

Uganda Reisebericht

Mai und September 2022





www.lichtstrahl-uganda.de



Uganda Reise Mai 2022

Auch wenn wir uns es oft wünschen ... Das Leben lässt sich nicht planen! Nach meiner Reise im Februar dachte ich: Wenn wir erst einmal diese heftige Corona-Welle geschafft haben, kommt das langersehnte Frühjahr und hoffentlich eine etwas entspanntere Zeit für uns alle!

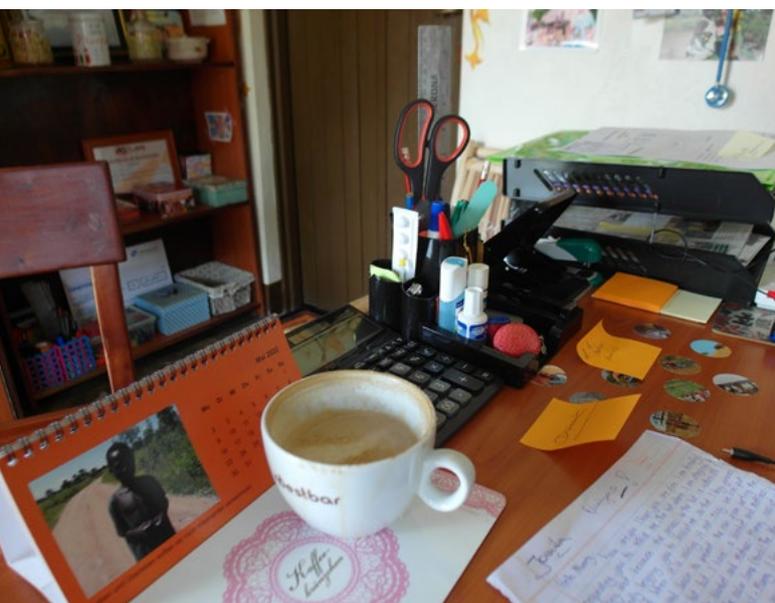
Doch dass es Krieg in Europa geben würde, der auch noch länger dauert, als wir jemals gedacht hätten, kam in meinen entferntesten Gedanken nicht vor. Ich hatte gehofft, wir Menschen wären „schlau“! In so vielen Ländern dieser Welt haben Menschen kein Dach über dem Kopf, nicht genug zu essen oder sind ohne Wasser- und Stromversorgung. Dass es aber Menschen gibt, die all das bewusst zerstören und nicht nur Dinge, sondern Menschen einfach so vernichten, sie wohl vorher noch schwer misshandeln, dafür fehlt mir jedes Verständnis. Es macht so sehr deutlich, dass Wörter wenig Wert haben, wenn das Fühlen und Handeln nicht mit dem Gesagten übereinstimmen. Nie, wirklich nie hätte ich es für möglich gehalten, dass ich einmal äußern würde: „Vielleicht ‚müssen‘ wir nach Uganda auswandern, weil man dort bald sicherer als in Münster lebt“.

Ich habe das Gefühl, all diese Geschehnisse stellen uns Menschen vor wirklich große Herausforderungen – im Kleinen, im Privaten, aber auch global und



zusammenhängend für unsere ganze Welt. Wenn es dann noch zu privaten traurigen Ereignissen kommt, möchte man manchmal die Welt anhalten und die Zeit zurückdrehen! Was hat doch Daniel, mein Boda-Fahrer, letztens gesagt: „Um die Tage, die gewesen sind, musst du dich nicht mehr kümmern, die sind ja weg!“ Es trifft meine Gedanken aber auf den Punkt! Wieso erleben Menschen so viel Grausames, Trauriges und stehen trotzdem am nächsten Tag wieder auf und gehen aufs Feld? Es ist wohl der Tatsache geschuldet, dass das Leben in Uganda doch mehr mit „Überleben“ zu tun hat! Der Tod ist hier etwas leider viel zu Alltägliches. Aber zum Glück nicht in Deutschland! Ich glaube, ihr alle wisst, wie ich das meine!

Zu dieser Reise durfte ich einige Koffer mehr packen. Nein, Turkish Airlines haben mir kein Gepäck-Abo geschenkt. Aber während es für mich am 11. Mai Richtung 2. Heimat ging, hieß es für Jonas, Rudy, Andreas, Wiebke und Dominik am 13. Mai Abreise nach Uganda. Ich habe die 2 Tage „Vorsprung“ genutzt, um mich fix in das Lightray Leben „einzugrooven“! Ich bin immer gerne gut informiert über Alles, was so passiert. Für einige scheinen gewisse Themen vielleicht eher unwichtig, aber für mich ist jede Information wichtig! So bekomme ich Stimmungen mit, Dinge, die vielleicht nichts mit der Arbeit direkt zu tun haben, aber oft helfen zu verstehen, warum das Leben hier so tickt, wie es tickt. Das „Lesen zwischen den Zeilen“ ist oft wichtiger als die eigentliche Information. Es gibt grundsätzlich viel Arbeit und das mag ich sehr. Vieles verbessert sich, einiges ist „Wiederholungstat“ und natürlich hat das tägliche Leben seine eigenen Vorkommnisse. Jeder Tag ist anders, wie ein bunter Blumenstrauß – dennoch fühle ich nach nun fast 18 Jahren immer noch die gleiche Freude und Verbundenheit. Sicher waren viele Situationen alles andere als leicht. Aber es war und ist immer da, dieses Gefühl, am richtigen Ort zur richtigen Zeit für die richtigen Menschen zu sein!



Am ersten Morgen bin ich etwas früher als sonst im Projekt. Normalerweise ist zu dieser Zeit nur der Nachtdienst da. Aber auf dem Weg in mein Office sehe ich, wie Mestica – unsere Leiterin der Vorschule – auch schon die Klassenräume aufschließt. Samstags ist hier, anderes als in der Primary Schule, kein Unterricht, aber die Lehrerinnen müssen arbeiten, ihren Unterricht vorbereiten und ihre Klassenräume organisieren. Mestica kommt mit einem traurigen Gesichtsausdruck zu mir und auf meine Nachfrage erzählt sie mir, dass sie gleich zu einer Beerdigung muss. Sie kümmert sich um ein 10-jähriges Mädchen entfernter Verwandter

aus dem Buschland und bezahlt ihre Schulgebühren. Dafür hilft ihr das Mädchen manchmal bei den Dingen des täglichen Lebens, da Mesticas Kinder schon erwachsen sind. Während der letzten 3 Wochen Ferien war das Mädchen bei ihrer Oma im Buschland und ist am Montag zum Schulstart zurückgekommen. Zunächst ohne ihre Schuluniform, die ihr dann der 12-jährige Bruder – er musste den ganzen Weg laufen – vorbeigebracht hat. Auf seinem Rückweg wurde es langsam dunkel, er wurde von hinten überfahren und es kümmerte keinen. Als man ihn fand, lebte er zwar noch. Aber wenige Stunden später ist er im Krankenhaus gestorben.

Tödliche Unfälle passieren hier fast täglich ... Viele Autos und Trailer fahren sehr schnell, die Fahrer sind hoffnungslos übermüdet und fahren ohne Rücksicht auf Verluste. Ich selbst bin jedes Mal heilfroh, wenn ich gesund hier oben im Norden oder wieder am Flughafen ankomme. Ich habe keine Flugangst, aber der Verkehr ist eine echte Gefahr! Deswegen fahre ich nur mit bekannten Fahrern. Das kleine Mädchen macht sich so große Vorwürfe. In solchen Situationen bin ich sehr froh, dass ich tolle Freunde habe, die helfen! Danke an dich, liebe Elke, und Freunde. Mit eurer Hilfe konnten wir einen Sarg kaufen, den Jungen nach Hause bringen und ihn würdevoll beerdigen.

Daniel meint treffend: „I hate accidents!“ („Ich hasse Unfälle“!) Als ich an einem Abend auf dem Weg in die Stadt bin, hat es kurz vor uns „geknallt“. Viele Menschen stehen an beiden Seiten der Straße. Aber wenn ihr denkt, dass auch nur einer hilft, habt ihr euch getäuscht! Man wartet hier – auf was genau, weiß ich nicht ... doch! Auf die Polizei, die gefühlt eine kleine Ewigkeit braucht. Auch wobei die Polizei helfen kann, ist eine gute Frage – ein Krankenwagen wäre sicher sinnvoller. Also bin ich von Daniels Boda runter und habe geschaut, ob ich mit meinem kleinen Erste-Hilfe-Zipper-Beutel etwas ausrichten kann ... Nicht wirklich, obwohl allein Handschuhe hier schon super sind. Denn HIV und andere sehr ansteckende Erkrankungen sind hier weit verbreitet. Das Unfallopfer hat schwere Beinfrakturen und ein Bauchtrauma. Plötzlich schreit jemand von der anderen Straßenseite um Hilfe und da liegt das zweite Unfallopfer. Eine junge Frau, ebenfalls verletzt, aber nicht ganz so schlimm wie Patient Nr. 1! Ich rufe unseren Ambulance – Danke noch einmal an die Merck Family Foundation für diese tolle Donation! – und nach wenigen Minuten ist unser Fahrer James da. Wir laden die Patienten ein und es geht Richtung Lacor Hospital.

Seit diesem Jahr trage ich auf meinen Fahrten in die

Stadt und nach Hause möglichst meinen Helm. Denn die Unfallrate steigt drastisch an. Das Fahren durch das Buschland ist gegenüber dem „Stadtverkehr“ echte Erholung. Im Stadtbezirk überholt auf engstem Raum der Mopedfahrer den Radfahrer und das Auto beide. Das Gleiche passiert zeitgleich auf der Gegenfahrbahn. Das kann eigentlich nur schief gehen, oder? Doch dieses Szenario lässt sich sogar noch steigern! Denn ich habe vergessen: Die Überholmanöver werden gern vor/in einer engen Kurve gestartet oder wenn es berg hoch oder berg ab geht. In solchen Situationen könnte man denken: lebensmüde!

Es ist daher sehr sinnvoll, vertrauenswürdige und gute Fahrer zu kennen. Deswegen holt auch Edgar Rudy, Jonas, Andreas, Wiebke und Dominik aus dem Carpe Diem Guesthouse ab und bringt sie heil und sicher in unser Lightray Projekt. Sie haben insgesamt leider vor Ort nur eine Woche Zeit. So sind die Tage eng verplant, aber es ist super, dass sie da sind! Wiebke und Andreas kümmern sich um Budget, Controlling und Finanzen, Jonas um alle IT-Themen und Rudy und Dominik um Baupläne, Elektrik und – nicht zu vergessen – um die Wartung unserer LaMazocco-Kaffeemaschine in unserer Lightray Roestbar. Bei all diesen Aufgaben ist Teamarbeit sinnvoll. Wer weiß schon, was das Leben für uns geplant hat. Ich fühle mich besser, wenn ich weiß, dass es Lichtstrahl – Lightray gut geht und das möglichst noch für gaaaanz lang! Es war eine tolle Woche für uns ALLE ... egal, ob Acholi oder Muzungu!

Mittwochabend haben wir alle Abteilungsleiter und Stellvertreter zu einem gemeinsamen Abendessen in unseren Roestbar Coffee Shop eingeladen. Dazu haben wir mit Kreppklebeband Namensschilder gebastelt und die bunte Vorstellungsrunde konnte losgehen. Nein, nicht nur Name und Department wurden dabei genannt. Vielmehr erzählten besonders die ugandischen Mitarbeiter ganz ausführlich, was Lichtstrahl – Lightray für sie bedeutet und warum es ihr „HOME“ geworden ist.

Und jetzt erfahrt ihr, wie Rudy, Jonas, Andreas, Wiebke und Dominik ihre Zeit im Projekt erlebt haben:

Rudy

Was schreibt man, wenn man von Heike aufgefordert wird, einen Beitrag für unseren aktuellen Reisebericht zu schreiben? Das war die erste Frage, die ich mir gestellt habe und fast gleichzeitig fiel mir, trotz der vielfältigen und vielschichtigen Impressionen aus dem Projekt, eine Begegnung mit einem Mann ein, die mich sehr bewegt, und bei mir einen tiefen Eindruck

hinterlassen hat – Mr. Abraham Lincoln. Nein, der 16. Präsident der USA ist nicht von den Toten wiederauferstanden, Mr. Lincoln ist einer unserer Wachleute im Projekt und er heißt tatsächlich so, wie der ehemalige Präsident der Vereinigten Staaten. Aber nicht nur das, er ist gleichzeitig auch einer der wenigen Menschen auf der Welt, der Ebola (eine zu 90 % tödliche Viruserkrankung) überlebt hat. Bewegt hat mich bei dieser Begegnung die Tatsache, dass Mr. Lincoln, trotz der Spuren, die so eine schwere Erkrankung hinterlässt, seinen Lebenswillen und seine Lebensfreude nicht verloren hat. Als ehemaliger Lehrer (leider kann er aus gesundheitlichen Gründen seinen Beruf nicht mehr ausüben) geht er mit seiner außerordentlich freundlichen und offenen Art direkt auf Menschen zu und strahlt dabei eine unglaubliche innere Ruhe und Zufriedenheit aus, die regelrecht – man verzeihe mir die Wortwahl – „ansteckend“ ist.

Gleichzeitig hat mir das Treffen mit Mr. Lincoln wieder das Dilemma vor Augen geführt, in dem Uganda und seine Gesellschaft stecken. Der gute Mann ist ca. 55 bis 60 Jahre alt und gehört damit zu einer Altersgruppe, die insgesamt nur 1,7 % der Gesamtbevölkerung darstellt – in Deutschland reden wir hier über einen Anteil von 8,2 %, also nahezu einem 5-fachen Wert! Damit bringt unsere Altersstruktur sicherlich einiges an Problemen mit sich. Das sind aber, im Vergleich zu Uganda, Herausforderungen, die in einer funktionierenden, demokratischen Gesellschaft eigentlich lösbar sein sollten.

Uganda dagegen ist kein Land mit einer wirklichen Demokratie – ohne im Detail darauf eingehen zu wollen – und hat schon gar keine wirklichen gesellschaftlichen oder administrativen Strukturen, die eine prosperierende Wirtschaft und gesellschaftlich bzw. kulturelle Entwicklung fördern. Hier nur ein paar Fakten, die die aktuelle Situation und die daraus resultierenden Probleme ganz gut aufzeigen.

- Über 55 % der Menschen liegen unterhalb des sogenannten erwerbsfähigen Alters, sind also auf Unterstützung angewiesen.



- Nur 23 % der Bevölkerung sind theoretisch in einem Alter, in dem sie sehr produktiv sind, wirtschaftliche und politische Strukturen etablieren und Wissen weitergeben können.
- Das Land hat einen Anteil von 29 % Analphabeten, die damit nur bedingt am Aufbau von Strukturen und Produktivität beteiligt werden können.
- Gleichzeitig liegt die Lebenserwartung bei nur 61,3 bzw. 66,0 (Männer/Frauen) Jahren, also +/- 18 Jahre unterhalb von Deutschland!

Wie gesagt, dies sind nur ein paar Punkte, die die gro-

ßen Herausforderungen beschreiben, vor denen die Menschen in diesem Land stehen – und hier sehen wir, als Lichtstrahl unsere Aufgabe. Vulnerablen Menschen in Not das Überleben zu sichern, Kindern und Jugendlichen Zugang zu Bildung zu verschaffen, um sie damit in die Lage zu versetzen, ein selbstbestimmtes Leben in ihrer Heimat zu führen, um wiederum anderen Menschen und nachfolgenden Generationen zu helfen.

Und hier schliesst sich für mich der Kreis, es braucht in Uganda mehr Menschen wie zum Beispiel Mr. Abraham Lincoln. Diese Menschen können mit ihrer Erfahrung, ihrem Wissen und nicht zuletzt ihrer Weisheit helfen, eine Gesellschaft funktionsfähig, überlebensfähig und vor allem lebenswert zu machen.

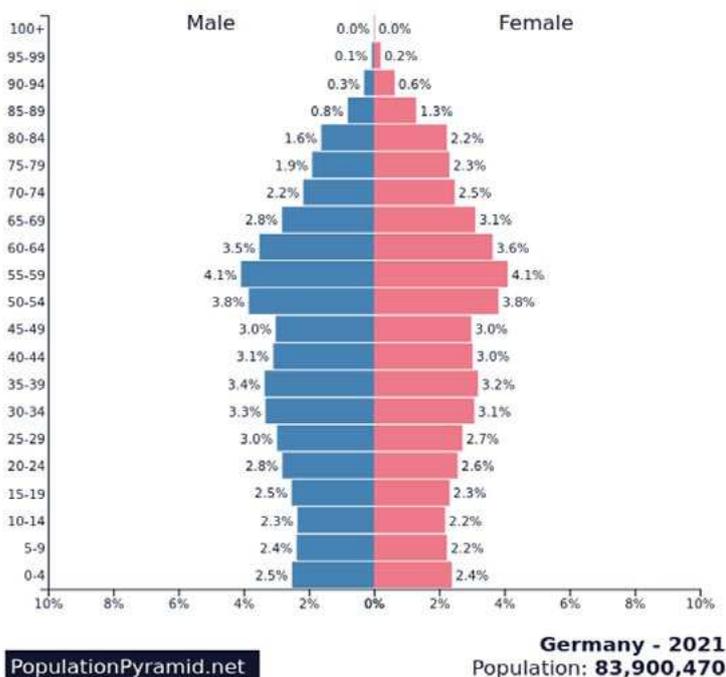
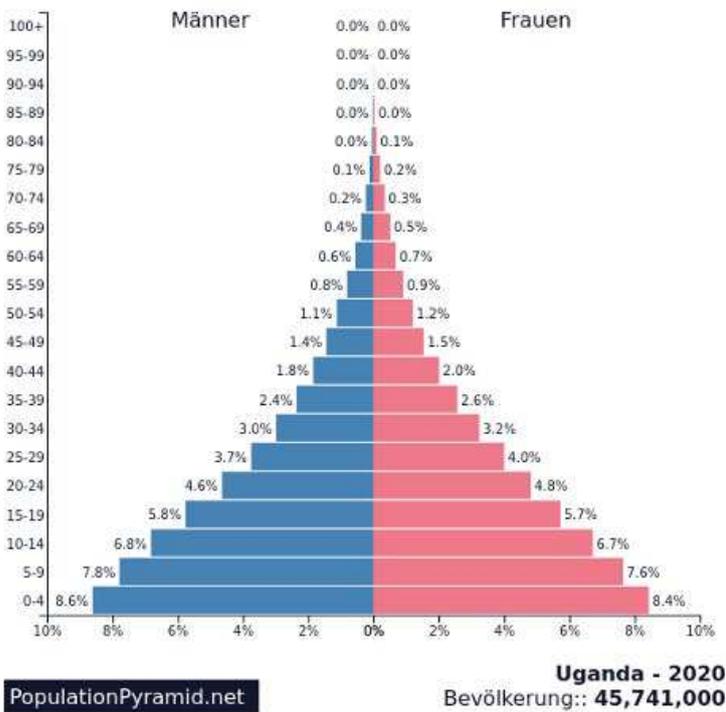
Wiebke und Dominik

Liebe Heike, als ich vor zwei Jahren das erste Mal beim Budget + Controlling Meeting war und mir vorher, um Lichtstrahl Uganda kennenzulernen euer Video auf der Homepage angesehen und Reiseberichte durchgelesen habe, hätte ich niemals gedacht, dass ich heute selber einen kurzen Bericht zu unserer Reise nach Uganda schreibe.

