Namaste für Kinder	46
REISE MIT SCHUTZENGEL Nepal aktuell	12-13	SONAM UND DER WAHRE REICHTUM Namaste für Kinder	47
AKTUELLE GESUNDHEITSSITUATION IN MUGU Gesundheit	14-15	DIE SECHZEHN ARTEN, SICH ALS FRAU ZU SCHMÜCKEN Land, Menschen und Kultur	48-49
HEALTH CAMP FÜR 4.000 MENSCHEN Gesundheit	16-17	UMDENKEN FÜR STARKE FRAUEN NEPALS Gesundheit	50
IM GESPRÄCH MIT DEM HNO-SPEZIALISTEN DR. ARUN KC Gesundheit	18-21	GEBURTSHAUSPATENSCHAFT Geburtshaus	51
36 JAHRE EINE LAST AM HALS Gesundheit	22-23	GEBURTHÄUSER RETTEN LEBEN Geburtshaus	52-53
WIEDER AUF DIE BEINE KOMMEN Erfolgsgeschichte	24-25	WENN HEBAMMEN SELBST MÜTTER WERDEN Geburtshaus	54-55
IM GESPRÄCH MIT UNSEREM MITARBEITER DIL SUBBA AUS NEPAL 25 Jahre Back to Life	26-29	JETZT SIND WIR EINE FAMILIE Follow-up	56-59
JETZT KANN DER JUNGE SEINEN WEG GEHEN Gesundheit	30-31	DIE GIPFELSTÜRMER LEBEN HOCH Land, Menschen und Kultur	60-63
ZURÜCK ZU DEN WURZELN Gesundheit	32-33	REIHENHÄUSER IM HOCHGEBIRGE Land, Menschen und Kultur	64-67
WASSER IST LEBEN Trinkwasser	34-35	FOTOREPORTAGE KIMRI Land, Menschen und Kultur	68-77
SOLARLICHT STATT FEUERSCHEIN Umweltschutz	36-37	SCHATZSUCHE IM HIMALAYA Land, Menschen und Kultur	78-79
DIE WURZELN STÄRKEN Einkommensförderung	38-39	DAS BÄRBEL SCHÄFER INTERVIEW MIT STELLA 25 Jahre Back to Life	80-81
IM REIS LIEGT SEGEN Land, Menschen und Kultur	40-41	BACK TO LIFE GEMEINNÜTZIGE STIFTUNGSGESELLSCHAFT MBH Back to Life Stiftung	82-83
WISSEN MACHT STARK Bildung und Schule	42-43	GRATULANTEN 25 Jahre Back to Life	84-91



BACK TO LIFE GEMEINNÜTZIGE
STIFTUNGSGESELLSCHAFT MBH
Sabine Freude
Louisenstr. 117
61348 Bad Homburg v.d.H.
Tel.: +49 172 7288261
stiftung@back-to-life.org

SPENDENKONTO:
Back to Life gemeinnützige
Stiftungsgesellschaft mbH
IBAN: DE85 5004 0000 0485 4519 00
BIC: COBADEFFXXX
Commerzbank



Die Sustainable Development Goals (SDGs), auch „Agenda 2030“ genannt, sind ein globaler Aktionsplan, der von der UN 2015 verabschiedet wurde. Mit der Agenda 2030 haben die UN-Mitgliedstaaten einen Fahrplan zur „Transformation der Welt zum Besseren“ im Sinne einer nachhaltigen Umgestaltung von Gesellschaft, Wirtschaft und Umwelt bis 2030 entwickelt. Die Agenda 2030 ist in 17 globale Ziele und 169 Unterziele unterteilt.

Back to Life trägt mit seinen Projekten in verschiedenen Sektoren zur Realisation der Agenda 2030 bei.

Wir wertschätzen und respektieren alle Menschen, unabhängig von kultureller oder nationaler Herkunft, Religion, Weltanschauung, körperlichen oder geistigen Einschränkungen, Alter, Geschlechter, sexueller Orientierung oder Identität - auch wenn wir nicht gendern.

NAMASTE

Liebe Freundinnen und Freunde von Back to Life,

In Indien hat 1994 alles ganz klein angefangen, 1997 wurde der Verein offiziell und heute feiern wir deshalb 25 Jahre Back to Life. Meine Vision, Menschen zurück ins Leben zu bringen, wurde Wirklichkeit für viele Tausend.

Meine Wurzeln liegen in der Arbeit mit den Unberührbaren in Indien, sie haben immer einen besonderen Platz in meinem Herzen. Auch heute noch Leprabetroffenen in Nepal zur Seite stehen zu dürfen wie Phul Maya, deren Geschichte ich Ihnen in diesem Heft beschreibe, macht mich glücklich. Da schließt sich ein Kreis für mich.

Voller Freude erfüllt mich, was wir seit 2009 in Nepal erreicht haben. Hier nur ein paar Meilensteine in Zahlen für Sie: 73 Vorschulen hat Back to Life eingerichtet und 37 Schulgebäude in abgelegenen Gebieten gebaut, wo es an schulischer Infrastruktur mangelt. Der Jugend die Chance auf den Abschluss der Mittleren Reife und sogar des Abiturs zu geben, verbessert ihre Zukunftsperspektiven enorm. In unseren 15 Geburtshäusern haben bereits knapp 2.800 Babys gesund das Licht der Welt erblickt. Von den jährlichen Health Camps, insbesondere in der abgelegenen Bergregion Mugu, profitierten bis heute 29.100 Patienten. Zudem konnten wir schon 13 von 20 Bergdörfern durch Wassersysteme mit sauberem Trinkwasser versorgen und damit Leben schenken. Im Laufe des nächsten Jahres werden wir 148 km Wasserleitungen per Hand in den Bergen Nepals verlegt haben und damit rund 8.000 Menschen zu ihrem Recht auf Trinkwasser verhelfen. Auch unsere Projekte für saubere Energie und Ressourcenschutz werden immer wichtiger im Angesicht der Klimakrise und gerne möchte ich diese in Zukunft weiter ausbauen.

Dieses Namaste-Heft ist sehr ausführlich, da ich vor allem mein großartiges Team in Nepal zu Wort kommen lassen möchte, denn ohne sie und ihren Einsatz wären die Erfolge nicht so groß. Auch meinem Team in Deutschland danke ich sehr. Neben den herzlichen Glückwünschen, die uns zum Jubiläum erreichten, enthält das Heft weitere Extras, die wir Ihnen als Jubiläumsgeschenk zukommen lassen möchten wie das Interview von Bärbel Schäfer, die mir tiefgehende Fragen stellt. Außerdem haben wir für Sie Videos hinterlegt, die Sie durch den abgedruckten QR-Code abrufen können und auf der Kinderseite finden Sie auch ein Hörstück für die Kleinen und Großen. Mit der Fotoreportage von meinem Besuch im tibetisch geprägten Dorf Kimri, das gefühlt am Rande der Welt liegt, möchte ich Sie für einen Moment Ihrem Alltag entlocken. Unser nächstes Heft wird wieder im gewohnten Umfang erscheinen.

Viele von Ihnen, liebe Leserinnen und Leser, begleiten meine Projekte von Anfang an, andere sind mit der Zeit hinzugekommen. Sie haben alle etwas beigetragen und gemeinsam haben wir so viel erreicht für Menschen, die diese Hilfe ansonsten nicht erfahren hätten. Ich danke dieser großen, bunten und weitreichenden Back to Life-Familie aus ganzem Herzen.

Mir ist bewusst, wie herausfordernd die Zeiten momentan für jeden von uns sind- mit Corona, Krieg in der Ukraine und der Energiekrise. Deshalb bin ich ganz besonders denen dankbar, die uns weiter unterstützen. Jede Spende kommt an und leistet einen direkten Beitrag. Die Erfolge von Back to Life der letzten Jahre zeigen, dass noch so viel mehr in Nepal, einem der ärmsten Länder der Welt, möglich ist. Ich danke Ihnen zutiefst, dass Sie weiterhin an meiner Seite sind! Besonders ans Herz legen möchte ich Ihnen unsere Back to Life-Stiftung, deren Sinn und Zweck im Heft beschrieben wird.

Ihnen und Ihren Lieben wünsche ich eine gesegnete Adventszeit, ein frohes Weihnachtsfest und einen gesunden, guten Start in das neue Jahr. Gemeinsam können wir tatsächlich die Welt ein bisschen besser machen und nicht nur darüber reden.

Alles Liebe und Gute,

Ihre

Stella Deetjen



Grußwort

Axel Wermelskirchen ist Redakteur der Frankfurter Allgemeinen Zeitung (FAZ) im Ruhestand. Anlässlich des 25-jährigen Jubiläums erinnert sich Axel Wermelskirchen, was ihn mit Back to Life verbindet.

Stella Deetjen ist die Person, die mich in meinem Berufsleben als Redakteur der Frankfurter Allgemeinen Zeitung am meisten beeindruckt hat. Das sei mir hier zu sagen gestattet, in der „Namaste“-Jubiläumsausgabe zu 25 Jahren „Back to Life“. Seit sechs Jahren bin ich im Ruhestand, werde aber von Stella weiter – jetzt vorzugsweise über die sozialen Medien, aber immer einmal wieder auch bei einem Treffen in Bad Homburg – mit Neuigkeiten über ihre weiter aufblühenden Projekte versorgt.

Als ich sie im Jahr 2004 zum ersten Mal sah, wie sie an der Schule meiner Zwillingstochter Spenden sammelte für die Leprakranken im indischen Varanasi (Benares), war mir sofort klar, dass über diese Frau geschrieben werden muss. Ich freue mich bis heute darüber, dass der Artikel damals eine Art Starthilfe für „Back to Life“ war, dass ihre segensreiche Arbeit bekannt wurde und immer mehr Unterstützung, Anerkennung und Auszeichnung erfuhr. Seitdem verfolge ich gebannt, mit welcher unglaublicher Energie Stella ihre Vorhaben für die Vergessenen dieser Welt vorantreibt. Nicht nur an Ort und Stelle, zunächst in Indien und seit dreizehn Jahren in Nepal, sondern auch daheim in Deutschland beim Spendensammeln, immer noch in Schulklassen, aber auch in Talkshows und bei Galas mit den Prominenten der Welt. Unter ihnen der im Juli des vergangenen Jahres gestorbene Bill Ramsey und seine Frau, die ich über Stella in ihrem Hamburger Domizil kennenlernen durfte.



Axel Wermelskirchen schrieb viele Jahre für das Ressort „Deutschland und die Welt“.

Stellas staunenswerte Unbeirrbarkeit, Unverwundlichkeit und Durchsetzungskraft, ihre liebenswürdige Weltgewandtheit und Begeisterungsfähigkeit lassen sie ein Pensum bewältigen, das für mehrere Leben reichte. Mehr über ihre Antriebe wissen wir seit 2016, als ihr mitreißendes Buch über das Leben mit den Bettlern von Varanasi erschien.

Sechs Jahre zuvor, 2010, hatte ich Gelegenheit, die Anfänge ihrer Arbeit in den Bergen des entlegenen Distrikts Mugu in Nepal als Reporter zu beobachten. Die Dienstreise steht mir noch heute farbig in Erinnerung, nicht so sehr wegen der exotisch-abenteuerlichen Umstände, sondern weil ich beobachten konnte, wie Stella das Vertrauen der Dorfbewohner von Loharbada gewann, wie sie Freundschaft mit den Frauen schloss und die Achtung der Männer errang. Gern erinnere ich mich auch an Dikendra Dhakal und Achyut Paudel, die nepalesischen Projektleiter für „Back to Life“, an ihre so freundliche Zuwendung zu den Dorfbewohnern, die im Kastensystem Nepals allesamt „Dalit“ sind, „Unberührbare“. Die energiegelaut und stets strahlende Bäuerin Jor Singh Nepali steht mir noch besonders vor Augen, von Freundinnen „Sushila“ gerufen. Und noch eine andere Bewohnerin Loharbadas ist mir unvergesslich, sie heißt Khushi. Unlängst hat sie mir wieder auf Englisch WhatsApp-Video-Grüße geschickt und von ihren Schulerfolgen berichtet, in Kathmandu neben Stella, ein fröhlich lachender, hübscher Teenager. Als ich sie damals in Loharbada sah, war sie ein struppiges kleines Mädchen, dessen Gesicht, Hals und Brust von Brandnarben schrecklich entstellt waren. Sie war als Kleinkind ins Herdfeuer gefallen und ohne angemessene Behandlung geblieben. Stella hat sie damals nach den Tagen in Loharbada mit nach Kathmandu genommen. In der Spezialklinik musste Khushi viele Eingriffe erdulden, aber jetzt, dreizehn Jahre später, ist alles zum Guten gewendet für sie, auch dies ein Verdienst von „Back to Life“ und Stella Deetjen. Stella ist gerade wieder aus Nepal zurück, ich bin gespannt auf ihre Berichte, wie in all den vergangenen wunderbaren Jahren ihrer Arbeit.

Eindrücke, die Axel Wermelskirchen auf seiner Reise eingefangen hat.



Khushi 2011 in Mugu (mittig rechts), im Krankenhaus in Kathmandu 2011 (unten rechts) und als Teenagerin heute (unten links).

Im Gespräch mit Dikendra Dhakal und Achyut Paudel

Achyut Paudel (Finanz-Direktor Back to Life Nepal) und Dikendra Dhakal (Programm-Direktor Back to Life Nepal) sind seit der ersten Minute an Stellas Seite. Wir schauen zurück auf die letzten Jahre.



Dikendra Dhakal



Achyut Paudel

Wie habt Ihr Stella, die Ihr in Nepal Tara nennt, kennengelernt und was brachte Euch dazu, ihr – als Fremde in Eurem Land – Vertrauen zu schenken?

A: 2008 wurden wir einander vorgestellt. Tara hatte da bereits die Idee, in Mugu zu helfen und so reisten wir gemeinsam dort hin, verschafften uns einen Überblick und schlossen uns zusammen. Kurz darauf starteten wir unsere ersten Projekte.

D: Wir haben viele Gespräche mit Tara geführt und gemerkt, dass wir als Nepali bei Back to Life wirklich eine Stimme haben. Wir haben uns ermächtigt gefühlt und nicht nur als Angestellte am Ende der Befehlskette. Mit Back to Life können wir die Umstände in unserem Land nachhaltig zum Positiven verändern. Tara versteht unsere Kultur durch und durch. Äußerlich ist sie eine Deutsche, ihr Herz und ihre Seele sind Nepali, wenn nicht sogar global.

Habt Ihr damit gerechnet, dass Back to Life in Nepal so erfolgreich wird oder hat Euch die Entwicklung überrascht?

A: Wir haben uns alle nicht getraut, so groß zu träumen. In den letzten Jahren sind wir viel schneller und größer gewachsen, als wir je geglaubt hätten. Tara hat einen starken Willen. Alle Ziele, die sie anstrebt, erreicht sie. Nach dem Erdbeben hat sie viel mehr Spenden gesammelt als erwartet und wir konnten 10 Schulen im Erdbebengebiet bauen. Das war ein sehr wichtiger Meilenstein. Dasselbe wieder-

holte sich in der Corona-Krise als Nepal zeitweise als das am meisten betroffene Land weltweit galt.

Was sind für Euch die Meilensteine von Back to Life?

D: Der Erfolg unseres Geburtshaus-Projektes in Mugu ist ein wichtiger Meilenstein in der Geschichte von Back to Life. Diese innovative Idee in dem abgelegenen Gebiet etablieren und den Menschen einen Ausweg geben zu können, mit Rücksicht auf ihre kulturellen Gegebenheiten.

Wenn Ihr zurückblickt, welches Moment in der Geschichte von Back to Life ist Euch ganz besonders im Gedächtnis geblieben?

A: Für mich ist es unvergesslich, dass wir drei uns getroffen haben und das Schicksal uns zusammengeführt hat, um Menschen in Not zu helfen.

D: Da stimme ich voll und ganz zu!

Wie schätzt die nepalesische Regierung die Arbeit von Back to Life ein? Werden Euch Steine in den Weg gelegt?

D: Unsere Arbeit in den abgelegenen Gebieten, die dort deutliche Spuren zur Verbesserung der Infrastruktur und damit der Lebensbedingungen hinterlässt, wird von offizieller Seite hochgeschätzt. Es ist ungleich schwieriger, im Hochgebirge Projekte durchzuführen, als im Tiefland. Daher wurden wir bereits mehrfach aus-

gezeichnet und unsere Arbeit findet immer wieder lobende Erwähnung in den Ministerien sowie in den lokalen Medien. Steine werden uns nicht in den Weg gelegt, wenngleich der bürokratische Weg vom Projektvorschlag bis zu dessen Erlaubnis zur Implementierung anspruchsvoll ist.

Was sagen Eure Familien zu Eurer Tätigkeit bei Back to Life? Ich frage deswegen, weil Eure Arbeit zeitaufwändiger ist als ein normaler Job und die Reisen nach Mugu risikoreich sind.

D: Meine Familie vermisst mich oft sehr. Besonders während der Festivals – und in Nepal haben wir viele Festivals. Gleichzeitig verstehen und unterstützen sie mich. Auch wenn ich in den Bergen von Mugu unterwegs bin und nicht mit ihnen telefonieren kann oder wenn ich mal wieder bis spätnachts arbeite.

A: Bei mir ist es dasselbe. Meine Familie unterstützt und vermisst mich. Sie sind aber auch gleichzeitig stolz, da ich mit meiner Arbeit viele Leben rette. Unsere Frauen halten uns den Rücken frei und unsere Kinder erhalten eine ganz neue Perspektive auf das Leben und seine Möglichkeiten!

Eure Arbeit ist sehr erfolgreich. Jedoch gibt es auch eine Kehrseite. Was hält Euch im Gleichgewicht, wenn Ihr auf tragische Schicksale trifft?

A: Wir wissen, dass wir immer über 100



2022 in Mugu

„Wir haben uns nicht getraut, so groß zu träumen.“



Dikendra Dhakal, Stella Deetjen und Achyut Paudel in 2017 in Nuwakot



2012 in Mugu

Prozent und unser Bestes geben. Wenn etwas Schlimmes passiert, nehmen wir das an. Es gibt Dinge im Leben, die sind so und die akzeptieren wir – ohne Widerstand.

Habt Ihr jemals darüber nachgedacht aufzuhören?

A: *Nein, niemals. Ich liebe es sehr, für Back to Life zu arbeiten. Wir bauen Schulen, Geburtshäuser und Wassersysteme, retten Leben und das gibt uns ein gutes Gefühl, das uns nachts zufrieden durchschlafen lässt.*

Was ist die größte Stärke von Back to Life? Inwiefern unterscheidet sich Back to Life von anderen Organisationen?

A: *Wir beide haben bereits für andere Organisationen gearbeitet und spüren dadurch den Unterschied umso deutlicher. Back to Life führt keine Schreibtischprojekte durch, die im Westen konzipiert und dann Nepal übergestülpt werden, sondern unsere Projekte wachsen aus den Bedürfnissen und den Möglichkeiten unseres Landes und unserer Kultur heraus. Um es modern auszudrücken: wir sind organisch gewachsen und ein Projekt greift ins andere, zusammen ergeben sie das große Ganze, was Back to Life heute ausmacht.*

D: *Unsere Programme sind eine wundervolle Kombination aus Herz und Ver-*



2022 in Mugu

stand. Wir sind sehr flexibel und helfen den Bedürftigen dadurch, dass wir Grenzen überschreiten, vor denen andere zuvor zurückgeschreckt sind. Es sind unser Herz und unsere Leidenschaft, die uns besonders machen.

Was würdet Ihr arbeiten, wenn Ihr nicht bei Back to Life wärt? Was wäre Eure andere Leidenschaft?

D: *Das ist aber jetzt nur eine rhetorische Frage. Ich bleibe auf jeden Fall bei Back*

to Life. Ansonsten wäre ich an einem friedlichen Ort, würde lesen und Bücher schreiben.

A: *Ich kann mir mein Leben ohne Back to Life nicht vorstellen. Das ist mein letzter Job! Wir drei wachen jeden Morgen mit Back to Life auf und gehen mit dem Gedanken an Back to Life schlafen. Wir sind Back to Life und wir leben Back to Life!*

Vielen Dank, Achyut und Dikendra, für das offene Gespräch!

„Ich kann mir mein Leben ohne Back to Life nicht vorstellen.“



Reise mit Schutzengel

Wie immer reisten wir mit Tara Air in die weit abgelegene Bergregion Mugu. Dafür werden sogenannte STOL-Airplanes eingesetzt: short take off and landing wie die zweimotorige Twin Otter. Tara Air ist ein kleiner Ableger der Inlandsfluglinie Yeti Airlines, die Kathmandu täglich auf den Hauptstrecken mit dem Terai, dem Tiefland, verbindet. Die ausgemusterten Twin Otters der Yeti Airlines gehen an Tara Air, die wiederum Cargo- und Charterflüge in die abgelegenen Gebiete im Osten und Westen Nepals damit leistet. Einen regelmäßigen Flugplan nach Mugu gibt es nicht. Wird eine Maschine voll gebucht, dann fliegt sie.

DIE ANGST FLIEGT IMMER MIT | Für mich sind diese 45-minütigen Flüge vom Tiefland in die Berge stets angsteinflößend: zum Teil über 40 Jahre alte Flugzeuge, gewartet in einem der ärmsten Länder, in den Berg geschlagene Landebahnen mit Schotterpisten oder eine kurze Betonpiste auf einer Bergkuppe, Fliegen auf Sicht in den höchsten Bergen der Welt. Den Bergen kommt man so nah, als könne man sie berühren. Gesteuert wird in einem analogen Cockpit.

Manchmal werden noch schnell vor dem Start Sitze ausgebaut, um Cargo hinzuzufügen. Alles in allem überhaupt nicht vertrauenerweckend. Auch wenn die Maschinen außen frisch lackiert sind.

Der größte Risikofaktor ist das Wetter. Nur wenn das mitspielt, hat man eine einigermaßen „sichere“ Reise. Wie schon oft zuvor, benötigten wir auch dieses Mal zwei Anläufe, um in die Bergregion zu gelangen. Das erste Mal konnten wir aufgrund von Winden nicht landen, 22 Knoten wurden gemessen. Also drehte der zweimotorige Turboprop Flieger ab und brachte uns zurück ins Tiefland. Erst am nächsten Tag sollte die Landung in Bajura klappen. Von dort machten wir uns auf den Weg in unsere Projekte.

TOTALVERLUST UNSERER MASCHINE | Zwei Tage später erreicht unser Team in Mugu die erschütternde Nachricht, dass Tara Air 9N-AET vom Radar verschwunden und höchstwahrscheinlich abgestürzt sei. Sofort spulen wir unsere Fotos zurück und stellen fest: das war die Maschine, in der wir saßen, nur knapp 48 Stunden vorher.

KURZCHRONIK DER GESCHEHNISSE: Trotz der schlechten Telefonverbindung in den Bergen erhalten meine Kollegen über die nächsten Stunden immer mehr Informationen:

Die Tara Air 9N-AET war 43 Jahre alt, doch daran lag es nicht. Die DC-6-300 Twin Otter sei nicht abgestürzt, sondern bei schlechtem Wetter und wenig Sicht auf dem Weg von Pokhara nach Jomsom entlang der Kali Gandaki Schlucht, die als die tiefste Schlucht der Welt gilt, in einen wolkenverhangenen Berg geflogen. Die Maschine sei in dem bergigen und wenig besiedelten Terrain noch nicht gefunden, doch für die Insassen, 3 Besatzungsmitglieder und 19 Passagiere gäbe es kaum Hoffnung. Die dort lebende Bevölkerung wurde aufgerufen, nach dem Wrack zu suchen.

5 Flugzeugabstürze mit 74 Toten auf der Strecke Pokhara-Jomsom seit 1997

2016 gab es bereits eine Tragödie an derselben Bergkette mit 23 Toten. Es

herrschten dieselben schlechten Wetterverhältnisse. Die Flugstrecke ist mit 15-20 Minuten zwar kurz, gilt aber als eine der gefährlichsten in Nepal.

Weiter erfahren wir, dass der Pilot, Capt. Prabhakar Ghimire, als Chefpilot und Ausbilder der Tara Air schon 30 Jahre Berufserfahrung mit der Twin Otter habe. Man sagt über ihn, dass er die Flugrouten in den Bergen wie seine Westentasche kenne.

Durch die Handysignale des Piloten kann das Wrack am Nachmittag geortet, aber nicht erreicht werden. Es liegt auf über 4.000 m am Fuß des Berges Manapathi Himal, manche Medien geben 4.420 m an. Wegen starken Nebels müssen die Hubschrauber am Boden bleiben und die Bergungsmannschaften erst einmal bis zur Unglücksstelle aufsteigen.

Am Tag darauf werden das Wrack und die Blackbox gefunden. Tara Air 9N-AET ist am Berg zerschellt. Es gibt keine Überlebenden. Die Leichen werden geborgen und identifiziert. 22 Menschenleben sind zu beklagen. Auch zwei Deutsche sind

darunter. Selbstverständlich wird der Unfall vom Ministerium für Zivilluftfahrt offiziell untersucht, so wie es bei jedem Flugzeugunglück der Fall ist. Doch wird sich etwas ändern?

Dringend braucht das Cockpit real time en route weather information, Wetterüberwachungskameras entlang der Flugrouten, die dem Cockpit Daten in Echtzeit liefern. So wie es in abgelegenen Landstrichen auf anderen Kontinenten längst praktiziert wird.

UM ZU HELFEN BRAUCHT ES MUT | Das Flugzeugunglück war ein Schock für uns alle. Unser Team fliegt mehrfach im Jahr zwischen Mugu und dem Tiefland hin und her. Das Risiko ist uns bewusst und wird uns jetzt sehr deutlich vor Augen geführt. Jeder von uns dankt seinen Schutzensgeln.

Für den folgenden Tag ist die Ankunft des Ärzteteams für unsere Health Camps geplant, mit Tara Air natürlich. Als ‚head of operation‘ nimmt unser Direktor, Achyut Paudel, Kontakt zu den Ärzten und ihren Teams in Kathmandu auf.

Jeder wägt für sich selbst ab und alle erklären sich bereit, den nächsten Flug nach Mugu zu nehmen. Sie wissen, dass ohne sie kein Health Camp stattfinden kann, auf das die Menschen in den Bergen große Hoffnung legen. Es hat Wochen gedauert, bis unser Team die medizinischen Instrumente und Geräte sowie die Medikamente an die verschiedenen Einsatzorte in den Bergen gebracht hat.

Doch es sollte anders kommen. Wegen technischer Probleme wird der Tara Air Flug nach Bajura im letzten Moment gestrichen und so sitzen sie letztendlich in einer Tara Air Maschine nach Rara. Von dort aus ist es wesentlich weiter bis zu den Health Camps. Die Ärzte und die Krankenschwestern müssen einen 6-stündigen Gewaltmarsch durch die Berge hinlegen, bis sie endlich an eine der wenigen Straßen gelangen. Von dort aus holen wir sie ab und fahren sie zu ihrem Einsatzort.

Zwischenfälle und Abstürze der Tara Air:

- 26.05.2010 Auf dem Flug von Birendranagar (Surket) nach Rara (Mugu) öffnete sich während des Fluges mit einer DHC-6 Twin Otter die Kabinentür. Notlandung, alle 21 Insassen unverletzt.
- 15.12.2010 Totalverlust: Eine Twin Otter DHC-6-300 zerschellt am Berg 5 Minuten nach dem Start in Lamidana mit dem Ziel Kathmandu. Alle 22 Insassen starben.
- 23.06.2011 Bruchlandung einer Tara Air Dornier 228 in Simikot. Keine Opfer dieses Cargofluges von Nepalgunj kommend zu beklagen.
- 21.09.2012 Beim Start des geplanten Fluges von Dolpa nach Nepalgunj wurde eine DHC-6 Twin Otter schwer beschädigt. Es gab keine Opfer.
- 24.02.2016 Totalverlust: Tara Air 9N-ABB auf dem Flug von Pokhara nach Jomsom ist aufgrund fehlender Sicht in einen Berg geflogen. Alle 23 Insassen der DHC-6-400Twin Otter kamen ums Leben.
- 22.04.2019 Die Wetterbedingungen machten die Landung einer Tara Air Dornier 228 in Lukla unmöglich. Nach Ramechhap umgeleitet, schoss sie dort bei der Landung über die Landebahn hinaus. Alle Insassen konnten evakuiert werden und kamen mit dem Leben davon.
- 01.12.2021 Bei der Landung in Bajura platzte einer Tara Air Dornier 228 ein Reifen. Es wurde niemand verletzt, doch weil es kein Bergungsgerät gab, mussten die Passagiere das Flugzeug von der Landebahn schieben.
- 29.05.2022 Totalverlust: Tara Air 9N-AET zerschellt aufgrund schlechter Wetterverhältnisse auf dem Flug von Pokhara nach Jomsom an einem Berg. Alle 22 Insassen der DC-6-300 Twin Otter starben.