Deine Idee „Hilfe zur Selbsthilfe“ zu leisten, medizinische Versorgung anzubieten und schulische Entwicklung zu ermöglichen hat mich begeistert. Schon damals hast du gesagt, wir müssen unbedingt auch nach Uganda kommen, um das Projekt durch unsere eigenen Augen zu sehen und insbesondere Monica, Susan und alle anderen Mitarbeiter vor Ort kennenzulernen. Im Mai ging es dann mit viel Neugierde, Aufregung und Vorfreude im Gepäck mit meinem Freund Dominik und Andreas, Jonas und Rudy nach Gulu.

Auch wenn man das erste Mal nach Afrika fliegt und gedanklich auf Stromausfall, kaltes Wasser und Mosquitos eingestellt ist, haben wir direkt bei unserer Ankunft gelernt, wie wunderbar auch ein halbgekühltes Willkommensgetränk bei Kerzenschein sein kann - so herzlich wurden wir von Estelle im Hotel in Empfang genommen. Als Edgar uns am nächsten Tag von Entebbe nach Gulu gefahren hat, war bereits morgens die Wiedersehensfreude bei den anderen groß.

Von den Eindrücken der Fahrt durch Kampala und die anderen kleinen Orte auf dem Weg bis nach Gulu bewegt, wurden wir bei der Ankunft im Projekt freudestrahlend von Dir, Margarete, Felix und dem Roestbar-Team in Empfang genommen (und ab jetzt jeden Tag mit bestem Kaffee, köstlichem Frühstück und leckerem Abendessen verwöhnt).



Die Woche im Projekt verging wie im Flug, wir haben peu à peu das Projekt entdeckt und eine kleine Lichtstrahl-Zeitreise durch die nach und nach entstandenen Departments gemacht. Allein die flächenmäßige Größe des Projektes ist schon sehr beeindruckend. Sich aber dann zu vergegenwärtigen, dass all das in den letzten gut zehn Jahren auf die Beine gestellt wurde ist einfach wow.



Am allerschönsten für uns war die Lightray-Family bei der Arbeit zu erleben und Teil davon zu werden. Während Dominik mit Rudy, Dir und Innocent die Gebäude für das neue OVC-Grundstück umgeplant hat, haben Andreas und ich mit Monica, Morning und Betty bunte Post-it's mit geplanten Investments geklebt und Budgets gewälzt. Es war unglaublich zu sehen mit wie viel Engagement und Freude alle bei der Arbeit sind - Konstruktionszeichnungen wurden über Nacht umgezeichnet, Exceltricks freudestrahlend entgegengenommen und die einzelnen Planungsgrößen in den Budgets mit großer Ausdauer von links nach rechts geschoben.



Morgens von lautstark lernenden Kindern geweckt zu werden (Dominik durfte sogar einmal nachmittags mit den Kids die Schulbank drücken), die knallvolle Wartehalle der Medizinstation zu sehen, mit den OVC-Kids zu spielen und gemeinsam das Abendessen vorzubereiten und von Lichtstrahl betreute Familien mit berührenden Schicksalen auf der Villagetour von Susan vorgestellt



zu bekommen hat uns gezeigt, wie unfassbar vielfältig Lichtstrahl in Gulu hilft. Krönender Abschluss unserer Reise war das gemeinsame Teamdinner mit allen Heads und Deputies der verschiedenen Departments. In einer zweistündigen Vorstellungsrunde haben wir nicht nur noch mehr über die jeweiligen Personen erfahren, wir durften den unglaublichen Teamspirit und den riesigen Stolz der Mitarbeiter bei Lichtstrahl zu arbeiten spüren. Alle Mitarbeiter im Projekt vor Ort sind auf ihre jeweilige Weise leuchtend helle Lichtstrahlen und ein wahnsinnig tolles Team!



Daher bleibt mir und Dominik zum Schluss nur eins zu sagen: Apwoyo Matek für diese tollen Einblicke in die tägliche Arbeit und die vielen Lichtstrahlen, die ihr der Community in Gulu seid!

Unsere Medizinstation

Es hat gedauert, aber es ist möglich ... Anders als in vielen anderen Medizinstationen oder Krankenhäusern haben die meisten unserer Mitarbeiter verstanden, dass ein freundliches Willkommen mit einem Lächeln auf den Lippen sogar Teil der Behandlung sein kann. In Uganda werden Weiße – Muzungu sonst besser behandelt als Einheimische. (In Deutschland ist dies im Verhältnis zu Ausländern oft genau andersherum, oder?)

Inzwischen kommen über 1.000 Patienten jeden Monat zu uns. Und wenn ich sehe, woher sie mittlerweile den Weg zu uns finden, spielt unsere gute Qualität dabei sicher eine wichtige Rolle. Zurzeit gibt es viele Moskitos, sodass die Zahl der Malaria-Infektionen deutlich steigt. Immer öfter müssen wir realisieren, dass es mehr und mehr Resistenzen gegenüber den vorhandenen Anti-Malaria-Medikamenten gibt und es eigentlich hochnotig Zeit wird, endlich einen entsprechenden Impfstoff zu entwickeln und für einen erschwinglichen Preis auf den Markt zu bringen. Vielleicht hätte damit auch der afrikanische Kontinent eine echte Chance. Denn jede Malaria-Infektion muss medizinisch behandelt werden, sonst führt sie unweigerlich zum Tod.

Vielleicht hätten die geimpften Menschen dann auch nicht so viele Kinder. Denn die Wahrscheinlichkeit, dass Kinder überleben, ist deutlich höher. Also haben alle viele Kinder. Vielleicht wären die Menschen mit einem Impfstoff noch leistungsfähiger. Vielleicht würden sie sich zu unserer gemeinsamen Welt zugehöriger fühlen und hätten das Gefühl, dass der Impfstoff für sie entwickelt sein würde. Damit hätten wir ein Zeichen gesetzt, dass Afrika nicht nur eine tolle Natur und Tierwelt hat, sondern Menschen, die etwas „haben“, wofür wir mittlerweile oft viel Geld und Zeit benötigen: die eigene Mitte, damit das eigentliche Leben nicht an einem vorbeirauscht. Es ist einfach mein tiefer Glaube, dass wir nicht einfach nur so hier auf dieser Welt sind, sondern dass all das nur Sinn ergibt, wenn wir uns mit Herz und Verstand begegnen und uns gegenseitig unterstützen. Leider geht das in der großen weiten Welt durcheinander, aber im Kleinen könnten wir es doch versuchen! Oder?

An vielen Tagen kommen noch spät abends Patienten, die teilweise in nur wenigen Stunden schwere Symptome einer Malaria-Infektion zeigen. Deswegen bin ich meistens erst spät zu Hause. Das sind die Situationen,

in denen ich meinem eigentlichen Beruf „Krankenschwester“ nachgehe. Wenn ich abends im Dunkeln zurückfahre, wird mir aber auch jedes Mal klar, warum wir ab 20:30 Uhr die Mitarbeiter mit längeren Nachhause-Wegen mit unserem Pickup zurückbringen. Unsere Gegend Bardege Division ist toll, aber leider an vielen Stellen nachteilig: Wir haben nur wenig Strom und Wasser, die Straßen sind überwiegend Lehmstraßen. Durch die wenigen Lichtquellen und die vielen Menschen passiert also gerade nachts Einiges. ABER: keine Sorge – für alle, die in unsere Guesthouses kommen, wird bestens gesorgt!

Wir haben unsere Medizinstation um ein weiteres Angebot erweitert: Jeden Samstag kommt Peter, leitender Physiotherapie-Mitarbeiter des Lacor Hospitals, und schult Eric, Ronald und Mirijam „on-the-Job“! Wir hatten vorher leider ohne Erfolg die Weiterbildung dieser Mitarbeiter bei der deutschen Gesellschaft für internationale Zusammenarbeit (GIZ) beantragt. Trotzdem lassen wir uns nicht entmutigen, weil wir glauben, dass diese Schulung für unsere Patienten sehr hilfreich ist. Sollte von euch jemand Lust haben, einen unserer Mitarbeiter in 2023 zu der GIZ-Weiterbildung zu schicken, meldet euch sehr gern!

Stellt euch vor: Es gibt immer wieder Fälle, die ich noch nie gesehen habe! So ein Fall ist Jasper, 10 Jahre alt. Und das kam so: Vor einigen Wochen hat mich eine Dame aus Deutschland kontaktiert, die ehrenamtlich in der Naume-Kinderstiftung von Dr. Paul Okot-Opiro tätig ist. Dr. Okot-Opiro ist der Inselarzt von Juist und engagiert sich in seinem Projekt in der Nähe von Gulu. Zwischen ihm und mir hat sich in der Zwischenzeit eine gute Verbindung entwickelt und wir helfen uns gegenseitig. So sollte es ja auch eigentlich zwischen Hilfsorganisationen sein (an vielen Stellen ist aber leider gerade das Gegenteil der Fall ...)!

Jedenfalls sollte es in der Gegend von Dr. Okot-Opiros Projekt einen Jungen geben, der anscheinend dringend einen Rollstuhl benötigt. Nach etwas Recherche finden wir tatsächlich Jasper und der Fahrer der Naume-Stiftung bringt ihn zu unserer Medizinstation. Dort untersuchen wir Jasper. Er hat einen leichten Husten, aber an dem Grund für die notwendige Benutzung des Rollstuhls können wir leider auch nichts ändern: Er wurde anscheinend gesund geboren, nach ca. 1 Jahr wuchsen jedoch seine Knochen seltsam. Seine Ober- und Unterschenkel haben heute die Form einer Sichel, eines halben Mondes. Unglaublich und unfassbar! Allein schon beim Anblick empfinde ich Schmerzen! Wie muss es erst Jasper gehen, der hier so tapfer vor mir sitzt. Jasper ist so dankbar für den tollen Rollstuhl,





den er jetzt bekommen hat! Ganz lieben Dank für diese Hilfe!

Und dann hat sich Denis – offensichtlich stark geschwächt – seinen Weg zu mir durchgekämpft. Es ist Sonntagfrüh und es hat sich herumgesprochen, dass ich immer schon frühmorgens am Projekt bin und dies meistens der beste Zeitpunkt ist, um mich zu erreichen. Als ich Denis sehe, fällt mir leider nur das Wort Krebs – Cancer ein: Der Hals von Denis sieht aus, als ob er einen Fußball verschluckt hat und der Fußball im Hals steckengeblieben ist. Außerdem ist Denis vollkommen abgeschlagen und hustet bellend. Man hat angeblich vor 6 und vor 3 Monaten Biopsien entnommen, ihm aber keine Diagnose genannt. Das ist leider typisch für hier: Die Biopsie muss man bezahlen, das Ergebnis oder gar eine Behandlung bekommt man nicht! Ich versuche es jetzt mit einem Überweisungsbrief und meiner Unterschrift – gruselig, aber es hilft!

Unser Labor

Wir sind in unserem Labor wirklich gut ausgestattet. Dank unseres qualifizierten Personals sind auch unsere Testergebnisse valide. Das hilft uns, passende Me-



dikamente zu geben und so eine schnellere Genesung zu erzielen. Eunice, eine unserer Laborassistenten, hat nun schon die Hälfte ihrer Diplom-Zusatzausbildung absolviert. Es ist jedes Mal eine Freude, zu sehen, wie stolz sie auf ihre Weiterqualifizierung ist! Danke auch an Dr. Esser für die neue Zentrifuge.

Unser Dentalbereich

JUHU! Morris hat sein Studium zum Dentisten geschafft! Seit Ende April ist er fertig und hochmotiviert! Leider müssen er und wir warten, bis seine Noten – wohl erst Ende August/Anfang September – von der Uni bekannt gegeben werden. Erst dann hat Morris offiziell bestanden. So lange darf er keine Patienten behandeln. Quasi um nicht aus der Übung zu kommen, hilft er bis dahin im Dentalbereich des staatlichen Krankenhauses aus.

Und wir haben (halbtägige) Health Days – Gesundheitstage in Schulen (vor allem in weiterführenden) organisiert, die unsere Teams durchführen. Morris übernimmt dabei den Bereich Dentalhygiene und Vorsorge. Ansonsten versuchen wir, über Malaria-Prävention, psychische Belastungen, Menstruationshygiene und Verhütung zu reden. Das Feedback ist super und macht uns viel Spaß! Bei vielen Fragen wird deutlich, was die Kids alles einfach nicht wissen. Durch unsere Aufklärungsarbeit können wir daran hoffentlich in unserer Community langfristig etwas ändern.

Unsere Entbindungsstation

Consolate und Judith sind zusammengewachsen!!! Judith war vor vielen Jahren unsere erste Hebamme, hat dann wegen Familienproblemen aufgehört und später lange für Save the Children gearbeitet. Sie ist super qualifiziert, besonders, wenn sie mit den Frauen spricht und diesen beratend zur Seite steht!! Consolate leitet unsere Entbindungsstation, hat dank der PVS Westfalen ihr Diplom zur Hebamme gemacht und nun mit einem Distinction Grade (= sehr gut) ihren Ultraschallkurs beendet. Im praktischen Teil hat sie 92 % bekommen und Lightray ist ein Stück Zuhause für sie geworden. Nun ist Judith zurück bei Lightray und erst sah es so aus, dass sich vor allem Consolate mit ihr schwer tat. Meine beiden Stellvertretungen sind ebenfalls Frauen – Monica und Susan – und da muss man verstärkt aufpassen, dass keine „Befindlichkeitsstörungen“ entstehen. So gehört es auch zu meiner Arbeit, Mitarbeitergespräche zu führen und zu versuchen, Stabilität und Vertrauen zu schaffen. Das ist eine besondere Herausforderung, weil diese Generationen kriegstraumatisiert sind und Vertrauen eher ein



Fremdwort für viele von ihnen ist. Judith hat sich bestens eingefügt und hat trotz ihrer Qualifikation eine tolle Art, mit ihren Kolleginnen umzugehen. Auch Consolate hat während der letzten Monate gemerkt, dass Judith eine absolute Bereicherung ist. Verantwortung zu teilen – das ist einfach nur wunderbar, besonders, wenn beide echte Profis sind und beiden gute Qualität wichtig ist.

Mit einer tollen Spende konnten wir unsere Pharmacy aus der Entbindungsstation auslagern und diesen Raum zu einem Vorsorgeuntersuchungs- und Family-Planing-Raum umbauen. Family Planing bedeutet Verhütungsmittelgabe! Es ist sinnvoll, wenn wir diese Gespräche mit unseren Frauen führen und dabei auch etwas Privatsphäre haben. Unsere ehemalige Pharmacy ist zu klein für uns geworden, aber der Raum bietet jetzt echten Mehrwert für unsere Hebammen und ihre Patientinnen.

Die Zahl unserer Mütter steigt deutlich an. Leider sind darunter auch viele Frauen, die als High Risk – Hochrisikomütter gelten. Viele von ihnen haben in kurzer Zeit viele Kinder zur Welt gebracht; bei Geburt Nr. 6, 7 oder 8 wäre es super, wenn man eine kleine OP-Einheit zur Verfügung hätte – um eben auch Kaiserschnitte etc. durchzuführen. Obwohl wir sie mehrfach darauf hinweisen, in ihren ugandischen Mutterpass die „High Risk Stufe“ eintragen, kommen sie zu uns! So wurde sogar eine Frau mit einem alten, klapprigen Auto aus dem ca. 1,5 Autostunden von Gulu entfernten Kitgum zu uns gebracht. Hier hat es also nicht an Geld gemangelt, aber sie haben sich auf den Weg gemacht, weil sie von unserer Qualität und den freundlichen Mitarbeiterinnen gehört haben! Trotz der allgemeinen Armut haben wir uns jetzt im Abteilungsleitungsteam entschieden, dass Mütter, die bewusst, besonders nachts, und unabhängig von einer High-risk-Einstufung zu uns kommen, umgerechnet 2,50 Euro für den Transport mit unserem Ambulance bezahlen müssen. Sie bringen nicht nur sich und ihr ungeborenes Baby, sondern auch unsere Hebammen in eine schwierige Situation. Nachts haben nur eine Hebamme und eine Krankenschwester Dienst, die sich oft eh schon „zerteilen“ müssen. Mehr aber geht eben nicht.

Einen ganz lieben großen Dank an Family Oen für die tolle Spende anlässlich ihrer Geburtstage! Damit konnten wir zwei neue Untersuchungsliegen aus Kampala bestellen und für unsere Entbindungsstation nutzen.



Den Restbetrag nehmen wir für die laufenden Kosten, denn die werden natürlich nicht weniger, dafür aber die Zeiten härter.

Heute Morgen kommt unsere Sozialarbeiterin zu mir und erklärt, dass es ein Baby in Akoroquwe gibt, das dringend Babymilch benötigt. Sie hatte mehr zufällig die 18-jährige Mutter besucht, weil wir sie und ihr Baby nach der Entbindung im April aufgrund von pulmonalen Problemen des zu früh geborenen und unterentwickelten Babys ins Krankenhaus gebracht hatten. Jetzt halte ich allerdings gerade ein Baby im Arm, das gefühlt kein Kilo wiegt. Die jetzt schon zweifache Mama hat keine medizinische Hilfe mehr aufgesucht. Wenn ich ehrlich bin, bin ich mir nicht sicher, ob dieses Baby trotz unserer Hilfe überleben kann. Diese Situation macht deutlich, wie sehr sich die Menschen hier in ihr Schicksal ergeben. Wir aber können nicht wegschauen! Und wenn wir nicht wegschauen, müssen wir tätig werden, oder? Es ist euch zu verdanken, dass wir genau dieses tun können! Wir kaufen also Babymilch, Fläschchen, Decken und geben noch die tollen Babys-tricksachen mit. ... Einige dieser Babys sind heute gesund und haben sich normal entwickelt. Für diese Verhältnisse hier ist das immer wieder ein Geschenk des Lebens. Aber es gibt auch viele, die es nicht schaffen. Wir kennen letztlich nur Einzelfälle. Die Dunkelziffer ist deutlich höher – aber wen interessieren schon wirklich die Menschen hier tief im Buschland?

Am nächsten Morgen um 6:30 Uhr sitzt eine weinende Frau vor meiner Office. Eunice. Sie wohnt in unserer Nachbarschaft und einer unserer Sponsorenjungen Simon lebt neben ihr. Simon war ein paar Tage allein zu Hause. Nachts hat er hohes Fieber entwickelt und keiner war da, bis ihn die Nachbarin morgens für die Schule wecken wollte. Also hat sie ihn zu uns gebracht. Wir haben ihn sofort behandelt, dann das Jugendamt eingeschaltet, Flavia hat die lokale Leaderin unserer Community eingeladen und versucht, die Mutter von Simon ausfindig zu machen. Diese ist einfach zu ei-



nem anderen Mann gegangen, von dem sie nun auch noch schwanger ist, obwohl sie HIV positiv ist (auch Simon ist infiziert). Als nachmittags die Mutter zu uns kommt, wird schnell klar, dass sie ein „Defaulter“ ist – sie nimmt ihre HIV-Medikamente nicht und dadurch können nicht nur körperliche, sondern auch mentale Probleme auftreten. Als wir Simon fragen, wo er gerne leben möchte, zeigt er direkt auf Eunice. Da Eunice selbst nur einen Sohn hat, willigt sie sofort ein, sich um Simon zu kümmern, sofern wir die Schulbildung, medizinische Versorgung und Unterstützung mit Nahrung übernehmen. Eunice macht einen sehr verantwortungsvollen Eindruck. Nachdem unser Muzungu Budget Team ausgerechnet hat, dass uns ein Kind in unserem Kinderkrisenhaus pro Jahr inklusive Schulgebühren, medizinische Versorgung etc. etwa 6 Millionen ugandische Schilling kostet (= ca. 1.600 Euro), ist es ein guter Versuch, wenn sich Eunice um Simon kümmert. Sollte dies nicht funktionieren, wird er in unser Kinderdorf einziehen.

Simon war und wird hoffentlich auch wieder ein aufgeweckter Junge. Ich werde nicht so schnell seinen dankbaren Blick vergessen, als ich heute den Raum betrete, in dem er liegt ... Solche Ereignisse helfen mir, die Vision nicht zu verlieren, egal, wie hart es manchmal ist. Es sind immer und immer wieder die Kinder, die mein Herz bewegen, weiterzugehen ... sie haben es mehr als verdient ... überall auf der Welt!!! Wir sollten uns eigentlich „schämen“, ihnen eine Welt zu überlassen, in der Kriege geführt werden, immer noch Hunger herrscht, viele Menschen keinen Zugang zu sauberem Trinkwasser haben, geschweige denn in die Schule gehen können, und wir unsere natürlichen Ressourcen ausbeuten und nicht pflegen. Wenn wir, die soziale Medien und Bildung nutzen können, es schon nicht besser wissen, was glauben wir denn, sollten diese Menschen hier wissen? Bei all diesen emotionalen Situationen freut es mich aber sehr, das Gefühl zu haben, dass unsere Mitarbeiter unseren Weg mit uns gehen:

1. Während wir uns um Simon gekümmert haben, ist Samuel schnell zum Jugendamt gefahren und hat alle notwendigen Notfallpapiere besorgt. Auch wenn es eigentlich ein Fall ist, der der Polizei gemeldet werden sollte, haben wir uns dagegen entschieden. Die leibliche Mutter scheint selbst starke Probleme zu haben, die sich im Gefängnis sicher nie lösen lassen!

2. Sharon, unsere Hebamme, hat very-very-little Beatrice 6 Wochen und ihre Mama 16 Jahre für die Aufnahme in unser Mütterkrisenhaus empfohlen! Eine perfekte Entscheidung, denn hier haben wir sie unter ständiger Beobachtung, unsere Hebammen können der jungen Mama viel erklären und zeigen und über Verhütung aufklären. Super!

3. Am Ende des Tages kommt einer unserer Krankenwagenfahrer zu mir und berichtet mir über seine körperlichen Probleme mit seiner Frau, die er sehr liebt. Wie in vielen Situationen des Lebens hilft auch hier offenes und ehrliches Reden. Nicht einfach für einen ugandischen Mann! Ich bedanke mich für sein Vertrauen. Mal schauen, ob es einen Urologen in Gulu gibt (die sind sehr rar).

Unsere Immunisierungs-, HIV-, Ein-Dollar-Brille-Station

Danke an dieser Stelle an unsere Mitarbeiterin Prudent, die jeden Tag VIELE Babys immunisiert und durch ihr Wissen fast unersetzlich ist! Warum? Neugeborene, Babys oder Kinder zu immunisieren, ist kein leichter Job! Besonders in Ländern wie Uganda! Das medizinische Equipment ist qualitativ nicht mit unserem zu vergleichen. Aber bei Babys muss man ganz genau aufpassen, wieviel Milliliter man den Kleinen wohin spritzt. Für Prudent ist Lightray ein echtes Zuhause geworden und ich kann mir nicht vorstellen, dass sie es jemals freiwillig verlassen würde.

Ein bisher noch ungenutzter Raum ist für euch reserviert, liebe Verena und Moritz! Beide sind Ärzte der Augenklinik der Uniklinik Münster und haben sich bereit erklärt, Ende September/Anfang Oktober für 2 Wochen zu uns ins Projekt zu kommen, um dort zusammen mit unseren Mitarbeitern Josephine und Eric das Projekt „Ein-Dollar-Brille“ zu implementieren. Wir haben schon 2 Zoom-Meetings durchgeführt. Verena und Moritz sind klasse vorbereitet und sprechen perfekt Englisch. Sie versuchen mit wunderbarer Ruhe, Josephine und Eric an die Anatomie des Auges und wichtiges Fachwissen heranzuführen. Es toll zu erleben, wie motiviert, begeistert und dankbar Josephine und Eric für diese Chance sind und vor Laptop

und Beamer sitzen. Verena und Moritz, wir freuen uns schon riesig auf euer Kommen!

Eine weitere Räumlichkeit ist nun zu unserem Ultraschallraum geworden. Liebe Regina, lieber Alex und liebes Robers Leuchten-Team ... DANKE euch sehr! Wir brauchten diesen Raum, weil wir nicht mit so vielen Patienten gerechnet hatten. Doch in der Regenzeit können sie nicht einfach – wie in der Trockenzeit – auf dem Rasen warten. Sobald wir die Anerkennung zum „Health Centre 3“ bekommen, dürfen wir hier außerdem auch HIV-Medikamente ausgeben! Wir sind dafür vorgeschlagen, müssen aber warten. Und nach afrikanischer Zeitrechnung kann das leider sehr lang dauern.

Unsere Vorschule



Ich weiß gar nicht mehr, wie ich es die letzten 2 Jahre ohne „meine kleinen Helden“ der Vorschule in meiner Office ausgehalten habe. Es ist so wunderbar, diese meistens strahlenden Gesichter morgens sehen und begrüßen zu können. Einige sind sogar vor mir da und rufen schon von Weitem: „Good Morning, Mama Heike!“ Wenn sie mittags oder abends wild zum Abschied winken und mir deutlich machen, dass wir uns

am nächsten Tag wiedersehen, fühle ich jedes Mal: Das passt hier, das lohnt sich, das ist gut!

Wir haben einige neue Regelungen für unsere Lehrerinnen der Vorschule eingeführt. Sie müssen nun bis 16:30 Uhr arbeiten. Die Nachmittage werden für Afternoon Care – Nachmittagsbetreuung genutzt. Besonders vulnerable Kinder bleiben länger, damit sie bei uns unter anderem auch Mittagessen können. Unsere Klassenräume haben die Lehrerinnen sehr liebevoll und kindgerecht gestaltet.

Als ich heute in Maurens 1. Klasse kam, hatten alle Kids ihre Köpfe auf den Tischen abgelegt. Ich fragte: „Are you all sleeping“? Nein! Maureen hat den Kids gesagt, dass sie sich in den letzten 5 Minuten ausruhen und ganz leise sein sollen. Sehr süß! Ich bin mir nicht sicher, ob das in Deutschland klappen würde. Hier war es ein herrliches Bild.

Weil ein Kind weggezogen ist, ist ein Platz in Maurens Klasse frei geworden. Wunderbar, denn so konnten wir den kleinen Thomas aufnehmen. Seine Eltern hatten schwerste gewalttätige Auseinandersetzungen, die Eltern der Mutter hatten um das Leben ihrer Tochter gefürchtet und sie schließlich ohne Thomas nach Hause zurückgeholt. Kinder werden nur ungerne mitgenommen, weil nachfolgende Partner diese oft schlecht behandeln. Genau das tat nun die zweite Frau von Thomas Vater. So holte am Ende die andere Oma Thomas zu sich. Sie ist zwar alt und krank, schafft es



aber hoffentlich, Thomas jeden Tag in die Vorschule zu bringen. Ich habe fix alle Schulmaterialien für ihn gekauft und freue mich, dass sich Thomas so doll freut, dass er nun bei uns lernen darf.

Unsere Buchhaltung „Accounting Section“ war einige Jahre lang in einem Raum unserer Vorschule untergebracht. Jetzt haben wir eine Administration, die nicht



mehr in einer Grashütte sitzt. Darüber freut sich unsere Monica sehr! DANKE an dieser Stelle an meine Cousine Mechtild Baumeister und an Radwelt Coesfeld. Besonders du, Mechtild, hast dafür gesorgt, dass sich Monica superwohl fühlt. Du hast ihr damit eine Wertschätzung ermöglicht, die für eine kinderlose (und das in Afrika) Frau Anfang 30 eher eine Seltenheit als eine Selbstverständlichkeit ist.

Jetzt hatten wir also einen kleinen freien Raum in der Vorschule, den wir zu einem Store umfunktioniert haben. Bei 321 Kids brauchten wir Stauraum für die afrikanischen Besen, die Säcke voller Poisho – Maismehl, Toilettenpapier etc.! Ordnung ist sehr wichtig. Wenn hier alles kreuz und quer im Raum liegt, bedeutet das nicht nur Platzverschwendung, sondern auch eine schnelle Futterquelle für Ratten und Mäuse. Da



wir noch ein älteres Regalsystem übrig hatten, haben wir dieses für den Store neu zugeschnitten. Jetzt können wir alles ordentlich auf Regalbretter und Nahrung von Schulmaterialien getrennt lagern. Diese Ordnung ist hier wenig alltäglich. Bei „neuen“ Räumlichkeiten muss ich immer erst ein gewisses Ordnungssystem erklären und zeigen. Manchmal sind 2 bis 3 Anläufe dafür nötig. Wir kennen das von uns, oder? Jeder macht



einfach gerne Dinge wie immer und warum sollte man etwas ändern, wenn es irgendwie doch schon immer so war? Nicht anders ist es hier. Sauberkeit und Ordnung in unserem Projekt sind über die Jahre langsam gewachsen.

Unsere Eltern – Caretaker müssen versuchen, nicht nur die Schulmaterialien, sondern auch die anderen notwendigen Dinge für den Schulalltag mitzubringen. Auch wenn wir unter den qualitativ guten Schulen immer noch die günstigste sind, gibt es viele Eltern, die dies nicht aufbringen können (oder nicht wollen). Sie haben aber die Möglichkeit, sich bei unseren Schulleitungen zu melden. Unsere Sozialarbeiter verifizieren dann die Situation und sie dürfen Schulgebühren etc. gegen Arbeit tauschen. Denn es gibt immer etwas auf unserer Farm Pangu zu tun!



Ich habe gern ein Beispiel dafür: Consolate – ihr erinnert euch: unsere leitende Hebamme – hat 3 Kinder. 2 davon gehen in unsere Schule. Consolate verdient ca. 170 Euro netto im Monat, ihr Mann hat keine Arbeit. Für die Schulgebühren muss sie im Jahr ca. 250 Euro pro Kind aufwenden, zurzeit also 500 Euro für 2 Kinder (= 3 Monatsgehälter!) und 750 Euro, sobald das 3. Kind in die Schule kommt. Was aber machen Familien

/ Frauen, die kein Geld verdienen, sondern von den vielleicht für 1 Euro verkauften Mangos am Tag leben müssen?



Es ist wirklich ein großartiges Erlebnis, all die Kids in unseren Schulen zu erleben. Trotz allem sind sie so lebensfroh, lebendig und bringen mich jeden Tag mehrmals zum Lachen. Solltet ihr mal Freude und Lachen benötigen, steigt in einen Flieger, genießt tagsüber die Lighthouse Kids und abends die entspannte Aussicht und Ruhe in unserem Lighthouse Roastbar Coffee Shop und Guesthouse. Hier findet man auch tolle Freunde ... und natürlich gibt es auch für alle einen Lutscher! ;-)



... und auch hier ein Beweis, dass wir versuchen, ein gemischtes Team zu sein ... Olom, unsere männliche Leitung der Support Staffs, darf die Vorschule wischen!

Unser Sozialarbeiter-Team

Ich glaube, dass viele von euch, die hierherkommen und eine Villagetour machen würden, sagen würden: „Hier benötigt jedes Kind Hilfe!“ Doch die weltwei-



te Not nimmt weiter zu, die armen Menschen werden immer ärmer, wahrscheinlich werden die Kriterien für Vulnerabilität hochgestuft. Trotzdem freue ich mich immer wieder, wie aufmerksam unsere Mitarbeiter sind! Sei es, weil ihnen Kinder auf unserer Medizinstation als Patienten, sei es, weil ihnen Kinder in unserer Vorschule oder Primary Schule oder sei es, weil ihnen Kinder durch aufmerksame Menschen in unserer Community auffallen. Unser Sozialarbeiter-Team macht sich dann vor Ort ein Bild. Die Mitarbeiter fahren zu den Kids nach Hause und versuchen, die Umstände einzuschätzen. Es tut im Herzen weh, wie viele Kinder hier unter Vernachlässigung leiden. Dass Eltern kein Geld haben, ihre Kinder zu ernähren, sie medizinisch versorgen zu lassen und / oder sie in die Schule schicken zu können, ist das EINE. Aber das ANDERE finde ich viel, viel schlimmer: Eltern, die sich nicht kümmern, deren eigene Ausweglosigkeit sie anscheinend ignorant und fast emotionslos werden lässt. Tja, hier wird es schwer für mich. Egal, wie schwer das Leben ist – ich glaube trotzdem, dass eine liebevolle Emotionalität hilft, es besser und vor allem gemeinsam zu meistern. In die hoffnungsvollen Augen zu blicken, wenn sie unsere Sozialarbeiter oder mich sehen – dann können wir selten anders, als zu helfen. Keine Sorge, das geht nicht nur mir so!

Die Arbeit ist manchmal nicht ganz ungefährlich. Im Buschland lauern andere Gefahren als in der Stadt. Patrick, einer unserer Sozialarbeiter, wurde heute von einer Schlange gebissen. Schnell geht es zur Überwachung ins Krankenhaus. Zum Glück kann er nach 5 Tagen entlassen werden, auch wenn sein Bein immer noch stark geschwollen ist.

Unsere Primary Schule

Ich habe es schon im letzten Bericht geschrieben: Ketty, bisher unsere langjährige stellvertretende Schulleiterin, hat Anfang des Jahres und nach 2-jäh-



riger Corona-Schulschließung die Leitung der Primary Schule übernommen. Das ist keine einfache Aufgabe, sowohl sich selbst als auch die Kollegen, Schüler und Eltern wieder in „ein Boot“ zu bekommen. Ketty liebt aber ihren Beruf und das fühlen alle! Es ist einfach toll zu erleben, was man bewegen kann, wenn man etwas wirklich möchte!

Auch jetzt im 2. Term sind alle Schüler zurückgekommen. Die Stimmung in den Klassen ist besser denn je! Eines unserer Mädels ist bei den ugandischen Leichtathletik-Meisterschaften bei den „800 m unter 16 Jahren“ mitgelaufen und hat damit die Stadt Gulu national vertreten. Das ist eine wahnsinnig tolle Auszeichnung für sie, aber auch für uns als Schule und Projekt. Als Dank dafür muss sie dieses Jahr keine Schulgebühren zahlen und ich habe noch einen schönen Trainingsanzug in Münster für sie als Geschenk besorgt.



Wenn ein neuer Term beginnt, wird in den ersten 2 Wochen Gelerntes wiederholt und in Woche 3 eine Examenswoche eingelegt. Damit verschaffen sich



die Lehrer einen besseren Überblick, was hängen-geblieben ist und was evtl. noch einmal wiederholt werden sollte.

Wer auch immer von euch unser Projekt besuchen sollte ... ich bin unschuldig! Ketty hat mein Foto neben das der Ehefrau des ugandischen Präsidenten Museveni gehängt. Dass mein Bild überhaupt in den Büros hängt, habe ich wohl Monica zu verdanken. Daran muss ich mich einfach gewöhnen! Es gibt hier andere Maßstäbe und auch wenn es manchmal in den Fingerspitzen kitzelt, sollten wir respektieren, dass es hier andere Wertigkeiten gibt. Diese wiederum zu bewerten, steht uns nicht zu!