Aktuelle Gesundheits- situation in Mugu

In der Bergregion Mugus sind die Lebensbedingungen der Bevölkerung von Armut geprägt. Aufgrund des extremen Höhenklimas und der Knappheit an Ackerland können viele Familien nicht ausreichend Nahrungsmittel auf ihren kleinen Feldern erwirtschaften, sodass die Männer gezwungen sind, in den benachbarten Staaten als unqualifizierte Lohnarbeiter zu arbeiten. Armut, Analphabetismus und fehlendes Gesundheitswissen sind ein Teufelskreis, der die gesundheitliche Situation weiter verschlechtert. Wenn die Menschen in Mugu erkranken, wissen sie es oft nicht einmal. Gallensteine, Leistenbrüche und Tumore bleiben unerkannt, obwohl sie dringend chirurgisch behandelt werden müssten.

Die meisten Bergdörfer von Mugu (Provinz Karnali, Westnepal) haben noch keinen Anschluss an das Straßennetz und kaum Zugang zu einer modernen Infrastruktur. Bis zu drei Tage Fußmarsch ist das einzige Krankenhaus des Distrikts in Gamgadhi entfernt. Bei Unfällen oder in Notsituationen können die Menschen nicht, wie wir hier in Deutschland, einen Krankenwagen rufen. Wo es keine Straßen gibt, fahren auch keine Ambulanzen. Doch den Flug nach Kathmandu zu den großen, spezialisierten Krankenhäusern können sich die Menschen nicht leisten. Die Fahrt mit einem Jeep ist wegen der wenigen Straßen und der schlechten Straßenverhältnisse ebenfalls keine Alternative - und falls überhaupt möglich, teuer. Im Winter blockiert Schnee die unbefestigten Bergstraßen und in der Regenzeit - von Mitte Juni bis September - machen Erdbeben sowie die Wassermassen der über die Ufer tretenden Flüsse eine Fahrt lebensgefährlich bis unmöglich.

Warum die Menschen in den Bergen auf unsere Hilfe angewiesen sind.

Sowohl ansteckende als auch nicht-übertragbare Krankheiten sind auf Grund der mangelnden ärztlichen Versorgung in den Bergen weit verbreitet. Die Menschen sterben immer noch an leicht zu behandelnden Krankheiten wie dem Durchfall. Zudem wissen sie wenig bis nichts über Gesundheitsthemen wie Hygiene, Ernährung, Verhütung, Vermeidung von Krankheiten und deren Übertragung.

Frauen leiden unter gynäkologischen Problemen, die unter anderem auf zu frühe und zu häufige Schwangerschaften, unzulängliche Versorgung während der Schwangerschaft und der Geburt, zurückzuführen sind.

Auch wenn die Regierung Nepals in den letzten Jahren viel dazu beigetragen hat, dass sich das Gesundheitssystem verbessert, so gibt es in Mugu, einem Distrikt mit mehr als 65.000 Menschen, lediglich in 24 Dörfern „Health Posts“. Diese sind schlecht ausgestattet und bieten oft weder einfachste Medizin noch geschultes Personal. Selbst im einzigen Krankenhaus des Distrikts Mugu, dem Krankenhaus in Gamgadhi, gibt es die meiste Zeit des Jahres keinen Facharzt. Hinzu kommt, dass zwar die medizinische Behandlung kostenlos ist, nicht aber die Medikamente oder die Mahlzeiten bei einem stationären Aufenthalt. Es muss stets ein Angehöriger dabei sein, der den Patienten pflegt und versorgt, da die Krankenschwestern nur für die medizinische, aber nicht die körperliche Pflege zuständig sind.

Der Mangel an medizinischer Versorgung bezieht sich nicht nur auf Gesundheitseinrichtungen, sondern auch auf verfügbare Ärzte und kostenlose Medikamente. Krankenversicherungen, die finanzielle Sicherheit geben, können sich nur wenige Menschen leisten.





HEALTH CAMP FÜR 4.000 MENSCHEN



Back to Life verbessert mit fünf medizinischen Camps die Gesundheitssituation in der Bergregion Mugu.

Sarita Sanjayal ist glücklich. Sie hört von Tag zu Tag besser. Die Zwanzigjährige litt seit vielen Jahren unter Ohrenbeschwerden. Ihre Familie ist arm und hat für einen Arztbesuch kein Geld – genauso wenig, wie für die dazu notwendige Reise in eine der Großstädte Nepalgunj oder Kathmandu.

HEALTH CAMPS FÜR EINE GESUNDE BEVÖLKERUNG MUGUS | Heute ist Sarita auf dem Weg der Besserung, weil Back to Life jährlich Health Camps ausrichtet. 2011 organisierte Back to Life das erste Health Camp in der Region.

Das Ziel ist, den Gesundheitszustand der Menschen in der abgelegenen Bergregion von Mugu durch Aufklärung und medizinische Versorgung nachhaltig zu verbessern. In den Camps werden die Patienten kostenlos untersucht, sie erhalten Medikamente auf Rezept direkt vor Ort und im Falle eines medizinischen Notfalls wird der Transport zu einem Krankenhaus im Tiefland arrangiert. Neben ansteckenden Krankheiten werden auch nicht-übertragbare Krankheiten behandelt. Leber-, Nierenerkrankungen, Diabetes, Bluthochdruck und kardiologische Erkrankungen werden so frühzeitig

SEIT 2011 ERREICHT BACK TO LIFE MIT DEN HEALTH CAMPS:

- Behandelte Patienten: 29.100
- Kinder in Schul-Health Camps: 11.437
- Teilnehmerzahl Gesundheitsschulungen: 11.473
- Corona-Aufklärung: 42.474



DAS HEALTH CAMP IN ZAHLEN:

- Zweiwöchiges Health Camp im Mai/Juni 2022
- Anzahl der Orte 5
- Teilnehmende Ärzte (inkl. Assistenz) 23
- Patienten 4.053

Behandelte Patienten nach med. Fachrichtung:

- HNO 669
- Gynäkologie 754
- Pädiatrie 531
- Innere Medizin 807
- Kardiologie 1.238

- Ambulante HNO-Ohrenoperationen 54
- Weiterbehandlungen im Tiefland 96

diagnostiziert und medikamentös therapiert.

HEALTH CAMP 2022: EIN CAMP MIT GROSSEN NEUERUNGEN | Das diesjährige Health Camp fand an fünf verschiedenen Standorten im Mai und Juni statt und hatte je nach Standort die Schwerpunkte Hals-Nasen-Ohren inkl. ambulanter Ohrenoperationen, Allgemeinmedizin, Gynäkologie, Pädiatrie oder Kardiologie. Nepalesische Ärzte, unterstützt von Hebammen der Back to Life Geburtshäuser und lokalen Gesundheitshelfern, die zu diesem Anlass freigestellt wurden, behandelten alle Patienten und Patientinnen, die zum Teil einen tagelangen Fußmarsch auf sich nahmen, um einen Arzt zu sehen.

Die schwer zugängliche Bergregion war, wie bereits bei vorhergehenden Health Camps, die größte Herausforderung: Träger und Lastentiere mussten alle medizinischen Instrumente, Medikamente und Materialien unter großer Anstrengung zu den Zielorten tragen. Regionale Health Posts, Schulen, aber auch das Krankenhaus der Bezirkshauptstadt Gamgadhi stellten ihre Räumlichkeiten zur Verfügung. Im Gegenzug wurde das medizinische Personal zu wichtigen Gesund-

heitsthemen von uns geschult, um einen nachhaltigen Knowhow-Transfer sicherzustellen.

Da HNO-Erkrankungen in den Bergen verbreitet sind, veranstaltete Back to Life in diesem Jahr zum ersten Mal ein Camp für Ohrenoperationen in Ratapani und Gamgadhi. Sarita war eine von 54 Patienten und Patientinnen, die erfolgreich operiert wurden. Sie erzählt, wie aufgeregt sie anfangs war und die Ärzte sie beruhigen mussten. Nach der Operation war sie erleichtert und glücklich. Sie hört bereits viel besser. Dankbar sagt sie: „Ohne Back to Life wäre das nicht möglich gewesen!“

Ein weiteres Camp für allgemeine Gesundheit konzentrierte sich auf die Schwerpunkte Gynäkologie, Pädiatrie und Innere Medizin. Eine Patientin des Camps war die 4 Jahre alte Sudip. Das Kind würde heute ohne die akute Versorgung im Camp nicht mehr leben. Sie wäre an den schweren Verbrennungen gestorben, die sie zwölf Tage zuvor erlitten hatte. Sudip spielte in der Nähe der Kochstelle und fiel dabei in eine Pfanne mit heißem Öl. Ihr Zustand verschlechterte sich von Tag zu Tag, sodass die verzweifelte Mutter das kleine Kind in

das gerade stattfindende Camp brachte. Dort diagnostizierten die Ärzte schwere Verbrennungen, die 18 % der Hautoberfläche betrafen. Back to Life brachte das Kind umgehend zur Behandlung in ein auf Verbrennungen spezialisiertes Krankenhaus nach Kathmandu. Heute erholt sich Sudip von ihren Verletzungen und es geht ihr jeden Tag besser.

Zum ersten Mal gab es zudem ein Herz-Camp, das aufgrund einer Kooperation mit dem Sahid Gangalal National Heart Centre (SGNHC) aus Kathmandu durchgeführt werden konnte. Das zwölköpfige, hoch qualifizierte Ärzteteam untersuchte und behandelte im Distrikt Krankenhaus von Gamgadhi über 1.200 Patienten an vier Tagen kostenfrei. Die Kooperation und Beteiligung der renommierten Mediziner aus Kathmandu, die eigens den mühsamen Weg in die Berge auf sich nahmen, kam einem Ritterschlag gleich.

WIE NACHHALTIG SIND DIE CAMPS UND WIE SIEHT DIE ZUKUNFT MUGUS AUS? | Die Camps sind eine sehr erfolgreiche und lebensrettende Maßnahme. Back to Life sieht die Health Camps allerdings nicht als dauerhafte Hilfe, sondern eher als Zwischenlösung, bis die Regierung Nepals die Infrastruktur und das medizinische Personal in den abgelegenen Bergregionen so weit aufgebaut hat, dass sie selbst die medizinische Versorgung der Bevölkerung übernehmen kann. Da diese Entwicklung noch einige Jahre in Anspruch nehmen wird, stellen die jährlichen Camps bis dahin sicher, dass Sarita, Sudip und andere Patienten der Region wenigstens einmal jährlich Zugang zu medizinischer Versorgung sowie Informationen zu Themen der Krankheitsvorsorge, -übertragung, Hygiene, Verhütung und Ernährung erhalten.



www.back-to-life.org/back-to-life-verbessert-mit-health-camps-die-gesundheitssituation-in-der-bergregion-mugu/





„Wir verhindern,
dass sie ihr Gehör
verlieren!“

Im Gespräch mit dem HNO-Spezialisten Dr. Arun KC

Ohrenoperationen in den Bergen: Diese neue, schwierige Herausforderung haben Back to Life und ein Team einheimischer Ärzte beim Health Camp 2022 erfolgreich gemeistert. 54 Patienten mit ernstesten Ohrenkrankheiten konnten wir ambulant operieren. Bis es soweit war, mussten viele Vorbereitungen getroffen werden. OP-Ausrüstung und Mikroskope wurden angeschafft und in die abgelegene Bergregion Mugu gebracht, genauso wie die Medikamente.

Dr. Arun KC, Leiter der Abteilung für HNO-, Kopf- und Hals-Chirurgie am Bir Hospital in Kathmandu, dem größten und angesehensten staatlichen Krankenhaus Nepals, stand dem Team aus Assistenten und Krankenpflegern vor. Auch vier unserer Hebammen halfen mit. Der HNO-Spezialist gehört seit mehreren Jahren zu dem Pool an nepalesischen Ärzten, die Back to Life tatkräftig unterstützen. Wir haben mit ihm über seine Erfahrungen mit dem Health Camp 2022 und über die Ursachen der häufigen Ohrinfektionen in der Region gesprochen.

Wie haben Sie das Health Camp in Mugu erlebt?

Dr. Arun KC: Dieses Camp in den Bergen war für mich ein sehr einschneidendes Erlebnis. Einen Tag vor unserer Anreise ist die Tara Air Maschine abgestürzt. Das hat uns alle emotional sehr aufgewühlt. Meine Frau wollte mich eigentlich begleiten. Sie hatte dann aufgrund der Nachrichten aber so große Angst, dass sie sich nicht traute, in eins der kleinen Flugzeuge zu steigen. Ich habe mich ebenfalls unwohl gefühlt, einen Tag nach dem Absturz zu fliegen. Dann habe ich mir jedoch selbst Mut zugesprochen. Ich habe Back to Life

meine Teilnahme an dem Health Camp zugesagt und war mir der Konsequenzen bewusst, die eine kurzfristige Absage für die Menschen in Mugu haben würde. Also bin ich wie geplant geflogen, eine Absage kam nicht in Frage.

Das war sehr mutig von Ihnen!

Wir sollten eigentlich nach Bajura/Kolti fliegen und von dort mit dem Jeep nach Ratapani gebracht werden. Aufgrund des Absturzes gab es kein Flugzeug. Also sind wir in die Maschine nach Rara gestiegen. Das liegt auch in Mugu, doch wesentlich weiter weg. Nach der Landung mussten wir einen sechsstündigen Fußmarsch durch die Berge absolvieren, bis wir endlich die Straße erreichten, dort wurden wir abgeholt und mit dem Jeep nach Ratapani zum Health Camp gebracht.

Wie haben Sie die Patienten ausgewählt?

Das waren alles Fälle, die von uns im letzten Health Camp entdeckt wurden. Da es so viele waren, die eine Operation dringend benötigten, entschieden Back to Life und ich, dass wir uns an die Herausforderung wagen, erstmals im Hochgebirge ambulant zu operieren, statt die Patienten nach Kathmandu zu bringen. Denn selbst wenn Back to Life die Reisekosten deckt, können sich viele Einheimische nicht für ein paar Tage frei machen, da sie ihr tägliches Brot verdienen müssen.

Sind Sie zufrieden mit dem Ergebnis der Operationen?

Die Operationen sind alle sehr gut verlaufen, obwohl die Umstände außergewöhnlich waren. Es ist etwas ganz anderes, in einem Krankenhaus mit der entsprechen-

den Ausstattung oder in einer abgelegenen Bergregion zu operieren. So mussten wir beispielsweise einen Raum zu einem Operationssaal umfunktionieren und sicherstellen, dass die Gegebenheiten den Vorgaben eines sterilen OP-Umfeldes entsprachen. Auch die mangelnde Stromversorgung war eine Herausforderung. Der eigens angeschaffte Generator funktionierte erst nicht wie geplant, doch das konnten wir beheben. Umso mehr freue ich mich, dass es uns gelungen ist, den Menschen wirkungsvoll zu helfen.

Warum gibt es so viele Ohrinfektionen in der Region?

Zunächst einmal fehlt die Gesundheits-erziehung, deshalb wissen die Einheimischen nicht, dass Ohrinfektionen ein ernstes Problem darstellen, besonders wenn sie unbehandelt verschleppt werden. Zweitens gibt es hier sehr viele große Familien. Wer eine Grippe bekommt, steckt die anderen durch Husten und Niesen an. Eine starke Grippe ist eine der Hauptursachen für Ohrinfektionen, um die sich dann niemand weiter kümmert. Drittens wird in Mugu oft in Flüssen gebadet. Gesunden Ohren macht das nichts aus. Wer jedoch einmal an einer Ohrinfektion erkrankt war und deshalb ein Loch im Trommelfell hat, kann sich beim Baden neu infizieren, was zu Trommelfellriss, Schwerhörigkeit und weiteren Problemen führen kann. Auch das alles wissen die Menschen nicht und können sich deshalb nicht davor schützen. Aus dem Grund ist die Aufklärung, die wir bei jedem Patienten leisten, genauso wichtig wie die Behandlung selbst. Und nicht zuletzt kann starkes Niesen und heftiges Nase putzen Ohrprobleme verursachen. Ich habe kaum Leute gesehen, die sich die Nase vorsichtig putzen.





Gelten diese Ursachen nur für die Region?

Ich habe jetzt zwar vor allem über Mugu gesprochen, aber das ist in ganz Nepal ein Problem. Alle diese Faktoren können bei kleinen Kindern und bei Erwachsenen zu Mittelohrentzündungen führen.

Muss bei solchen Ohrinfektionen immer operiert werden oder lassen sie sich auch mit Medikamenten behandeln?

Das kommt darauf an. Wenn es sich nur um eine Infektion mit Ohrenschmerzen handelt, helfen Medikamente. Bei häufigen Infektionen, einem Loch im Trommelfell, Abbau der Gehörknöchelchen und Schwerhörigkeit, muss operiert werden.

Dr. Arun KC, wir danken Ihnen für das Gespräch.

Dem 23-köpfigen Ärzte- und Assistententeam steht ein harter Einsatz unter einfachen Bedingungen bevor. Nicht nur die langen Fußmärsche in den Bergen, sondern auch die äußerst rustikale Unterbringung und einfache Kost sind eine große Herausforderung für das Team aus Kathmandu.



Tatkräftig unterstützt werden sie von unserem Gesundheitsbeauftragten, Pahal Man Rokaya und seinem Team sowie unseren freigestellten Hebammen.



Von der Voruntersuchung bis hin zur Medikamentenausgabe - für ein erfolgreiches Health Camp braucht es viele Hände und eine gute Zusammenarbeit sowie Logistik.

36 Jahre eine Last am Hals

Devi Kanya Tiwari muss sich nicht mehr mit ihrem Schicksal abfinden.

VIELE UNWÄGBARKEITEN UND EIN TODESFALL | Dass die gesundheitliche Versorgung der Menschen in Nepal nicht gut ist und in abgelegenen Gegenden wie der Bergregion Mugu noch schlechter, ist kein Geheimnis. Daher wollten wir Devi Kanya Tiwari auch direkt nach der Diagnose nach Kathmandu bringen, um sie dort operieren zu lassen. Die 56-jährige Frau trägt diesen Kropf seit mehr als 36 Jahren – weil es eben keine Krankenhäuser gibt und der Weg zu einem weit und damit für arme Menschen auch finanziell unüberwindbar ist. Auch die OP wäre für sie selbst nicht bezahlbar. Bevor wir aber tätig werden konnten, kam – wie in den letzten beiden Jahren dauernd – ein neuer Corona-Lockdown. Die Reise war damit unmöglich. Als wir sie im Juni 2021 dann transportieren wollten, war gerade ihr Mann verstorben. Durch die Nichtversorgung im Dorf Ratapani hatten „unbekannte Magenprobleme“ ihn das Leben gekostet. Inmitten der Trauerfeierlichkeiten war eine Reise abermals unmöglich.



Als Devi Kanya Tiwari im letzten Jahr unser Gesundheitscamp 2021 besuchte, fiel sie sofort durch ihren großen Geschwulst am Hals auf. „Alles halb so wild“, war die Diagnose unseres HNO-Arztes, Dr. Arun KC: nur ein Kropf, der sich mit einer OP leicht entfernen lassen würde – allerdings nicht in unserem Gesundheitscamp.

EINE OP WIRD ZUR HERZENSSACHE | Sechs Monate später sollte es endlich so weit sein: Devi Kanya Tiwari wurde von ihrem Sohn in das Nachbargebiet nach Jumla in das medizinische Lehrkrankenhaus gebracht. Bei der Untersuchung stellte sich allerdings heraus, dass eine Herzschwäche die geplante OP wieder unmöglich machte. Nach ihrer Überweisung in das Krankenhaus im Tiefland an der Grenze zu Indien, nach Nepalgunj, wurde die Diagnose bestätigt und sie mit Herztabletten nach Hause geschickt. Das Herz musste erst gestärkt werden. Als sie zwei Monate später zurückkehrte, war dem behandelnden Arzt in Nepalgunj das Risiko einer OP nach wie vor zu hoch – Devi Kanya Tiwari wurde ins Higher Center nach Kathmandu überwiesen.

ANFANG TRIFFT ENDE | Als unsere Patientin im März dieses Jahres völlig erschöpft und vor allem besorgt in Kathmandu eintraf, hatten wir von Back to Life längst Kontakt mit dem HNO-Arzt aufgenommen, der seinerzeit die Diagnose gestellt hatte. Dr. Arun KC nahm die Irrwege und Verzweiflung sofort ernst und stellte in seinem übervollen Kalender einen OP-Termin ein und führte kurz später den chirurgischen Eingriff selbst durch. Ein voller Erfolg. Endlich.

WIE NEU GEBOREN | „Ich fühlte mich, als ob ich mein junges Alter zurückerhalten hätte, nachdem ich diese Last 36 Jahre lang mit mir herumgetragen habe. Als ich „Tara Bahini“ (Tara-Stella) von Back to Life kennenlernte, brachten mich ihre Liebe, Vertrautheit und Fürsorge vor Glück zum Weinen. Für uns in Mugu ist Back to Life wie ein Segen des Himmels. Ich bin unendlich dankbar – selbstverständlich auch Dr. Arun KC. Ihnen allen habe ich zu verdanken, dass ich mich nun frei bewegen kann und meinen Hals stolz zeige.“

Stella hat das persönliche Treffen mit Devi Kanya sehr berührt: „Diese Begegnung wird mir immer im Gedächtnis bleiben. Als junge Frau, mit Anfang zwanzig, begann ihr Leid, das 36 Jahre lang nicht gelöst werden konnte. Es macht mich so froh, hier



helfen zu können. Ihre grenzenlose Erleichterung zu spüren. Als wir uns in den Bergen von Mugu trafen, 2 Monate nach der erfolgreichen Operation, umarmte mich Devi Kanya minutenlang und ließ ihren Tränen freien Lauf. Danach saßen wir noch lange beim Tee zusammen und sie berichtete mir in allen Einzelheiten, wie sie ihre Ängste und ihr Leid mit der einhergehenden Ächtung überwunden hat. Ein neues Leben beginnt für sie, wenn auch spät, jedoch besser als nie.“

„Ich fühle mich, als ob ich mein junges Alter zurückerhalten hätte, nachdem ich diese Last 36 Jahre lang mit mir herumtrug.“



Wieder auf die Beine kommen

Prothesen, Laden, Leben. In einem Jahr ändert Bali Rokaya einfach alles.

Früher war das Leben von Bali Rokaya so normal, wie ein Leben in den Bergen Mugu für die meisten ist: Er gründete eine Familie, lebte mit seiner Frau, seinen Eltern und seinen vier Kindern in einem kleinen Haus. Er bemühte sich jeden Tag aufs Neue, alle sattzubekommen. Eine schwere Aufgabe mit einem selbst bewirtschafteten Feld, das eigentlich nie genug abwirft. Aber man war bescheiden und im Großen und Ganzen zufrieden.

Als Bali dreißig Jahre alt wurde, änderte sich mit einem Schlag alles. Aufgrund von Wundbrand musste ihm ein Unterschenkel amputiert werden. Leider gibt es keine medizinische Dokumentation aus dieser Zeit und keiner kann mehr genau sagen, was die Gangrän ausgelöst hatte. Nichts war mehr normal im Leben von Bali. In dem Berggebiet ohne ausgebaute Straßen oder Wege ist das Dasein für ihn sehr schwierig und eingeschränkt geworden.

Und dann, nur drei Jahre später, verlor er auch noch einen Teil seines anderen Beins. Damit veränderte sich das Leben des jungen Mannes und seiner Familie grundlegend.

Bali, einst der Brotverdiener der Familie, konnte nicht mehr seiner Arbeit nachgehen. Wie sollten seine alten Eltern, seine Frau, seine drei Töchter und sein Sohn nun überleben?

„Ich war am Boden zerstört“, erinnert sich Bali an die schwierige Zeit. Jegliche Hoffnung sei ihm durch die Amputation des zweiten Beins genommen worden. Der heute 36-Jährige war plötzlich hilflos. „Ich war wirklich niedergeschlagen, weil ich nichts tun konnte, um meine Familie zu unterstützen“, sagt er. Die Lage der Familie spitzte sich dramatisch zu. Seine Frau konnte nur mit Hilfe der Nachbarn das Feld bestellen, das nun sehr viel weniger

Nahrung abwarf. Alle waren überfordert.

ENDLICH KANN DIE FAMILIE NACH VORNE SCHAUEN | Als unser Programmdirektor Dikendra Dhakal im Dezember 2021 im Rahmen unseres Trinkwasserprojektes im Dorf Saina ist, erfährt er von der schwierigen Lebenssituation Balis und seiner Familie. Back to Life überlegt nicht lange und beschließt, ihm zu helfen.

Hilfe zur Selbsthilfe, die nicht nur der ganzen Familie zugutekommt, sondern Bali auch seine Würde zurückgibt.

Gemeinsame Gespräche ergeben, dass Bali gerne ein Lebensmittelgeschäft im Dorf eröffnen würde, denn der nächste Markt ist weit entfernt. Bali geht mit unserem Team sein Geschäftsmodell durch und beschreibt, wie er Gewinn erwirtschaften möchte. Nachdem Bali ein Buchhaltungs-



training absolviert hat, die Grundlage für einen dauerhaft profitablen Betrieb, ermöglichen wir ihm über unsere Einkommensförderung einmalig eine finanzielle Unterstützung von 100.000 Nepali Rupien, umgerechnet etwa 750 Euro. Davon kauft er die notwendige Ausstattung für sein Geschäft. Stolz richtet er seinen Laden ein, die Regale füllen sich.

EIN RICHTIGES FAMILIENUNTERNEHMEN | Es ist ein großes Moment, als Bali Anfang Februar zum ersten Mal seine Ladentür öffnet. Der Laden gibt ihm eine Perspektive, Verantwortung und eine Aufgabe. Bali kann dadurch wieder ein selbstbestimmtes Leben in Würde führen.

„Früher saß ich die ganze Zeit allein zuhause, während die anderen arbeiteten. Heute kommen die Leute in meinen Laden, wo ich arbeite. Ich unterhalte mich mit ihnen und erfahre, was im Dorf und in der Welt da draußen passiert. Ich fühle mich nicht mehr allein und nicht mehr hilflos. Ich möchte Back to Life danken.“

Das Ladengeschäft läuft vom ersten Tag an gut. Die Familie kann damit ihre Ausgaben für Lebensmittel, Kleidung, Schreibwaren für die Kinder und einiges mehr decken. Ein Teil bleibt sogar übrig, den Bali in den Laden reinvestiert: er soll vergrößert werden. Für den Erfolg sind auch seine Frau und die ältere Tochter mitverantwortlich. Sie helfen dabei, das

Geschäft mit neuen Waren vom Markt aus der Bezirkshauptstadt Gamgadhi zu bestücken. Es ist fast ein Tagesmarsch für einen Weg. Das Ladengeschäft ist ein lukratives Familienunternehmen geworden und Bali ist wieder das Oberhaupt.

DER WEG WIRD LEICHTER | Der nächste Schritt folgt kurz darauf: ihn wieder auf die Beine zu bringen. Im März brachten wir Bali nach Kathmandu, damit er Prothesen erhalten kann. Doch bevor diese angepasst werden konnten, sollte er seine Beinstümpfe mithilfe von Physiotherapie dehnen und trainieren. Unser Kollege Dil Subba betreute und begleitete Bali jeden Tag über drei Monate. Im Mai war es dann soweit: die beiden Prothesen wurden für ihn hergestellt.