Der leitende Education-Officer – Rudy, Andreas, Jo-

nas, Wiebke und Dominik haben ihn kennenlernen dürfen, weil er regelmäßig Gast in unserem Coffee Shop ist – hat uns ganz besonders gelobt! Wir sind die einzige Schule bzw. das einzige Projekt in Gulu, das Sammelcontainer für Plastikflaschen für unsere verschiedenen Projektdepartments aufgestellt hat. Meistens wird der Müll sonst achtlos in der schönen Natur entsorgt.

DANKE euch, liebe Astrid und Christiane! Ihr denkt immer an unsere Kids aus der Primary Schule. Auch dieses Mal durften sie kurz nach Schulstart ein ganz besonderes Mittagessen genießen!



Unsere Primary Schule und die Kids aus unserem Kinderkrisenhaus haben eine eigene Fußballmannschaft. Sie haben von eigenen Trikots, Hosen und Stümpfen und sogar vielleicht noch ein paar Fußballschuhen geträumt (die meisten müssen hier barfuß spielen oder haben nur am „Spielfuß“ einen Schuh, was nicht ganz ungefährlich ist). Als ich Wilhelm Wesseln davon erzählt habe, hat dieser gleich Verbindung mit seinem Freund Markus Feldkamp aufgenommen, der die U17 von Preußen Münster trainiert. Markus Feldkamp unterstützt schon lange Ivan in unserem Kinderkrisen-

haus und jetzt konnten wir Preußen Münster unser Lichtstrahl Projekt vorstellen. Die 1./U17-Mannschaft hat uns daraufhin Preußen-Trikots, -Hosen, -Stutzen und viele gebrauchte tolle Fußballschuhe gespendet.

Wie stolz unsere Jungs und Mädchen sind, seht ihr hier! Bald werden sie die Sachen tragen – das 1. Freundschaftsspiel wird am 4. Juni gegen Watoto stattfinden!

Unser Lightray Roestbar Coffee Shop und Guesthouse

Ich kann gar nicht so viel über unser Guesthouse schreiben wie andere, denn ich habe hier noch nie geschlafen. Allerdings genieße ich im Lightray Roestbar Coffee Shop immer wieder den superleckeren Cappuccino von Felix, dem Leiter des Coffee Shops, und „meine leckeren Nachos mit Käse überbacken“.

Felix fühlte sich letzte Woche nicht wirklich gut. Erst haben wir ihn auf eine Malariainfektion hin untersucht, aber der Test war negativ. In den nächsten Tagen klagte er immer wieder über Übelkeit. An meinem letzten Tag bringt er mir meine Rechnung. Seine Symptome haben sich nicht weiter verschlechtert, aber auch nicht wirklich verbessert. Leider habe ich da schon eine leise Vermutung. Felix ist Hepatitis B positiv, war aber bislang ohne Symptome. Ich bitte ihn, nochmals zur Medizinstation zu gehen. Dort haben wir eine neue Leber und Nierenfunktionstestmaschine – DANKE an Frau Dr. Biene! Ich bitte unseren Laboranten, alle notwendigen Lebertests zu machen, und siehe da, es scheint, dass Felix einen akuten Schub hat – Mist!

Die Zeiten sind nicht einfach. Je weniger Geld vorhanden ist, desto mehr wird an „Vergnügen“ gespart. Trotzdem ist hier im Lightray Roestbar Coffee Shop immer etwas los. Deshalb meide ich in der Regel den Weg hierher sogar (außer ganz früh morgens). Denn wenn ich zum Projekt gehe, die Departments begrüße und checke, ob soweit alles okay ist, habe ich leider meistens gar keine Zeit, mit den Gästen einfach so zu quatschen.

Viele unserer Mitarbeiter hier sind „trained on the job“. Das heißt, dass sie die Schule nicht beenden konnten und ihr Wissen bei uns erlernt haben. Manche haben auch anderenorts z. B. eine 1-jährige Catering-Ausbildung gemacht. Das könnte alles „perfekter“ sein. Aber es geht darum, denen eine Chance zu geben, die vorher keine hatten. So wie Gloria, eine unserer Kindsmütter – Childmothers. Sie wäre gerne weiter zur Schule gegangen wäre, hatte dazu aber durch ihre Schwan-

gerschaft mit 15 Jahren keine Chance mehr. Mädchen wie sie werden oft von Zuhause weggejagt, weil sie eine Schande sind, und on top noch ein Kind zu füttern ist! Und dann ohne Schulbildung etwas zu lernen, mit dem man Geld verdienen kann, ist alles andere als einfach. Wir hatten die Idee, eine der kleinen Hütten am Coffee Shop zur Massagehütte umzufunktionieren und Gloria zu einem Massagekurs nach Kampala zu schicken. Ostern schon konnte Zoe eine tolle Massage genießen. Dieses Mal „mussten“ auch Rudy, Wiebke und Dominik ran. Gloria war so stolz und ich glaube, den „Patienten“ hat es gutgetan. Merkt euch also für euren Besuch bei uns: Nehmt euch nicht nur Zeit für Kaffee und Pizza, sondern auch für eine wunderbare Massage von Gloria!

Unsere kleine Farm Pangu

Angesichts der stark angestiegenen Preisen für Grundnahrungsmittel ist Pangu ein ganz wichtiger Projektbaustein. Wir haben klein angefangen, für die komplette Versorgung unseres Projektes wird es wohl nie reichen und der Klimawandel macht auch vor unseren



Feldern keinen Halt. Aber Johnson und sein Team geben ihr Bestes, um besonders die Versorgung unserer Kids im Kinderkrisenhaus deutlich mit ihren Ernteträgen zu unterstützen. Hier wird „Gemüse“ angepflanzt, das es bei uns in Europa nicht gibt, z. B. Kasava Wurzelgemüse. Das wird gekocht, getrocknet und gemahlen. Hier wachsen auch die Pflanzen, mit denen unsere SimSim Balls – Sesam Energie Balls hergestellt werden. NEU sind unsere Legehennen, die mittlerweile täglich 4 bis 5 Eier legen.

Unsere beiden SimbaSumos helfen uns bei der Arbeit etwas tiefer im Buschland. Sie sind flexibler im Gelände als unser Pick Up!

Zoe hat zusammen mit den Kids aus unserem Kinderkrisenhaus Ostern fleißig geholfen, Bohnen zu säen. Mal schauen, ob die Ernte erfolgreich sein wird. Die Kids jedenfalls haben es geliebt, in den Ferien Johnson und seinem Team zu helfen – raus in die Natur, Feldarbeit, schwitzen. Sie freuen sich schon jetzt auf die nächsten Ferien!

In solch schwierigen Zeiten wie im Moment ist die Versorgung mit Nahrungsmitteln in Ländern wie Uganda wohl mit die größte Herausforderung. Es bringt auch unser Budget an den Rand dessen, was wir stemmen können. Es gibt längst nicht genug und das was es gibt, ermöglicht meistens nur eine äußerst einseitige Ernährung. Isst ein Kind jeden Tag nur Mais oder nur Kasava, leidet es an Mangel- und Unterernährung. Hungernde Kinder können dir das Herz zerreißen!

Unser Kinderkrisenhaus

Je schwieriger die Lebensbedingungen und je größer die Not in unserer Community sind, desto mehr leiden die Kids hier im Norden Ugandas. Ich glaube, wenn



wir die Kids unserer Community fragen würden, würden mindestens 80 % bei uns einziehen wollen. Diese Kinder schlafen auf dem Lehmboden, evtl. auf einer Papyrusmatte, meistens ohne Decke, wenn sie überhaupt ein Moskitonetz haben, ist dieses durchlöchert, wenn es hochkommt, haben sie 2 bis 3 Kleidungsstücke und nur selten Schuhe. Gekocht wird, wo geschlafen wird. Gegessen wird, wenn es gut läuft, 1- bis 2-mal am Tag. Oft gibt es aber auch nur jeden 2. Tag eine warme Mahlzeit.

Unsere Kids im Kinderkrisenhaus haben sich natürlich mittlerweile an ein Bett mit Matratze und intaktem Moskitonetz, Kleidung und regelmäßige und mehr ausgewogene Ernährung gewöhnt. Trotzdem

wissen sie sehr wohl, wie es ihren Freunden und Klassenkameraden geht. Es ist toll zu sehen, wie sie teilen können! Das freut mich sehr! Der Sponsor von James Odongs, Karsten, hat ihm einen neuen Schulrucksack geschenkt. Daraufhin hat James seinen alten Rucksack gewaschen und seinem Kumpel, der keinen hatte, geschenkt. Diese Idee finde ich super. Das machen wir jetzt immer so!



Wir hatten so ein riesengroßes Glück letztes Jahr, als die Merck Family Foundation uns die Donation für unser neues Kinderdorf zugesagt hat. Der absolute Wahnsinn! Das neue Grundstück liegt 10 Gehminuten von unserer Primary Schule und dem jetzigem Kinderkrisenhaus entfernt. Anfang Januar gingen die Arbeiten planmäßig los, zuerst für das Fundament und die Mauer, um das Grundstück sicher einzuzäunen. Denn hier im Buschland kann man zwar eine großartige Weite genießen, aber wir leben hier auch in einem Gebiet mit vielen Schlangen. Es gibt kaum menschliche Bewohner, doch Baumaterialien werden ganz schnell geklaut – die Steine oder Zementsäcke sind morgens plötzlich nicht mehr da, wo sie eigentlich sein sollten.

Leider hat sich ab Ende Januar der Uganda Schilling (USh) gegenüber dem Euro immer mehr stabilisiert und die Tauschrate Euro in USh ist nach über 12 Jahren schlechter als je zuvor. Anfang 2021 gab es für 1 Euro noch 4.300 USh, dann ging es im Januar 2022 auf 4.000 USh, in nur wenigen Wochen auf unter 3.800 USh und im April auf 3.560 USh runter! Der Bank Manager David Opeero hat mir zwar erklärt, woran das liegt und dass sich der Euro sicher wieder erholt und stabilisiert. Trotzdem war und ist der Zeitpunkt für uns kein einfacher. Ein großes Bauvorhaben liegt vor uns und wenn mit Preisanstieg und schlechter Tauschrate zwei Dinge zusammenkommen, bekommt man schon mal Schnappatmung. Nachdem wir die Mauer

gebaut haben, haben wir ein wenig abgewartet und – als das Team vor Ort war – schließlich doch zusammen entschieden, dass wir ab dem 1. Juni Vollgas geben. Keiner weiß, welche Krisen die Welt noch so für uns bereithält und zurzeit sieht es ja auch nicht wirklich nach Besserung aus. Die Preise regulieren sich leider nur nach oben, aber seit 4 Tagen steigt wenigstens der Euro wieder leicht an – das gibt Hoffnung.

Ich bedanke mich an dieser Stelle herzlich bei Ihnen, lieber Herr Dr. Huber von der Merck Family Foundation! VIELEN DANK! Sie haben mit viel Verständnis reagiert und akzeptiert, warum wir erst verspätet durchgestartet sind. Besonders weil solche Projekte ganz von Spenden abhängen, tut eine so ehrliche und freundliche Umgangsweise wie die Ihre einfach nur gut!

Unser Ziel ist es aber, wie geplant Ende November die Wohnhäuser für die Kids fertig zu haben, damit sie Weihnachten dort feiern können. Wir haben dann noch Zeit, bis das neue Schuljahr 2023 startet, und können die jetzigen Gebäude für weitere vulnerable Kinder renovieren, die dort während der Schulzeit leben. Auch unsere Schulabgänger P 7 Klasse schlafen dort und können sich intensiv auf ihr Primary Leaving Examination (PLE) vorbereiten.

Sollte dazu übrigens noch jemand von Euch eine Idee, einen Kontakt ... haben: Wir suchen noch Sponsoren, die die Renovierung unserer Primary Schule, der Schlafsäle inklusive einer Latrinenanlage und der eines Daches übernehmen möchten. Meldet euch jederzeit gerne bei uns!

Hier noch ein Beispiel dafür, wie wichtig unser Kinderkrisenhaus und unser Kinderdorf für unsere Community sind: Daisy, 8 Jahre, lebt allein. WARUM? Weil sich ihre Mutter aus dem Staub gemacht hat, ihr Vater



unbekannt ist und ihre Oma, die sich um Daisy gekümmert hat, zu 8 Jahren Gefängnis verurteilt worden ist. Der Onkel in der benachbarten Hütte ist eigentlich immer sturzbetrunken. Daisy sucht Nahrung, arbeitet für Nachbarn auf dem Feld und kann sich davon evtl. auch mal ein Stück Seife kaufen. Als ich das erste Mal zu ihrer Hütte komme, treffe ich auf ein so aufgewecktes Mädchen, dass ich kaum passende Worte finde. Man könnte fast sagen, dass sie ihr Leben im Griff hat. Aber sie erst 8 Jahre alt ist! Für uns ist es insofern ein echter Segen, dass ihr alle Lichtstrahlen weiterverbreitet. DANK der komm!Hundeschule haben wir sofort eine wunderbare Sponsorin für Daisy gefunden. Steffi Goerdts und ihr Mann halfen uns nun dabei, dass wir alle Dinge, die wir für Daisys Einzug in unser Kinderkrisenhaus benötigen, kaufen konnten und Daisy in unsere Schule gehen kann. Die ersten Tage waren nicht einfach für sie. Aber Sabine, eines unserer jüngsten Mädels im Krisenhaus, wäre nicht Sabine, wenn sie sich nicht so liebevoll um Daisy gekümmert hätte und das Eis schnell brechen konnte. Das ist ein großes Geschenk des Lebens, Daisy glücklich zu sehen, sie hat es verdient! DANKE an dich, Steffi und deinen Mann, für diese spontane und langfristige Hilfe! Daisy würde sich natürlich sehr freuen, wenn sie euch persönlich kennenlernen könnte. Vielleicht klappt es ja nächstes Jahr!



Hier peelen wir übrigens abends zusammen Kasava. Manchmal entspannt solche Arbeit mein Hirn, aber ich muss aufpassen: Die afrikanischen Buschmesser sehen nicht scharf aus, sind es aber!

(Ab-)Reisen

Jedes Mal, wenn ich mich von den Kids verabschieden muss, fühle ich tiefe Liebe. Ich kann nicht erklären, woher sie kommt. Aber der Abschied schnürt mir

die Kehle zu und die Tränen laufen. Natürlich sind es nicht meine Kids, aber irgendwie doch. Wenn ich die kleine Elisabeth auf dem Arm habe, frage ich mich, was sie wohl in 20 Jahren machen wird. Werden wir ihr die Chance geben können, die sie benötigt, um ein besseres Leben führen zu können? Ich hoffe es!

Aus persönlichen Gründen habe ich in diesem Jahr einige kürzere Reisen kurz nacheinander machen „müssen“. Das hat evtl. für etwas Verwirrung gesorgt, aber Flexibilität ist gefragt, oder? Die nächste Reise steht schon wieder im Juni an, da Florian Symanzig seine eigentlich für Ostern geplante Uganda-Reise nachholt (diese musste er aufgrund von Corona Fällen in seiner komm!Hundeschule verschieben). Es ist sehr wichtig, dass er sich vor Ort ein eigenes und genaues Bild machen kann. Schließlich bildet er die beiden Hunde Amalia und Noah aus und muss am Ende verantworten können, dass die beiden Fellnasen gut bei uns aufgehoben sind. In den Sommerferien hat die komm!Hundeschule außerdem unsere Schulleiterin Ketty und Mike, den langjährigen und besten Mitarbeiter im Kinderkrisenhaus, eingeladen, damit sie 2 Wochen intensiv mit Amalia und Noah zusammen sind und die Hunde schon einmal an Menschen mit dunklerer Hautfarbe gewöhnt werden.

Wir sind im Juni schließlich mit 5 Leuten vor Ort. Denn auch Barbara Rinker konnte im Mai kurzfristig nicht mit ihrem Mann Andreas mitfliegen und holt die Reise nun nach. Martina wollte schon immer einmal unser Lichtstrahl Projekt besuchen und ist genauso wie meine Tochter Zoe dabei.

Es freut mich sehr, dass auch sie alle Lust haben, ihre Eindrücke in Worte zu fassen! Normalerweise mag ich es nicht, auf den letzten „Drücker“ nach Entebbe zu fahren. Dieses Mal ließ es sich allerdings nicht vermeiden. Ich musste am Montagmorgen um 9:00 Uhr bei Interpol Uganda sein. Denn seitdem wir eine NGO sind, wurde mir empfohlen, eine Arbeitserlaubnis für 3 Jahre zu beantragen. Solche Verfahren ziehen sich allerdings! Jetzt hatte ich also endlich einen Termin. Meinen Termin hatten scheinbar aber auch noch 85 andere Menschen und weitere 100 mussten an diesem Montag wiederkommen, weil am Freitag vorher Strom und Internet ausgefallen waren.



Wir wurden eher wie kleine Kinder aufgeklärt und bevor es losging, wurde noch zusammen gebetet. Wehe dem, der dabei nicht aufmerksam ist – dies scheint direkte Abzüge in der B-Note zu geben! Meine Kontaktperson war trotzdem immer noch optimistisch, dass ich in einer Stunde durch bin. Es gab definitiv keine Reihenfolge – alles andere hätte mich auch gewundert. Vielmehr lief es afrikanisch, ugandisch, also käuflich. Das habe ich inzwischen gelernt. Irgendwann kam aus dem Nichts ein Polizist zu mir und fragte mich, ob mein Flug nicht ganz bald geht. In solchen Situationen muss man prompt reagieren. Denn wenn die Chance verspielt ist, heißt es noch ein paar Stunden Wartezeit on top! Genau genommen, hätte ich spätestens in diesem Moment losfahren müssen, um überhaupt noch meinen Flug zu bekommen. Doch 5 Minuten später saß ich einem Officer gegenüber, der alle meine Daten und Fingerprints nahm. Als ich fertig war, händigte er mir meine Papiere aus und meinte: „Mhhhh, ich glau-

be, Sie müssen neu beantragen, da fehlt Ihr Geburtsname Schemmer.“ ... Wohl nicht mein Fehler oder ... Doch, doch mein Fehler! Also Nerven behalten und mit 5 Euro schnell das Problem lösen ...

Das nächste Mal werde ich für solche Angelegenheiten meinen Freund Jimmy Okema mitnehmen, der leitender Polizist ist. Darauf hätte ich mal früher kommen sollen! Ob der Fehler in meinen Papieren nun korrigiert ist oder nicht, wird sich herausstellen, wenn ich das Schreiben in 3 Wochen abholen darf ... wieder persönlich natürlich. Trotz allem – es ist auch immer wieder ein Geschenk, hier zu sein. Jedes Mal lerne ich nach all den Jahren hier neue Dinge kennen. Es hilft mir, flexibel zu bleiben, was sonst gar nicht so einfach ist. Ich kann z. B. kaum flexibel sein, wenn es um meine persönlichen Rituale geht. Es macht mich unruhig, wenn ich sie nicht so leben darf, wie ich sie gewohnt bin. Manchmal nervt mich dies selbst. Insofern ist es sehr gut und wichtig, wenn von außen etwas Flexibi-



lität gefordert wird. Das macht einem deutlich, dass man nicht immer „alle Tassen da oben so im Schrank hat, wie es sinnvoll wäre“!

Die Arbeit hier vor Ort ist das eine – die Verantwortung das andere. Ohne meine eigene Geschichte wäre ich wohl nie hier oben im Norden Ugandas gelandet. Aber ohne Eure Geschichten, Emotionen, Gedanken, Ideen und Spenden würde es all diese Lichtstrahlen nicht geben: mehr als 100 Mitarbeiter, über 13.000 Patienten, über 4.000 Frauen auf unserer Maternity, etwa 650 Kids in den Schulen, mehr als 50 Kids im Kinderkrisenhaus, viele Familien im Buschland, die mit Nahrungsmitteln versorgt werden! DANKE EUCH ALLEN!!!

Mit einem tiefen Gefühl der Dankbarkeit

Eure Heike

Afrika – we are on our way – eine Woche Adventure pur in Uganda!

(Text von Zoe)

Die Koffer sind gepackt – endlich – es geht los! Eine aufregende, schöne, aber auch sehr arbeitsreiche Woche liegt vor uns. Sonntagmorgen: Aufbruch zum Airport Düsseldorf. Aufgrund der letzten Berichterstattungen über die schwierigen Zustände dort, hatten wir uns vier Stunden vor Abflug getroffen. Sicher ist sicher! Keiner von uns wollte wohlmöglich hier bleiben müssen und als wir schon um 6:00 Uhr morgens die Warteschlangen sahen, war klar: Gute Entscheidung. Wir hatten aber echt super Glück. Vielleicht lag unser Flug irgendwo dazwischen, aber es ging wirklich „flott“ bei uns und auch wenn der Security Check die vorher gekauften „Mentos Kaubonbon“ Rollen suspekt waren, der Rucksack deswegen geöffnet werden musste, war es eher lustig und auch das sicher mächtig überarbeitete Personal war immer noch zu Scherzen aufgelegt!! Danke dafür! Es ging über Istanbul via Kigali / Ruanda nach Entebbe / Uganda. Montag früh gegen 4 Uhr morgens betraten wir ugandischen Boden – wunderbar! Es ging quer durchs Land vom Süden in den hohen Norden Richtung Gulu zu unserem Lichtstrahl Projekt. Wie hat Florian es so schön gesagt: „Immer einfach geradeaus und dann einmal Links – und Schwupps waren wir bei Lichtstrahl angekommen!“

Die Woche war voll mit offiziellen Terminen – mit dem Besuch der dortigen Tierklinik, Zoom Meetings mit unseren Partnerschulen aus Deutschland, Unterricht mit den Kids, alle verschiedenen Abteilungen des Lichtstrahl Projektes kennenlernen, Village Touren ins Buschland, aber jeden Tag war das Highlight Zeit mit unseren Kids im Kinderkrisenhaus zu verbringen. Unsere Tage starteten ganz früh morgens, damit wir das ganze vorgenommene Pensum auch schaffen konnten. Die offiziellen Termine bei der Polizei, dem Veterinäramt, dem Jugendamt und dem Gesundheitsamt waren extrem wichtig, um uns und das Projekt „Acht Pfoten für Uganda“ gut vorzustellen, aber natürlich besonders, damit sie Florian persönlich kennenlernen konnten. Wir hatten Ostern zwar schon einiges erzählt, aber in Uganda ist eine persönliche Vorstellung noch viel wichtiger als hier bei uns in Deutschland. Wieder „gewappnet“ mit genug Merci Schokolade hatten wir tolle Meetings, mit einem abschließenden guten Gefühl, dass es Amalia und Noah in ihrer neuen Heimat sehr gut haben werden.

Unsere Kids freuten sich jeden Tag über ein ganz buntes Programm! Afrika bedeutet eben auch oft, spontan,



improvisieren – es so nehmen wie es kommt oder was sich ergibt. Über die Anatomie des Hundes, Videos von Amalia und Noah, anderes informatives Filmmaterial schauen, hin zu alle aufkommenden Fragen beantworten – gab es aber auch Zeit zu spielen, lachen und einfach zusammen die Zeit und das Erlebte genießen. Die Fragen der Kids waren allerdings super wichtig für Florian und mich, denn nur so konnten wir besser verstehen, was sie bewegt, nicht verstanden wurde oder was wir noch genauer erklären mussten. Die selbstverständliche Einfachheit – unkomplizierte Art von Florian hat ihnen ganz schnell das Gefühl von „mit einander wohlfühlen“ gegeben, so dass wir oft abends einfach nur auf Decken auf der Erde saßen und uns schon zusammen ausgemalt haben, wie das Zusammenleben mit unseren Fellnasen Amalia und Noah sein könnte!! Bevor wir uns aber überhaupt über das Thema Hund mit ihnen unterhalten konnten, musste definitiv JEDES Kind einmal Florians Beine inspizieren, anfassen und etwas an der Haut „rubbeln“, denn er hat alle seine Hunde auf den Unterschenkeln tätowiert und sie wollten testen, ob die Farbe auch hält. Wow, das alleine war für unsere Kids ein echtes Highlight! Es wurde und das war für die Kids ein echtes Erlebnis.

Ein weiteres tolles Erlebnis für die Kids waren die Live Zoom Meetings mit unseren Partner -Schulen hier in Münster. Pia hatte Amalia & Noah „im Schlepptau“, fuhr mit ihnen von Schule zu Schule und unsere Kids in Uganda konnten die ganze Zeit live dabei sein. Jede Schule hat eine Kleinigkeit vorbereitet. Unsere Kids in Uganda staunten nicht schlecht als sie sahen, was für coole Tricks Hunde können, wie unglaublich entspannt Amalia und Noah in den Klassen waren und wie zutraulich sie Kindern gegenüber sind. Man kann immer viel erzählen, aber es „Live on stage“ zu sehen war für die Kids einfach super klasse! Natürlich durfte ein Ausflug ins Village – ugandische Buschland für Florian und mich nicht fehlen. Wir besuchten das „Zuhause“ mehrerer, unserer Kinder, die jetzt bei uns im Krisenhaus leben. Ihre verschiedenen, vulnerablen Backgrounds zu verstehen, sich selbst ein „Bild machen“ warum Lichtstrahl für sie alle ein neues HOME geworden ist, ist sehr wichtig, besonders um auch Amalia und Noah gut darauf vorzubereiten. Es dauert ja noch viele Monate, unsere beiden Fellnasen sind ja noch am Anfang ihrer Therapiehundausbildung und sind trotzdem jetzt schon einfach nur „echt der Hammer“ – echte Geschenke des Lebens für die Kids!

Ja - die Hunde sind super wichtig und der Grund dieser Reise gewesen! Unglaublich toll aber auch zu erleben, dass Florian durch die Eindrücke in unserem Lichtstrahl Projekt und besonders auf den Boda – Moped Touren durch das Village ganz deutlich erlebt hat, wie die Menschen hier leben müssen und wie groß ihre Überlebensnot jeden Tag aufs Neue ist. Mama, war begeistert von seinem direkten „Tatendrang“ jetzt hier und sofort zu helfen. Er postete fleißig, dass dringend Geld für Nahrungsmittel Pakete benötigt wird und in weniger als 72 Stunden konnten wir den Transporter 2 Mal bis oben hin füllen. Nicht nur mit Nahrungsmitteln, auch Babymilch für unterernährte Babys, aber auch Decken und Matratzen. Mama war einfach nur begeistert von dieser spontanen tollen Unterstützung.



Unsere Woche verging wie im Flug und eher wir uns versehen konnten saßen wir wieder im Flieger auf dem Weg Richtung Düsseldorf.

Hakuna matata

Zoe

Yoga und Physiotherapie im Lichtstrahlprojekt

(Text von Barbara)

Endlich angekommen: vertraute Geräusche, Gerüche, Kinderlachen, neugierige Blicke ... Wie schön, ich bin zum zweiten Mal im Projekt und darf in der neuen Guesthütte direkt neben der Röstbar in einem wunderschönen Zimmer schlafen. So nett eingerichtet, überm Bett hängt ein Moskitonetz, ein eigenes Bad mit allem, was ich mir wünsche. Tatsächlich stehen Badeschlappen, Handtücher, Duschtensilien ... bereit. Im Fenster hängt ein Reinigungsduft, welcher eigentlich ins WC gehört. Ich muss lachen. Aber wahrscheinlich verscheucht er auch Moskitos, wer weiß?

Sogar meine Angst, dass sich nachts vielleicht eine Schlange in mein Zimmer unter mein Bett verirren könnte, ist unbegründet. Die Tür ist absolut dicht. Nichtmal die vielen fliegenden Ameisen haben eine Chance reinzukommen. Wie wunderbar! Ja, und eine Decke gibt es jetzt auch zum Zudecken. Ich glaube, die Ugander benötigen das nie, aber irgendwie fühlt sich das doch kuscheliger an. Ich höre in der Ferne Vogelstimmen die ich nicht kenne, eine kleine Ziege ruft immer wieder etwas kläglich nach ihrer Mutter. Dichtes Buschland befindet sich direkt hinter den Mauern des Projektes. Deshalb habe ich auch das Gefühl, mittendrin zu schlafen. Wow wie toll, sicher im Bett liegend

und trotzdem mitten in der Natur. Ein Gefühl von großer Dankbarkeit durchströmt mich. Ich schlafe wunderbar.

Am nächsten Morgen habe ich mir den Wecker auf 6.30 gestellt, um die wunderbare Morgenatmosphäre nicht zu verpassen. Eine herrlich milde Morgenluft empfängt mich. Ich suche mir einen Platz etwas unterhalb des Guesthouses auf dem Rasen, um meine Yogamatte auszubreiten. Oh Wahnsinn, ist das schön. Ich schließe meine Augen und lasse den Atem strömen. Immer tiefer und gleichmäßiger. Einfach nur da sein, so wie ich bin. Ein ruhiges und friedvolles Gefühl macht sich in mir breit. Ich liebe es. Um 8.00 gibts ein leckeres Frühstück in der Röstbar: Mangos direkt vom Baum (wow was für ein Geschmack!), Ananas, Bananen und Avocados- herrlich, den Fruchtteller hätte ich zuhause auch gerne. Toast, Omelett, Pancakes.... und einen vorzüglichen Kaffee! Danke an Sandra und Mario für den Kaffeegenuss.

Immer mehr Kinderstimmen, Gelächter und Aktivitäten dringen zu uns rüber. Gar nicht weit weg befindet sich das Schulgebäude für die kleineren Kinder, die Primary School. Von der Terrasse der Röstbar kann ich entfernt die Kinder in ihren bunten Schuluniformen erkennen. Ich bin sehr gespannt, was sich alles im Projekt seit zweieinhalb Jahren verändert hat. Mir ist klar, dass Corona hier nicht das Hauptproblem ist, jedoch alle zusätzlich vor große Herausforderungen gestellt hat. Ja da ist es wieder, dieses Gefühl von großer Freude. Die Offenherzigkeit der Kids, gemischt mit Neugierde, aber auch anfänglicher Zurückhaltung. Die tätowierten Beine von Florian, unserem Hundexperten, sind für die Kinder der absolute Knaller. So etwas haben die Kinder noch nicht gesehen. Das Eis ist schnell gebrochen, als sie mit ihren kleinen Fingern auch noch die Tattoos berühren durften.

Schulunterricht in Klassen mit 60 Kindern wäre mit einer Lehrkraft bei uns wohl undenkbar. Hier ganz und gar nicht. Absolute Ruhe, Konzentration und trotzdem eine sehr angenehme Atmosphäre. Die Kinder sind interessiert, haben viel Lust zu lernen und sind sich sehr bewusst, was für ein Privileg es ist, in diese Schule gehen zu dürfen. Oft haben sie lange Schulwege hinter sich, die sie zu Fuß in aller Herrgottsfrühe auf sich nehmen müssen. Was für ein anderes Kinderleben! Umso schöner, dass ich genau mit diesen Kindern Yoga praktizieren darf.

Meine Vorstellung ist, mit maximal 20 Kindern meine gut vorbereitete Kinderyogastunde zu halten. Tolle Materialien sollen unseren Unterricht bereichern.



Danke, liebe Maïke, weltbeste Kinderyogalehrerin (!) für die tolle Unterstützung und Vorbereitung der Stunden. Natürlich kommt alles ganz anders. Immer schön flexibel und kreativ bleiben, Barbara, denke ich mir so!

Die Sonne brennt heiß vom Himmel. Wo können wir Yoga machen? Na gleich hier, vor dem Schulgebäude auf einem Platz mitten in der Sonne auf der roten, staubigen Erde. Die Kids holen zwei große Matten, auf denen sie sich neugierig niederlassen. Und - es sind nicht 20 Kinder sondern gleich eine ganze Klasse - also 60 Kinder. Eng aneinander gedrängt, mit großen Augen und voller Freude, dass hier etwas Neues mit ihnen gemacht wird. Wie gut, dass ich auf jahrelange Psychomotorikerfahrungen zurückblicke und selbst drei lebhaftige Jungs großgezogen habe.

Ich spüre, wie Freude in mir aufsteigt. Diese Kinder möchten etwas lernen, erfahren, spüren und sind neugierig. Wunderbar. Was für ein Geschenk, mit diesen Kindern Yoga zu praktizieren. Erstmal erkläre ich kurz was Yoga bedeutet und wie ich Zuhause arbeite. Dann gehts direkt los. Ich bin sehr gespannt, ob diese wunderbaren, neugierigen Kinder als Einstieg in die Yogapraxis ihre Augen schließen, spüren, wie das Herz schlägt und wie der Atem fließt.

Zu meiner großen Überraschung kehrt Ruhe ein, alles passiert wie selbstverständlich und eine entspannte

Atmosphäre breitet sich aus. So viele Kinder, und doch bleiben sie vertrauensvoll in der Ruhe und genießen das entspannte Beisammensein. Erst als ich ihnen nach etwa 2 Minuten sage, die Augen wieder zu öffnen, blicken mich die Kids wieder erwartungsvoll an.

Nachdem wir den inneren Kreis etwas vergrößert haben, denn alle Kindern sollen ja was mitbekommen, ich eine Wasserflasche in die Mitte gelegt habe mit vielen Yogakarten drumherum, geht es los - das gute alte Flaschendreher! Auf welches Kind der Flaschenhals zeigt, das darf eine Yogakarte ziehen und die Yogaposition für alle anderen Kids vormachen. Die Yogastellungen haben kindliche, witzige Tiernamen und stellen schnell einen Bezug zwischen dem Wissen der Kinder und ihren körperlichen Bewegungen her. Nachdem das Kind in der Mitte allen anderen die Yogakarte gezeigt und die Position vorgemacht hat, dürfen alle ausprobieren und die Stellung selbst kennenlernen. Wahrscheinlich kann sich jeder die Begeisterung der Kids vorstellen.

Mit etwas Zeit werden die Kinder immer ruhiger und wir können verschiedene Yogaspiele miteinander durchführen. Sehr beliebt sind auch die Partnererfahrungen. Zwei Kinder sitzen Rücken an Rücken und spüren, wie der andere atmet. Einmal darf der eine den Atemrhythmus angeben und das andere Kind passt sich an und umgekehrt. Anschließend gilt es gemeinsam, also Rücken an Rücken, aufzustehen, ohne die Hände auf den Boden zu nehmen. Wie stark darf sich das eine Kind gegen das andere drücken, ohne es umzukippen?

Der krönende Abschluss ist die „Massagereise“ der Kinder untereinander. Mit streicheln, klopfen oder sanften Berührungen. Die Vorstellungen von massiert werden sind sehr unterschiedlich. Die Kinder teilen ihre Wünsche dem Partnerkind mit. Manche Kinder legen sich einfach nur aufeinander, um sich zu spüren. Diese Kinder haben vielleicht keine liebevollen Eltern, die sich gekümmert haben.

Ein gemeinsames Namaste mit Dankbarkeit für alles Erlebte beendet unsere Yogaeinheit.

Später treffen wir uns mit Peter, einem sehr guten Physiotherapeuten, der auch in der Ausbildung tätig ist und zwei jungen Mitarbeitern, Ronald und Eric, welche im Lichtstrahlprojekt arbeiten und zukünftig als Physiotherapeuten ausgebildet werden sollen. Wir behandeln gemeinsam Mitarbeiter aus dem Projekt mit Beschwerden. Peter erzählt mir, dass extrem viele Ugander körperliche Schmerzen haben, etwa von

der anstrengenden Arbeit auf den Feldern und dem Nahrungs- und Wassertransport auf dem Rücken bzw. auf dem Kopf. Ganz zu schweigen von den Babys und Kleinkindern, die von den Müttern und Geschwisterkindern ständig in Tüchern mitgetragen werden.

Das Leben findet auf dem Boden statt!

Essen, zusammensitzen und schlafen! Alles auf dem harten Boden. Die wenigsten haben Matratzen. Basmaten liegen in den Hütten, wenn es gut läuft. Ich denke, jeder kann sich vorstellen, dass ein Körper, der nicht gut ernährt wird, auch nicht belastbar ist für die täglichen Ansprüche. Was für Bewegungen sind sinnvoll, um den täglichen Belastungsmustern entgegenzuwirken? Wo gebrauche ich mehr Kraft, um meinen Rücken zu schützen und welche Körperbereiche muss ich dehnen, damit sie schmerzfreier werden?

Meine mitgebrachten Materialien wie Keilkissen, Tapetebänder, Faszienbälle und Rollen, Bücher, Poster über unser Skelett und die Muskulatur, haben ihren Platz im Physioraum gefunden. Dort stehen auch eine Behandlungsbank, Yogamatten und Pezzibälle.