Die ersten Gehversuche verliefen positiv. Schließlich konnte Bali mit zwei Beinprothesen und leichten Krücken zu seiner Familie und seinem Laden nach Mugu zurückkehren. Sein Vater und seine Tochter hatten in der langen Zeit der Abwesenheit die Geschäfte geführt. Alle waren glücklich, ihn wieder auf den Beinen zu sehen und Bali strahlte vor Glück. Er genießt es, jetzt auch wieder im Dorf unterwegs sein zu können. Seine Möglichkeiten haben sich in vielerlei Hinsicht erweitert.

EIN BESONDERES GESCHENK, EIN BESONDERER DANK | Eine Sache war Bali vor der Rückreise in die Berge noch wirk-

lich wichtig: eine Tilahari, ein Schmuckstück, das verheiratete Frauen tragen, für seine Frau Maya zu kaufen. Das erste Geschenk, das er ihr seit ihrer Hochzeit machen konnte. „So kann ich mich endlich bei meiner Frau für ihre Fürsorge und Unterstützung in meiner schwersten Zeit bedanken.“

Wir von Back to Life bedanken uns bei unseren Unterstützern, die es uns möglich machen, dass tragische Schicksale wie das Balis die Richtung zum Guten ändern.





Dil, 45 Jahre, hat in Kathmandu Bali Rokaya betreut. Er erzählt von seiner Arbeit, was ihn antreibt und was sein Herz erfüllt.

D

Im Gespräch mit unserem Mitarbeiter Dil Subba aus Nepal

Namaste Dil! Ich freue mich, mit Dir heute zu sprechen. Was ist Deine Aufgabe bei Back to Life?

Ich bin als Monitoring, Evaluation & Sponsorship Coordinator Teil des Teams von Back to Life in Nepal. Dafür besuche ich sämtliche Schulen und Geburtshäuser von Back to Life regelmäßig, um deren Zustand sowie die dort laufenden Programme zu evaluieren. Ich überprüfe, ob Reparaturen anstehen oder Dinge verbessert werden könnten. Das dient unserem internen Gebrauch, da wir so den Stand und die Wirkung unserer Projekte messen können. Wenn wir die Daten auf dem Schreibtisch haben, sehen wir nicht nur, wie die Programme laufen, sondern können dadurch intern abstimmen, wo mehr oder weniger Unterstützung notwendig sein wird in Zukunft. Das hilft uns bei der Gestaltung der Projektaktivitäten und der Planung des Budgets der künftigen Jahre. Es ist eine sehr interessante Arbeit und Back to Life fördert auch meine Fortbildung in diesem Bereich, so dass wir immer auf dem neusten Stand mit den Standards der globalen Entwicklungszusammenarbeit sind.

Außerdem bin ich der Leiter des Teams, das sich um die Patenschaften kümmert, also um die schulische und gesundheitliche Entwicklung der von Back to Life geförderten Schulkinder. Nicht zuletzt Sorge ich auch für die (oft erwachsenen) Schützlinge, die weitergehende medizinische Hilfe wie Operationen oder Therapien benötigen. Es ist ein Fulltimejob, der mich seit 2017 sehr erfüllt und glücklich macht.

„Es ist ein Fulltimejob, der mich seit 2017 sehr erfüllt und glücklich macht.“

„Für andere wachse ich gerne über mich selbst hinaus!“



Bali Rokaya war einer Deiner Schützlinge. Wie genau hast Du ihm geholfen?

Als Bali in Begleitung seiner Frau nach Kathmandu kam, habe ich sie ins Krankenhaus und während der Arztgespräche begleitet. Ihm wurde eine Physiotherapie verschrieben, weil er sein rechtes Knie nicht beugen konnte, was zwingend erforderlich für die geplante Prothese war. Es war klar, dass die Physiotherapie über Monate dauern würde, dafür musste er aber nicht im Krankenhaus bleiben. So habe ich die beiden privat untergebracht und dafür gesorgt, dass sie Mahlzeiten erhalten und Bali seine ambulante Therapie regelmäßig wahrnehmen konnte. Es dauerte zweieinhalb Monate, bis das rechte Knie beweglich wurde. Dieser wichtige Fortschritt machte mich sehr glücklich.

Wie hast Du Bali ins Krankenhaus ge-

bracht? Das war sicherlich eine Herausforderung, da er beide Beine amputiert hat?

Wir sind mit meinem Auto gefahren. Zusätzlich war seine Frau dabei. Gemeinsam haben wir ihn in den Rollstuhl gehoben und dann wieder ins Auto. Für Bali war es total neu, weil er natürlich noch nie in einem Auto saß, doch er fand es toll und es war keine Herausforderung für ihn oder mich.

Wie belastend war die Unterstützung von Bali für Dich emotional?

Ganz und gar nicht belastend. Bali schätzte diese großartige Möglichkeit, die sich ihm durch Back to Life bot, sehr. Er begegnete den Herausforderungen mit großem Optimismus und Kraft. Er war stets gut gelaunt und voller Hoffnung, das machte mir die Arbeit besonders leicht.

Hast Du jetzt, nach der erfolgreichen Arbeit, noch Kontakt zu ihm?

Ja, definitiv! Er ruft mich mehrmals im Monat an. Und auch mit anderen früheren Schützlingen von mir, wie Sanjay und seinem Vater, spreche ich regelmäßig. Wenn es die Internetstärke zulässt, haben wir sogar Videocalls.

Macht es Dich glücklich, dass diese Patienten Teil Deines Lebens bleiben?

Ja, es ist großartig, dass ich weiterhin an ihrem Alltag teilhaben darf. Bali sagt zum Beispiel, dass er dank Back to Life wieder ein normales Leben führt. Früher war es für seine Frau sehr schwierig, ihm zu helfen. Heute hingegen kann er sie unterstützen, hackt Feuerholz und füttert das Vieh mit Gras.



Welche Herausforderungen stellen sich Dir bei Deiner Arbeit?

Das Sammeln der Daten in den abgelegenen Regionen von Mugu und das anschließende Senden der Reports nach Kathmandu und nach Deutschland ist nicht leicht. Es kommt oft vor, dass die Elektrizität ausfällt und auch das Handy nicht funktioniert.

Wie verarbeitest Du für Dich emotional schwierige Situationen?

Es ist mir eine Herzensangelegenheit, Menschen, die in Not sind, zu helfen. Das ist hier in diesem Leben meine Bestimmung. Für andere da zu sein, macht mich glücklich und lässt mich immer wieder über mich selbst hinauswachsen. Mit Back to Life habe ich die ideale Organisation gefunden, da sie wirklich im Sinne der Menschen und der Kultur handelt. Und ich finde, der Name „Back to Life“ hat an sich schon eine großartige Bedeutung: Menschen zurück zu ihren Wurzeln zu bringen, ihre Würde wiederherzustellen und sie wieder stark und selbstbestimmt zu machen!

Vielen Dank, Dil, für das Gespräch!



„Es ist mir eine Herzensangelegenheit, Menschen, die in Not sind, zu helfen. Das ist hier in diesem Leben meine Bestimmung.“





Jetzt kann der Junge seinen Weg gehen

Sanjaya Rokaya

Als Sanjaya Rokaya Anfang Oktober 2018 in den Bergen von Mugu zur Welt kam, war sein rechtes Bein deformiert. Für die Eltern brach eine Welt zusammen. In der abgelegenen Bergregion hatten sie keinen Zugang zu medizinischer Hilfe und die Schamanen winkten ab in der Gewissheit, den Jungen nicht heilen zu können. Solange er noch klein war, konnte er krabbeln und die Eltern ihn tragen, doch was sollte später mit ihm geschehen? Denn gerade in den Bergregionen Nepals führt eine Behinderung dazu, dass

die Menschen weder ein normales Leben führen können noch die Unterstützung erhalten, die sie dringend benötigen. Die Rokayas sind arm, leben mit 8 Personen unter einem einfachen Dach und kommen mit Shreelals kleinem Einkommen als Büroangestellter der Dorfgemeinschaft und der geringen Ernte des bewirtschafteten Feldes kaum über die Runden.

Was dann folgte, ist eine der vielen schönen Back to Life-Geschichten, die wir gerne mit Ihnen teilen.



AUF EIGENEN BEINEN STEHEN: DAS IST DAS ZIEL | Wir lernten die Familie Rokaya in einem unserer Health Camps kennen. Als die Ärzte nach der Untersuchung den Eltern Aamkali und Shreelal eröffneten, dass ihr Sohn mithilfe einer Prothese das Laufen erlernen könne, wollten sie es zuerst nicht glauben.

Wir beschlossen, dem Kind und damit der ganzen Familie, zu helfen. In Kathmandu sollte Sanjaya eine Prothese erhalten und Back to Life sagte zu, die anfallenden Kosten zu übernehmen. Mit dem darauf spezialisierten Krankenhaus haben wir bereits öfter zusammengearbeitet. Im März dieses Jahres brachte Sanjayas Vater den Jungen in die Hauptstadt.

Unser Kollege Dil Subba nahm sie in Empfang und begleitete sie über die kommenden Monate. Im Krankenhaus stellten die behandelnden Ärzte fest, dass die rechte untere Extre-



mität bereits 17 cm kürzer war als das linke Bein und schwer deformiert. Sie verschrieben dem Kleinkind eine intensive Physiotherapie für 8-12 Wochen. Dil sorgte dafür, dass der Junge sein tägliches Programm absolvieren konnte. Er unterstützte Sanjaya mit so viel Fürsorge, dass der Junge deutliche Fortschritte meisterte und nie den Ansporn verlor. Nach zwei Monaten konnte die Prothese endlich angepasst werden. Sanjayas Freude darüber bleibt uns allen unvergessen, als er im Mai seine ersten Gehversuche damit machte. Fleißig übte er das Laufen, sein Gangbild wurde von Tag zu Tag sicherer und ausbalancierter.

Als der Vater sich auf dem Rückweg nach Mugu von Dil verabschiedete, hatte er Tränen der Erleichterung in den Augen. Genauso wie wir ist er sich sicher, dass Sanjaya nun einen leichteren Weg vor sich hat. Gerne werden wir ihn dabei weiter begleiten.

„Liebe Leserin und lieber Leser, für mich schließt sich hier ein Kreis. Mit Lepra habe ich angefangen und es ist mir auch heute nach 25 Jahren noch die größte Herzensangelegenheit, für die Würde dieser Menschen einzustehen. Ein junges Mädchen vor diesem Stigma bewahren zu können, macht mich zutiefst glücklich. Das ist der Kern, Sinn und Zweck unserer täglichen Arbeit. Meine Dankbarkeit gilt Ihnen, weil Sie uns durch Ihre Spenden dabei unterstützen.“



Zurück zu den Wurzeln

Für ein Leben ohne Stigma



„**N**amaste. Mein Name ist Phul Maya Lawad und ich bin 15 Jahre alt. Meine vier Geschwister, meine Eltern und ich stammen aus den Bergen von Mugu, wir leben im Dorf Jima. Da ich die zweitälteste Tochter bin und meine ältere Schwester ins Nachbardorf verheiratet wurde, helfe ich meinen Eltern nicht nur oft bei der Feldarbeit, sondern übernehme auch viele andere Aufgaben wie das Holen von Wasser oder Feuerholz, außerdem passe ich auf meine kleineren Geschwister auf, während meine Eltern arbeiten. Ansonsten besuche ich die 8. Klasse und möchte so gerne auch die Mittlere Reife abschließen, damit ich später bessere Chancen habe. Unsere Felder werfen nicht viel ab und viel zu oft gehen wir hungrig schlafen.“

UNVERHOFFTER ARZTBESUCH BEI UNS IN DEN BERGEN | Dieses Jahr im Mai hörte ich von dem Health Camp, das Back to Life in der Nähe organisierte. Ich bat meine Mutter um Erlaubnis, dorthin zu laufen, um meine Hand einem Arzt zu zeigen. Dort traf ich auf Dr. Tiwari, der mich gründlich untersuchte. Als er mir sagte, dass ich in ein Krankenhaus nach Kathmandu kommen müsse, war ich erst verzweifelt, denn ich weiß, dass meine Eltern sich diese kostspielige Reise nicht leisten können. Umso überraschter war ich, als er mir versicherte, dass Back to Life die Kosten der Reise dorthin sowie die Behandlungskosten tragen würde.

Als nur vier Tage später ein Mitarbeiter von Back to Life in unser Dorf lief, um mich abzuholen für die Reise nach Kathmandu, konnte ich es kaum glauben. Es war wie ein Wunder für mich, dass das tatsächlich passiert. Auch meine Familie war sehr erstaunt. Meine Mutter entschied sich, mich zu begleiten, weil Back to Life sagte, dass ich im Krankenhaus jemanden an meiner Seite bräuchte, außerdem bin ich ja noch nicht volljährig. Meine Mutter weinte, als ihr gesagt wurde, dass Back to Life auch ihre Reisekosten bezahlen würde und dass die Ärzte in Kathmandu mir gewiss helfen könnten. Sie machte sich große Sorgen, dass ich aufgrund meiner Behinderung keinen Ehemann finden würde, wenn die Zeit gekommen sei.

ALLES IST NEU FÜR MICH | Zwei Tage lang liefen wir zu dem Ort, wo wir dann ins Flugzeug stiegen. Für uns beide war es das erste Mal und wir hatten große Angst, uns in diese

Maschine zu setzen. In Kathmandu wurden wir von Dil Subba, einem Mitarbeiter von Back to Life, abgeholt. In der Hauptstadt zu sein, war aufregend. Nie zuvor habe ich eine Stadt gesehen und Kathmandu ist wirklich riesig. Alles war neu für mich: die Autos und Straßen, die vielen Geschäfte, der Lärm, die Menschenmassen. Dil brachte uns unter und wir fühlten uns gleich gut aufgehoben und hatten auch keine Angst mehr.

Gleich am nächsten Tag fuhren wir in das Krankenhaus. Dort wurde ich mithilfe so vieler Maschinen und Instrumente untersucht, dass ich gar nicht weiß, wie ich das meinen Freunden in Mugu beschreiben soll. Insgesamt dauerten die Untersuchungen ein paar Tage. Da alle sehr freundlich zu uns waren und Dil immer an unserer Seite blieb, wuchs in mir die Hoffnung, dass die Ärzte meine Hand reparieren könnten.

DIE DIAGNOSE IST MEIN ALBTRAUM | Ich erinnere mich noch genau an den Moment, als die Diagnose kam. Dil erklärte mir, dass ich mir vor zwei Jahren die Hand gebrochen hätte, doch das sei mittlerweile verheilt. Das eigentliche Problem, warum ich kein Gefühl mehr in den Fingern verspüre, ist, weil ich Lepra habe! Meine Mutter brach weinend zusammen. Doch Dil ließ ihre Verzweiflung nicht zu und klärte uns über meine Therapie auf. Lepra ist tatsächlich heilbar und da ich noch im Anfangsstadium bin, habe ich die besten Chancen. Wenn ich die Medikamente sechs Monate täglich nehme und regelmäßige Übungen mache, wird man später gar nicht sehen, dass ich Lepra hatte.



JETZT BEGINNT DIE HEILUNG | Meine Mutter kehrte nach einem Monat nach Mugu zurück, weil sie dort dringend gebraucht wird. Dil organisierte für mich einen Platz in einem Hostel, das ist eine Schule mit Übernachtungsmöglichkeit. So werde ich das Schuljahr nicht verlieren und bin gleichzeitig in der Nähe der Ärzte für Untersuchungen. Das war wichtig, denn man weiß nicht genau, wie der Einzelne auf die Lepratherapie reagiert. Nach ein paar Wochen schwoll mein Gesicht an aufgrund der Medikamente, doch das legte sich schnell. Dil und andere Mitarbeiter seines Teams unterstützten mich, wo sie konnten und leiteten mich an, meine Hand und die Finger zu trainieren. Als ich in Kathmandu ankam, waren meine Finger versteift. So sollte ich nun täglich einen Ball kneten und die rechte Hand durch Schreiben trainieren. Erst war das schwer, aber dann schrieb ich täglich besser. Langsam wagte ich mich wieder an Dinge heran, die für mich früher selbstverständlich waren wie Kartoffelschälen, Haarekämmen oder ein Hemd zuzuknöpfen.

ZURÜCK INS LEBEN, DAS JA NOCH VOR MIR LIEGT | Nach drei Monaten war es dann so weit und ich konnte nach Mugu zurückkehren. Die Medikamente habe ich dabei und gegen Ende der Therapie werde ich wohl nochmal nach Kathmandu reisen, um ein Check-up zu machen. Ich freue mich schon jetzt darauf, Dil und die anderen Mitarbeiter von Back to Life wiederzutreffen, denn sie haben mich vor dem schlimmsten Schicksal bewahrt, das ich mir vorstellen kann: als Unberührbare mein Dasein zu fristen.“



back-to-life.org/das-buch-unberuhrbar

Wer gerne mehr über das Leben der Unberührbaren erfahren möchte, dem empfehlen wir Stella Deetjens Buch „Unberührbar“, das 2016 im Fischer-Krüger Verlag erschienen ist. Es ist im Buchhandel und auch als digitale Version erhältlich. Wer ein Buch mit Widmung möchte, kann dies über unser Büro beziehen, sprechen Sie uns einfach an.

LEPRA - DAS KRANKHEITSBILD | Lepra ist eine chronische, bakterielle Infektionskrankheit. Die Ansteckung erfolgt durch Tröpfcheninfektion. Als Voraussetzung der Übertragung gelten der langfristige, enge Haut-zu-Haut-Kontakt zu einem unbehandelten Kranken. Die Ansteckungsgefahr hängt von dem Immunsystem des Einzelnen ab. Leider besteht besondere Empfänglichkeit im Kindesalter. Lepra betrifft vor allem Menschen, die mit Mangelerscheinungen aufgewachsen sind. 80% der Weltbevölkerung ist immun gegen Lepra. Die Inkubationszeit kann sich zwischen 3 Monaten bis zu 40 Jahren spannen, meistens beträgt sie um die 10 Jahre. Erste Symptome sind depigmentierte, unsensible Flecken auf der Haut. Lepra führt zur Lähmung des peripheren Nervensystems und zerstört damit Sensibilität, Motorik und Gewebsernährung. Die Muskeln versteifen sich, es kommt zu Deformationen an Händen und Füßen. Durch den sich ausbreitenden Verlust des Tastsinns vergrößert sich die Gefahr unbemerkter Verletzungen. Bei mangelhafter Hygiene infizieren sich die Wunden oft so stark, dass es zu tiefen Gewebserstörungen kommt und Amputationen unvermeidbar werden. Durch Knotenbildung, Hautreaktionen und Nervenstörungen kann es zu großen Entstellungen des Gesichts kommen, das sogenannte Löwengesicht (facies leonina). Oft entzündeten sich die Augen und trocknen durch Lähmung des Blinzelreflexes aus. Sie erblinden und da die Leprösen auch den Tastsinn verloren haben, sind sie gewissermaßen doppelt blind.

DER SOZIALE TOD | Am härtesten trifft den Leprakranken die totale Isolation von Gesellschaft und Familie. Die Angst vor Ansteckung sowie Vorurteile durch mangelnde Bildung und Aufklärung haben einen schmerzhaft tiefen Graben zwischen den Kranken, im fortgeschrittenen Stadium oft schwer behinderten Menschen und der Gesellschaft gezogen. Sie werden zu Unberührbaren und man glaubt, die Lepra sei eine Strafe für die Sünden eines vergangenen Lebens.

DOCH LEPRA IST HEILBAR | Es gibt eine medikamentöse Lepratherapie, MDT genannt, die von der W.H.O. empfohlen wird. Die Therapie dauert bei täglicher Medikamenteneinnahme heute nur noch ein Jahr, für einen Patienten im Anfangsstadium um die sechs Monate.

AKTUELLE LEPRASITUATION IN NEPAL | Nepal gilt als leprafrei seit 2009, weil landesweit pro Jahr nur noch circa 3.000 Patienten entdeckt werden, d.h. die Anzahl der Patienten liegt bei unter 1 pro 10.000 Menschen.

Wasser ist Leben

Back to Life engagiert sich für den Zugang zu Trinkwasser in Nepal.

Wenn wir den Wasserhahn aufdrehen, fließt reines Trinkwasser. Was in Deutschland eine Selbstverständlichkeit ist, ist in vielen Ländern der Welt purer Luxus.

Beinahe jeder 10. Mensch – von insgesamt 7,9 Milliarden auf diesem Planeten – trinkt kontaminiertes Wasser. In Nepal haben 3,5 Millionen Menschen (von 30 Millionen) keinen Zugang zu einer gesicherten Trinkwasserversorgung. Die meisten von ihnen leben in abgelegenen ländlichen Gebieten wie der Bergregion Mugu. Sie verbringen jeden Tag viele Stunden damit, zu Fuß das Wasser für ihre Familie, den Haushalt und ihre Tiere zu holen.

Nicht nur, dass der körperlich anstrengende Fußmarsch bei jedem Wetter in den Bergen die Frauen vom Einkommenserwerb und die Kinder von der Schule abhält, gleichsam führt das Tragen von bis zu 40 Litern pro Weg zu physischen Folgeschäden. Außerdem trägt das Wasser oft Verunreinigungen in sich, die Krankheiten verursachen. Durchfall ist immer noch die hauptsächliche Todesursache von Jung und Alt in den Bergen Nepals.

Wasser und unzureichende sanitäre Einrichtungen werden mit der Übertragung von Krankheiten wie Cholera, Durchfall, Ruhr, Hepatitis A, Typhus und Polio in Verbindung gebracht. Wo Wasser nicht ohne weiteres zur Verfügung steht, hat die körperliche Hygiene möglicherweise nicht die nötige Priorität, was die Wahrscheinlichkeit von Durchfall und anderen Krankheiten erhöht.



Da Kinder durch wasserbedingte Krankheiten besonders gefährdet sind, führt der Zugang zu sicheren und zertifizierten Wasserquellen zu besserer Gesundheit und damit zu einem regelmäßigen Schulbesuch und verbesserten Bildungschancen, die sich positiv auf ihr gesamtes Leben auswirken.

Um die wirkungsvolle Hilfe zur Selbsthilfe sicherzustellen, sind die Mitglieder der Dorfgemeinschaft von Anfang an in das Projekt eingebunden und aufgefordert, mit Hand anzulegen. Jeder Haushalt entsendet ein Familienmitglied auf die Baustelle. Die vom Dorf gewählte *Water User Group* besteht aus Frauen und Männern der unterschiedlichen Kasten des Dorfes. Sie erlernen den Betrieb und die Wartung des Systems, damit auch nach Fertigstellung der Bauarbeiten das Wassersystem langfristig in Betrieb ist. Die anfallenden Betriebskosten der Wasserversorgung werden nach Übergabe von der *Water User Group* erhoben und verwaltet und von der Dorfgemeinschaft selbst getragen. Das Team von Back to Life überprüft lediglich in regelmäßigen Abständen die Wartungsarbeiten und steht der Dorfgemeinschaft mit Rat und Tat zur Seite.

UNSER ZIEL: Anbindung abgelegener Dörfer an zertifizierte, wartungsarme Trinkwassersysteme:

- Entlastung der Frauen durch Zeitersparnis beim Wasserholen.
 - Verbesserung der Gesundheit durch Eliminierung krankmachender Bakterien und Keime.
 - Erhöhung der Bildungschancen für Kinder durch geringere Fehlzeiten in der Schule.
 - Generelle Verbesserung des Hygienestandards in den Dörfern.
 - Verbesserung der Einkommenssituation der Kleinbauern durch Wasser für die Tierhaltung.
- ➔ Entwicklung aller sozialen und wirtschaftlichen Aspekte der Dörfer.

Back to Life Trinkwasserprojekte	bereits umgesetzt	in Planung/ im Bau	Total
Dörfer	13	7	20
Zapfstellen	384	628	1.012
Haushalte	1.442	696	2.138
Personen	7.945	4.167	12.112
Schulen	11	10	21
Schülerschaft	1.272	1.335	2.607
Gesundheitseinrichtungen	8	6	14
Verlegte Wasserleitungen	75 km	73 km	148 km



Erneuerbare Energie für einen
besseren Lebensstandard in Mugu

Solarlicht statt Feuerschein

Weit oben in den Bergen des nepalesischen Bezirks Mugu leben die Menschen ohne Strom und fließendes Wasser. Wenn es abends dunkel wird, spendet das offene Feuer in der Mitte des Raumes ein wenig Licht, das ist alles. Bei dieser Beleuchtung noch Haus- oder Handarbeiten zu machen, ist so gut wie unmöglich. Manchmal werden zwar Kerosinlampen benutzt, doch sie sind – ebenso wie die Feuerstellen – im wahrsten Sinne brandgefährlich, belasten die Umwelt und die Gesundheit.

Mit dem Solarlicht-Projekt verhilft Back to Life seit 2009 zahlreichen Bewohnern der abgelegenen Regionen zu einer klimaneutralen, netzunabhängigen Lichtquelle. Damit handeln wir auch im Sinne der Ziele für nachhaltige Entwicklung, die von den Vereinten Nationen in der Agenda 2030 festgelegt wurden.

EINFACHE TECHNIK, GROSSE WIRKUNG | Die von Back to Life beauftragten Techniker montieren die Solaranlagen und erläutern, wie sie funktionieren. Da die Technologie einfach ist, können die Bewohner die Wartung und kleinere Reparaturen problemlos selbst übernehmen. Zwei Akkus werden tagsüber durch die Solarzellen vor dem Haus aufgeladen und versorgen dann bei Dunkelheit vier LED-Lampen mit Energie, auch ein Handy kann man aufladen. Das funktioniert selbst bei dichter Bewölkung im Winter oder bei Monsun, weil die Solarzellen besonders lichtempfindlich und die Akkus sehr energieeffizient sind.

Vom Beginn des Projekts bis September 2022 haben wir bei 3.710 Familien in Mugu eine Solarlicht-Anlage installiert, das sind fast 40 Prozent der Haushalte in der Bergregion. Allein im Dorf Gamtha besitzen mittlerweile 515 Haushalte die neue Art der Beleuchtung, so viele wie in keinem anderen Ort. Das höchstgelegene Dorf mit Solarlicht-Anlagen von Back to Life ist Rara auf einer Höhe von 3.150 Metern. Insgesamt konnten wir durch den Einbau bis heute den Lebensstandard von 22.631 Bergbewohnern deutlich verbessern.

FORTSETZUNG FOLGT | 2023 wird Back to Life das Projekt fortführen und weitere Anlagen in Mugu installieren. So machen wir das Leben für noch mehr Menschen einfacher und produktiver: Auch abends können Erwachsene etwas im Haushalt oder für ihren Lebensunterhalt tun, Kinder können lesen, spielen oder für die Schule lernen. Gleichzeitig helfen wir, den CO₂-Ausstoß zu verringern und die Abholzung zu reduzieren, um den Lebensraum in den Bergen Nepals zu bewahren.

BACK TO LIFE (BTL) SOLARANLAGEN IN ZAHLEN:

- Komponenten der Solaranlage:
 - Solarpanel 50 Watt
 - Solar Batterie 40 Ah
 - 4 LED-Lampen je 4 Watt
 - Laderegler: 8 Amp
 - Multi-Lade-Anschluss
- Installierte Solaranlagen: 3.710
- Profitierende Personen: 22.631
- Prozent der Haushalte in Mugu mit BTL Solaranlagen: 38%



7 BEZAHLBARE UND
SAUBERE ENERGIE



Die Wurzeln stärken

Unser Agrarforst-Projekt als Einkommensquelle insbesondere für Frauen in den Bergen



In den folgenden Jahren sind bis zu 60 kg Zitronen pro Baum zu erwarten – und das mehr als 20 Jahre lang. Die Früchte können auf den Märkten von Mugu verkauft werden.

Sarity Rokaya, die 71 Zitronensetzlinge gepflanzt hat, erwartet dadurch eine große Veränderung in ihrem Leben. Mit dem zusätzlichen Einkommen wird ihre 7-köpfige Familie nicht nur satt werden, sie möchte auch ein Konto eröffnen und Geld sparen, damit sie Rücklagen, zum Beispiel für Medikamente, hat. Nach wie vor setzt Sarity auf die Mischkultur und baut auf ihrem Land zwischen den Zitronenbäumen auch andere lokale Kulturen wie Zwiebeln, Kartoffeln und Gemüse an.