Toll, ich bin begeistert und freue mich auf meinen nächsten Besuch im Projekt. Alles fängt klein an und dank Heikes Talent wird sicher auch dieser Bereich irgendwann belebter und größer.

Ja, was Heike da auf die Beine gestellt hat, ist unglaublich und wunderbar. Ich wünsche Dir, Heike, mehr ruhige Zeitfenster, um in die glücklichen Kinderaugen zu schauen, mehr Ruhe, dieses besondere Lebensprojekt zu genießen.

Ich weiß, die afrikanische Sonne ist Balsam für jede Seele und für jeden schmerzenden Rücken.

Danke, dass ich dort sein durfte!

Barbara



Uganda Reise September 2022

Ich war mir bis zum Abreisetag am 4. September nicht sicher, ob ich wirklich in dieser Maschine sitzen würde bzw. kann! Der Rücken ist sicher meine „Schwachstelle“, aber warum ich mich ganz plötzlich Freitag nachts – 8 Tage vor Abflug – nicht mehr bewegen kann ... bleibt vielleicht am Ende doch ein Geheimnis ... auch für mich! Fakt ist, ohne dich, lieber Stephan, dich, liebe Barbara, und ebenso dich, lieber Robert, hätte ich es nicht geschafft.

Ich fühle mich zwar noch ein wenig „wackelig“ auf den Beinen, aber egal ... zum ersten Mal bin ich nicht ei-

ner der ersten am Türkisch Airline Schalter, sondern es hatte sich herum gesprochen, dass man viele Stunden vorher am Flughafen sein soll. Also heißt es schon am frühen Sonntagmorgen in der Schlange zu stehen. Trotzdem klappt alles reibungslos und ich bin schneller eingeklickt als gedacht und ebenso durch die Sicherheits- und Passkontrolle. Das müssen die Nachwehen der letzten für mich echt harten Tage gewesen sein ... ich bin zwar eher ein tiefenentspannter Mensch, aber bei meinen Flügen bin ich immer froh, wenn alles gut klappt ... dieses Mal ist es mir erstaunlich egal und gefühlt „döse“ ich sogar einige Stunden auf den Flügen! Besonders auf dem Weiterflug von Istanbul über Kigali nach Entebbe/Uganda ist eine grandios freundliche Crew an Bord, so dass die Zeit fast „wie im Flug“ vergeht. Patrick – meine gute Flughafenseele – wartet schon am Eingang ins Flughafengebäude auf mich und, wie das ganze letzte Jahr, bin ich glücklich und dankbar darüber, dass sich unsere Wege gekreuzt haben. Eine Charaktereigenschaft, die mir - vielleicht liegt es am Älterwerden - sehr wichtig ist - Verlässlichkeit! Ja, und auf Patrick kann ich mich blind verlassen, eben auch, wenn andere Gäste von Lichtstrahl Uganda kommen, die er gar nicht kennt. In weniger als 30 Minuten bin ich aus dem Flughafen raus und sitze bei James im Auto zur direkten Weiterfahrt nach Gulu! Bevor wir losfahren wird kurz zusammen mit



Patrick gebetet ... wir alle wissen wie gefährlich die Straßen hier sein können - und der dramatische Regen der letzten 4 Wochen hat sogar viele Regionen von der „Außenwelt“ abgeschnitten. Auf der anderen Seite ist es heute ein Vorteil, denn es befinden sich nicht ganz so viele Trailer und Busse auf den Straßen und in weniger als 7 Stunden erreichen wir mein 2. Zuhause. Natürlich hätte ich mich ausruhen können, aber Liegen geht eh am schlechtesten, da kann ich besser Daniel anrufen und direkt zu Lightray fahren. Aber kennt Ihr das Gefühl nicht wirklich fit zu sein, man will, merkt aber, dass man nur halb bei der Sache ist ... kein schönes Gefühl und für mich nur schwer auszuhalten. Der Takt ist hier hoch und alle erwarten dich, und zwar nicht nur mit großen Augen, sondern auch mit großen Aufgaben. Als ich gegen Abend noch wenigstens die Kids im Kinderkrisenhaus in die Arme nehmen möchte, macht der Himmel erneut seine Tore auf und alle versuchen nur noch schnell nach Hause zu rennen.

PUH ... in den ersten Tagen habe ich nicht nur tagsüber, sondern besonders nachts im Bett das Gefühl, mir fliegt das Dach über meinem Bett weg ... Wahnsinn, solche Unwetter kenne ich nur von hier und sie können fast etwas Angst machen! Wenn es hier blitzt und donnert, denke ich oft man sitzt direkt auf der Nachbarwolke.



Das ganze Jahr hat es kaum geregnet ... ab und zu mal ein Schauer, aber nichts, was gegen die anhaltende Trockenheit hätte helfen können. Wir konnten nur knapp 1 Tonne Mais ernten, letztes Jahr waren es wenigstens 3 Tonnen. Nur für unsere 650 Schulkinder der Vor- und Primary Schule benötigen wir 7 Tonnen für knapp 3 Monate. Dazu kommen noch einmal 7 Tonnen Bohnen, 3 Tonnen Reis, etwas Gemüse und Öl. Die Preise haben sich in den letzten Wochen noch einmal verdoppelt ... ehrlich gesagt ... furchtbar!

Jetzt aber regnet es seit fast 5 Wochen so stark, dass die Saat schon wieder weggespült ist und man jetzt schon weiß, dass HUNGER ein täglicher Begleiter zwar schon jetzt ist, aber auch noch lange bleiben wird. Ganz ehrlich, auch mir ist es zu kalt, zu windig, zu nass, zu matschig, aber ich habe zu essen, ein Dach über dem Kopf und warme Kleidung. Die meisten Menschen schlafen hier auf dem Lehmboden, ohne Decke und müssen an der Wand im Sitzen schlafen, weil es durch die Strohdächer regnet. In anderen Regionen hat es schon viele Tote auf Grund von Schlamm- und Wasserlawinen gegeben – hier haben wir wenigstens den Vorteil, dass es relativ flaches Gebiet ist.

Selbst wenn es wie heute tagsüber sonnig ist, merkt man der Luft an, dass heftiger Regen kommt ... ich bin echt gespannt wie es in den nächsten Wochen weitergeht. Bitte verzeiht mir schon jetzt, wenn es kein Foto oder Video von euren „Schützlingen“ gibt ... das ist der Grund ... wir erreichen viele gar nicht und sie uns umgekehrt auch nicht!

Unsere Medizinstation

Es ist für uns alle nicht leicht Entscheidungen zu treffen, die nicht sehr beliebt sind. Wie Ihr alle wisst, versuchen wir immer extrem nah an den Menschen un-



serer Community „dran“ zu sein. Wir erleben ihre Not tagtäglich und leider kann ich nicht sagen, dass sich ihre Lebensumstände gerade verbessern. Immer mehr Patienten können sich eine medizinische Behandlung gar nicht mehr leisten, gehen deswegen gar nicht erst los und wenn sie merken, nun ist es aber allerhöchste „Eisenbahn“, ist es oft zu spät! Unsere Priorität ist immer eine gute medizinische Versorgung und es ist uns dabei immer wichtig, dass alle Patienten auch die Medikamente bekommen, die sie wirklich benötigen und nicht ein Antibiotikum für 1 Tag verabreicht wird,

weil die Patienten kein Geld für die volle notwendige Dosierung haben. Da aber in vielen medizinischen Einrichtungen mittlerweile Patienten schon vorab bezahlen oder ihre Medikamente später kaufen müssen, sind so viele zu uns gekommen, dass auch wir uns neu aufstellen mussten. Keine Sorge, all unsere vulnerablen Kids, Mütter etc. werden immer noch kostenlos behandelt, aber andere Patienten müssen auch bei uns nun voll bezahlen ... dies können sie auch in Naturalien machen ... es sei denn, es sind Notfälle!

Durch Eurer tollen Spenden sind unsere Preise aber deutlich geringer als auf anderen Medizinstationen und trotzdem müssen wir realisieren, dass so viele Menschen selbst diese kleinen Beträge nicht mehr bezahlen können. Leider kann die Konsequenz aber nicht sein, dass wir alles Geld in Medikamente stecken, dann können wir die Lehrer nicht mehr bezahlen oder unsere Sozialarbeiter haben keinen Sprit mehr, um mit den Motorrädern ins Buschland zu fahren und da unsere vulnerablen Kids zu besuchen. Ihr merkt ... alles keine einfachen Entscheidungen und ich bin mehr als froh, dass wir mittlerweile ein Team hier und in Münster aufgebaut haben, mit denen man all diese eher schwierigen Entscheidungen zusammen diskutieren, entscheiden und am Ende tragen kann.



machen soll. Die Mütter sind tief im Buschland um Nahrung zu suchen bzw. ein Stück Land, welches sie mieten oder ihnen evtl. gehört bestellen, aber da ist keine Hütte zum Schlafen, deswegen lassen sie ihre Kids einfach zu Hause – man traut sich kaum zu schreiben, dass sie verantwortungslos sind ... aber leider geht es so auch nicht, denn viele dieser Kids sind einfach viel zu jung, um sich selbstständig zu versorgen.

Wir haben alleine in den letzten Tagen mehrfach die Polizei und das Jugendamt einschalten müssen ... aber was sind die Alternativen ...



Wie Ihr Euch nun aber sicher vorstellen könnt, gibt es mittlerweile viele Notfälle ... es ist oft – wie hat Susan eben im Meeting gesagt - „heartbreaking“, wie sehr die Kids hier leiden müssen. Ganz ehrlich- hier bekommt man deutlich zu spüren, wie leidensfähig wir Menschen sein können bzw. sind, wenn die Not uns dazu zwingt. Viele Kinder leben tagelang, manchmal wochenlang alleine bzw. mit anderen Geschwistern, die aber oft nur wenige Jahre älter sind als sie selber. Oft finden wir Hütten, in denen Kids leben ... 2, 5, 8, 9 und evtl. 11 Jahren ... da weiß man gar nicht was man



Leider können wir nicht alle Kids in unser Kinderkrisenhaus aufnehmen ... manchmal würden wir gerne, aber auch hier müssen wir genau schauen ... diese Kids haben nichts - und das wird sich auch in vielen Jahren noch nicht ändern - und jedes Kind, welches wir aufnehmen, müssen wir mindestens bis zum 18. Lebensjahr voll unterstützen.

Ich möchte mich an dieser Stelle ganz herzlich bei dir, lieber Andre B., bedanken ... du hast gestern eine großartige Spende getätigt ... für medizinische Ver-

sorgung. Und genau darauf sind wir angewiesen, damit wir auch weiterhin unsere vulnerablen Patienten behandeln können.

Morris Okot, unser Dentist, hat nicht nur sein Studium abgeschlossen, sondern endlich auch seine Noten bekommen und super abgeschnitten. Wir nutzen die gemeinsamen Wochen, um den letzten totalen Feinschliff in „seinem neuen Behandlungszimmer“ vorzunehmen. Frau und Mann können sich doch gut ergänzen und wir alle wissen, wie viel Angst Patienten manchmal vor dem Zahnarzt haben, deswegen versuchen wir den Raum ein wenig „schön“ einzurichten. Ich bin übrigens auch eine dieser eher ängstlichen Patienten und möchte mich an dieser Stelle einfach mal bei meiner unglaublich freundlichen Zahnarztpraxis Dr. Rump und Team bedanken. Nicht nur, dass ihr Lichtstrahl Uganda seit Jahren so toll unterstützt, sondern auch immer einen Blick auf meinen eher ängstlichen Gesichtsausdruck habt. Morris ist „heiß“ – er möchte jetzt endlich starten und durch seine Arbeit etwas an Lightray zurückgeben – ohne Lichtstrahl hätte er die-

sicht unserer so vulnerablen Community verändern können.

Sam Ottika, unser Clinical Officer, ist deswegen im Mengo Hospital in Kampala zur Ultraschalldiagnostik Weiterbildung, Eunice ist in der Gulu School für Labor Assistenten und macht dort ihre Diplomweiterbildung und Winnie ist im Kalongo Hospital zur Diplomweiterbildung für Hebammen. Alle verpflichten sich durch ihre Weiterbildungen für mindestens 3 weitere Jahre für unser Lightray Projekt!

Unser Mütterkrisenhaus

Es liegt vielleicht in der Bedeutung des Wortes „Mütterkrisenhaus“ ... es ist zu einem echten zentralen Meeting Point geworden. Hier suchen die vielen Frauen immer wieder Unterstützung und hoffen, dass sie in eines unserer Sponsoren Programme aufgenommen werden. Aber auch für unsere Mitarbeiter scheint es eine gewisse Anziehungskraft zu haben ... Susan liebt es ebenso wie ich organisiert und aufgeräumt zu sein



ses Studium nie absolvieren können. Morgen kommt der Joint Medical Store (die staatliche Apotheke) aus Kampala und macht einen Medical Service Check bei allen Geräten, die wir bei ihnen gekauft haben ... sie sagen kostenlos ... ich bin gespannt! Auch unsere Dentaleinheit haben wir dank der Unterstützung des Rotary Clubs Westfalen dort vor Corona geordert und später geliefert bekommen – auch sie wird noch einmal durchgecheckt!

Entwicklungshilfe ist ein sehr großes Wort und beinhaltet viele verschiedene Aspekte. Dazu zählt übrigens für uns auch die Weiterbildung von Mitarbeitern, mit dem Ziel, dass sie durch mehr Bildung die Qualität der Hilfe verbessern können, Vorbilder für unsere Kids sind und vielleicht alle zusammen ein wenig das Ge-



... sehr sympathisch für mich! In den letzten Wochen haben wir „unsere Mütter mit ihren Babys“ zu uns eingeladen. Viele von ihnen haben wir an diesen Tagen medizinisch versorgt – besonders die Kids, aber wir haben auch viele Euros für Grundnahrungsmittel-Pakete und viele andere wirklich notwendige Dinge zum Überleben ausgegeben.

Heute ist aber ein ganz besonderer Tag im Mütterkrisenhaus ... Emma, unser Clinical Officer, hat „das Zepter“ übernommen. Aus eigenen finanziellen Mitteln hat er einen Workshop organisiert, in dem es um das Pflanzen eines Gemüsebeetes geht. Viele unserer Mütter, Mitarbeiter, die älteren Kids aus unserem Kinderkrisenhaus, Nachbarn oder andere Community Mitglieder haben teilgenommen und waren am Ende



super HAPPY! Immer wieder merke ich bei solchen Workshops, wie viel wunderbares Wissen ich einfach durch mein Leben in Deutschland gewinnen konnte ... auch neben der Schule, aber wie wichtig eben auch Bildung ist, damit sich etwas verändert! Toll zu erleben wie sehr sie das Wissen aufsaugen und am Ende des Trainings hochmotiviert sind alle ein kleines Gemüsebeet anzulegen! Wir werden sehen was passiert, aber mich freut es schon, wenn viele teilnehmen und anfangen sich Gedanken zu machen ... wie kann es mit gerade jetzt noch weniger trotzdem besser laufen! An meinem letzten Wochenende setzen unsere Kids das erlernte Wissen direkt auf dem Grundstück vor unserem Mütterkrisenhaus um und gestalten nun hier ihr Gemüsebeet! Diese, wenn auch kleinen Lichtstrahlen, aber dafür direkt von der Lightray Basis ... da passt jetzt mal das Motto „Hilfe zur Selbsthilfe“ perfekt! Ansonsten ist es eher ein Motto, zu dem ich besonders in diesen harten Zeiten eine etwas andere Meinung habe ... Hilfe zur wirklichen Selbsthilfe ist für die ganz armen Menschen dieser Welt glaube ich kaum mehr möglich. Ich habe heute noch an einem Treffen teilgenommen, in dem es um VSG (Village Saving Groups – Spar Gruppen im Buschland) geht. Generell eine super Idee auch den Menschen tief im Buschland kleine Mikro Finanz Kredite zu geben. ABER oft mit einem viel zu hohen Zinssatz ... zudem gibt es kaum florierendes Business im Buschland, selbst hier stadtnah nur schwer umsetzbar und dann bedarf es mehr als nur einem Kredit. Die Menschen kennen „Sparen“ hier nicht ... sie müssen es erst lernen, aber bis sie es

gelernt haben, ist der Kredit schon lange fällig und sie verlieren immer öfter viel mehr als jemals gedacht!

WOW - WOW – WOW ... ich möchte mich ganz herzlich bei „Ein Herz für Kinder“ bedanken ... es ist immer wieder so wunderbar zu erleben, dass Leid und Freude oft ganz nah beieinander liegen. Viele Tage sind hier im Moment mehr schwer als leicht, aber wir alle machen einen Jubelsprung, als die Info aus Deutschland kommt, dass „Ein Herz für Kinder – Bild hilft“ uns eine Zusage über die Unterstützung



mit so dringend benötigter Babymilch gegeben haben. Aufgrund von Inflation und schlechten Euro – Dollar Devisen kostet uns eine Dose Babymilch mittlerweile fast 15 Euro. Sofort nach dieser grandiosen Nachricht versuchen wir Babymilchpreise aus Kampala einzuholen. Sam und Oyet sind gerade auf Weiterbildungen in Kampala und können uns direkt einige Kisten per Bustransfer hochschicken.

Oft schleichen sich die Mütter mit ihren Babys Samstag nachmittags oder sonntags auf unser Grundstück und versuchen mich zu „erhaschen“. Ihre Not ist groß, dass sehe ich täglich, aber ich bleibe „hart“, es sei denn, es sind offensichtliche Notfälle, sonst muss definitiv erst der Lottogewinn kommen!

Möchte irgendjemand von Euch Regen kaufen??? Ich hätte ganze Regengüsse über viele Stunden zu verkaufen ... und ich hatte so sehr auf Mikes Aussage gehofft: “No boss - now in September the rain will disappear!”