AGRARFORST ZUR RETTUNG DER MENSCHEN UND DER NATUR | Das Agrarforstprojekt ist das richtige Mittel gegen zwei Probleme: Die Menschen erhalten ein zusätzliches Einkommen und die Natur wird geschützt. Denn durch die Pflanzung dieser Bäume findet eine Aufforstung auf unbewirtschaftetem Land statt. Die abgeworfenen Blätter zersetzen sich und fördern die Fruchtbarkeit des Bodens auch für die anderen angepflanzten Kulturen. Insgesamt wird das Grün auf dem Ackerland genauso erhalten wie die Grundwasserquellen. Die Agrarforstwirtschaft ist ein alternatives Mittel gegen den Klimawandel.

„Meine 50 Pflanzen werden von Tag zu Tag größer und ich bin sehr gespannt darauf, dass sie demnächst Früchte tragen. Weil wir bald eine Straßenverbindung zu den umliegenden Städten und ihren Märkten haben, kann ich sie dort hoffentlich gut verkaufen. Dann muss ich nicht nach Indien oder in eine andere Stadt, um Arbeit zu finden“, sagte Chandrup Rokaya.

Wir sind zuversichtlich, dass sich Ernte und Einkommen gut entwickeln und wir gemeinsam weitere Wurzeln für die Bevölkerung und ihre Selbstbestimmung gesetzt haben.

13.455 Pflanzen, 249 Haushalte, 14 Gemeinden. Diese Zahlen belegen, wie gut unser neuestes Agrarforstprojekt in Mugu innerhalb von nur 2 Jahren gewachsen ist. Genauso wie die Pflanzen, die wir den Menschen für den Bio-Anbau zur Verfügung gestellt haben.

Viele Menschen in den Bergdörfern in Mugu können sich von ihren kargen Feldern und ihrer Hände Arbeit kaum ernähren. Sie müssen außerhalb ihr Geld verdienen oder sogar als Lohnarbeiter ins Ausland gehen. Daher haben wir 2020 ein weiteres Projekt in Mugu gestartet: das Agrarforstprojekt zur langfristigen Generierung von Einkommen.

Und das funktioniert so: Wir stellen ausgewählten Haushalten in mittlerweile 14 Bergdörfern Setzlinge von Zitronen-, Apfel- und/oder Walnussbäumen zur Verfügung. Die Auswahl richtet sich danach, wo das Dorf klimatisch liegt. Zitronen ge-

deihen gut in den wärmeren, niedrigeren Lagen, Apfel und Walnuss auch etwas weiter oben. Dazu erhalten die Landwirte von uns Utensilien und Werkzeuge wie einen Wassertank, Gartenschlauch, Gießkanne und Schere zum Beschneiden, dazu eine Wassertonne zur Herstellung organischer Insektizide. Wenn noch nicht vorhanden, werden an den Feldern Steinmauern gebaut und diese mit Draht vor Tieren geschützt.

DEN PROFI AN DER SEITE | Für das Projekt beauftragten wir einen unseiner Agrartechniker, der die Frauen und Männer betreut und sie schult. Er informiert über die Klimabedingungen, die Bodenbeschaffenheit, erklärt, wie sie ihre Böden bearbeiten können, welchen Abstand die Pflanzen benötigen, die richtige Pflanzzeit, Schnitt, Düngemittel, biologische Schädlingsbekämpfung, das Bewässerungsmanagement und Vieles mehr. Zusätzlich erstellt er einen monat-

lichen Arbeitsplan für die Landwirte und besucht die Dörfer regelmäßig, um die Erfolge zu sehen und eventuelle Probleme mit den Anbauern zu lösen.

EIGENER BEITRAG, EIGENER GEWINN | Da uns die Hilfe zur Selbsthilfe wichtig ist, müssen die Bauern natürlich auch ihren Teil zum erfolgreichen Anbau der Pflanzen beitragen. Sie kümmern sich um Mist und Kompost für die Düngung, sie produzieren organische Pestizide selbst und nutzen die eigenen Werkzeuge für die Bearbeitung des Bodens wie Sichel, Hacke, Schaufel oder Brechstange. Dann kann es losgehen.

Jedes Kilo Zitronen ist ein Zuwachs in der Haushaltskasse und ein Schritt in die Unabhängigkeit.

Ab der Pflanzung braucht ein Zitronenbaum 3-4 Jahre, bis er Früchte trägt. Im ersten Erntejahr sind das 50-100 Früchte.

Projektjahr	Name des Dorfes	Anzahl Haushalte	Fruchtyp	Anzahl Pflanzen
2020	Jiuka	40	Apfel	1.680
2020	Hyanglu	22	Zitrone	650
2020	Nakharji	36	Zitrone	550
2021	Gamtha	41	Apfel	2.003
2021	Rikhiya	22	Zitrone	1.500
2022	Lamera	17	Walnuss	450
2022	Bumcha	23	Walnuss	550
2022	Gothilekh	16	Apfel	925
2022	Saina	30	Apfel	1.075
2022	Ruma	33	Apfel	1.200
2022	Sipa	18	Zitrone	541
2022	Tarapani	18	Zitrone	1.181
2022	Dandiya	14	Zitrone	400
2022	Nakharji	19	Zitrone	750
	Total:	349		13.455

Im Reis liegt Segen

In Nepal ist der Reis weit mehr als ein Nahrungsmittel. In dem hinduistisch geprägten Himalayastaat wird der Reis zum essenziellen Bestandteil der gelebten Kultur. Er ist nicht nur zum Verzehren da. Wo er überall eine rituelle Rolle spielt, überrascht, auf jeden Fall ist er für Nepalesen von der Geburt bis zum Tod omnipräsent. Familienbräuche und die täglichen Rituale der *puja* sind ohne Reis unvorstellbar. Jeden Morgen bringt man ein paar Reiskörner auf dem Hausaltar oder in den Tempeln dar, oft mit Früchten, Blumen und Räucherstäbchen.

DER REIS REIST MIT

Wenn jemand in Nepal eine Reise tut, dann wird der Zeitpunkt der Abreise vom Astrologen bestimmt, um eine gute Reise zu gewährleisten. Noch wichtiger als das ist jedoch die



tika mit Reiskörnern, die den Reisenden schützen soll. Dafür wird rotes *Sindur*-Puder zu einer Paste angemischt und eine Teelöffelmenge roher Reiskörner werden damit an die Stirn gepresst. Das Segenszeichen verbleibt, bis das letzte Reiskorn abgeblättert ist.

REIS ALS TRAUZEUGE | Während einer traditionellen Hochzeitszeremonie ist der Reis gleich mehrfach zu Gast: Wenn der Bräutigam zum Haus der Braut zieht, lassen die Angehörigen mit *Sindur* rotgefärbte Reiskörner über ihn rieseln, die das Glück und den Segen symbolisieren, die sich über ihm ausbreiten mögen.

Nach dem tagesfüllenden Hochzeitsritual zieht die Braut schließlich in das Haus ihres Mannes ein. Auf dem Boden des Hauses sind sieben kleine Reishäufchen aufgeschichtet, in die sie tritt. Damit wird die Hoffnung angezeigt, dass die Braut Wohlstand mitbringe.

Das darauffolgende Ritual *pathi bharna*

führt die Schwiegermutter mit der Braut durch. Gemeinsam befüllen sie einen Behälter, *pathi* genannt, mit Reis. Damit versinnbildlicht die Braut, dass sie zum Gedeihen des Haushaltes beitragen werde.

REIS FÜR DIE KÖNIGIN | In Nepal glauben viele, Milchreis steigere die Fruchtbarkeit der Frau. Das ist leicht nachzuvollziehen, weil in dem hinduistischen Epos, der *Ramayana*, davon erzählt wird, wie die drei Frauen des Königs nach einer Milchreisdiät schwanger wurden. Sie gebären die Prinzen Ram, Bharat, Laxman und Satrugan. Ram wurde zu einem beliebten Hindu Gott.

REIS IN GUTER HOFFNUNG

Während der Schwangerschaft zelebrieren die Mutter und die weiblichen Angehörigen der Schwangeren das *dahi chiura khuwaune*-Ritual. Zwischen dem 6. und 7. Monat kommen sie zusammen und füttern die Schwangere mit Reis und Joghurt. Manche mischen auch den trockenen, geschlagenen Reis mit Joghurt. Der Mutter und dem Kind soll das Vitalität und gute Gesundheit verleihen.

DAS ERSTE REISKORN WIRD ZUM FEST | Ist das Baby auf der Welt, findet im 6. Monat die *pasni*-Zeremonie statt. Das Baby wird mit rot gefärbten Reiskörnern an der Stirn markiert und gesegnet. Dann wird das Kleine feierlich mit Reis gefüttert. Es ist das erste Mal, dass das Kind feste Nahrung zu sich nimmt. Von da ab erhält es jeden Tag Reis und die Eltern freuen sich, dass das Kind auf diesen Geschmack kommt und damit einen großen Schritt in seiner Entwicklung getan hat.

DER REIS VERBINDET | Lautstark wird jedes Jahr mit einsetzendem Monsun zu Beginn der Pflanzperiode der Na-



tionaltag der Reisplantage, *ropain diwas* genannt, gefeiert. Das gesamte Dorf versammelt sich auf den Feldern mit dem Ziel, so viele Reissämlinge wie möglich auszusetzen. Die Männer bereiten den Boden mit feinem Schlamm auf und die Frauen pflanzen. *Asare geets*, Volkslieder, werden gesungen, die Freud und Leid des bäuerlichen Lebens beschreiben. Scherze und lautes Lachen schwirren hin und her, der Tag wird sehr fröhlich begangen und findet stets seinen Höhepunkt in einer ausgelassenen Schlammschlacht auf den Feldern. Ein Vergnügen für Jung und Alt.

REIS ALS ORAKEL | Reis braucht man nicht nur für gute Zeiten. Wenn man krank ist und der Brauch in der Familie vorsieht, zum Schamanen zu gehen, nimmt man Reiskörner mit. Denn mit dem Werfen der Reiskörner wehrt der Schamane das Böse

ab. Auch gibt es Schamanen, die aus dem Bild, das die Reiskörner zeichnen, wenn sie auf den Boden geworfen werden, die Schwere der Krankheit lesen.

DAS VERLANGEN NACH REIS AUS DEM JENSEITS | Auch nach dem Tod eines Menschen wird weiterhin Reis für ihn benötigt. Ein Hindu bietet seinen verstorbenen Eltern jedes Jahr an deren Todestagen eine Kugel Milchreis dar. Damit seien die Verstorbenen bis zum nächsten Jahr gesättigt, dann wird das *shraddha*-Ritual beständig wiederholt.

REIS RUND UM DIE UHR | Zu guter Letzt wird der Reis natürlich vor allem gegessen - und zwar meist dreimal täglich. Kinder werden mit Reis gefüttert, weil Eltern glauben, dass sie damit lange satt bleiben und keinen Hunger verspürten. Erwachsene essen Reis, weil sie glauben,



Das Segenszeichen, die *tika*, wird aus *Sindur*-Puder, Reiskörnern und Joghurt angemischt.

dass kein anderes Lebensmittel ihnen so viel Energie für die Arbeit gebe. Alte Menschen nehmen Reis zu sich, weil sie finden, dass Reis leicht zu verdauen sei.

In Nepal isst einfach Jede und Jeder Reis. Ob Zuhause oder in den Restaurants und Buffets.



Wissen macht stark

Am 28. Mai 2022 war es so weit: Die Tafel „Wissen macht stark und bleibt ein Leben lang dein Eigentum“ wurde am modernsten Schulbau der Region Mugu enthüllt. Mit großen Feierlichkeiten, Gesang und Riten wurde die Mahadev Masta Higher Secondary School als erste Schule in Stahlbetonbauweise mit einem stabilen Dach eröffnet. Sie bietet endlich höhere Bildung im Gebiet der ländlichen Gemeinde Khatyad, genauer gesagt im Dorf Ratapani. Ein großes Fest für die Bewohner, eine große Chance für die Kinder, die nun auch hier die Sekundarstufe II besuchen und einen höheren Bildungsabschluss erreichen können.

ACHT RÄUME FÜR UNENDLICH VIELE MÖGLICHKEITEN | Große Klassenräume, eine sichere Infrastruktur, gute Ausstattung, kinderfreundliche Toiletten und ein großer Spielplatz gehen weit über das sonstige „Dach über dem Kopf“ der hiesigen Schulen hinaus. „Ein sicheres und ermutigendes Umfeld fördert Wissen, Einstellung und Fähigkeiten der Kinder. Zudem trägt eine gute Schulumgebung zur Entwicklung der geistigen, körperlichen, psychologischen, intellektuellen und sozialen Aspekte der Kinder bei. Unsere Schülerinnen und Schüler halten sich täglich etwa sechs Stunden in den Schulen auf. „Ich bin froh, dass Kinder und Lehrer mit dem neuen Schulgebäude und der entsprechenden Einrichtung und Ausstattung dieses besondere Umfeld erhalten haben“, sagte Lehrerin Jayapura Karki bei der Eröffnung.

Und der Vorsitzende des Bauausschusses, Anta Bahadur Karki, ergänzte: „Das umfassende Projekt war nur dank Back to Life und deren finanzieller und planerischer Unterstützung möglich. So hat die Regierung diese Schule auch als Modellschule in der Region ausgewählt und weitere Gebäude für Labor, Klassenzimmer und Verwaltung finanziert. Hätte Back to Life das Projekt nicht gestartet, hätten wir keine weiteren Projekte von der Regierung erhalten.“

ALLES PASSEND? CHECK! | Schon bei der Planung, die 2020 begann, wurden viele Aspekte berücksichtigt, die üblicherweise in Nepal keine Rolle spielen. Der Back to Life Bauleiter erstellte im Vorfeld zahlreiche Checklisten zu Technologien, Materialien, Zeitrahmen, Kinderfreundlichkeit, Sicherheit etc. Auch anhand dieser Listen wurde der Bau genau überwacht. Nach der Fertigstellung zeigte sich Bauleiter Rabin Achary genauso zufrieden wie Vertreter der Dorfgemeinschaft, der Regierung und des Vor-Ort-Projektpartners HRENDIC.

FREIE FAHRT TROTZ COVID | Ratapani liegt abseits und ist oft nur über bucklige Bergpisten zu erreichen. Die Projektplanung war daher auch zeitlich genau auf gute Witterung ausgerichtet. Als dann die extremen Lockdowns ausgerechnet in die Umsetzungszeit fielen, hielten alle die Luft an. Aber die Regierung zeigte sich gegenüber dem ambitionierten Projekt sehr kulant und Transporte durften selbst in Zeiten strengster Einschränkungen erfolgen. Dazu wurden qualifizierte Arbeiter aus Surkhet durch den Bauausschuss gestellt.

ERDBEBENSICHER? ABER SICHER! | Das katastrophale Erdbeben 2015 hat in Nepal bis heute Spuren hinterlassen. Damals kamen Tausende Menschen ums Leben, unzählige Gebäude wurden zerstört, darunter die Hälfte aller Schulen, in Zahlen 16.000. Back to Life hat bereits einige wieder aufgebaut, hier aber nun einen großen Neubau errichtet, der den Elementen gewappnet ist: Die Stahlkonstruktion kann Erdbeben ausgleichen und wird als Vorbild für weitere Bauten auch im Gesundheitssektor dienen.

EINE SCHULE FÜR ALLE UND FÜR DIE ZUKUNFT | Nicht nur die Schülerinnen und Schüler aus der Region können nun vom Kindergarten bis in die Oberstufe die Schule besuchen und mit einem qualifizierten Abschluss als einheimische Arbeitskräfte die Betriebe und damit die Region im wahrsten Sinne des Wortes bereichern. Als größtes und komplett ausgestattetes Gebäude bietet der Schulbau außerdem der Dorfgemeinschaft Versammlungsräume und viele weitere Möglichkeiten. Darauf sind alle stolz. Stella Deetjen betonte bei der Eröffnung noch einmal, was wichtig sei: Kinder sollten durch das Lernen, auf ihr erfolgreiches Leben vorbereitet werden. Die Dorfgemeinschaft aber ist verantwortlich, dass die Schule größer und nachhaltiger wird. Schließlich ist sie als Selbsthilfeforum in Absprache mit dem Dorf über das Schulverwaltungskomitee an die Gemeinde übergeben worden. Auch uns macht es stolz, die Region Mugu wieder einen Schritt weiter in die Unabhängigkeit und die Kinder in dieser abgelegenen und armen Gegend in eine selbstbestimmte Zukunft zu begleiten. Danke an alle, die uns dabei unterstützen.



MAHADEV MASTA HIGHER SECONDARY SCHOOL:

- Bildungslevel: Vorschule - Abitur
- Baustart: Sept. 2020
- Eröffnung: Mai 2022
- Schüler/Schülerinnen: 548
- Lehrkräfte: 24



Endlich Zuhause!

Die gehörlosen Kinder von Mugu leben jetzt in ihrem neuen Schulwohnheim.

Für 17 gehörlose Mädchen und Jungen in der abgelegenen Region Mugu war es der Start in ein neues Leben: Im Juni 2022 zogen sie überglücklich in das kurz zuvor fertiggestellte Wohnheim ein. Mit dem Neubau in Gamgadhi hat Back to Life den Kindern nicht nur ein komfortables und sicheres Zuhause gegeben, sondern auch die Möglichkeit einer guten Ausbildung. So erhalten die Kinder die Chance, in Zukunft trotz der körperlichen Einschränkung ein selbstbestimmtes Leben zu führen.

Gehörlose Kinder sind in Nepal meist besonders benachteiligt und erhalten gar keine oder so gut wie keine Förderung. Gerade in armen Bergregionen wie Mugu gibt es für Menschen mit Handicap kaum Bildungsmöglichkeiten und keine Perspektiven, den Lebensunterhalt

zu verdienen. Um das zu ändern, unterstützt Back to Life bereits seit 2010 die gehörlosen Kinder der Region, die Mahakali Secondary School und das alte, angeschlossene staatliche Schulwohnheim: mit Lebensmitteln, Dingen für den täglichen Bedarf, Kleidung, Hygienematerialien, Lernmitteln und Spielsachen. Die Kinder erhalten auch regelmäßige medizinische Check-ups und Hilfe im Bedarfsfall. Ebenso die Gehälter einer Betreuerin und eines Betreuers sowie eines Lehrers für Gebärdensprache übernimmt Back to Life.

HÖCHSTE ZEIT, ETWAS NEUES AUFZUBAUEN | Doch niemand konnte übersehen, dass das alte Wohnheim keine Zukunft hatte. Der Bau war marode, das Dach undicht, die wenigen Zimmer waren klein, feucht und dunkel.

Ein einziger Raum musste zum Lernen, Spielen und Schlafen genügen. Auch die sanitären Anlagen waren in keinem guten Zustand. Also plante Back to Life den Bau eines neuen Wohnheims mit einer Ausstattung, die den Bedürfnissen der kleinen Bewohnerinnen und Bewohner entspricht. Das Gebäude sollte kindgerecht eingerichtet sein, den Spaß am Lernen fördern und eine Atmosphäre zum Wohlfühlen bieten.

2020 genehmigten die zuständigen Behörden den Bau. Es sollte ein modernes, erdbebensicheres Gebäude aus Stahl und Beton entstehen, eine absolute Seltenheit in der Region. Die Planung sah zwei Stockwerke mit insgesamt 13 voll eingerichteten Zimmern und vier Sanitäräumen vor. Die Kapazitäten des Wohnheims haben wir auf insgesamt 32



Plätze ausgeweitet, für 10 Jungen und 7 Mädchen – die Schule wird also in Zukunft mehr gehörlose Kinder aufnehmen können. Das ist Back to Life ein großes Anliegen, ebenso wie die enge Kooperation mit der Schule vor Ort, den örtlichen Behörden und einer lokalen Nichtregierungs-Organisation.

PLAN WIRD WIRKLICHKEIT | Zum Baubeginn im September 2020 musste erst einmal Platz geschaffen werden: Das alte Wohnheim wurde abgerissen und die Kinder temporär in ihren Klassenräumen der Mahakali School untergebracht. Während der Bauarbeiten gab es viele Herausforderungen zu meistern. Mugu ist eine weit abgelegene Region und Gamgadhi liegt auf 2.063 Metern Höhe. Das Baumaterial konnte nur bei trockenem Wetter auf den unbefestigten Bergstraßen transportiert werden, bei Regen oder Schnee sind die Straßen unbefahrbar. Diese wetterbedingten Verzögerungen kennen wir gut und planten sie bei Baubeginn bereits ein. Durch die Covid-19-Pandemie ergaben sich aber weitere Probleme, denn zeitweise mangelte es an erfahrenen Bauarbeitern. Die Fachkräfte aus dem Tiefland weigerten sich, im Gebirge zu arbeiten, aus Angst, bei einem der landesweiten Lockdowns für Monate dort hängenzubleiben. Immerhin unterstützten die örtlichen Be-

hörden das Projekt und genehmigten die Transporte von Baumaterial auch während des Lockdowns. Es war dem unermüdlichen Einsatz unseres Teams vor Ort zu verdanken, dass wir die Bauarbeiten trotz aller Hürden im Mai 2022 erfolgreich abschlossen – genau wie in der Planung vorgesehen. Die Kinder konnten es kaum erwarten, in ihr neues Haus einzuziehen. Im Juni war es dann soweit. Alle waren begeistert von ihrer Unterkunft, die endlich das bietet, was sie brauchen und sich gewünscht haben. Ein echtes Zuhause.

EIN MOTIVIERENDES UMFELD, IN DEM SICH ALLE WOHLFÜHLEN | Das Wohnheim hat jetzt eine Küche und ein Esszimmer, auch ein Kühlschrank fehlt nicht. Es gibt einen Computerraum mit 16 Computern, einen gut ausgestatteten Raum zum Lernen und einen Mehrzweckraum mit Büchern, Spielen und einem Fernseher. Die Schlafsäle für Mädchen und für Jungen sowie die Räume der Betreuer sind gemütlich eingerichtet, mit Teppichen und Vorhängen. Hansa BK, Betreuerin und Leiterin des Wohnheims, freut sich: „Endlich haben die Kinder ausreichend Platz zum Lernen und können kreativ werden. Sie sind so glücklich hier! Wir planen schon einen kleinen Küchengarten und möchten auch Blumen vor dem Haus pflanzen.“



Das Gebäude wird der Regionalverwaltung übergeben, die es zukünftig selbst unterhält. „In abgelegenen Regionen wie Mugu ist es eine große Herausforderung, ein solches Wohnheimkonzept für Kinder mit speziellen Bedürfnissen umzusetzen, denn es fehlt an den Mitteln und Konzepten sowie Personal dafür“, sagt Kadak Bahadur Rokaya, Schulleiter der Mahakali Secondary School. „Wir sind Back to Life sehr dankbar für dieses moderne Gebäude und stolz darauf, dass die Kinder bei ihrer Entwicklung so viel Unterstützung erfahren. Das neue Schulwohnheim verbessert die Situation von Gehörlosen in Nepal nachhaltig.“

Spiel mit!

Gatta - das beliebte Spiel aus Nepal

Hier ist die Spielanleitung:

1

Du kannst das Spiel mit bis zu drei weiteren Freunden spielen. Du brauchst aber mindestens einen Freund, um Gatta zu spielen (alleine kannst du üben). Sucht euch zuerst fünf Kieselsteine und legt sie auf den Boden.



back-to-life.org/gatta-das-spiel-aus-nepal/



2

Dann entscheidet ihr, wer von euch anfangen darf. Wenn du zuerst an der Reihe bist, wirfst du einen der Steine in die Luft und versuchst diesen mit derselben Hand zu fangen. Das machst du jetzt nacheinander mit allen Kieselsteinen.



4

Und so geht es jetzt weiter: Du versuchst danach drei Kieselsteine auf einmal in die Luft zu werfen und aufzufangen. Schaffst du auch das, wirfst du alle Steine zur selben Zeit und sollst versuchen, die fünf Steine mit einer Hand aufzufangen.



3

Fängst du alle fünf Steine mit der Hand, wird der Schwierigkeitsgrad erhöht. Anstatt nur einen Kieselstein in die Luft zu werfen und zu fangen, sollst du nun zwei Steine gleichzeitig mit der Hand fangen.

5

Hast du alle Steine gefangen, ist der oder die nächste an der Reihe. Auch wenn du die Steine nicht fangen kannst, spielt ein anderes Kind weiter. Das Kind, das die meisten Steine fangen kann, gewinnt das Spiel.



Sonam und der wahre Reichtum



Audio:



www.back-to-life.org/sonam-und-der-wahre-reichtum

Ein Märchen aus den Bergen Nepals über einen klugen Händler, dem Vertrauen über alles geht.

Es war in Nepal, vor langer Zeit. Da lebte in einem abgelegenen Dorf in den Bergen von Mugu ein ehrlicher Kaufmann namens Sonam, der nicht bloß auf Geld aus war. Um Geschäfte zu machen, reiste er eines Tages wie so oft zum großen Basar in der Stadt Nepalgunj. Nicht etwa mit dem Flugzeug oder mit dem Auto – denn damals gab es weder Flugzeuge noch führte eine richtige Straße dorthin. Die einzige Möglichkeit, von Sonams Bergdorf ins Tiefland nach Nepalgunj zu gelangen, war ein fünftägiger Fußmarsch.

Die Händler aus dem Dorf nahmen große Mengen Heilkräuter aus den Bergen mit, dazu Steinsalz aus Tibet und Wolle von Himalaya-Schafen. Das alles wollten sie an die Geschäftsleute in Nepalgunj verkaufen. Ein paar reiche Händler besaßen sogar Edelsteine aus Tibet, um sie in indischen Grenzstädten anzubieten. Auch Sonam hatte einen Edelstein dabei, den er einem Juwelier verkaufen wollte.

Die Reisenden waren tagsüber meistens im Wald unterwegs und übernachteten in verlassenem Häusern und Kuhställen. Da konnte es immer passieren, dass man von

Räubern überfallen wurde. Um besser geschützt zu sein, taten sich die Kaufleute zu Gruppen von etwa zwanzig Personen zusammen. Sonam war in seiner Gruppe immer sehr beliebt, denn er war zu allen freundlich und konnte gut Geschichten erzählen, so dass die Zeit auf dem langen Weg schneller verging. Diesmal war ein neuer Händler in der Gruppe, der gleich sah, dass Sonam nicht viel Gepäck dabei hatte. Also fragte er ihn, was er denn in Nepalgunj verkaufen wolle. Sonam, immer offen und ehrlich, antwortete, dass er diesmal einen Edelstein dabei habe. Und er zeigte dem neuen Mitreisenden den leuchtenden Stein.

Abends kam die Gruppe in einem verlassenem Haus am Ufer des Babai Flusses unter. Die Händler aßen etwas und unterhielten sich wie üblich noch eine ganze Weile, bevor sie schlafen gingen. Da ertönte plötzlich ein Schrei: „Mein Edelstein ist weg!“ Der entsetzte Ausruf kam nicht etwa von Sonam, sondern von dem Händler, der zum ersten Mal mitreiste. Vollkommen außer sich rief der Neue: „Vor dem Essen war der Stein noch in meiner Tasche. Und jetzt will ich mein Betttuch herausholen und der Edelstein ist verschwunden. Es muss ihn jemand gestohlen haben!“

Sonam war sofort klar, was der Mann plante und was jetzt folgen würde. Und tatsächlich: Der Neue bat den Anführer der Kaufleute, alle zu durchsuchen. Das geschah und natürlich kam auch die Ta-

sche von Sonam an die Reihe. Doch nirgendwo fand sich ein Edelstein. Da es spät geworden war und alle schon gähnten, ging man schlafen, ohne noch etwas zu unternehmen. Der hinterlistige Plan des neuen Händlers war nicht aufgegangen.

Am nächsten Abend – es war der fünfte Tag – erreichten die Reisenden Nepalgunj. Jeder hatte nun sein eigenes Ziel in der Stadt, um Geschäfte zu machen. Also trennten sich die Händler und verabredeten sich für den nächsten Morgen am gleichen Ort. Auch Sonam machte sich auf den Weg. Irgendwann bemerkte er, dass der Neue ihm gefolgt war und blieb stehen. Der Händler sah ihn an und fragte: „Sonam, wohin hast du eigentlich den Edelstein gesteckt, den du mir gezeigt hattest?“ Sonam lächelte. Dann sagte er: „Mein Freund, du hast versucht, mich vor all den netten Leuten aus unserem Dorf als Dieb hinzustellen. Da habe ich entschieden, lieber den Edelstein zu opfern, statt fälschlicherweise als Dieb dazustehen. Also habe ich ihn aus dem Fenster in den Babai Fluss neben unserem Quartier geworfen.“ Der Neue sah Sonam mit großen Augen an. „Weißt du“, fuhr Sonam fort, „ich kann immer wieder einen Edelstein bekommen. Aber Vertrauen, das kann man nicht nachkaufen – wenn es einmal weg ist, bekommst du es wahrscheinlich nie wieder. Wäre ich an diesem Tag als Dieb überführt worden, hätte ich innerhalb von einer Sekunde zur anderen das gute Verhältnis zu meinen Mitmenschen verloren.“

Zum Zuhören, Selbstlesen und Weitererzählen.



Nicht nur dekorativ,
sondern voller Symbolik

Die sechzehn Arten, sich als Frau zu schmücken

Anders als in westlichen Kulturen tragen in Nepal praktisch alle Frauen Schmuck. Das hat nicht nur mit ihrem Sinn für Schönheit zu tun, sondern vor allem mit der Tradition des Hinduismus. Dieser Religion gehören etwa 80 Prozent der Bevölkerung an.

Oberflächlich gesehen mag Schmuck für Wohlstand und Status stehen – bei den Hindus hat er auch eine tiefe symbolische und spirituelle Bedeutung. Die Frauen tragen ihn von Kopf bis Fuß: im Haar, an den Ohren und an der Nase. Um den Hals, an den Armen, Händen und Fingern. Und schließlich um die Taille, die Fesseln, die Zehen.

DER TRADITIONELLE SCHMUCK NEPALESISCHER FRAUEN | Für die üppige Aufmachung gibt es in der Hindu-Kultur einen Begriff: *sohra shringar*. Er bedeutet, dass sich Frauen mit sechzehn Dingen schmücken sollten. Das sind zunächst zahlreiche Accessoires nämlich Blumen im Haar, Halsketten, Ohrringe, Ringe, jeweils Armreifen für den Oberarm und das Handgelenk, Gürtel, Glöckchen für die Fußknöchel und Zehenringe. Auch Ober- und Unterbekleidung zählt als Schmuck – genau wie Schminkefarben und Düfte: Bindi (Punkt auf der Stirn), Henna, Mascara, Parfum und Sandelholzpaste.

Den arbeitenden Frauen ist es kaum möglich, das alles gleichzeitig zu tragen. Doch bei besonderen Anlässen wie Hochzeiten, religiösen Feierlichkeiten und anderen großen Festen sieht man viele Hindu-Frauen, die sich so weit wie möglich an *sohra shringar* halten.



Pauju

DER SCHMUCK UND SEINE TIEFERE BEDEUTUNG:
Bindi: Der Punkt in der Mitte der Stirn wird ausschließlich von verheirateten Frauen getragen. Ursprünglich wurde er mit Sindur aufgetragen, einem roten Schminkepulver aus Zinnober. Er schützt das Dritte Auge vor negativen Einflüssen. Heute ist der Bindi auch ein modisches Statement, den es in vielen Formen und Farben als glitzernde Aufkleber gibt.

Nasenschmuck: Auch Nasenringe und -stecker haben unterschiedliche Formen und Designs. Ursprünglich sollte die Nase eines Mädchens im heiratsfähigen Alter durchstochen sein – als Zeichen für die Männer, dass sie bei den Eltern um dessen Hand anhalten konnten. Heute dagegen ist Nasenschmuck ein modisches Accessoire, das fast alle Hindu-Frauen jeden Alters tragen. Eine Ausnahme bilden die Frauen der Newar-Volksgruppe.
Ohrring: Im Hinduismus ist es ein übliches Ritual, den Mädchen und Jungen Ohrlöcher zu stechen.

So sollen die Kinder geschützt werden: Es heißt, goldene Ohrringe gleichen einen gestörten Energiefluss aus, während silberne helfen, einen übermäßigen Energiefluss zu beseitigen.



Bindis



Umdenken für starke Frauen Nepals



Die Autorin Ms. Bhatt arbeitete im Bereich Frauengesundheit 4 Jahre für das Nepal Fertility Care Center (NFCC). Sie ist die Schwester von Prof. Dr. Bhatta, Professor für Epidemiologie und Globale Gesundheit an der US-Universität in Kent und ehrenamtlicher Gesundheitsexperte sowie Berater der medizinischen Programme bei Back to Life. Prof. Dr. Bhatta ist der Co-Autor dieses Artikels.

Wenn man sich die enormen Herausforderungen und Nöte ansieht, denen Frauen in der nepalesischen Gesellschaft seit Generationen ausgesetzt sind, zeichnen diese ein verstörendes Bild und der Betrachter sieht sich in ein anderes Jahrhundert zurückversetzt. Althergebrachte Traditionen, Aberglaube und Tabus, die Leiden über viele Generationen gebracht haben, müssen endlich überwunden werden.

Denn wenn sich die Umstände für nepalesische Frauen in der Zukunft verbessern, dann können sie nicht nur überleben, sondern haben auch die Chance, sich zu entwickeln. Das beweist die Geschichte von mir, Nirmala, eindeutig. Obwohl ich im ländlichen Nepal in einem Kuhstall geboren wurde und meine Kita ein Tomatenstrauch war – später mehr dazu – habe ich in Nepal einen Masterabschluss absolviert und im August 2021 an einer US-amerikanischen Universität ein weiteres Studium in öffentlicher Gesundheit begonnen.

LEBENSWIRKLICHKEIT DER FRAUEN IM LÄNDLICHEN NEPAL | Unterernährung, schwere körperliche Arbeit bis zur Niederkunft, mentale Gesundheitsprobleme, häusliche Gewalt und sexuell übertragbare Krankheiten sind nur einige der Widrigkeiten, denen nepalesischen Frauen ausgesetzt sind.

Die geografische Isolation in abgeschiedenen Gegenden, Armut, Aberglaube, geschlechterspezifische Voreingenommenheit und patriarchale Normen tragen zu einer nachteiligen gesundheitlichen Entwicklung der Frauen in Nepal bei. Unter den genannten Vorzeichen kommt es zu Kinderehen, Bildungsdefiziten und hohen Geburtsraten, einhergehend mit einer Unterversorgung im Gesundheitsbereich. Es gibt einfach niemanden, an den sich die Frauen wenden können.

ALBTRAUM-HOCHZEIT | Als Kind war ich aufgeregt und glücklich, wenn ich an einer Dorfhochzeit teilnehmen durfte. Die Beweggründe, die vielleicht hinter diesen Ehen standen, waren mir nicht bewusst. Heute bin ich sicher, dass viele dieser Hochzeiten aus Sicht der Braut verfrüht waren. Doch für die Eltern ist die Heirat der Tochter vergleichbar mit der Übertragung einer Bürde von ihren eigenen Schultern auf die Schultern des Bräutigams. Anstatt Mädchen auf ein Leben als unabhängige Individuen vorzubereiten, treiben die sozialen Normen die Familie dazu, sich zu freuen, wenn ein Mädchen „weg geheiratet“ und so zum Problem eines anderen wird.

Meistens geht damit auch der Abbruch der Schulbildung einher. Letztendlich finden die Bräute sich mit einer Unmenge von Pflichten und Erwartungen konfrontiert, die ungünstige Auswirkungen auf ihre Gesundheit haben wie verfrühte Schwangerschaften und Mutterschaft. Wenn Frauen dann keinen Sohn gebären, kommt oft mentaler oder physischer Missbrauch hinzu.

DER LANGE WEG DER MODERNISIERUNG | Als ersten Schritt zur Verbesserung der Frauengesundheit müssten diese Probleme auf individueller und Gemeindeebene besprochen und anerkannt werden. Doch aus soziokulturellen Gründen werden Fragen zur Sexualität und reproduktiven Gesundheit auch heute noch totgeschwiegen und sind daher Grund zur Scham und Tabuisierung, wenn man an ihnen leidet. Um eine gesellschaftliche Ächtung zu vermeiden, verstecken Frauen ihre gynäkologischen Gesundheitsprobleme lieber und versuchen, mit ihnen zu leben.

Eine systematische Erfassung von Verletzungen, bleibenden Schäden und intendierten oder unbeabsichtigten Todesfällen im ländlichen Nepal gibt es nicht. In der Bergregion, in der ich aufgewachsen bin, kann ich mich jedoch an eine Vielzahl von Frauen erinnern, die geschwächt durch physische Arbeit und einem durch

Armut geprägten Leben bei der Futtersuche für ihre Tiere von Klippen oder Bäume gefallen sind und dabei starben oder sich schwer verletzten. Meine eigene Mutter war eine von ihnen.

TOMATENSTRAUCH-KITA | Wenn meine Mutter auf die Widrigkeiten ihres eigenen Lebens zurückblickt und mit dem jetzigen Leben ihrer Tochter vergleicht, witzelt sie mit einer Mischung aus Pathos und Stolz: „Ich kann weder fassen, dass du überlebt hast, noch, wo du jetzt im Leben stehst. Als du ein Kleinkind warst, hatte ich keine andere Option, als dich allein in einem Korb unter einen Tomatenstrauch zu legen, während ich auf einem Hof arbeiten ging. Denn es gab niemanden, der auf dich aufpassen konnte und die Arbeit musste gemacht werden, damit wir überlebten. Ich glaube, der Tomatenstrauch hat seine Aufgabe, dich aufzuziehen, gut gemacht.“

Während diese Aussage noch einmal die Lebensrealität ländlicher Frauen reflektiert, die tiefe Folgen für die eigene Gesundheit und kommender Generationen hat, danke ich dem Tomatenstrauch für seine Fürsorge. Meinen Eltern danke ich, dass sie mich als unabhängiges Individuum wertschätzten und eine bewusste Entscheidung gegen die Kinderehe und für meinen Bildungsweg trafen.

BACK TO LIFE MACHT EINEN NACHHALTIGEN UNTERSCHIED | Back to Life geht mit seinen Geburtshäusern und den Programmen zur Verbesserung der Frauengesundheit, Bildung und Armutsbekämpfung an die Wurzeln des Problems, um die Situation der Frauen im ländlichen Nepal langfristig zu verbessern. Nur so kann Schritt für Schritt ein Wandel herbeigeführt werden und sich ein Bewusstsein entwickeln, dass Dinge anders laufen können.

Mit seinen Geburtshäusern und Schulen schafft Back to Life ein umfassendes Netz an Bildungs-, Trainings- und Aufklärungsstellen, das dazu beiträgt, dass sich das Verständnis zu gesundheitlichen Themen langsam verbessert.

Die Programme von Back to Life machen einen wirklichen Unterschied, nicht nur für Frauen und Mädchen, sondern für alle zukünftigen Generationen. Bildung fördert auch ein Umdenken dahin, dass die Gesundheit von Frauen und ihr Leben zählt. Dieses Umdenken wird in Nepal noch lange nach der konkreten Umsetzung dieser Programme nachwirken.

Geburtshauspatenschaft

back-to-life.org/spenden



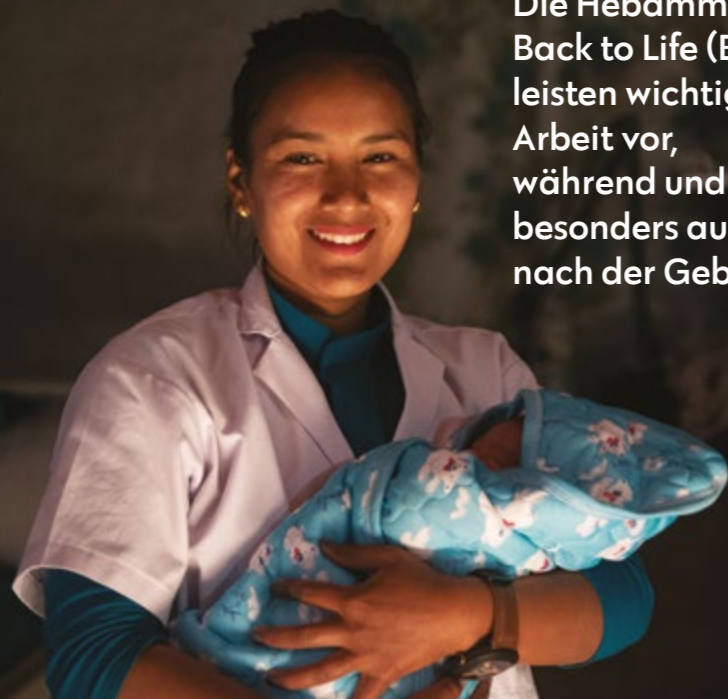
Ihre Geburtshauspatenschaft sichert langfristig den Unterhalt der nepalesischen Geburtshäuser und trägt aktiv zur Senkung der Kinder- und Müttersterblichkeit bei. Ihre Patenschaft ermöglicht professionelle Geburtshilfe sowie Vor- und Nachsorge für Mutter und Kind.

Auf unserer Webseite können Sie auswählen, in welcher Höhe und in welchem Rhythmus Sie die Geburtshäuser unterstützen möchten. Gerne können Sie uns auch direkt ansprechen.



Geburtshäuser retten Leben

Die Hebammen von Back to Life (BTL) leisten wichtige Arbeit vor, während und besonders auch nach der Geburt.



Pratima Karki, Hebamme im Geburtshaus Seri

Endlich, nach einem bangen Moment, stößt das Neugeborene den ersehnten, lauten Schrei aus. Der Schrei, der dem Leben sagt: „Hier bin ich!“ Bis es soweit war, haben unsere Hebamme Rupa Karki und ihre Mitarbeiterin hart um das Leben des Kindes gekämpft. Ein paar Stunden zuvor stand die Schwangere auf einmal vor der Tür des Geburtshauses in Rowa, weil sie unter starken Schmerzen litt. Bei ihr hatten einen Monat vor dem errechneten Termin ganz plötzlich die Wehen eingesetzt, sie brauchte Hilfe. Auch nach der Geburt war die schwierige Situation noch nicht überstanden. Das Baby wog nur 2.000 Gramm, war aber ansonsten gesund. Doch es war zu schwach und konnte nicht aus eigener Kraft an der Brust der Mutter saugen. Mehrere Tage blieben die beiden im Geburtshaus und die Hebammen betreuten sie, bis es mit dem Trinken klappte. Schließlich wurden sie nach Hause entlassen.



Ainkala Rokaya, Hebamme im Geburtshaus Gamtha

WIR LASSEN MUTTER UND KIND NICHT ALLEINE | Doch als Rupa die Mutter und ihr Kind eine Woche später zur Nachsorge besuchte, traf sie eine verzweifelte Frau und ein ohne Unterlass weinendes Baby an. Das Neugeborene litt Hunger, weil seine Mutter nicht genug Muttermilch produzierte. Rupa kannte das Problem nur zu gut: Der Mutter fehlte es an proteinreicher Nahrung, Gemüse, Eier und Milch. Die Hebamme sorgte für frische Lebensmittel und erinnerte sie daran, regelmäßig zu stillen, mindestens 8-mal am Tag mit einem Abstand von 2 Stunden.

Einen Monat später, bei der 4. Nachsorge, hatte das Baby bereits ein Kilo zugenommen und wog 3.000 Gramm. Rupa und ihre Mitarbeiterin strahlen, wenn sie von diesem Erfolg berichten. Dank ihrer Arbeit und Unterstützung retten sie Müttern und Kindern das Leben.

FRÜHER KUHSTALL, HEUTE GEBURTSHAUS | Janaki Karki, Hebamme am Loharbada Geburtshaus, sagt: „Die Geburt wurde in vielen nepalesischen Familien als unrein angesehen und die Frauen mussten im Kuhstall gebären, wo sie auch danach zwei Wochen lang verblieben. Sie erhielten keine kräftigende Nahrung und auch keine sonstige weitere Unterstützung. Dabei ist die richtige Ernährung besonders wichtig, damit die Frauen sich nach den Anstrengungen der Schwangerschaft wie auch nach der Geburt regenerieren und bestmöglich für ihr Neugeborenes während der Stillzeit sorgen können. Mit ganzer Kraft setzen wir uns dafür ein, die Familien aufzuklären, wie wichtig und lebensrettend die richtige Geburtsnachsorge ist.“

WIR HELFEN RUND UM DIE GEBURT | In den Geburtshäusern von Back to Life in Nepal werden nicht nur Babys geboren, sondern die Arbeit der Hebammen fängt bereits weit vor der Geburt an und dauert über Wochen danach an. Die WHO (Weltgesundheitsorganisation) betont, wie wichtig eine intensive Geburtsnachsorge ist: „Die meisten Mutter- und Kindstode passieren während der ersten 6 Wochen nach

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

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

der Entbindung. Dennoch wird diese Phase bei der Bereitstellung einer qualitativ hochwertigen Versorgung von Mutter und Kind immer noch vernachlässigt.“

FÜR DIE STÄRKUNG DER MÜTTER | 3-5 Tage bleiben die Frauen nach der Geburt unter der fachkundigen Beobachtung der Hebammen. Während dieser Zeit führen die Hebammen nicht nur Untersuchungen durch, sondern geben den Frauen nach der Niederkunft die Chance, wieder zu Kräften zu kommen. Dafür gönnen sie ihnen Ruhe und bereiten ihnen nahrhafte, frische Mahlzeiten mit Zutaten aus dem angeschlossenen Küchengarten zu. Außerdem erhalten die Mütter eine Babydecke, waschbare Windeln sowie etwas zum Anziehen für das Baby und für sich. Die Hebammen nutzen die Zeit, um die Mütter über wichtige Themen aufzuklären. Sie sprechen über den empfohlenen Geburtsabstand, Familienplanung, Ernährung in der Stillzeit, Hygiene sowie über mögliche Risikoanzeichen, bei denen sie mit ihrem Baby medizinische Hilfe aufsuchen müssen.

Dank des Einsatzes und der professionellen Arbeit von Hebammen konnte die Sterberate von Neugeborenen sowie von frisch entbundenen Müttern in den ländlichen Bezirken Nepals er-

heblich gesenkt werden. Lag sie 1971 noch bei 87/1.000 Geburten, fiel sie bis 2020 auf 17/1.000 Geburten. Das ist ein Rückgang um 80 Prozent. In der Bergregion Mugu mit ihren 65.000 Einwohnern trägt Back to Life durch 15 Geburtshäuser entscheidend dazu bei.

BTL-GEBURTSHAUSER IN ZAHLEN:

• Geburtshäuser:	15
• Hebammen:	30
• Geburten:	2.882
• Durchgeführte Vorsorgetermine:	11.433
• Durchgeführte Nachsorgetermine:	5.343
• Ø Tage Aufenthalt im Geburtshaus pro Geburt:	3-5



Wenn Hebammen selbst Mütter werden

Vier unserer Hebammen haben gerade selbst ein Kind geboren. Das hat ihren Blickwinkel verändert.

Wenn Frauen in der nepalesischen Hochgebirgsregion schwanger werden, sind sie neben der Freude auf das Kind auch vielen Problemen ausgesetzt. Niemand weiß das besser als unsere Hebammen, die in den Geburtshäusern arbeiten. Eine von ihnen ist Kamala Rawat. Sie arbeitet im Kalai Geburtshaus und kommt aus dem Dorf Jima. Vor einiger Zeit wurde aus der Hebamme auch eine Mutter.



DIE MUTTERSCHAFT ÄNDERT DIE PERSPEKTIVE |

In den vergangenen anderthalb Jahren haben gleich vier unserer Hebammen eigene Kinder zur Welt gebracht. Selbst in einem Geburtshaus als Schwangere sowie während und nach einer Geburt von ihren Kolleginnen umsorgt und behandelt zu werden, das hat den Blickwinkel von Hebamme Kamala noch einmal verändert. Sonst war es sie, die sich um die Frauen kümmerte. „Meine Mutterschaft hat mir die Möglichkeit gegeben, direkt zu erfahren, wie die Schwangeren von medizinischem Fachpersonal behandelt werden müssen“, sagt Kamala rückblickend. Durch ihre eigene Entbindung sah sie sich nun in einer anderen Rolle. Die Hebammen Sarita und Bishnu betreuten ihre Hebammen-Kollegin bei der Geburt. Kamala brachte ein gesundes Baby zur Welt und gab ihm den Namen Arpan. Das bedeutet übersetzt Hingabe.

HEBAMMEN TREIBEN GESELLSCHAFTLICHEN WANDEL VORAN |

Unsere Hebammen bilden die Grundlage für einen gesellschaftlichen Wandel, in dem Schwangere respektvoll behandelt werden und entsprechend ausreichend medizinische Versorgung erhalten können.

„Ich habe gesehen, dass schwangere Frauen und Mütter in vielen Familien keinen Respekt und keine Fürsorge erfahren. Das psychische Trauma, das eine schwangere Frau und Mutter hier in vielen Haushalten erleidet, ist kaum vorstellbar. Die meisten Frauen müssen außerdem bis zur Niederkunft harte körperliche Arbeit leisten, weit über ihre Kräfte hinaus, die sie eigentlich für die Geburt brauchen“, berichtet sie betroffen. Kamala fährt fort: „Es gibt immer noch viele geschlechtsspezifische Tabus, die den Frauen und ihren Körpern auferlegt werden. Vor der Geburt sollen sie das Haus verlassen und sich in den Wald oder im Kuhstall zurückziehen. Wegen des Bluts gelten die Frauen während und nach der Geburt als verschmutzt, sie werden mindestens 11 Tage lang nicht berührt. Durch diese alte Tradition wird das Leben von Mutter und Kind aufs Spiel gesetzt. Durch die Geburtshäuser haben wir die Chance, die Situation zu ändern. Es ist uns Hebammen wichtig, nicht nur im Geburtshaus gute Arbeit zu leisten, sondern die Familien in den Dörfern aufzuklären, insbesondere die Männer. In den kommenden Tagen werde ich in meinem Dorf mit den Männern und Frauen über diese Themen sprechen“, erzählt Kamala. Die

Manju Karki, Hebamme im Geburtshaus Khamale.

immer noch schwierige Lage vieler werdender Mütter soll sich durch mehr Aufklärung verbessern. Deshalb führen die Hebammen monatliche Aufklärungsveranstaltungen aus, um die Menschen in den Dörfern auf diese Weise zu erreichen und alte Strukturen aufzubrechen. Sie sprechen über Themen der öffentlichen Gesundheit wie Vorbereitung der Elternschaft, Geburt, Hygiene und Ernährung.

HEBAMMEN ALS VORBILDER |

Ein weiteres öffentliches Tabu brechen die Hebammen, die selbst Mütter geworden sind, ebenfalls: Die vier Frauen arbeiten trotz ihrer Mutterschaft weiter. Das ist in Nepal, besonders in einer ländlichen Region, keine Selbstverständlichkeit. Sie sind damit ein leuchtendes Vorbild für viele andere Frauen. Kamala verdankt ihre Berufsfähigkeit auch ihrer Familie: „Meine Familie hat Verständnis für meine berufliche Verantwortung. Ich erhalte von ihnen jederzeit die nötige Unterstützung. Sie sind genauso stolz auf meinen Beruf wie ich selbst. Deshalb kann ich weiterhin für die Frauen hier in Mugu da sein und Teil des Safer Mother Programms von Back to Life in Mugu sein.“



Rangi Rokaya mit Baby im Seri Geburtshaus



Manju Karki und ihr neugeborenes Kind im Khamale Geburtshaus



Lalita Rawat glücklich mit Neugeborenem im Khamale Geburtshaus



Manju Karki (links) und Lalita Rawat (rechts) mit ihren Babies im Geburtshaus Khamale



Jetzt sind wir eine Familie

Mangal findet sein Glück mit Kamala und wird Vater



Dass Liebe alles überwinden kann, ist ein Kalenderspruch. Dass Kamala und Mangal sich einfach gefunden haben, unsere liebste Lovestory. Denn Mangals Kinderlähmung spielte und spielt für die beiden einfach keine Rolle. Dagegen Liebe, Respekt, Fürsorge und Hingabe. Jetzt sind die beiden Eltern eines gesunden Mädchens geworden. Ein vorbildliches Paar, das ein Leben in Würde lebt und viele gute Pläne für die Zukunft hat.

LIEBE AUF DEN ERSTEN BLICK | Kamala und Mangal begegneten sich zuerst in seinem Reparaturladen, den er sich mit viel Engagement aufgebaut hat. Für Mangal Liebe auf den ersten Blick und auch Kamala war schnell hin und weg: „Ich war schon von Mangal beeindruckt, bevor er mich über das Handy anrief. Ich wusste von meiner Tante, wie schwer es im Leben hatte und wie erfolgreich er nun ist. Ich habe seinen Heiratsantrag per Handy angenommen, weil ich schon nach kurzer Zeit sehr verliebt in ihn war.“

EIN KIND MIT MEHR MÖGLICHKEITEN | Im Leben hat das Paar gelernt, jeden Tag zu genießen. Sie arbeiten zusammen, sie lachen zusammen und haben geplant, eine kleine glückliche Familie zu gründen. „Wir wollen nicht viele Kinder haben. Ein Kind ist genug. Wir müssen das Kind gut erziehen und ihm alle Möglichkeiten geben, die uns

Mangals Weg - nie beirren lassen

Bereits als kleines Kind mit Polio infiziert, schafft es Mangal dennoch, die Schule bis zum Ende der 10. Klasse zu besuchen. Allerdings nur, weil er jeden Tag dorthin getragen wird. Zur weiterführenden Schule kann er nicht mehr kommen. Da er sehr geschickt ist, repariert er viele Dinge im Dorf, wünscht sich aber eine professionelle Ausbildung. Mit der Hilfe von Back to Life kann er drei Monate in einem Elektroladen lernen und eröffnet schließlich - finanziert über einen Kredit der Genossenschaft - seinen eigenen Reparaturladen im kleinen Marktzentrum von Khatyad in Mugu. Dort lernt er auch Kamala kennen und die beiden heirateten im vergangenen Jahr. Am 9.6.2022 wurde ihre gesunde Tochter Aarakshi geboren.



zur Verfügung stehen“, sagte Kamala schüchtern bei unserem Treffen im Gamtha Geburtshaus, das sie für ihre Schwangerschafts-Vorsorge aufsuchte.

Am sonnigen Morgen des 9. Juni brachte Kamala dort ihre gesunde Tochter Aarakshi, „die Beschützerin“, zur Welt. Die Hebammen des Zentrums haben sie rundum betreut und noch vier Tage dort behalten, damit sie sich ausruhen konnte und sicher war, dass alles funktioniert. Die anfänglichen Trinkschwierigkeiten des Säuglings waren schnell überwunden und Mangal konnte seine Frau und Tochter nach Hause holen. Er war extra in eine kleine Wohnung neben dem Laden umgezogen, die deutlich mehr Komfort für die Familie bietet. Die Nachsorge findet weiter über das Geburtszentrum statt, die Hebammen kommen und Kamala weiß genau, dass sie sich mit jedem Problem melden kann und Hilfe erhält.

GROBE PLÄNE FÜR DIE KLEINE FAMILIE | Aktuell kümmert sich Kamala noch ausschließlich um ihr Baby, aber auch Mangal kommt regelmäßig aus dem Laden nach Hause und genießt es, Mutter und Kind bei der Ölmassage zuzusehen. Ein besonders inniger Moment. In Zukunft möchte Kamala auch wieder mit ihrem Mann zusammen im Laden arbeiten. Was vorher als kleiner Reparaturshop für Mobiltelefone begann, ist mittlerweile DIE Adresse für qualitativ hochwertige Arbeiten. Mangal erledigt Vieles mit dem Laptop, es fehlt nur noch, dass er Handys verkauft, was sein großer Traum ist, den er sich – es würde uns nicht wundern – bestimmt erfüllen kann. Kamala, die sich bald wieder um die Kunden kümmern will, hat aber selbst große Pläne: Kopien machen, Dokumente abtippen und ausdrucken. Eine clevere Idee, denn ganz in der Nähe des Ladens befindet sich das Gemeindeamt und immer wieder kommen potenzielle Kunden, die genau diese Dienstleistungen wünschen. Es ist also nur noch eine Frage der Zeit, dass Mangal einen Kredit aufnimmt, um Drucker und Kopierer anzuschaffen und Kamala sich alles aneignet. Offensichtlich ist seine Frau genauso ehrgeizig wie er selbst – auch da ergänzen sich die beiden bestens.