Ohje ... ich glaube dieses Mal ist es gut, dass ich gar nicht mehr viel schreiben kann. Der „End of the Year“ Reisebericht beinhaltet ja schon mindestens 2 Reisen und dieses Mal wunderbarerweise auch die Berichte unseres Lichtstrahl Teams – „live auf Uganda“! Wir sind wirklich unendlich dankbar für die immer wieder erneut grandiose Spende dieser Berichte durch die Druckerei Stach aus Arnberg – dieses Mal übrigens auf klimaneutralem Papier für Euch. Wer keinen Bericht zugeschickt haben möchte, bitte gerne einmal bei uns melden ... dann wird es notiert und hoffentlich das nächste Mal nicht vergessen – aber auch mein Hirn hat leider manchmal „some holes“!

Ich merke auf dieser Reise aber tatsächlich, dass ich abends müde bin ... es ist viel und wenn um 22.45 Uhr das Telefon geht, weil Samuel mir mitteilt, dass der Vater von Denis aus unserem Kinderkrisenhaus gerade ermordet wurde ... dann habe ich jetzt fertig und versuche wohl besser eine Runde zu schlafen – das wird ein harter und langer Tag morgen!



Der Regen findet leider kein Ende und ich versuche eine kurze Regenpause zu nutzen, um ins Lightray Projekt zu fahren. Mittlerweile bin ich heilfroh, dass ich meine gelbe Regenjacke bei meiner letzten Reise noch in den Koffer gequetscht habe – sie leistet super „Dienste“! Ich rede mit Denis, aber er ist gut drauf und sagt mir ganz deutlich, mein Vater ist selber Schuld ... er hat immer nur getrunken und war selber gewalttätig. Ein Grund, warum Denis bei uns ist. Das ist schon mal gut ... Denis ist nämlich jetzt schon 17 Jahre und erst in der 4. Klasse ... er hat aber gerade das Lernen für sich entdeckt und hat ein super Zeugnis ... es wäre so schade, wenn es ihn zum Ende des Schuljahres „total aus der Bahn“ werfen würde – sieht aber zum Glück nicht danach aus! Wir haben auch noch ein bisschen Zeit bis zur Beerdigung, denn erst muss die Polizei investigieren, um dann die Leiche für die Familie frei-

zugeben. Was die Polizei allerdings herausfindet ... Denis Vater hat im Lacor Hospital gearbeitet und an diesem Tag haben sie an einige langjährige Mitarbeiter „Sicherheitsschuhe – Safety Boots“ verteilt. Ja, hier wird man für so etwas umgebracht ... alles was sich eben in Geld umwandeln lässt.

Unsere Entbindungsstation

Ein echtes Herzstück ... hier merkt man ganz deutlich, dass wir zur Zeit ein absolut großartiges Team haben, was hochmotiviert ist ... und sie sorgen alle dafür, dass alles super aufgeräumt und an seinem Platz ist. Consolete, unsere bis jetzt leitende Hebamme, hat einfach ein unglaubliches Fachwissen, eine eher mütterliche Art, aber auch eine klare Vision! Sie hat, während das ugandische Team in Deutschland war, die Leitung übernommen und wird ab jetzt als 3. Administratorin den kompletten medizinischen Bereich leiten. Judith Abol, ihre Stellvertretung, wird die Leitung der Entbindungsstation übernehmen und ist gleichzeitig



unsere Mitarbeiterstellvertretung. Sie hat ein echtes Talent zuzuhören, zu vermitteln, zu reden und zu unterstützen.

Unter 2 solch qualifizierten Leitungen fällt es anderen Hebammen schwer nicht gut zu arbeiten. Also haben alle etwas das Tempo angezogen und versuchen wirklich ihr bestes für unsere werdenden Mütter zu geben. Aber auch wenn ihre Passion „Babys zur Welt bringen“ ist, so sehr haben sie verstanden, wie wichtig Aufklärung und Family Planing – Verhütungsmethoden sind. Jeden Monat haben wir ca. 30 Frauen, die wir überzeugen können sich für eine für sie geeignete Verhütungsmethode zu entscheiden.

Aufgrund der echt super schwierigen Wetterverhältnisse und somit schlecht passierbarer Wege kommen

viele Babys in den Hütten zur Welt ... wir haben eine hohe Zahl an Vorsorgeuntersuchungen, aber da kann die Frau jeden Tag entscheiden, ob sie kommt oder nicht ... aber wenn die Wehen einsetzen, dann muss es losgehen und das ist oft nachts ... da geht hier aus vielen Gründen gerade wenig!

Unsere Impfbasis und „alte neue“ Medizinstation

Ich glaube, mit Prudent haben wir eine der versiertesten „Impfspezialistinnen“ ganz Nordugandas ... seit Jahren leitet sie diesen Bereich. Leider ist es etwas schwierig sie zu vertreten, denn das Wissen – gerade bei Impfungen der kleinsten Babys - muss man beherrschen ... es ist nicht so leicht alles in ein paar Tagen zu lernen und Theorie und Praxis sind nicht das Gleiche!

Zum Glück gibt es immer wieder Workshops, die zwar offiziell über das staatliche Gesundheitsamt organisiert werden, aber die meistens über große Hilfsorganisationen finanziert werden. Oft wird man einen Tag vorher gerufen und darf für die nächsten 5 Tage 2 Mitarbeiter zu diesen Workshops schicken. Super, aber stellt uns als Medizinstation manchmal auch vor Probleme ... so viele Mitarbeiter haben wir ja auch nicht. Dieses Mal schicke ich Prudent und Josephine ... und als sie zurück sind, geben sie mir ihren ausführlichen Bericht. Die Zahl der Hepatitis B Infektionen ist alarmierend und es gibt nun einen neuen Impfstoff, den Babys in den ersten 7 Tagen nach der Geburt erhalten können, um die Gefahr einer Infektion von Mutter zu Baby zu minimalisieren. Ebenso steigen die Gelbfieber Infektionen drastisch an ... und wer von Euch schon mal in Uganda war, weiß, dass es eine Pflichtimpfung ist, wenn man einreisen möchte. Allerdings gibt es kaum Impfstoff für die lokale Bevölkerung – es sei denn, man hat Geld. Jetzt scheint es aber auch eine Impfung für Babys zu geben, die mit 9 Monaten und nochmal nach 18 Monaten gegen eine Gelbfieberinfektion geimpft werden soll. Unsere Impfdaten gehen wöchentlich zum Gesundheitsamt Gulu und von dort ins Ministry of Health. Wir machen einen guten Job, aber wie immer im Leben könnten wir noch mehr tun ... aber wie?? Es ist eine Verkettung von Zuständen, die sich nicht mit nur einer Idee lösen lassen. Viele unserer Mütter sind „ungebildet“, viele haben sich aufgrund der so schwierigen Lebensumstände tief ins Buschland zurückgezogen, viele haben kein Zeitgefühl und sehen nicht die Notwendigkeit einer Impfung. Lightray hat hier schon einen weiten Wirkungskreis ... viele unserer Mütter kommen von weit her ... wir werden versuchen sie noch mehr an uns zu „binden“, um ihnen „nah“ zu sein, besser zu verstehen warum, wieso und weshalb!

Erst seit August ist Josephine von ihrer Weiterbildung zurück, nun ist sie hochqualifiziert und wird zusammen mit Eric das Projekt „Ein Dollar Brille“ im gleichen Gebäude umsetzen. Anfang Januar 2023, die Urlaubsplanung der Uni Augenklinik erlaubt es in diesem Jahr leider nicht mehr, erwarten wir 2 ihrer Augenärzte - Verena und Moritz, die sowohl mit dem notwendigen Equipment als auch mit ihrem Knowhow und hochmotiviert 2 Wochen bei uns bleiben werden. Besonders Josephine und Eric freuen sich sehr auf euch ... nach all den Zoom Meetings, die leider immer mal wieder aufgrund von Wetterbedingungen kürzer als geplant ausgefallen sind, Euch endlich persönlich kennenzulernen ... ist jetzt schon ein echtes Highlight für sie!

In diesem Gebäude übernachten unter anderem auch alle Patienten, die über Nacht bei uns bleiben müssen ... und der Krankenwagenfahrer „on duty“ – ein Notfall kann jederzeit kommen!



Ein „schwarzer“ Tag ... ich habe es gestern Abend noch zu meinen Kids gesagt ... heute war der sonnigste Tag seit vielen Wochen ... heute waren auch Olli und sein Onkel Ulli bei uns ... Olli ist Architekt und dabei einen gemeinnützigen Verein für Architekten zu gründen. Projekte können dort um fachliche Hilfe bitten, wenn sie z.B. etwas bauen möchten. Da ich ein echter Freund von „NETZWERK“ bin, überzeugt, dass wir im Team mehr erreichen können, wenn wir verstanden haben wie sinnvoll MITEINANDER ist, hatte ich Olli gebeten sich auch einmal in den Norden zu trauen. DANKE, dass ihr gekommen seid und auch wenn die Zeit ganz knapp war, so hoffe ich, habt ihr einen kleinen Eindruck bekommen was Lightray ist und was es für viele Kids und Familien hier in der Community bedeutet.

Nachdem ihr allerdings mit dem Bus Richtung Süden

gefahren seit, wurde es sonnig und heiß ... genau wie an so vielen Tagen davor, aber innerhalb weniger Minuten sieht der Himmel tief schwarz aus und nichts, aber auch gar nichts geht mehr! Die schweren Regenfälle waschen die lehmigen Wege aus und es gibt kaum noch Platz zum Laufen, geschweige denn mit dem Boda zu fahren. Ich glaube, wir haben letzte Woche schon den Vorrat in Gulu an Gummistiefeln aufgekauft – normale Schuhe reichen nicht mehr ... und viele Menschen haben noch nicht einmal feste Schuhe.

Um 14 Uhr sollte eigentlich unser Schulmeeting mit Elternvertretern und unserem SMC Schulmanagement Committee stattfinden ... wir starten deutlich später mit der halben „Mannschaft“ – der Rest hängt im Regen fest! Während des Meetings wird unser Ambulance gerufen ... in einer anderen Schule ist eine Mauer umgefallen, auf eine Grashütte ... und hat dort Mutter und 2 Kinder getötet und ein weiteres Kind und den Mann schwer verletzt. Was dann passiert, ist in unserer Kultur schwer zu verstehen ... aber die Community ist so aufgebracht, dass sie die Schule stürmen und anfangen Inventar zu zerstören ... als Rache ... die Soldaten aus den benachbarten Soldatenunterkünften schreiten ein und versuchen die Lage unter Kontrolle zu bringen. Es gibt hier keine Versicherungen ... die Schule muss nun viele, viele, viele Millionen Uganda Schilling an die Familien bezahlen ... und ihr könnt Euch sicher sein, die Familien sind so groß, auch wenn sie bis heute nie sichtbar waren, ab jetzt sind sie es ... und auf der anderen Seite sind die Kosten der Beerdigung, die die Familie auch nicht tragen kann und die kommende Rechnung des Krankenhauses ... wir haben sicher zu viele Versicherungen, die neben so vielen Unterklauseln auch oft kaum zu verstehen sind, aber gegen gar nichts versichert zu sein bzw. sein zu können – ich hätte gerne die Mittelwege!

Was für eine tragische Geschichte ... wir legen alle Geld zusammen, schreiben einen Brief der Anteilnahme, toppen es mit einer kleinen Lichtstrahl Spende und unsere Schulleitung Ketty bringt es morgen zur dortigen Schulleitung, die sie auch noch persönlich kennt!

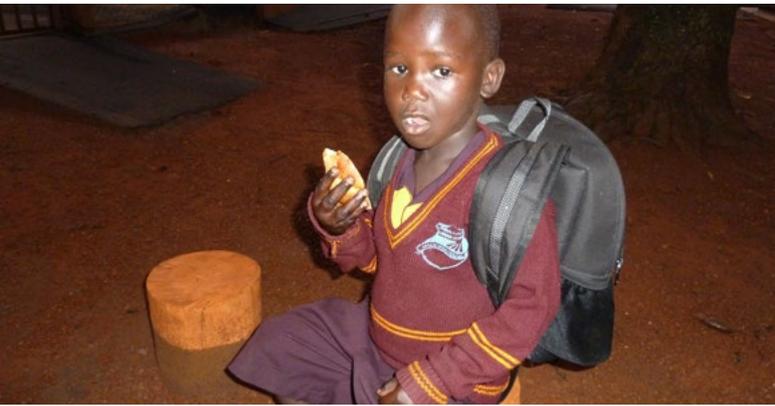
Unsere Vorschule

Unsere Kids sind einfach toll ... und ehrlich gesagt jeden Tag Balsam für meine Seele. Doch auch ich habe manchmal einen leicht „verzweifelten“ Gesichtsausdruck hier und merke sehr deutlich, dass es mich emotional stark beschäftigt wie wir es am besten schaffen, dass wir weiter den Ärmsten der Armen helfen können. Schon morgens um 6.15 Uhr sitzt Properios, er



geht in die 2.Klasse der Vorschule, auf einem unserer Holzblöcke unter dem Mangobaum und wartet ... wartet auf die Lehrer, damit die Klassen aufgeschlossen werden und er endlich lernen kann ... ehrlich ... ich schreibe es immer wieder ... manchmal „schämt“ man sich hier ... still und leise ... aber es verändert ... es macht mein Leben reich an Erlebnissen, aber lässt auch immer wieder an jede Form von Gerechtigkeit zweifeln. An einem dieser Morgen kommt es über mich und ich schenke Properios einen unserer tollen Schulrucksäcke ... also von Euch für ihn – er hat es einfach verdient! Wer von Euch noch Lust und etwas Geld übrig hat ... unsere Kids freuen sich riesig über diese Schulrucksäcke, weil sie eben auch bei diesem Wetter nicht so schnell nass werden und so Bücher und Hefte es einigermassen trocken nach Hause schaffen. Die Rucksäcke für die Vorschule sind etwas kleiner und kosten 20 Euro, die größeren für die Primary Schule kosten 25 Euro! Ist doch ein tolles Weihnachtsgeschenk ... oder??? Das neue Schuljahr startet am 30. Januar 2023!

Durch den starken Regen gibt es immer viele Blätter auf der einen Seite unseres Vorschulgeländes. Jeden Morgen sammeln die ersten Kids die Blätter auf und zeigen sie mir ganz stolz ... leider habe ich ihnen nach den ersten 2 Wochen morgens eine meiner Keksrollen gegeben ... was dazu führt, dass sie nun jeden Morgen



etwas früher kommen, alle Blätter aufsammeln und vor meiner Office warten, bis ich „weich“ werde und „meine Kekse zücke“! Kekse ganz nüchtern ... puh ... also kaufe ich ein Brot und nun gibt es morgens eine Scheibe Brot für jeden ... finden sie sogar noch besser! Warum? Weil die wenigsten sich hier ein Brot leisten können und es somit etwas besonderes ist.

Ich muss echt laut loslachen ... vor vielen Jahren haben wir mit den Buffalo Bikes eine Radtour durch Uganda gemacht und mit den 100 Rädern, die wir hier am Ende in unserem Lightray Projekt an unsere vulnerablen Mütter und älteren Schulkinder ausgegeben haben, hat es auch Lichtstrahl Uganda Satteldecken gegeben. 10 dieser Satteldecken hat James eben noch in einer der Satteltaschen gefunden ... hier kommt nichts weg ... fast nichts weg ... zumindest wird es nicht weggeworfen – es könnte nur den Besitzer wechseln. Als ich allerdings sehe wofür sie diese Satteldecken benutzen ... als Regenhauben für ihren Kopf! Jetzt gibt es so viele Situationen, in denen ich diese Regenhauben auf ihren Köpfen sehe ... einfach wunderbar!

Nächstes Jahr wird es hier einen Leitungswechsel geben ... Mestica, Schulleitung der Vorschule seit Eröffnung im 2013, geht in den wohlverdienten Ruhestand und dieses Jahr habe ich auch das Gefühl ... es ist ihr zu viel ... ihr fehlt die Geduld mit den Kleinen und

somit kommt es zum absolut passenden Zeitpunkt.

Übernehmen werden die Stellvertretung Prossy ... und Maureen - eine Lehrerin, welche erst 1 Jahr bei uns ist, aber einen so super Job macht, dass sie sich echt von anderen qualitativ absetzt ... das muss doch auch honoriert werden ... finden wir jedenfalls – wird Stellvertretung! Mitarbeiter, die „selfdriven“ - eigenverantwortlich arbeiten – sind ... not easy ... gar nicht einfach ... also überhaupt nicht einfach - zu finden!



Leider ist Uganda ein sehr autokratischer Staat und die Menschen wachsen meistens ebenso auf ... der Boss hat recht ... das Familienoberhaupt hat recht ... der vermeintlich stärkere hat recht ... aber nach innen sieht es anders aus und das birgt echtes Konfliktpotential. Daher erlebte ich mich hier ziemlich gerade heraus und ich versuche zu allen Seiten offen zu sein. Meine Office ist für jeden geöffnet, der mit mir sprechen möchte ... damit sie ein Gefühl dafür bekommen, dass man auch mit einem „Boss“ offen reden kann. Natürlich gibt es auch viele Mitarbeiter Gespräche, in denen ich die Mitarbeiter bitte in meine Office zu kommen ... NEIN, nicht nur für Dinge, die nicht so gut laufen, sondern auch für Dinge, die super laufen ...! Eine Gesprächskultur, die für uns so selbstverständlich geworden ist, in Ländern wie Uganda noch lange nicht implementiert ist und dieses vielleicht auch nie passieren wird. Es ist ein langer Prozess, aber es gibt echte Highlights und in immer mehr Situationen die Möglichkeit offene Gespräche zu führen. Ja, ja ... wie sagt man so schön ... Rom wurde auch nicht an einem Tag gebaut!

Heute Morgen kommt Eric zu mir ... einer unserer Mitarbeiter ... er ist gestern einfach nicht zur Arbeit gekommen ... und während man am Anfang noch „sauer“ ist, dass er sich nicht abgemeldet hat ... wird man spätestens abends hier unruhig und macht sich echte Sorgen. Telefon aus, keiner hat ihn gesehen ...

puh ... heute Morgen steht er plötzlich um 6.30 Uhr vor meiner Office!

Als ich ihn frage was gestern passiert ist ... konnte er nicht antworten ... aber ich lasse ungerne locker, wenn ich das Gefühl habe ... hier stimmt etwas nicht. Plötzlich „sprudelt“ es aus ihm heraus ... er hat sein ganzen Gehalt verspielt ... verwettet ... ach du schöner Mist ...!