AUF EIGENEN BEINEN STEHEN – AUCH IM ROLLSTUHL | Menschen mit Behinderungen wie Mangal haben auf großartige Weise körperliche und geistige Herausforderungen gemeistert und damit die Wahrnehmung und den Blick der Welt auf sie verändert. Die anfängliche Starthilfe von Back to Life reichte aus, damit Mangal sich weiterbilden und seinen Laden eröffnen konnte. Mehr Hilfe wollen und brauchen die beiden nicht. Das haben sie deutlich gesagt. Ihr Geschäft weiter auszubauen, schaffen sie selbst. Schön ist, dass auch die Menschen in Mugu sagen: „Seht her! Man sollte seine Behinderung in eine Fähigkeit umwandeln, wie es Mangal tut.“ Weiter so.



Die Gipfelstürmer leben hoch

Nicht oft gelangt Nepal in die Weltpresse.
Wenn, dann hat es meistens mit den
höchsten Bergen der Welt zu tun.

Wie auch hier.

Sanu Sherpa am 21.07.2022
auf dem Gipfel des
Gasherbrum II in Pakistan.
(C) everestchronicle.com



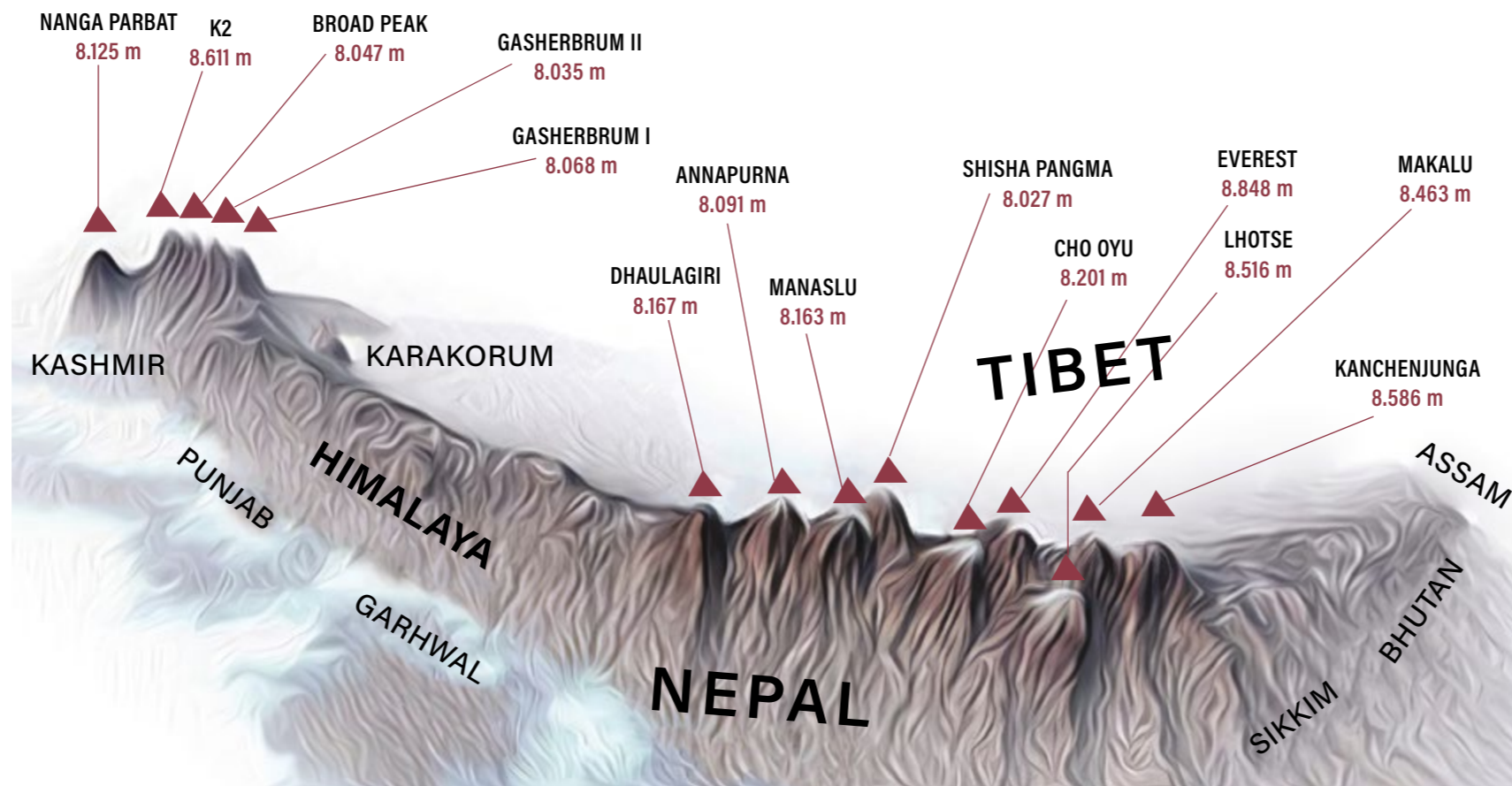
(C) lamthanes



Als Sanu Sherpa, 47 Jahre, am 21.07.2022 zum zweiten Mal den Gipfel des Gasherbrum II in Pakistan erreicht, jubelt ganz Nepal mit ihm. Als erster Mensch hat er alle vierzehn Achttausender der Welt zwei Mal bestiegen. Acht der Gipfelriesen liegen in Nepal, die anderen sechs in Pakistan, China und Indien.

Der Weg ist lang, weit und steil. Geboren 1975 in Sankhuwasabha, einem Bergdorf im Osten Nepals, wächst Sanu im Schatten des fünfthöchsten Achttausenders namens Makalu auf. Er führt ein einfaches Leben als Landwirt und hütet Yaks und Schafe an den Berghängen. Die landwirtschaftlichen Erträge reichen kaum zum Leben, das Dasein ist hart. Er gehört zur Volksgruppe der Sherpas, einer ethnischen Minderheit in Nepal. Vor 400 Jahren zogen um die 60.000 als Nomaden lebende Sherpas aus dem Hochplateau von Tibet in den Osten Nepals. Sie siedelten sich an den Berghängen rund um den Mount Everest und in Helambu bis in Höhen von 5.000 Metern an. Fortan leben sie von der Landwirtschaft und Viehzucht. Die Sherpas sind größtenteils buddhistisch geprägt, ihre Sprache wird ebenso Sherpa genannt. Schätzungsweise 500.000 Sherpas gibt es heute in Nepal, sie machen knapp zwei Prozent der Gesamtbevölkerung aus.

Das Gebirgsvolk ist wie kein anderes an extreme Höhen angepasst und besitzt eine unvergleichliche Ausdauer und körperliche Widerstandskraft am Berg. Als der Bergtourismus in Nepal zu boomen beginnt, etablieren sich die Sherpas als unverzichtbare Gepäckträger und Bergführer. In einer Saison am Berg können sie mehr verdienen als ihnen ein ganzes Jahr Arbeit auf ihren Feldern einbringt.



*Sherpa ist der Name einer Ethnie und nicht, wie viele annehmen, eine Berufsbezeichnung. Doch die Sherpas sind in ihrem Beruf unverzichtbar geworden. Das kann man jedes Jahr am Mount Everest beobachten. Ohne die Sherpas hätten die wenigsten der „Bucket-List-Bergsteiger“ die Chance, den Gipfel des Everests zu erreichen. Die Sherpas tragen die tonnenschweren Lasten zum Berg und auf den Berg. Sie richten das Basis- und die 4 Höhenlager ein, versorgen die Bergsteigergruppe mit Mahlzeiten und stellen den Sauerstoffvorrat sicher. Sie überbrücken den gefährlichen Khumbu Gletscher mit Leitern und Seilen. Die Sherpas legen für ihre Kunden eine Piste bis zum Gipfel an, montieren Fixseile im Felsen, Schnee und Eis auf dem Weg nach oben. Sie schieben die Kunden, oft bergunerfahren, auf den ersehnten höchsten Punkt, den „top of the world“. Dafür hat der Kunde dem Veranstalter zwischen 60.000-100.000 Euro inklusive Everest-Permit hingeblättert.

Sanu Sherpas Gipfelerfolge

1	Everest	8.849 m	Nepal / China	2007 & 2008 & 2009 & 2012 & 2013 & 2016 & 2017
2	K2	8.611 m	Pakistan / China	2021 & 2021
3	Kanchenjunga	8.586 m	Nepal / Indien	2014 & 2022
4	Lhotse	8.516 m	Nepal / China	2008 & 2021 & 2022
5	Makalu	8.485 m	Nepal / China	2019 & 2022
6	Cho Oyu	8.188 m	Nepal / China	2006 & 2008
7	Dhaulagiri	8.167 m	Nepal	2019 & 2021
8	Manaslu	8.163 m	Nepal	2010 & 2011 & 2016
9	Nanga Parbat	8.125 m	Pakistan	2017 & 2018 & 2022
10	Annapurna	8.091 m	Nepal	2016 & 2021
11	Gasherbrum I	8.080 m	Pakistan / China	2013 & 2019 & 2022
12	Broad Peak	8.051 m	Pakistan / China	2014 & 2017
13	Gasherbrum II	8.035 m	Pakistan / China	2019 & 2022
14	Shishapangma	8.027 m	China	2006 & 2011

Im Jahr 2005 kommt Sanu nach Kathmandu, er hegt den Traum eines besseren Lebens. Mountain guide will er werden, eine hoch angesehene Arbeit für einen Sherpa. Zuerst heuert der Dreißigjährige bei einer Expeditionsagentur als Hochgebirgsträger und Küchenhelfer an. Obwohl er keine Erfahrungen im Bergsteigen hat, lässt der berufliche Aufstieg zum Bergführer nicht lange auf sich warten. Bereits ein Jahr später besteigt er mit einer Gruppe von Klienten den sechstöchsten Berg der Welt, den Cho Oyu, 8.021 m. Im selben Jahr dann auch den Shishapangma (8.012 m). Der stetig wachsende Bergtourismus bietet Sanu die Chance, gut für seine Familie zu sorgen und so sammelt sich einen Gipfelerfolg nach dem anderen an. Sieben Mal steht er auf dem Gipfel des Mount Everest.

2019 hat Sanu zum ersten Mal alle Achttausender bestiegen, manche bereits doppelt. Dann folgt Corona und Stillstand des Bergsteigertourismus. Tausende Sherpas, seien sie Träger, Bergführer oder Lodge-Besitzer, sind ohne Einkommen. 2021, als die Berge wieder freigegeben sind, führt Sanu gleich mehrere Expeditionen zu den Gipfeln der Achttausender. Die Liste seiner Summits (Gipfel) wächst beständig und so manifestiert sich schließlich die Idee, die Mission Double zu schaffen. Er möchte alle

8.000er ein zweites Mal besteigen.

Sanu Sherpa, mittlerweile 47 Jahre alt, gibt Vollgas. Allein in diesem Jahr bis zum Sommer steht er auf den Gipfeln von fünf Achttausendern: dem Kanchenjunga (8.586 m), dem Makalu (8.463 m), dem Lhotse (8.516 m), dem Nanga Parbat (8.125 m) und dem Gasherbrum II (8.035 m). Damit hat er die Double Mission erreicht und wird bei seiner Rückkehr aus Pakistan von seinen Landsleuten in Nepal gefeiert.

So sehr er sich über diesen Erfolgstitel im Namen der Sherpas freut, so wenig möchte er, dass sein Sohn Nang Norbu ihm in die Fußstapfen folgt. Der Sohn sagt selbst, dass die Zeiten sich geändert hätten. Dank des Verdienstes seines Vaters habe er eine gute Schulbildung genossen und möchte lieber studieren oder einen Bürojob erlernen, statt jede Saison sein Leben zu riskieren. Für Sanu Sherpa selbst seien jetzt Reisen angesagt, gerne möchte er sich andere Länder als Tourist anschauen. Aus einem ganz anderen Blickwinkel - von unten.

Nachdem in der Vergangenheit meist nur die Erfolge westlicher Bergsteiger Erwähnung und Aufmerksamkeit in den Medien fanden, werden jetzt die der Einheimischen wahrgenommen und wertgeschätzt.

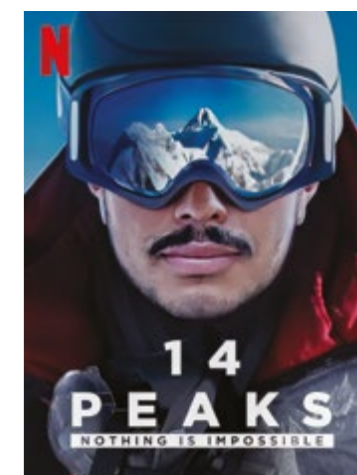
Wissenswertes... über das Dach der Welt

Von Ost nach West erstreckt sich der mit über 2.500 Kilometer gewaltigste Gebirgszug der Erde in einem leichten Halbkreis hinweg über Pakistan, Indien, Nepal, China und Bhutan. Nepal hält den größten Anteil des Himalayas. Gleichsam hat der Himalaya den größten Teil Nepals inne, nämlich 75 Prozent. Der Gebirgszug gilt auch als 3. Pol, weil er nach Nord- und Südpol der größte Eis- und Wasserspeicher der Erde ist. Er ist überlebenswichtiger Wasserspender für über 2 Milliarden Menschen, denn die 10 großen Flüsse Südasiens entspringen dort wie die Ganga (Ganges), der Indus und der Tsangpo-Brahmaputra. Die Hindukusch-Himalaya Region wird als „Wasserturm Asiens“ bezeichnet, gleich acht Ländern liefert sie die Lebensgrundlage Wasser: Afghanistan, Pakistan, China, Indien, Nepal, Bhutan, Bangladesch, Myanmar.

Legendäre Milestones der letzten 2 Jahre



Am 16.01.2021 erreichte das 10-köpfige nepalesische Team den Gipfel des K2. Es ist die erste gelungene Winterbesteigung des zweithöchsten und anspruchsvollsten aller Achttausender.



Zum erfolgreichen K2-Team gehörte auch Nirmal Purja, 39, der atemberaubende Rekorder am Berg aufweisen kann. Er bestieg die 14 Achttausender in einer Rekordzeit von 6 Monaten und 6 Tagen (mit Sauerstoff). Der alte Rekord lag bei 7 Jahren, 10 Monaten und 6 Tagen. Außerdem war er der Erste, der in 48 Stunden die Gipfel des Everests, des Lhotse und Makalu erreichte. Über Nimsdai, wie er von allen genannt wird, gibt es auch eine spannende Netflix Produktion, 14 Peaks: Nothing is impossible.



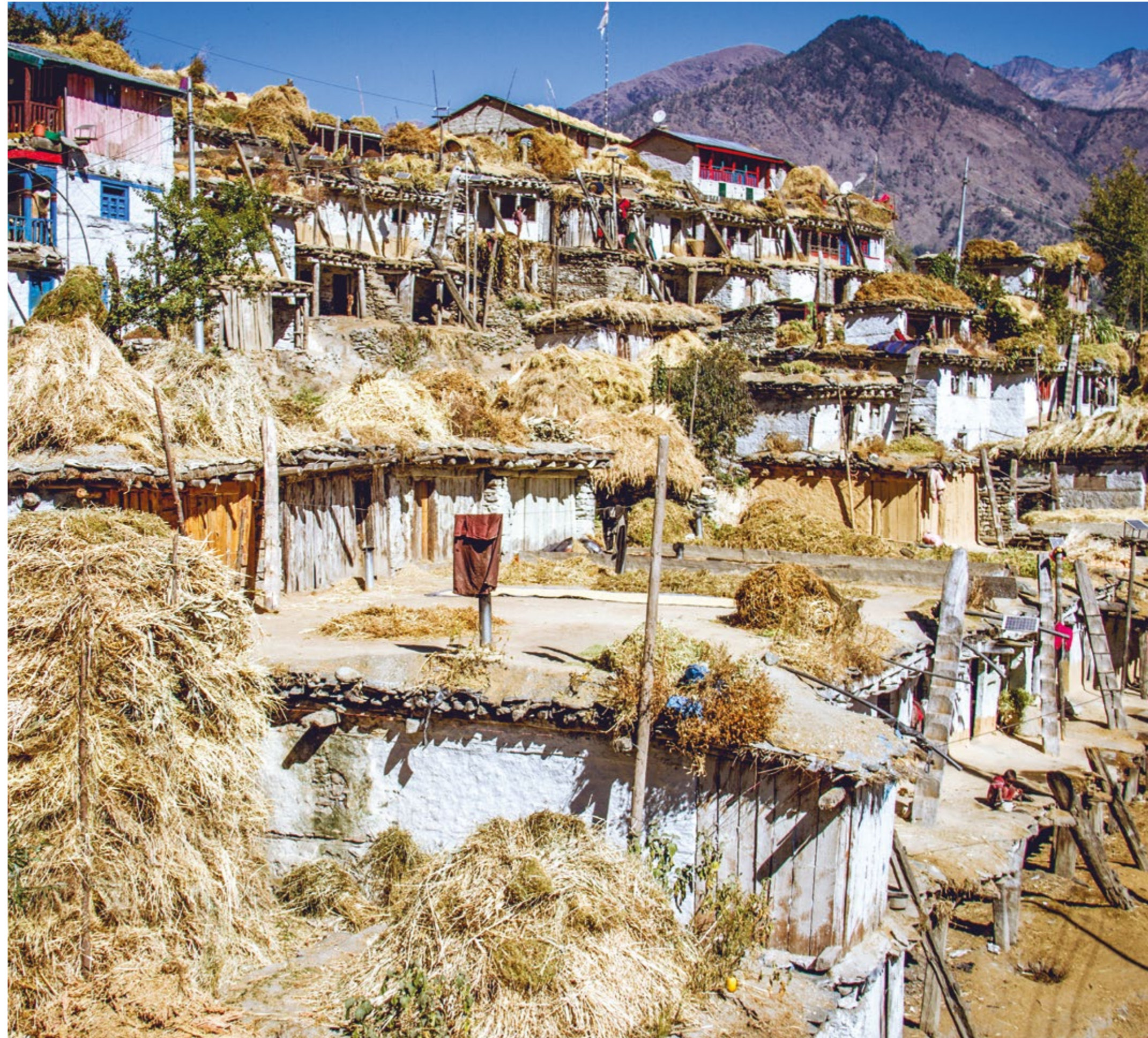
Am 07.05.2022 feierte der Sherpa Kami Rita seinen 26. Gipfelerfolg auf dem Mount Everest! Erstmals erreichte er 1994 im Alter von 24 Jahren den Gipfel und 26 Jahre später, mit 52 Jahren dann zum 26. Mal. Kami hält auch den Rekord für die meisten Achttausender-Gipfel: 38-mal stand er auf den Bergriesen.

Willkommen!

**EIN TYPISCHES PAGRI HAUS
IN DEN BERGEN NEPALS
ÖFFNET DIE TÜR FÜR SIE.**

TRETEN SIE EIN!

Im Hochgebirge von Mugu haben die Wohnhäuser einen ganz eigenen Charakter. Das hängt mit den gegebenen Möglichkeiten sowie der Lage, in der sie gebaut sind, zusammen. Gestützt von dicken Holzstämmen, mit der Ernte der Felder beladen, eng aneinandergeschmiegt, trotzen sie den harschen Bedingungen in den Bergen Nepals. Manche stehen schief am Hang, sind schmal oder breit und jede Eingangstür hat eine andere Größe. Nichts folgt hier einer Norm, alles ist Handarbeit. Die Steine zum Hausbau werden aus den Felsen gebrochen oder am Fluss gesammelt, zum Verputzen wird gehärteter Lehm genommen. Die Baumstämme und das Holz für die Schreinerarbeiten stammen aus der Umgebung. Kein Haus gleicht dem anderen, doch sie sind sich alle ähnlich und bilden, in die Bergänge des Himalayas gebaut, eine eindrucksvolle, erdfarbene, rustikale Bergdorfkulisse.



REIHENHÄUSER IM HOCHGEBIRGE

| Die Bergregion Mugu liegt im schwer erreichbaren Hochgebirge. Das Dasein ist hart, die meisten Dörfer haben keinen Anschluss an Wasser oder Strom, also auch kein Licht im Haus. Die Infrastruktur ist schlecht, Straßen sind kaum vorhanden (nur in den Randgebieten) und wenn, dann sind sie spärlich ausgebaut. Die Menschen in den abgelegenen Bergdörfern leben von der Landwirtschaft, sie arbeiten mit den einfachsten Mitteln hart daran, den Terrassenfeldern eine Ernte abzurufen. Entlang der Berghänge gibt es Siedlungen und Dörfer, oft ganze Tagemärsche voneinander entfernt. Die Dörfer können 10-100 Häuser zählen, die dann zwar auseinandergezogen an ver-

schiedenen Hängen gebaut sind, aber dort in Gruppen beieinanderstehen und gemeinsam als Dorf gelten. Städte sucht man vergebens hier oben.

In den Dörfern stehen Steinhäuser in Reihen, wobei eine Hausreihe als *Pagri* bezeichnet wird. Ein ganzes Dorf besteht deshalb aus mehreren *Pagri*, meist hintereinander in den Hang gebaut, damit die hintere und höhergelegene Reihe auch Sonnenstrahlen empfängt. Die *Pagris* werden nach Osten oder Süden ausgerichtet, damit möglichst viel wärmende Sonne die Häuser erreicht. Die Steinhäuser stehen dicht beieinander, um sich vor dem Wind zu schützen. Bewohnt werden sie meist von 5-7 Familienmitgliedern,

von den Kindern bis zu den Großeltern, oft kommt Besuch von Verwandten aus umliegenden Dörfern dazu.

THAADO ALS LEBENSMITTELPUNKT

| Die meisten *Pagri*-Häuser besitzen zwei Stockwerke, Erdgeschoss und erster Stock. An der Wand eines jeden Hauses lehnt eine selbstgeschnitzte, massive Leiter. Ein in der Länge geteilter Baumstamm, in den grobe Kerben geschnitzt sind, mal größere, mal kleinere, tiefer oder flacher. Über sie gelangen Jung und Alt zur Veranda im ersten Stock und schließlich auf das flache Hausdach, *Thaado* genannt. Der *Thaado* bildet den Lebensmittelpunkt für die Menschen. Hier verbringen sie viel Zeit. Reis, Getreide und Körner liegen zum Trocknen auf Tüchern ausgebreitet, daneben wird Getreide gedroschen mit dem *Jallauro*, einem selbst hergestellten Handdrescher, es wird gesiebt und gemahlen. Das eigentliche Dorfleben spielt sich auf dem *Thaado* ab, denn die Menschen begrüßen und besuchen sich dort, tauschen sich aus und arbeiten nebeneinander. Selbst die Dorfversammlungen finden auf dem Dach eines *Pagri* statt. Mit einem Schritt gelangen die Menschen von einem *Thaado* zum *Thaado* des Nachbarhauses. Für die Lagerung von Lebensmitteln wie Getreide haben sich viele Familien auf dem *Thaado* einen Raum gebaut, den sie *Ubra* nennen. Das Flachdach wird immer wieder aufs Neue mit einer Mixtur aus Lehm und Kuhmist verputzt. Das hält im Sommer kühl und im Winter warm.

Bei den meisten Familien steht eine grobgeschnitzte Holzfigur einer lokalen Gottheit, Fluss- oder Berggott, auf dem *Thaado*, stummer Zeuge der täglichen Arbeit, die auf dem Dach geleistet wird. Nur im Winter steht die Gottfigur alleine da. Da haben sich die Familien in das Innere des Hauses im ersten Stock, in den *Biathak*, zurückgezogen, rund ums Feuer. Auf dem *Thaado* liegt dann Schnee.

DASEIN OHNE SCHNICKSCHNACK

| Das darunterliegende erste Stockwerk steht auf massiven Holzplanken. Dort liegt der Wohn- und Schlafraum der Familie, der *Biathak*. In dessen Mitte befindet sich die Feuerstelle des Hauses, die als Koch-, Licht- und Heizquelle dient. Nachts wird daneben geschlafen, um von der langsam ausgehenden Glut gewärmt zu werden. Der Raum ist ebenso lehmverputzt. Einrichtungsgegenstände gibt es kaum. Gekocht, gegessen und geschlafen wird meist auf dem Boden, es gibt aber auch Holzpritschen als Betten. Tische, Stühle und Schränke braucht es nicht, bei manchen steht eine massive

Truhe an der Wand oder ein Holzbrett wird als Regal genutzt. Die Menschen haben kaum persönliche Besitztümer, die Kinder kein Spielzeug. Die wenige Kleidung hängt einfach an einem Nagel. Der Raum ist meist bar jeglichen Schmuckwerks, man sieht nur die essentiellen Dinge des täglichen Gebrauchs.

Die Häuser der Großfamilien, in denen die erwachsenen Söhne mit ihren Familien geblieben sind, statt einen eigenen Haushalt zu gründen, verfügen über mehrere Schlafräume und sind deshalb breiter gebaut.

Manche Familien haben einen separaten, schmalen Raum als Küche eingerichtet, *Borso* genannt. Normalerweise gibt es hier keine Fenster, weshalb an der Wand oder im Dach ein Loch für Lichtstrahlen und zum Rauchabzug sein kann. Die Wände sind rußgeschwärzt. Im Haus riecht es nach Erde, Holz, Feuer und Tier. Die Toilette befindet sich außerhalb des Gebäudes, einfachster Art, mit einem Kübel Wasser zum Spülen.

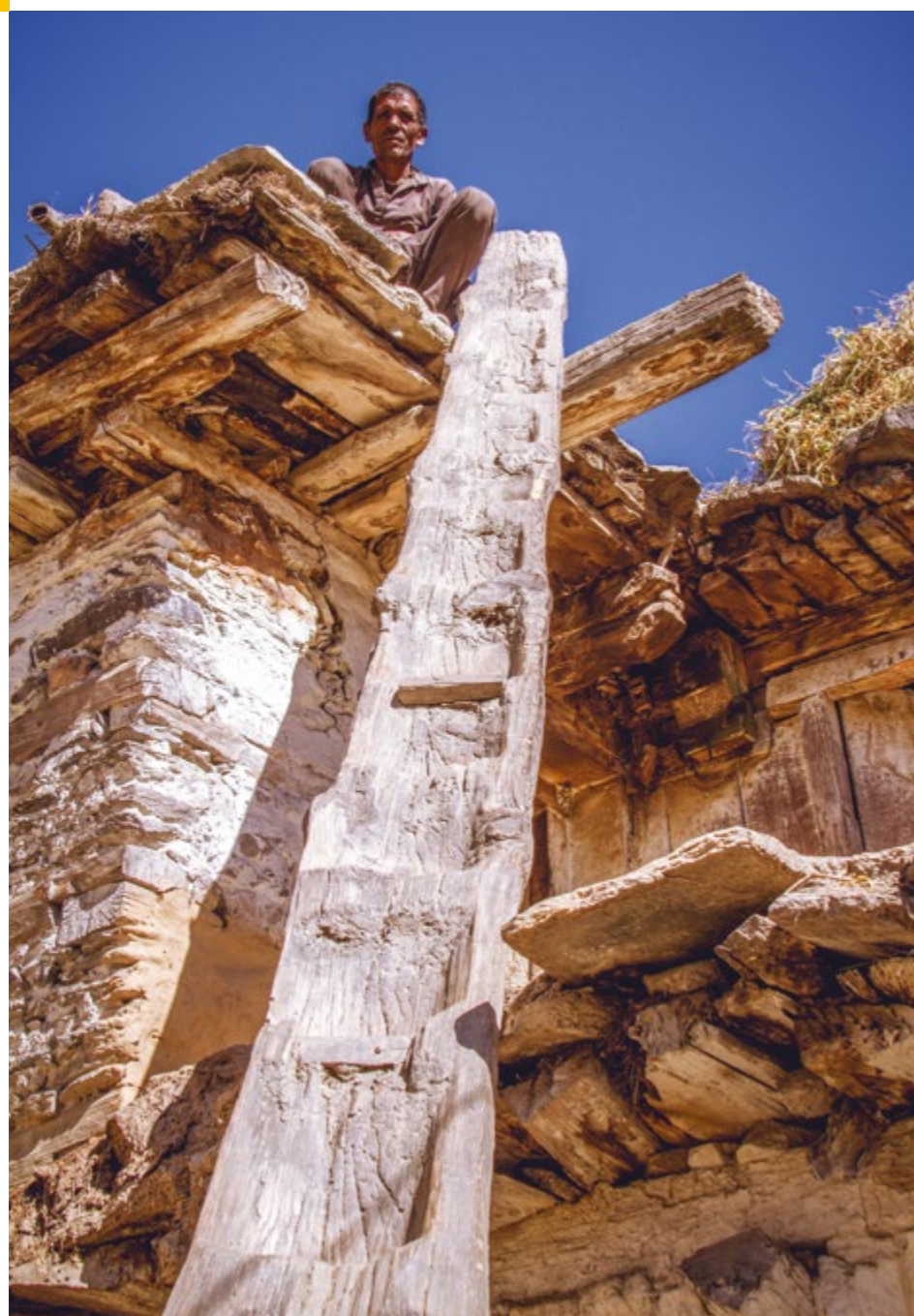
VERANDA ZUR SONNE | Die Veranda im ersten Stock, *Otalo* genannt, kann aus aufwändiger Holzarbeit oder einfach nur simplen Holzbalken bestehen. Sie dient der Hausarbeit. Hier wird das Gemüse geputzt und geschnitten, das Geschirr gespült, hier werden die Kleinkinder und deren Kleidung im Bottich gewaschen. Auch Handarbeiten wie Nähen oder das Spinnen von Wolle werden auf der Veranda getätigt, um das Tageslicht zu nutzen. Von hier kann man meist gut auf den vorbeiführenden Dorfweg schauen. Ein *Otalo* wird auch gerne als Durchgang zum nächsten genutzt. Von den Holzbalken der Veranden hängen ganze Bündel von gelben und weiß bis lilafarbenen Maiskolben, Chilis oder Knoblauch. Kinderkleidung flattert zum Trocknen im Wind.

PRODUKTIVES ZUHAUSE | Nicht nur das Dach und die Veranda werden für das Verdienen des Lebensunterhaltes genutzt, ebenso das Erdgeschoss. Dort leben die Menschen nicht selbst, hier sind die Nutztiere untergebracht, in dem Raum unter dem *Biathak*. Die Familien besitzen nicht die finanziellen Mittel oder das Land, um die Tiere separat zu halten. Natürlich bringt die Tierhaltung Gerüche, Ungeziefer und Fliegenschwärme mit sich. Um das niedrige Erdgeschoss erstreckt sich eine weitere Veranda, *Jaangi* genannt. Sie dient der Lagerung von Futter, Brennholz und getrocknetem Viehmist. Die *Jaangi* hat für die Jugend eine wichtige soziale Komponente. Hier

trifft man sich, wenn Zeit bleibt. Da das Dorfleben auf den Hausdächern stattfindet, ist man hier relativ unbeobachtet. Statt den *Thaado* oder den *Otalo* nutzen sie die Dorfwege und die *Jaangi*. In den abgelegenen Bergdörfern gibt es keine kulturellen Zentren, Kinos oder sonstige Freizeit- oder Sporteinrichtungen, die man besuchen könnte, deshalb ist hier der Platz für die Jugend, an dem sie zusammenkommt.

WANDEL DER ZEIT | Die *Pagris* sind multifunktional. Jede Fläche wird optimal für bestimmte Zwecke verwendet, um den Lebensunterhalt zu erwirtschaften. Doch seit einiger Zeit verändern sich die Bergdörfer in Mugu. Inzwischen werden

immer öfter „moderne“ Blechdächer und Betonkonstruktionen beim Bau genutzt, dort, wo die wenigen Straßen hinführen. Das ändert den Stil und die Form der Häuser sowie ihre Funktionalität. Einige Menschen finden, dass dadurch die organische Schönheit der Bergdörfer in Mugu verloren geht, andere freuen sich über den neuen Look und die Bequemlichkeiten eines modernen Gebäudes.



Besuch in
Kimri,
am Rande
der Welt...









Tief im Hochgebirge liegt das tibetisch geprägte Dorf Kimri auf 3.445 m Höhe in völliger Abgeschlossenheit. Umrahmt ist es von Viertausendern, die den Weg dorthin sehr beschwerlich machen, nur erreichbar in tagelangen Fußmärschen. Als das Dorf 2018 abbrannte, hatten die Menschen keinerlei Hoffnung auf Hilfe. Ihnen beizustehen und die 19 Häuser wieder aufzubauen, war eine große Herausforderung für uns und gleichzeitig einer unserer stärksten und schönsten Momente der Back to Life-Geschichte. Jetzt durfte ich mehrere unvergessliche Tage und Nächte in Kimri verbringen.



www.back-to-life.org/kimri



Tashi Delek





(C) Basanta Pratap Singh

Schatzsuche im Himalaya

Jedes Jahr gegen Ende Mai begeben sich Tausende Nepalesen auf eine gefährliche Schatzsuche. Sie wissen, nur an Berghängen zwischen 3.500 – 5.000 m werden sie fündig. Das, was sie suchen, gibt es nur im Himalaya und sein Wert vertausendfacht sich, wenn es das Tiefland erreicht. Gesucht wird auf allen Vieren und nur die Erfahrenen finden sie, die Goldraupe.

Es ist ein absonderliches Wesen, halb Pflanze, halb Insekt. Wie eine Sprosse ragt es aus der Erde, 2-6 cm lang und schwer auszumachen. Die Einheimischen nennen es Sommergras, Winterwurm, yarsagumba und für die Chinesen ist es der Winterwurm, Sommergras, dong chong xia cao.

Wenn ein an den hochgelegenen Berghängen heimischer Pilz sich ausbreitet und auf eine Mottenlarve trifft, die im Boden steckt und auf ihre Verpuppung wartet, bemächtigt er sich derer. Über ihren Kopf dringt er in die Raupe ein und wenn diese sich im Winter in die Erde zurückzieht, höhlt er sie langsam aus. Aus der Raupe wird im Laufe des Winters ein Fruchtkörper. Im nächsten Frühjahr wächst der Pilz durch den Raupenkopf aus dem Boden. Gräbt man den Pilz aus, erkennt man deutlich die Struktur der ehemaligen Raupe als dessen Hülle.

EIN BODENSCHATZ DER ANDEREN ART | Der Raupenpilz ist äußerst selten, schwer zu ernten und heißbegehrt. Er gilt als der teuerste Heilpilz der Welt und wird in der chinesischen Medizin seit über 1.000 Jahren hochgeschätzt. Es wird als das natürliche Viagra des Himalayas bezeichnet und soll in jeder Hinsicht leistungssteigernd sein.

Dass sich der Raupenpilz nicht züchten lässt, macht ihn umso wertvoller. Yarsagumba erreicht schwindelerregende Preise und ist vor allem auf dem asiatischen Markt gefragt, besonders in China, Korea, Japan und Singapur. Während in Mugu ein Kilo der besten Qualität 22.000 Euro wert ist, wird ein Kilo yarsagumba auf dem internationalen Markt um die 120.000 bis 150.000 Euro gehandelt. Eine Goldgrube für die Händler.

Für die Bergbauern und viele Familien aus Kimri, deren Schicksal ansonsten von ihren schmalen Terrassenfeldern abhängt, die meist nicht genug einbringen, ist das Sammeln von yarsagumba überlebenswichtig. Aagjen Lama, 32 Jahre alt, gibt uns einen tieferen Einblick.

Aagjen, ziehst Du allein los zum Sammeln von yarsagumba?

Früher hat mich meine Frau begleitet, doch seit sie sich um unseren kleinen Sohn und unsere Tochter kümmern muss, bleibt sie Zuhause. Freunde, Verwandte und Nachbarn aus meinem Dorf sind dabei, wir bilden eine Gruppe. Das gibt uns größere Sicherheit, denn immer wieder hört man von gewaltsamen Überfällen. Auch wenn ich selbst noch keinen erlebt habe, fühlt sich das so besser an.

Wie lange bleibt Ihr von Zuhause weg, was nehmt Ihr an Proviant mit und wie kommt Ihr dort unter?

Wir sind einen Monat lang unterwegs, von Ende Mai bis Ende Juni. Dort oben in den Bergen gibt es keine Siedlungen, also

(C) PattyPhoto/Shutterstock



auch keine Nahrungsmittel oder ein Dach über dem Kopf, wir müssen sämtlichen Proviant mitnehmen. Wir haben Reis, Linsen, Öl, Gewürze und Kochgeschirr dabei. Außerdem tragen wir Zeltplanen, Schlafsäcke, warme Kleidung und Regenponchos den Berg hinauf. An Werkzeugen brauchen wir Axt, Spaten und Messer. Nachts schlafen wir unter den Zeltplanen in Reihen. Es wird sehr kalt in der Höhe. Oft auch nass. Früher hatten wir Wolldecken, heute nutzen wir Schlafsäcke.

Mit welchem Alter hast Du begonnen, yarsagumba zu sammeln?

Wir beginnen im Alter von 9-10 Jahren. Ich erinnere mich noch genau an das erste Mal, als ich dabei war. In einem Monat habe ich nur ein einziges yarsagumba gefunden.

Wie viele findest Du denn heute pro Tag nach über 20 Jahren Erfahrung?

Meistens um die 20 bis 30 Stück. Es gab aber auch Jahre, da waren es bis zu 60 am Tag. Manche haben nicht so viel Glück und finden nur 2-3. Es kommt darauf an, wie sehr man danach sucht und wieviel Risiko man bereit ist, an den steilen, ungesicherten Berghängen einzugehen. Aber ich kann auch beobachten, dass sich etwas verändert hat über die Jahre. An vielen Orten, an denen wir über Generationen yarsagumba geerntet haben, wachsen sie nicht mehr und wir finden kein einziges Exemplar.

Was sind die größten Herausforderungen?

Die geographische Lage ist eine einzige Herausforderung. Wir müssen die ganze Zeit klettern und kriechen, das Terrain ist felsig, steil und gefährlich. Die Höhenkrankheit, die Kälte, Steinschläge, Gewitter und Lawinen kosten jede Saison Leben. Allein dieses Jahr sind zwei, die ich kannte, ums Leben gekommen. Einer war ein 16-jähriger Junge aus meinem Dorf, der noch zur Schule ging. Auch das Feuermachen, Essenkochen und der Wassermangel sind sehr problematisch. In der Höhe finden wir kein Wasser und auch kein Feuerholz. Dafür müssen wir 4-6 Stunden absteigen. Deshalb nehmen wir während dieses Monats so wenige Mahlzeiten wie möglich zu uns. Auch die Hygiene leidet darunter.

Ist der Ort, an dem Ihr sucht, Euer Hausberg und kommen auch andere Leute dorthin?

Ja, aber wir brauchen fast einen Tagesmarsch dahin. Die Berghänge sind für jeden offen, der dem Distrikt-Forstamt die Gebühr für das Pflücken entrichtet. Für Anwohner beträgt sie 2.000 NRs, für Außenstehende werden 2.500 NRs (20 Euro) fällig.

Das lokale Forstamt verlangt nochmal 200 NRs pro Person für die Nutzung ihres Landes. Die Gebühren sind die Eintrittskarte

Yarsagumba

gilt als leistungs- und libidosteigernd, stoffwechsellagernd. Außerdem soll der Raupenpilz immun- und cholesterinregulierende sowie antioxidante Eigenschaften besitzen. Er wird auch gegen Lungen-, Leber-, Nieren- und Herz-Kreislauf-Beschwerden sowie bei Tumorbehandlungen eingesetzt.

Der Raupenpilz lässt sich nicht züchten, aber das Pilzmycel kann kultiviert und extrahiert werden und wird dann meist in Form von Tabletten oder Kapseln in den Handel gebracht. Doch das künstliche Produkt reicht nicht an die natürlich gewachsene Goldraupe heran, daher die exorbitanten Preise für yarsagumba.

ins Pflückgebiet, egal wie viel man sammelt oder nicht, sie müssen vorher entrichtet werden.

Wie verkauft Ihr Eure Ernte?

Wir dürfen nur an lizenzierte Händler verkaufen. Diese benötigen offizielle, gestempelte Dokumente vom staatlichen Forstamt, zum Ankauf das sankalan purji (collection approval document) und zum Transport außerhalb des Distrikts das chhut purji (transportation exemption document). Die lizenzierten Händler besuchen unsere Sammelpunkte in Mugu und kaufen unsere Ware ab, sobald wir vom Berg zurück sind. Das meiste geht direkt nach China. Ich habe gehört, dass die Händler vor der Ausfuhr unserer Regierung pro Kilo 35-40.000 NRs (um die 300 Euro) Steuern zahlen müssen. Niemand darf yarsagumba ohne Lizenz aus Mugu ausführen, die Forstbehörde und die Polizei sind sehr wachsam. Ein Pflücker wie ich kann also nicht einfach selbst seine Ware in Kathmandu verkaufen, wo der Preis viel höher liegt. Für Schmuggel landet man schnell im Gefängnis.

Wieviel Geld bekommst Du?

Es gibt yarsagumba in drei Qualitäten. Für die Beste, bekannt als khalba, erhalte ich pro Stück 600-700 NRs (5 Euro), der Kilopreis liegt dieses Jahr bei 2.500.000 NRs (22.000 Euro). Die mittlere Qualität bringt die Hälfte ein. Die unterste Qualität, kalo ra loto, bringt einzeln nicht viel, der Kilopreis liegt bei 250.000 NRs (2.000 Euro). Insgesamt kann ich pro Saison zwischen 100.000 bis 200.000 NRs (800-1.600 Euro) verdienen.

Wie lange lebt Deine Familie von dem Verdienst?

Das ganze Jahr. Es ist unser Haupteinkommen. Nur durch das Sammeln von yarsagumba kann ich meine Familie durchbringen, sie ernähren, Kleidung kaufen, eine gute Schule für meine Tochter bezahlen und andere familiäre Kosten und Verpflichtungen decken. Die Ernte meiner Felder würde dafür nie ausreichen, egal wie hart ich arbeite.

Hast Du den Heilpilz schon einmal selbst probiert? Wie halten es die anderen?

Ja, das habe ich. Aber ehrlich gesagt, verstehe ich nicht genau, was es mit deinem Körper machen soll. Doch ich weiß, dass Chinesen und Tibeter eine sehr teure Medizin daraus herstellen. Für unser Dorf ist es besser, den Raupenpilz zu verkaufen, wir haben andere Heilmittel, wenn wir erkranken, die wir auch in den Bergen finden.

Aagjen, danke für das Gespräch. Wir wünschen Dir und Deiner Familie alles Gute, Gesundheit und viele, viele Goldraupen.

DAS BÄRBEL SCHÄFER INTERVIEW MIT STELLA

Die Journalistin, Moderatorin und Autorin Bärbel Schäfer interviewt Stella anlässlich des 25-jährigen Jubiläums von Back to Life. Sie sprechen über Erfolge, Herausforderungen, Rückschläge, Motivation und die Zukunft.

25 Jahre Back to Life, liebe Stella. Mit welchen Gefühlen schaust Du zurück?

Mir scheint, da waren alle Gefühle der menschlichen Skala dabei, ich glaube, das reicht für mehrere Leben. Heute lebe ich im Hier und Jetzt, da bin ich glücklich mit dem Erreichten. Trotzdem möchte ich lieber nach vorne schauen und mit Back to Life noch Vieles für die Menschen in Nepal bewirken, einem der ärmsten Länder weltweit.

Der Erfolg, die Veränderung kommt oft mit kleinen Schritten daher - bei welchem Projekt in Nepal warst Du ungeduldig und dachtest, das schaffen wir nie?

Das Gefühl kenne ich nicht. Seit 25 Jahren trete ich dafür an, Unmögliches möglich zu machen. Der einfache, ausgetretene Weg hat mich nie interessiert, weil ich weiß, dass weder ich noch andere daran wirklich wachsen. Ich sehe es nicht als meine Aufgabe, Pflaster auf die Wunden zu drücken, sondern vielmehr Lösungen

zu finden, damit es erst gar nicht mehr blutet. Mir ist bewusst, dass das nicht einfach ist und gegebenenfalls Generationen dauert. Aber jede echte Anstrengung führt uns irgendwann zum Ziel, das habe ich im Laufe der Jahre selbst erfahren.

Worin haben Dich die Bewohner Nepals überrascht?

Mit ihrer Schicksalsstärke! Seit ich Nepal kenne, wurde ich Zeuge tiefgreifender Umwälzungen wie des Bürgerkrieges, des Massakers an der Königsfamilie, des Wandels zur Republik. Jedes Jahr trotzen die Menschen Naturkatastrophen wie Überschwemmungen und Erdbeben. Das kleine Himalayaland ging wiederholt durch bittere Not - besonders nach den Erdbeben und während der Corona-Krise.

Neben ihrer Stärke, immer wieder aufzustehen und wiederaufzubauen, zeichnet die Menschen Nepals noch eine wichtige Eigenschaft aus: nie ihr innewohnendes, aus dem Herzen kommendes Lachen zu verlieren.

Daraus bildet sich der fruchtbare Boden für unsere „Hilfe zur Selbsthilfe“, die immer auf die Eigenverantwortung und die eigene Leistung der Menschen abzielt. Mich überrascht positiv, wie viel bereits daraus gewachsen ist für Tausende.

Wobei hast Du Dich selbst am meisten überrascht?

Tatsächlich Geduld gelernt zu haben, denn eigentlich bin ich eher ein impulsiver Typ. Im Rückblick vielleicht auch meine Beharrlichkeit, den Weg immer weiterzugehen.

Rückschläge durch Naturkatastrophen haben Euch in der Arbeit begleitet, wie motivierst Du Dich und Dein Team immer wieder, neu anzufangen?

Das muss ich gar nicht. Sie sind es, die sich eine Veränderung wünschen für ihr Land und die Menschen in Nepal. Unmittelbar nach den verheerenden Erdbeben 2015 habe ich den nepalesischen Mitarbeitern vor Ort freigestellt, ob sie arbeiten oder bei ihren Familien sein wollten, die ja alle genauso betroffen waren. Keiner hat diese Karte gezogen, sondern wir haben uns ab Minute Eins um die Katastrophenhilfe gekümmert und viel mehr erreichen können, als ich gedacht habe.

Muss es in einem selbst brennen, was man in anderen als Begeisterung entzünden will? Wofür brennst Du?

Ich brenne dafür, Menschen die Würde zurückzugeben, das Leben für alle und nicht nur für mich besser zu machen. Im Einklang mit unserer Natur und Umwelt.

Du bist ständig umgeben von einem Team, Du bist unverwechselbar in Deinem Zugang auf Menschen und Probleme: Wer bist Du, wenn Du mit Dir mal alleine bist?

Ich versuche, mir eine gute Freundin zu sein, auch wenn ich gleichzeitig meine



„Mit meinen Wegbegleitern der ersten Stunde in Nepal, Dikendra und Achyut, bin ich bereit, immer weiterzugehen.“

härteste Kritikerin bin. Ich bin sehr gerne alleine, weil ich diese Zeit brauche, um Kraft zu sammeln. Dann tauche ich ab in Bücher, die ich immer noch um die ganze Welt schleppe, weil ich lieber ein Buch in der Hand habe, als digital zu lesen. Wenn ich reise, machen Bücher den Hauptteil meines Gepäcks aus, viele lachen darüber in den heutigen Zeiten.

Hast Du ab und zu das Gefühl, die Zeit läuft Dir davon, Du wirst nicht alle Ideen umsetzen können, die Du noch hast?

Nein, das sehe ich eher realistisch. Ich werde mein Leben lang das Beste geben, um die Ziele, die wir uns stecken, zu erreichen. Die Welt wandelt sich immerfort, jedes Jahrzehnt kommt mit anderen Chancen und Schwerpunkten daher, mit den sich daraus ergebenden Aufgaben versuche ich zu wachsen. Alles, was ich sonst tun kann, ist, Menschen zu bewegen, uns

bei unserer Vision zu helfen - durch Spenden, Rat und Tat sowie Networking.

Was kann Deutschland von Nepal lernen?

Gelassenheit, Demut und die Freude an den kleinen Dingen, die man nicht kaufen oder besitzen kann.

Womit könnte Dich ein Nepali überraschen?

Mit leckerem deutschem Brot oder gar einer Brotmahlzeit.

Worauf bist Du besonders stolz?

Auf mein Team in Nepal, die keine Bürozeiten kennen, keine Anstrengung scheuen, sondern alles geben, was ihr Herz, ihre Seele und ihr Verstand vermögen.

Du hast immer an Dich und Deine Idee geglaubt, wer waren aber die wichtigsten Wegbegleiter in den 25 Jahren Back to Life?

Allen voran mein geliebter Bruder, der mir so tatkräftig beim Aufbau des Vereines geholfen hat. Meine Omi, die mir Herzensstärke und Moral vermittelt hat. Meine Mutter, mein Sohn, mein Onkel und meine Tante sind auch in schweren Zeiten an meiner Seite und stärken mich. Ich habe das große Glück, obwohl ich ja meistens unterwegs bin, noch meine engsten Freunde aus der Kindheit und Jugend zu haben, die mir sehr viel bedeuten und mit den Jahren sind weitere, globale Freundschaften dazugekommen. Bei ihnen kann ich mich auch einmal fallenlassen und muss nicht immer stark vorneweggehen.

Hegst Du einen Wunsch für die Zukunft?

Ja. Mittlerweile haben wir in Nepal 71 Gebäude und bald 20 Wassersysteme gebaut und weitere werden hinzukommen. Die gilt es, auch zukünftig zu erhalten. Um die Erfolge zu bewahren und Back to Lifes Projekte für die Zukunft (gerade während Krisenzeiten) abzusichern und auf ein festes Fundament zu stellen, habe ich eine Stiftung gegründet. Die steckt allerdings noch in ihren Babyschuhen und ich wünsche mir nichts sehnlicher, als Spenden für die Stiftung anlässlich unseres 25. Jubiläums.



BACK TO LIFE GEMEINNÜTZIGE STIFTUNGSGESELLSCHAFT MBH

DIE AUFGABE DER STIFTUNG:

Langfristig den Zugang zu professioneller Geburtshilfe, Bildung und Wasserversorgung sicherstellen, durch den unbefristeten Betrieb und Erhalt der Infrastruktur, wenn die lokalen Partner dies nicht gewährleisten können.

VERANTWORTUNG UND VERLÄSSLICHKEIT ÜBER JAHRZEHNTE

HÜTERIN UNSERER GEMEINSAMEN ERFOLGE IN NEPAL

Bei den von uns umgesetzten Infrastrukturprojekten (z.B. Geburtshäuser, Schulen, Wassersysteme) ist es erforderlich, dass es vor Ort Partner gibt, die nach der Übergabe die Kosten der Instandhaltung übernehmen. Obwohl der Anspruch einer Projektübergabe in lokale Hände richtig und wichtig ist, zeigt sich in der Realität häufig, dass die Pflege und Instandhaltung von Gebäuden schnell zur Schwachstelle in der Entwicklungsarbeit wird und dass die lokalen Partner nicht in der Lage sind, die Kosten zu übernehmen.

Für Back to Life ist es seit jeher eine Herzens-

angelegenheit, die Gemeinden und Familien, mit denen wir arbeiten, langfristig zu unterstützen, um wirklich nachhaltige Erfolge zu erzielen. Damit hebt sich Back to Life von vielen Organisationen ab, die die Entwicklung vor Ort nur für einen befristeten Zeitraum im Auge behalten.

Ziel der neugegründeten **Back to Life gemeinnützigen STIFTUNGSGESELLSCHAFT mbH** ist, dafür Sorge zu tragen, dass unsere Investitionen in Schulen, Geburtshäuser und andere Infrastrukturprojekte langfristig geschützt, erhalten und intakt bleiben und so nachhaltig ihre Wirkung zeigen.

Bis heute hat Back to Life e.V. 37 Schulgebäude und 15 Geburtshäuser in Nepal errichtet, 13 Wassersysteme in den Bergen Mugus wurden umgesetzt und weitere Infrastrukturprojekte sind in Planung, da sichere Geburten, sauberes Wasser und Bildung noch immer keine Selbstverständlichkeit in Nepal sind.

Damit bestehende und zukünftige Gebäude sicher und nutzbar bleiben, müssen wir Spendengelder langfristig einplanen können - unabhängig vom aktuellen Spendenaufkommen. Unser gemeinnütziger Verein Back to Life e.V. kann dies nur eingeschränkt sicherstellen, da die dort eingehenden Spenden zeitnah verwendet werden müssen und nicht für den Bedarfsfall, wie z.B. Instandhaltung von Dächern und Wassersystemen, aufgehoben werden dürfen.

Während der Verein demnach am besten dafür geeignet ist, sich Entwicklungsvorhaben mit absehbarer Laufzeit zu widmen, steht nun die neue Stiftung als Hüterin unserer bereits erzielten Erfolge zur Verfügung. Die **gemeinnützige STIFTUNGSGESELLSCHAFT mbH** dient satzungsmäßig dem alleinigen Zweck, die Entwicklungszusammenarbeit von Back to Life e.V. zu fördern. Damit wird die wertvolle Arbeit unseres Vereins, der sich für benachteiligte Menschen, insbesondere Kinder und Jugendliche, in Nepal einsetzt, auf Dauer geschützt.

FÜR WEN KANN EINE SPENDE AN DIE STIFTUNG DIE RICHTIGE WAHL SEIN?

- ✓ Menschen oder Organisationen, die bereits zusammen mit Back to Life e.V. Infrastrukturprojekte in Nepal umgesetzt haben und diese langfristig sichern möchten.
- ✓ Menschen, die über Ihr Leben hinaus Sinn stiften wollen und die Stiftung in Form ihres letzten Willens beauftragen, diesen Wunsch zu erfüllen.
- ✓ Menschen oder Unternehmen, die größere Beträge spenden und damit langfristig Projekte fördern möchten.

„Wenn wir eine nachhaltige Wirkung erzielen wollen, darf unsere Verantwortung nicht bei der Übergabe der Schulen, Geburtshäuser und Wassersysteme enden. Was wir bauen, das müssen wir auch erhalten.“

STELLA DEETJEN



► **FABIAN HAMBÜCHEN**
OLYMPIASIEGER IM KUNSTTURNEN - FABIAN FINANZIERT AKTUELL
DEN BAU SEINER 2. SCHULE MIT BACK TO LIFE

Liebe Stella, liebes Back to Life Team,

von ganzem Herzen wünsche ich Euch alles Gute zum 25-jährigen Jubiläum. Eure Arbeit, Eure Einstellung, Euer Engagement und Euer Teamspirit sind wirklich einzigartig und ich bin stolz und dankbar, Euch schon seit vielen Jahren unterstützen zu dürfen. Ich wünsche Euch weiterhin nur das Beste, macht genauso weiter und bleibt stets so positiv motiviert wie Ihr seid. Ihr könnt wirklich die Welt verändern.

Mit den sportlichsten Grüßen,
Euer Fabi

► **CONNY UND PIERRE SUDAN**
EHEPAAR AUS DER SCHWEIZ, DAS BACK TO LIFE SEIT
DEM ERDBEBEN 2015 UNTERSTÜTZT

Etwas zurück geben zu können, liegt uns am Herzen! Auf der Suche nach Projekten, die insbesondere die Themen Trinkwasser, Gesundheit und Bildung unterstützen, haben wir durch einen wunderschönen Zufall Back to Life, Stella Deetjen, gefunden. Seit sieben Jahren können wir Hilfe in Nepal leisten. Wir fördern gerne den Bau von Schulen, Geburtshäusern und Wasserprojekten. Wir möchten DANKE sagen.

Conny und Pierre Sudan

► **MATTHIAS KUHN**
GURU-SHOP GMBH: BERLINER GESCHÄFT SOWIE ONLINEVERSAND
FÜR ASIATISCHE PRODUKTE

Liebe Freunde von Back to Life!

Schön, dass es Euch gibt und das nun schon seit 25 Jahren! Von unseren Reisen nach Nepal wissen wir, wie schwer das Leben in abgelegenen Hochgebirgstälern sein kann, und dass die Menschen dort trotz der traumhaften Landschaft nicht auf der Sonnenseite des Lebens stehen.

Euer unermüdlicher Einsatz, Eure Kraft, Eure Liebe und Euer Respekt für die Menschen vor Ort haben uns tief beeindruckt. Ihr bringt nicht einfach nur „Hilfsgüter“ dorthin, sondern leistet Hilfe zur Selbsthilfe.

Bildung ist auch in Nepal der Schlüssel zur Entwicklung und mit etwas Glück zu einem besseren Leben. Deshalb finanzieren wir mit dem Bau einer Schule sehr gern eines Eurer Projekte vor Ort. Ein ganz herzliches Dankeschön, dass Ihr uns auf diesem Weg ermöglicht, den Menschen in diesem faszinierenden Land etwas nachhaltig zurückzugeben!



► **ANTONIE LINDNER**
ORGANISATORIN EINES GROSSEN UNTERSTÜTZERKREISES
FÜR BACK TO LIFE

Liebe Stella, liebes Team in Deutschland und in Nepal!

Herzlichen Glückwunsch von mir zu Eurem 25-jährigen Jubiläum. Eure Philosophie, den Ärmsten der Armen in den Bergdörfern Nepals den Weg zurück ins Leben zu ermöglichen und sie in eine lebenswerte, perspektivreiche Zukunft zu begleiten, ist eine so wertvolle Arbeit, die ich sehr bewundere.

Das macht es mir leicht, für Euch das ganze Jahr über in Bayern Vorträge zu halten, Spenden für Eure Projekte zu sammeln und 1x im Jahr nach Nepal zu reisen, um mit Eurem Team vor Ort die Projekte zu besichtigen. Dafür bin ich sehr dankbar, weil unsere Zusammenarbeit hervorragend ist.

Ich wünsche Euch von ganzem Herzen weiterhin die Kraft, die Energie und den Enthusiasmus, die Ihr für diese fantastische Arbeit braucht.

Namaste,
Antonie Lindner aus Rottal-Inn

► **JOSÉ FÉLIX PONS DE VILLANUEVA**
EXEKUTIV DIREKTOR IESE STIFTUNG DEUTSCHLAND

Stella kenne ich durch den bekannten Artikel der FAZ im Jahre 2004 und seitdem verfolge ich ihre Arbeit in Indien und Nepal. 2016 habe ich sie eingeladen, einen Vortrag in München zu halten und wir sind in Kontakt geblieben. Stella ist gleichzeitig hochsensibel wie unerschrocken. Nichts stellt sich ihr in den Weg. Sie ist sich nicht zu fein, Menschen nahe-zukommen, die von Armut und Krankheit sehr stark gezeichnet sind. Wer Stella und ihre Arbeit unterstützt, hat eine sehr gute Wahl getroffen.

► **DR. MICHAEL MCKAY**
EHMALIGER FLUGLEITER DER ERSTEN MARSMISSION „MARS-
EXPRESS“ UND DER ERSTEN MONDMISSION
„SMART 1“ DER ESA

Liebste Stella,

ich gratuliere Dir und Deiner tollen Mannschaft zu 25 Jahren engagierter Arbeit, die das Leben so vieler Menschen und in vielerlei Hinsicht verändert und verbessert hat. Back to Life ist ein Leuchtturm, der unsere Zukunft erhellt und das Verständnis fördert. Ich wünsche Back to Life weiterhin Erfolg dabei, Licht in die Dunkelheit zu bringen.

► **HEIKE HEIKEN**
UNTERSTÜTZERIN VON BACK TO LIFE UND
ORGANISATORIN EINES VORTRAGS
VON STELLA DEETJEN AUF JUIST

Moin von der Insel Juist,

niemals werde ich vergessen, als Stella bei uns auf Juist ihr neues Buch und ihre Projekte vorgestellt hat.

Wir waren alle so aufgeregt, denn alles fing bei mir an, als ich sie 2006 in der NDR-Talkshow gesehen habe. Eine junge Frau mit Courage, die nicht weggesehen hat und die ihrem Herzen gefolgt ist – zu helfen.

Hier hat sie vor vielen Gästen und Insulanern einen bleibenden Eindruck hinterlassen, denn ihr Motto „Hilfe zur Selbsthilfe“ hat sie verständlich und überzeugend vermitteln können.

Ich/Wir hoffen sehr, dass sie weitere Veranstaltungen auch bei uns auf Juist machen wird, denn gerade hier ist ein Ort, wo viele verschiedene Gäste aus vielen verschiedenen Bundesländern zusammenkommen und Stellas Engagement zu schätzen wissen. Die Einladung steht jederzeit und lebenslang!



► **TIM MÄLZER**
KOCH, FERNSEHMODERATOR, UNTERNEHMER,
KOCHBUCHAUTOR UND FERNSEHKOCH

Meinen Glückwunsch! Mach weiter so, Stella!



► **HORST BURGHARDT**
BÜRGERMEISTER A.D. DER STADT FRIEDRICHSDORF

25 Jahre vergehen auf der einen Seite wie im Flug, wenn man sich für eine Sache mit solcher Hingabe engagiert, wie dies Stella Deetjen mit Back to Life macht. Auf der anderen Seite sind 25 Jahre eine lange Zeit, in der sich viel verändert hat. Was sich aber nicht geändert hat, ist die Armut auf der Welt und insbesondere die Möglichkeit der Kinder, aus dieser Armut herauszukommen. Diese Kinder brauchen neben Nahrung vor allem Bildung, damit sie sich aus diesem Teufelskreis lösen können. Back to Life und Stella leisten hierzu einen scheinbar unerschütterlichen Beitrag! Ich ziehe vor diesem Engagement meinen Hut und wünsche allen Beteiligten weiterhin viel Erfolg und Erfüllung für ihre Arbeit, die die Welt jeden Tag ein bisschen gerechter macht.

► **FAMILIE CONRAD**
PHILANTHROPEN, DIE PRIVAT SOWIE MIT IHRER STIFTUNG VIELFÄLTIGE PROJEKTE VON BACK TO LIFE UNTERSTÜTZEN. INSBESONDERE IN DER KATASTROPHENHILFE (ERDBEBEN, KIMRI, CORONA) SIND SIE ALS STARKER PARTNER AN DER SEITE VON BACK TO LIFE.

Liebe Stella,

mit unendlicher Liebe, Fleiß und Beharrlichkeit ist Deine Idee, Menschen aus dem Schatten in die Sonne zu holen, Wirklichkeit geworden. Wir unterstützen seit vielen Jahren Deine segensreichen Projekte und werden es auch weiterhin tun.

Alles Gute für die Zukunft und Gottes Segen,

Deine Familie Conrad

► **KAI PFLAUME**
FERNSEHMODERATOR UND WEBVIDEOPRODUZENT



Stella und ich haben uns 2007 auf der Preisverleihung der „GOLDENE BILD der FRAU“ kennengelernt. Sie war eine der Preisträgerinnen, die für ihr soziales Engagement ausgezeichnet wurde und ich war der Moderator.

Seitdem treffen wir uns fast jährlich bei diesem Event wieder. Ich bin sehr beeindruckt, wie die Organisation und die Spannweite ihrer Themen gewachsen sind. Auch dass Stella ausschließlich mit nepalesischen Mitarbeitern in Nepal arbeitet, finde ich außergewöhnlich.

Neben Themen wie Bildung, Frauen-Empowerment, Gesundheit und Wasser hat Back to Life auch viele Erfolge im Bereich Umweltschutz zu verzeichnen.

Wer hier nichts zum Unterstützen findet, ist selber schuld. Liebe Stella: weiterhin viel Erfolg für die nächsten 25 Jahre Back to Life.

Dein Kai



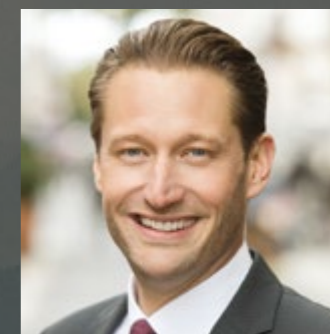
► **REINHOLD BECKMANN**
FERNSEHMODERATOR, FUSSBALLKOMMENTATOR, TV-JOURNALIST UND MUSIKER

Ich habe über die Jahre meiner Talkshow viele außergewöhnliche Menschen mit wirklich besonderen Geschichten bei mir begrüßt, aber das Thema Lepra, das Du damals so dynamisch in meiner Sendung vorgestellt hast, wurde mir erst durch Dich richtig bewusst.

Nach unserem Zusammentreffen in Hamburg bin ich dann zu Dir nach Indien gereist, um mir Deine Projekte vor Ort anzusehen. Die Realität zeigte sich noch extremer, als ich sie mir vorgestellt hatte und man kann Deine Stärke und Geduld, mit der Du über viele Jahre gegen die Ausgrenzung und für die Würde der „Unberührbaren“ gekämpft hast, nur bewundern. Niemand außer Dir ist dort für sie eingestanden und nicht umsonst haben sie Dich „große Schwester, Tara Didi“ genannt. Du bist Deinen Idealen bis heute auch mit immer mehr und stets wachsenden Projekten bewundernswert treu geblieben. Dieses Engagement für die Ärmsten der Armen, jenen eine Hoffnung zu geben, wo sonst kaum Hilfe ankommt – leicht ist das wahrhaftig nicht.

Ich wünsche Dir ungebremste Kraft und weiterhin viele Unterstützer für diese großen Herausforderungen, denen Ihr Euch in den Projekten stellt.

Herzlichen Glückwunsch zu 25 Jahren Back to Life!
Dein Reinhold Beckmann



► **ALEXANDER HETJES**
OBERBÜRGERMEISTER BAD HOMBURG v.d.H.

Liebe Stella Deetjen,
liebe Mitglieder und Unterstützer von Back to Life,

herzlich beglückwünsche ich Sie im Namen des Magistrats der Stadt Bad Homburg v. d. Höhe zu Ihrem 25-jährigen Vereinsjubiläum. Mit Back to Life unterstützen Sie von Armut und Krankheit betroffene Menschen in Indien und Nepal. Das Engagement der Gründerin Stella Deetjen war nicht etwa geplant, sondern erwuchs aus einem zufälligen Kontakt mit Leprakranken im indischen Benares und ihrem tiefen Bedürfnis, diesen Menschen mit Würde zu begegnen und ihnen zu helfen.

Heute, 25 Jahre später, hat der Verein „Back to Life“ bereits mehr als 65.000 Menschen unterstützt – Schulen, Geburtshäuser und Krankenstationen gebaut – und ihnen so ein würdevolleres Leben ermöglicht. Viele hätten ohne Ihr Engagement keinerlei Unterstützung erfahren.

Für ihren Einsatz wurde Stella Deetjen mit etlichen Auszeichnungen bedacht, unter anderem dem Woman's World Award 2006. Ihrem unschätzbaren Engagement gilt meine höchste Anerkennung. Mit Ihrem Verein sind Sie ein Vorbild für uns alle und zudem ein wertvoller Botschafter für die Stadt Bad Homburg in der Welt.

Ihr
Alexander Hetjes

► **PORSCHE ZENTRUM HOFHEIM**
LOKALES UNTERNEHMEN, DAS BACK TO LIFE MIT JÄHRLICHEM WEIHNACHTSMARKT UNTERSTÜTZT

Der beeindruckendste Motor ist und bleibt das Herz – wir gratulieren zum 25. Jubiläum. Es ist uns seit vielen Jahren ein ganz besonderes Anliegen, Menschen zu helfen, ihr Leben ein klein wenig leichter und besser zu gestalten. Aus diesem Grund und aufgrund der langjährigen Verbundenheit zu Stella Deetjen freuen wir uns sehr, sie bei ihren Projekten in Nepal jährlich mit den Einnahmen unseres Weihnachtsmarktes zu unterstützen. Es ist schön, wenigstens einen kleinen Teil dazu beitragen zu können, dass unter anderem Schulen und Geburtshäuser in den Projektgebieten nachhaltig gebaut und erhalten werden können. Happy Birthday „Back to Life“ – wir freuen uns, auch in Zukunft viele weitere Projekte zu fördern.

► **LIONS CLUB MÜNCHEN - KÖNIG OTTO**
FÖRDERER VON BACK TO LIFE



Zu einem der eindrucksvollsten Clubabende unseres Lions Clubs gehört der bewegende Vortrag von Stella Deetjen, in dem sie über die Arbeit in Indien und Nepal berichtete. Wir beschlossen dann durch mehrere Aktionen – zusammen mit weiteren Münchner Lions Clubs – Geld für einen neuen Schulbau im abgelegenen Mugu, Westnepal, zu sammeln. Unter anderem wurden Gemälde versteigert, die unser Clubmitglied Jutta Scharpf zum Thema Nepal gemalt hatte.

► **FAMILIE BECKER - ZAHNÄRZTE**
FÖRDERER MEHRERER BILDUNGS- UND WASSERPROJEKTE
VON BACK TO LIFE

Wir bewundern seit Jahren die wertvolle Arbeit von Back to Life und freuen uns mit Ihnen über Ihre großartigen Erfolge - speziell die Verbesserung der Lebensumstände von Menschen in Nepal. Was wir in unserer westlichen Welt als Selbstverständlichkeiten betrachten, sind dort Errungenschaften, die täglich Leben und Gesundheit retten. Wir danken Ihnen sehr für Ihr Engagement und möchten Sie ermuntern, Ihre Bemühungen fortzuführen. Danke schön!

► **HERIBERT MIESE**
SPENDER DER ERSTEN STUNDE UND PATE MEHRERER
KINDER IN NEPAL

Zuerst hängt sich Stella in Indien an einen Laster, der Leprakranke aus Varanasi abtransportieren will; sorgt sich um die, die in einem Verschlag hausen; kümmert sich um Kinder, die sie in einem leer gewordenen Haus bis zu ihrem Schulabschluss unterbringt. Danach erklimmt sie in Nepal sehr mühsam einen Berg, wo Frauen ihre Babys im Stall zur Welt bringen müssen und baut dort Geburtshäuser sowie Schulen.

Wir wünschen auch für die Zukunft weiterhin gutes Gelingen!
Christine und Heribert

► **LIEBSCHER & BRACHT - DIE SCHMERZSPEZIALISTEN**
AUS BAD HOMBURG v. d. H. UND SPONSOREN EINES GEBURTSHAUSES



Es ist eine großartige Arbeit, die Ihr seit 25 Jahren erst in Indien und jetzt in Nepal leistet. Ihr schenkt den Ärmsten der Armen Liebe, Lebenszeit und Leben.

Wir von Liebscher & Bracht sind dankbar und freuen uns sehr, dass wir Euch dabei unterstützen können. Zum einen, weil Petra als junge Medizinstudentin dort gearbeitet und gelebt hat, zum anderen, weil Hilfe zur Selbsthilfe unsere gemeinsame Vision in diesem Leben ist.

Dir, liebe Stella, wünschen wir viel Kraft für die nächsten Jahre und viele Menschen, Organisationen und Firmen, die Dir bei Deiner Lebensaufgabe zur Seite stehen.

Dr. Petra Bracht, Roland Liebscher-Bracht, Raoul Bracht

► **DR. PETRA RAMSEY**
FRAU DES VERSTORBENEN SÄNGERS BILL RAMSEY. BILL WAR EHRENPATE VON BACK
TO LIFE UND PETRA FÜHRT DIESES ERBE IN SEINEM SINNE WEITER.

Liebe Stella,

Dir und Back to Life die allerherzlichsten Glückwünsche. Wie wunderbar ist es, dass ihr diese Gründung auf den Weg gebracht habt, die ja nun schon so vielen Menschen einen würdigen Lebensweg eingeleitet hat: Frauen und Männern, kleinen und großen Menschen und auch sozialen Gruppen. Wir können nur staunen, Daumen drücken und uns mit Dir freuen.

Dir und unseren Patenkindern wünschen wir nur Gutes!
Petra Ramsey und Bill sicher auch

► **DR. GUDRUN STEFFEN-ADLER**
FACHÄRZTIN FÜR ALLGEMEINMEDIZIN
AUS FRIEDRICHSORF

Sekunden können Lebenswege ändern, eine Berührung den Blick auf Menschen! Diese Sekunden erlebte Stella, die damals mit unvoreingenommener Offenheit und Neugierde auf die Welt loszog und auf unvorstellbare Armut und Ausgrenzung menschlichen Lebens traf.

Die Geburtsstunde von Back to Life vor mehr als 25 Jahren!

Mit 100 Euro Startkapital, einem Herzen voller Hilfsbereitschaft, Dankbarkeit, Demut und Liebe und dem Antrieb, aus dem Unmöglichen Möglichen zu machen, schafften Stella, ihr Team und viele Mitarbeiter vor Ort, Menschen ein Leben in Würde und mit Lebensperspektive zu ermöglichen!

Unzählige großartige Projekte entstanden, internationale Preise und Auszeichnungen folgten, eine Anerkennung für ein unglaubliches Engagement!

Für mich ist Stella eine der beeindruckendsten Frauen, die ich kenne. Ich bin glücklich und dankbar über die Begegnung mit ihr, sie ist Inspiration für mich und meine Arbeit als Ärztin.

Herzliche Glückwünsche Dir und Deinem ganzen Team liebe Stella!

Lebt weiter diese wunderbare Vision! Großartig,
dass es Dich gibt!



► **WILFRIED GRUNAU**
PRÄSIDENT DES VERBANDES DEUTSCHER VERMESSUNGSIN-
GENIEURE (VDV) UND DES ZENTRALVERBANDES DER INGENI-
EURVEREINE (ZBI), DER STELLA DEETJEN MIT DEM GOLDENEN
LOT AUSGEZEICHNET HAT

Von dem polnischen Philosophen Stanislaw Brzozowski stammt der Satz: „Zukunft erkennt man nicht, man schafft sie.“ Und genau das hast Du, liebe Stella, mit Deiner Organisation Back to Life gemacht: Du hast unzähligen hilfsbedürftigen Menschen eine Zukunft geschaffen. Dafür gebühren Dir und Deinem Team höchster Respekt und Anerkennung. Zum 25-jährigen Bestehen von Back to Life gratuliere ich von ganzem Herzen. Ich bin stolz und glücklich, Dich zu meinen Freunden zählen zu dürfen. Ad multos annos!

Wilfried Grunau

DR. GUNHILD LOH

VORHERIGE PRÄSIDENTIN ROTARY CLUB FRIEDRICHSDORF

Stellas erster Vortrag fand 1997 in einem Wohnzimmer statt!

Als Mitglied der Literaturgruppe im Diskussionskreis Taunus e.V. hatte ich der Bitte unserer Referentin, Frau Hella Deetjen, Stellas Mutter, gerne entsprochen, ihrer Tochter in Rahmen eines Treffens der Gruppe die Möglichkeit zur Darstellung ihrer Mission und ihrer Ziele zu geben.

Stella schilderte an dem Abend den Zuhörerinnen in ergreifenden Worten ihre Begegnungen mit den leprakranken Menschen in Benares (Indien) und zeigte die Hilfen auf, die sie schon initiiert hatte, aber auch die großen Herausforderungen, die noch nötig waren zur Heilung der Krankheit und Verbesserung der Lebensumstände der Betroffenen.

Alle Anwesenden folgten gebannt dem Vortrag und waren sehr beeindruckt von dem schrecklichen Schicksal jener Menschen – aber die Bändchen, die Stella als Geschenk der Leprakranken dabei hatte, wurden doch mit Vorsicht betrachtet.

25 Jahre ist das her – und was für eine Erfolgsgeschichte, die daraus entstanden ist! Das hatten wir uns damals im Literaturkreis trotz Stellas Überzeugungskraft so bestimmt nicht vorstellen können!

WOLFGANG LANGENKAMP

FREISCHAFFENDER FOTOGRAF MIT SCHWERPUNKT REISEFOTOGRAFIE - LANGJÄHRIGER UNTERSTÜTZER VON BACK TO LIFE UND SPENDER EINES GEBURTSHAUSES

Liebes Back to Life-Team,

Ich lernte Back to Life 2011 durch eine NDR-Talkshow kennen, in die ich „zufällig“ beim Ausprobieren eines neuen Fernsehers hineinzappte. Als Stella sich und ihre Organisation vorstellte, war mir sofort klar: Das sind diejenigen, die ich unterstützen will. Dabei hatte ich damals noch keinen Bezug zu Nepal und zum Himalaja, außer der stillen Sehnsucht, einmal den Himalaja zu sehen.

Mittlerweile war ich viermal dort, davon zweimal projektbezogen mit und bei Back to Life. Denn es war mir von Anfang an klar: nur mit regelmäßigen Spenden ist es nicht getan. Ich wollte stattdessen bei einem Projekt involviert sein. 2017 war es soweit und es begann ein Abenteuer. In Mugu ist man als Europäer – anders als in den vom Tourismus geprägten Gebieten zwischen Annapurna und Mount Everest – alleine mit der einheimischen Bevölkerung und deren Kultur. Begleitet haben mich die Back to Life Projektleiter Dikendra und Achyut, die das sprachliche und kulturelle Dolmetschen übernahmen und mir den Aufenthalt somit erleichtert haben. Danke an Back to Life für diese Erfahrung. Alles Gute und weiterhin viel Erfolg für die nächsten 25 Jahre und viele weitere Jahre darüber hinaus.

Herzliche Grüße zum Jubiläum,
Wolfgang Langenkamp

PFARRER DIEFENBACH

PFARRER EVANGELISCHE KIRCHENGEMEINDE OBER-ESCHBACH - OBER-ERLENBACH

Als Pfarrer einer Kirchengemeinde begleitet mich Back to Life gefühlt schon immer. Wie es zum ersten Kontakt kam, weiß ich gar nicht mehr. Aber plötzlich war Stella Deetjen da. Sie erzählte Jugendlichen in der Konfistunde von ihrem Engagement; die Kollekte eines Konfirmationsgottesdienstes ging zugunsten von Leprakranken und deren Kinder in Benares; Kinder sammelten in ihrem Kindergottesdienst, um Öfen in Nepal zu finanzieren und Stella Deetjen gewährte uns mit einer Lesung ihres Buches „Unberührbar“ tiefe Einblicke in ihre Erlebnisse in Indien. Sogar in meinen Religionsunterricht schaffte es Back to Life mit dem Thema Lepra als heilbare Krankheit und einem Video von Stellas Straßenklinik. 25 Jahre Back to Life – ganz herzlichen Dank und Gottes Segen allen Engagierten, Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen und insbesondere Stella Deetjen! Ein großartiges Projekt, hinter dem eine großartige Frau steht!

Mit besten Grüßen,
Dietmar Diefenbach

SCHWESTER CLEMENTINA

ORDENSGEMEINSCHAFT DER PALLOTTINERINNEN, LIMBURG

Liebe Stella,

von meiner Nichte Claudia habe ich erfahren, dass Dein Werk – Back to Life – 25. Jubiläum feiert. Dazu möchte ich Dir und Deinem Team ganz herzlich gratulieren und meine Bewunderung ausdrücken über die Entwicklung Deiner Initiativen.

Seit unseren interessanten Begegnungen 1990 in Rom habe ich Dein weiteres Leben über meine Nichte mitverfolgt. So haben wir uns ja auch einmal in Frankfurt bei Deinem Vortrag in einer Pfarrei wiedergetroffen.

Ich habe mich immer gefreut und Dich bewundert, wie Du als junge Frau eigene Pläne aufgegeben hast und Dich den Menschen zunächst in Indien und dann in Nepal mit aller Kraft und allen Fähigkeiten zur Verfügung gestellt und Dich ihrer angenommen hast, mit vielen Helferinnen und Helfern.

Möge Gott weiterhin Dich und Dein Werk segnen, sowie auch alle, die mitarbeiten und Back to Life mit Einsatz und Spenden unterstützen.

Herzlich und mit Gedenken im Gebet,
Sr. Clementia SAC

ANSGAR KUHLEBUSCH

LEHRER AM PICTORIUS-BERUFSSKOLLEG IN COESFELD, DAS DIE ERLÖSE AUS IHRER PFANDSAMMEL-AKTION SPENDET

40.000 Pfandflaschen für die gute Sache!

Der erste Bon vor über 20 Jahren war in Höhe von 9,60 DM. Seither sammeln die Schülerinnen und Schüler in Coesfeld Pfand in den extra auf den Fluren aufgestellten Containern. Die gesamte Schulgemeinschaft ist seit langer Zeit froh und stolz, ein kleiner Teil der großen Sache sein zu dürfen, denn große Aufgaben werden nicht durch Kraft, sondern durch Ausdauer gemeistert. Deshalb gratulieren alle Schülerinnen und Schüler sowie Lehrerinnen und Lehrer Stella Deetjen sowie ihrem Team zum 25-jährigen Bestehen von Back to Life.

Vor drei Jahren war Stella zu Gast am Pictorius-Berufskolleg in Coesfeld und hat die Schülerschaft einschließlich des Kollegiums mit ihrem Vortrag in ihren Bann gezogen. Den (oder zumindest einen der) allerersten Pfandbons konnte Stella bei ihrem Besuch vor drei Jahren als kleines Dankeschön für ihr taffes und unfassbares Engagement mitnehmen. Wir werden noch viele Pfandbons dazuheften, um auch weiterhin, neben anderen Schulaktionen zugunsten von Back to Life, ein kleiner Teil des großen Ganzen sein zu dürfen.

Herzlichen Glückwunsch und weiterhin alles Gute!
Alle am Schulleben Beteiligten des Pictorius-Berufskollegs in Coesfeld.

**SUSANNE FRÖHLICH**

BESTSELLER AUTORIN, FERNSEHER MODERATORIN UND JOURNALISTIN, DIE STELLA IN NEPAL BEGLEITET HAT

Liebe Stella,

2018 habe ich Dich in Nepal besucht und Du hast mir die Arbeit von Back to Life hautnah, live und in Farbe gezeigt. Was für ein Erlebnis! Wochenlang hätte ich herumfahren können und mir Projekte sowie Ideen von Back to Life anschauen können. Ich erinnere mich noch, wie beeindruckt ich von der Ernsthaftigkeit war, mit der auch die großen Kinder in der Schule lernen. Davon können deutsche Lehrer nur träumen.

Auf jeden Fall habe ich damals bei meiner Reise einen ersten Eindruck von Back to Life erhalten – und dieser hat mich echt umgehauen!

Stella, ich gratuliere Dir und all Deinen Mitarbeitern, die Dich bei der Umsetzung Deiner Vision unterstützen, zu 25 Jahren. Herzlichen Glückwunsch und auf viele, viele weitere Jahre!

Deine Susanne



WEITERGEBEN!

Helpen Sie uns,
unser Magazin in Ihrem
Bekanntenkreis zu verteilen.

**Auf unserer Website finden
Sie auch eine digitale Version,
die Sie leicht
weiterleiten können.
[back-to-life.org/
magazin](http://back-to-life.org/magazin)**

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 **Geburtschauspatenschaft** (Betrag frei wählbar) sichert den langfristigen Betrieb und Unterhalt unserer Geburtshäuser in den Bergen Nepals. Damit ermöglichen Sie Frauen den Zugang zu professioneller Geburtshilfe und Gesundheitsvorsorge, gleichzeitig verhelfen Sie Neugeborenen zu einem sicheren und geborgenen Start ins Leben.
- 3 Durch Ihre **Projektpatenschaft** (Betrag frei wählbar) unterstützen Sie ganz flexibel die effektiven, bedarfsorientierten Hilfsprogramme von Back to Life in Nepal. Wir setzen Ihre Spende dort ein, wo sie am meisten gebraucht wird.

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

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

UNSERE SPENDENKONTEN:

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

Auf unserer Website sind auch Spenden per **PayPal und Sofortüberweisung** 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!