Ja, das schnelle Geld ... es sollte generell verboten werden, aber solches Business in solchen Ländern wie Uganda besonders! Eric ist noch in der Probezeit ... es wäre einfach ihn direkt zu entlassen ... aber irgendwie fällt es mir schwer! In dem Moment, wo jemand von sich aus erzählt, um Verzeihung und Hilfe bittet??

Ich bespreche mich später mit Monica und Susan, ich rufe meinen Freund, den Police Officer an, frage an verschiedenen Stellen nach, ob es hier irgendeine qualifizierte Anlaufstelle für solche Suchtprobleme gibt und ich rufe seine Frau an. Es ist nicht einfach hier für solch eine Sucht Verständnis zu finden ... ich muss viel vermitteln und weiß am Ende ja auch nicht wirklich, ob wir es schaffen werden ihm zu helfen. Aber Eric hat nicht nur eine Frau und Kinder, sondern auch eine krebskranke Schwester im Endstadium, die seine finanzielle Unterstützung dringend benötigt. Also geht nun sein Gehalt an seine Frau und seine Schwester und nicht mehr an ihn! Alles andere wird sich zeigen ... aber Einsicht ist ja bekanntlich der beste Weg zur Besserung! Juhu, es gibt Pacta ... ein ganz neues Projekt, welches sich tatsächlich mit Suchtproblemen auskennt und sogar einen „In Patient“ Bereich hat ... heißt die Patienten werden tatsächlich stationär aufgenommen und von qualifizierten Fachkräften betreut. Wir möchten es versuchen – vielleicht weil ich weiß, ihr würdet es ebenso entscheiden ... wenn er Suizid begeht oder wohlmöglich wegen Spielschulden umgebracht wird ... die Verantwortung möchte ich auch nicht tragen ... wir werden sehen ob er es schafft.

Unsere Primary Schule

Es ist einfach schön zu erleben mit wie viel Liebe und Hingabe unsere Schulleitung Ketty ihren Beruf ausübt ... hier passt das Wort BERUFUNG super! Bis auf 2 Kids sind alle zurück und haben schon ihre „Anfang des Terms Examen“ geschrieben. Ketty kennt alle „ihre Schüler“ und für jeden hat sie ein offenes Ohr ... nicht immer einfach für sie, denn das ist hier mehr untypisch als normal. Besonders unseren männlichen Lehrern liegt „das Verstehen von Schülern“ nicht wirklich im Blut und man merkt ihnen an, dass sie Kettys soziale Art nicht immer teilen. Soziales Denken nutzen sie



gerne für ihre Belange, aber auch hier bleiben wir am Ball und organisieren Workshops zu diesen Themen.

Wenn alles weiterhin gut klappt, zieht unser „Kinderkrisenhaus“ zu Weihnachten ins neue Kinderdorf. Damit werden 2 Gebäude frei, die dann dringend renoviert und teilweise neu eingerichtet werden müssen. Unsere Kids im Kinderkrisenhaus sind sicher sehr vulnerable, aber sie leben jetzt wenigstens bei uns. Auch wenn wir es gerne würden, aber wir können nicht alle Kinder bei uns aufnehmen. So viele unserer Schüler leben tief im Village und ihr Leben ist ein täglicher Überlebenskampf – zum Glück fühlen Kinder dieses nicht so! DESWEGEN würden wir gerne die Unterkünfte des alten Kinderkrisenhauses nutzen und den Schülern, die von weit herkommen, die sehr vulnerabel sind oder den Kids, die in unsere Abschlussklasse gehen eine Möglichkeit bieten während der Schulzeit bei uns zu leben.

Sollte jemand von Euch noch etwas an Geld spenden wollen ... hier wäre eine gute Möglichkeit!

Wir alle möchten Euch allen für all Eure wunderbare Hilfe danken! Ihr habt es geschafft, das all diese Kids dieses Jahr in die Schule gehen können und wir ihnen trotz dramatisch angestiegener Nahrungsmittelpreise jeden Morgen einen Becher Porridge, mittags Bohnen und Poisho (Maisbrot) und nachmittags ihren gelieb-



ten SimSim Ball geben konnten. Fast all diese Kinder sind vulnerable Kinder – ich glaube keine 5% kommen aus intakten Familien. Ihr seid ihre Lichtstrahlen – Lightrays!

Unsere kleine Farm

Hier versuchen wir zu retten, was zu retten ist ... die erste Regenzeit ist ausgefallen und viel von unserer Ernte ist vertrocknet ... nun regnet es zu heftig ... aber die letzten Tage waren schon mal deutlich trockener und sonnig, somit besteht Hoffnung, dass wir noch einige Kilos Mais ernten können. Wir wollten ein zweites Hühnerhaus bauen ... aber wir müssen Prioritäten setzen und haben es deswegen erst einmal hinten angestellt ... sollte allerdings jemand Lust haben uns mit dem Bau und der Anschaffung neuer Legehennen zu unterstützen ... feel free! Warum ein zweites Haus ... Legehennen legen nur ca. 2 Jahre Eier ... wir haben uns aber mittlerweile an unsere eigenen Eier gewöhnt, da wir sie nicht nur für unseren Coffee Shop, sondern die meisten für unsere Kids aus dem Kinderkrisenhaus benötigen ... sie lieben Rolex ... kleiner afrikanischer Pfannekuchen mit einem Spiegelei „inside“.

Unser Jugend - Youth Home

Ein riesengroßes Dankeschön an Inge und Hans Nienhaus für diese so unkomplizierte tolle Unterstützung! Ivan Rubangakene fühlt sich hier pudelwohl ... Samuel, unser stellvertretender Lehrer der Primary Schule, lebt hier – er hilft zusammen mit den Sozialarbeitern Ivan an ein Leben außerhalb des Kinderkrisenhauses zu gewöhnen. Im November zieht dann Denis Opiyo ein und nächstes Jahr evtl. 2 unserer älteren Mädchen. Inge und Hans, wir kennen uns nicht gut, aber Danke für Euer Vertrauen und Eure immer wieder so großartige Hilfe!

Ich habe eben zu meinen Kids gesagt ... wenn ich zurück bin, brauche ich dieses Mal Urlaub ... diese Reise

hat ein paar zu viele schwarze Tage ...

Als ich heute Morgen um kurz vor 6 Uhr aufstehe ruft Flavia, unsere LC 1 (lokale Bürgermeisterin dieser Community), mich an ... ich soll schnell kommen, einer unserer Mitarbeiter wurde überfallen und liegt anscheinend schwer verletzt irgendwo auf dem Weg zwischen unserer Medizinstation und unserer 15 Min. Fußweg entfernten Primary Schule im Gebüsch. Das sind immer Anrufe, bei denen man nur noch funktioniert und am besten nicht mehr nachdenkt. Also zack auf Daniels Boda, der in solchen Situationen immer extrem schnell ist, und hoffen, dass wir noch helfen können. Mutesa, so heißt der junge Mann, ist nicht unser Mitarbeiter, sondern ein Mitarbeiter unseres Bauconstructors Innocent. Innocent baut unser Kinderdorf und Mutesa sollte mit 2 weiteren Mitarbeitern eigentlich auf dem Gelände schlafen und abwechselnd „Wache schieben“. Anscheinend hat er sich aber für einen Abendspaziergang zum Lacor Center und das Trinken in den kleinen Shops bis Mitternacht entschieden. Das sollte man hier nicht machen ... die Überfälle nehmen besonders nachts extrem zu. Sie haben ihn verfolgt und mit einem Panga, lokalem Säbel, heftig zugerichtet ... Ohr abgeschnitten, Arm und einen Fuß halb abgesäbelt ... schwere Kopfverletzungen ... puh, ich habe zwar immer meinen Erste Hilfe Beutel dabei ... aber jetzt hilft nur noch ganz schnell unser Krankenwagen ... und ab in den OP ... zum Glück helfen alle mit und Mutesa ist noch bei Bewusstsein, als wir das Lacor Hospital erreichen! Nur Blutkonserven gibt es keine ... also weiter zur Blutbank und beten, dass ich da etwas bekomme ... hier laufen die Dinge etwas anders, etwas viel anders ...! Genau eine Konserve gibt es mit seiner Blutgruppe!



Gestern habe ich mit meinen Kids telefoniert und Zoe hat mir erzählt, dass Uganda heute 2 Mal in den Nachrichten erwähnt wurde. Nachrichten sind ja leider selten übersät mit positiven News und deswegen sind es wie gesagt eher nicht so schöne Nachrichten. Vielerorts

leidet Uganda unter extremen Regenfällen, die schon viele hunderte Tote gekostet haben. Die Infrastruktur und das Leben sind einfach nicht darauf ausgerichtet ... das hat es so einfach noch nicht gegeben.

Die zweite Nachricht ist der Ebola Ausbruch im Mubende District. Uganda hat, was Ebola betrifft, wirklich ein gut ausgebautes funktionierendes Netzwerk ... noch heute Nacht sind wir durch das staatliche Gesundheitsamt gewarnt worden, haben die Todesfälle übermittelt bekommen, wer wann wo verstorben ist. Es ist nicht meine beste Nacht ... viele Gedanken gehen mir durch den Kopf und als um 4 Uhr Morgens Monica mir eine Nachricht schreibt, weiß ich, ihr geht es nicht anders.

Mubende ist kein Nachbardistrict, aber die Menschen hier in Gulu haben selber schon einige Ebola Ausbrüche, klein und groß erlebt. Ich fahre deswegen ganz früh ins Projekt und suche unsere Fieberthermometer raus, die wir während Covid benutzt haben. Jede Medizinstation ist angehalten einen separaten Raum mit allem notwendigen Equipment auszustatten. Dazu zählen Schutzanzüge, Faceshields, lange Handschuhe, weiße Gummistiefel und einiges mehr, welches ich mit Eric, unserem Krankenpfleger, zusammenstelle. Wir nehmen einen unserer Notfalleingänge, damit im Zweifel kein unnötiger Kontakt erfolgt. Jeder betet, dass es nie passiert, aber sicher können wir uns nicht sein!



Wie schon gesagt, die ugandische Regierung hat viel Erfahrung mit Ebola ... sie sind bestens organisiert und für Urlauber besteht nicht wirklich Gefahr, denn sie kommen mit diesen Menschen eigentlich nicht in Kontakt! Außerdem mag ich es immer lieber, wenn ich darum weiß, denn das Virus ist immer in diesen Ländern, es lebt in Tieren und nur weil es keinen akuten Ausbruch gibt, heißt es eben nicht, dass es nicht da ist!



Oh Mist ... ich muss mich beeilen, Teacher Ketty, unsere Schulleitung der Primary Schule, wartet auf mich ... wir müssen entscheiden was wir mit den Eltern besprechen, die noch gar keine Schulgebühren dieses Jahr bezahlt haben ... wir haben das 1. Trimester kostenlos ermöglicht, das 2. Trimester mit halben Schulgebühren und eigentlich das 3. Trimester volle Schulgebühren ... aber das sieht nicht gut aus. Ich mache mich zusammen mit Daniel auf den Weg ... auch ich laufe hier selten alleine ... selbst tagsüber ... Gott sei Dank, denn während wir uns über die heftigen Regenfälle unterhalten, kommt uns eine junge Frau entgegen. Ich nehme Blickkontakt auf und im selben Moment schließt sie die Augen ... HÄÄÄ, während des Laufens ...??? Während ich noch denke, merke ich, dass sie wackelt, ich renne zu ihr und sie fällt in meine Arme. Wow, Punktlandung – für meinen Rücken nicht ganz so super, weil bewusste Menschen echt schwer sind ... ihre letzten Worte waren: „Cente pe“ – kein Geld! Na wunderbar ... irgendwie liegt etwas in der Luft ... ich werde es hoffentlich irgendwann herausfinden was! Während ich Daniel bitte Wasser zu besorgen, rufe ich unseren Krankenwagen – zum Glück reagiert James schnell und ist in wenigen Minuten da. Scovia, so heißt die junge Frau, hat eine schwere Malaria und eine ebenso schwere bakterielle Entzündung – am späten Nachmittag kommt ihre Mutter mit einem kleinen Baby, Scovias Baby ...! Wir haben sie kostenlos behandelt, dafür durfte ich das Video und Foto machen. Nur ganz selten mache ich in solchen Situationen Fotos ...

ich mag es einfach nicht die Kamera auf Menschen zu richten, die in wirklichen Notfallsituationen sind!

Danke Juna ... du hast meinen Tag gerettet ... Juna, sie nennt mich zwar Mama, aber immer wenn ich zurück nach Deutschland fliege und wiederkomme, läuft sie vor mir weg ... es dauert, manchmal 2 Wochen, bis sie nah an mich herankommt. Seit Montag ist sie aber zusammen mit Elisabeth in unserer kleinen Kita an der Vorschule. Das war eine super Entscheidung, weil sie



mich nun öfter am Tag sieht, denn meine Office ist an der Vorschule. Es ist toll zu erleben, wie viel Spaß sie und Elisabeth mit den anderen Day Care Kids haben.

Aber als ich heute Abend „meine Kids im Kinderkrisenhaus“ besuche, kommt sie von alleine zu mir, setzt sich neben mich und legt ihren Kopf in meinen Schoß ... ganz ehrlich ... das sind die Minuten, in denen ich so viel Glück und Liebe erfahre, dass ich unendlich dankbar dafür bin und hoffentlich immer sein werde.

Unser Roestbar Coffee Shop und Guesthouse

Oh, leider muss ich dieses Mal meinen Kaffeekonsum drastisch senken ... sicher nicht schlecht für mich, aber trotzdem schade. Unsere Kaffee Maschine hat ein Problem und deswegen mussten wir Sandra und Mario im wohlverdienten Urlaub stören. Felix kommt an einem Sonntagmorgen ganz früh und hat Angst, dass die Maschine explodieren könnte, weil sie ein so komisches Geräusch macht, dass er nicht weiß, was los ist!

Ich auch nicht ... Mario kümmert sich, Felix schickt ihm Videos per Whats App, damit er das Geräusch besser identifizieren kann. Trotzdem wird es wohl etwas länger dauern und ich darf jetzt morgens African Tea spiced (schwarzer Tee, gekocht in Milch mit Ingwer) trinken – desinfiziert gleich mit!

Wir haben mit Mark einen neuen Koch, der in Enteb-

be im Carpe Diem Guesthouse für Estelle gearbeitet hat. Sie hat aber das Carpe Diem verkauft und mich gefragt, ob wir Mark übernehmen können. Sehr gerne, denn er kann super kochen und seine Pizza ist deutlich besser als unsere bisherige!

Unser Guesthouse ist ebenso wie unser Coffee Shop eine echte Oase ... und mit Gloria haben wir eine ehemalige „Kindsmutter – childmother“, die Euch super massieren kann! Es lohnt sich uns zu besuchen!

Also, alle die Ostern dabei sind, können sich auf eine tolle Auszeit hier freuen!

Danke an Dich, liebe Therese, dass du einen Workshop organisiert hast und zu uns gekommen bist! Therese arbeitet für Fichtner und es ist schön, wenn wir Muzungus (Weiße) uns gegenseitig unterstützen – Heike kommt auch immer zu uns und freut sich über eine leckere Pizza. Wir sind und bleiben eben Ausländer in diesem Land!

An vielen Tagen war es gar nicht möglich runter in unser Kinderdorf zu fahren oder zu laufen, aber seit Montag scheint oft die Sonne und es ist super warm ... tut einfach gut! Heute Abend laufe ich mit den Kids endlich zusammen zu „ihrem neuen Zuhause“ ... ich bin echt „geflasht“! Es ist eine unglaublich beruhigende Atmosphäre hier, eine herrliche Ruhe mit einer grandiosen Aussicht. Ich bin mir sicher, unsere Kids werden sich hier einfach nur wohlfühlen und vielleicht endlich mehr zur Ruhe kommen. Innocent versucht den Zeitplan einzuhalten und bis jetzt war er immer ein wenig schneller, aber der heftige Regen hat auch ihn ein klein wenig in Verzug gebracht. Wir hoffen aber ganz fest, dass wir zu Weihnachten mit den Kids umgezogen sind – und für alle, die uns mit dem „Acht Pfoten für Uganda“ Projekt unterstützen ... hier könnte ich auch wohnen und ich bin mir sicher, Amalia und Noah könnten kaum ein schöneres Zuhause finden. Kommt gerne hierher und überzeugt Euch ...





wir würden uns sehr freuen, wenn ihr alle Eure beiden Fellnasen, wenn sie denn dann in 2023 zu uns kommen, hier besuchen würdet!

Ich kann mich nur aus tiefstem Herzen bedanken - bei Euch Allen, die dieses Wunder des neuen Kinderdorfes möglich gemacht haben und weiterhin machen – mich berührt es sehr. Ich merke wie ich mich für unsere Kids freue und für all unsere 180 Sponsorenkinder, für die dieses Kinderdorf zur ersten Anlaufstelle wird. Weiterhin gibt uns dieser Umzug die Möglichkeit, wie eben schon erwähnt, weitere vulnerable Sponsorenkinder in unserer Schule in der Boarding Section unterzubringen. Besonders für die kritischen Fälle oder für die, die sonst so weit laufen müssen.

Vielleicht schaffen wir es ja - hier unser Lichtstrahl Uganda e.V. 20jähriges Jubiläum zu feiern!

Diese Reise hat mich ziemlich gefordert und doch mag ich nie an den Abschied denken ... ich kann es wohl auch nicht wirklich erklären ... es ist dieses tiefe Gefühl der Verbundenheit und immer wenn ich nicht mehr weiter weiß, öffnet Ihr Türen! Ich weiß aber eben auch, dass es noch ein langer Weg in die Selbständigkeit ist ... an vielen Stellen perfekt ... und trotzdem immer noch wieder „Luft nach oben“!

Wir wachsen ... und wenn wir ehrlich sind, tun wir das ja alle vielleicht jeden Tag – ich sehe manchmal eben viel und bin sehr lösungsorientiert ... hier wird oft „observiert“ und gewartet ... manchmal gut ... aber manchmal wären etwas schnellere Reaktionen auch super. Ihr seht ... die Welt ist nicht perfekt ... hier und nirgendwo anders. Es ist aber schön, dass wir nah aneinander „dran sind“ und immer besser lernen - voneinander zu lernen.

Wenn Euch dieser Bericht erreicht, steht Weihnachten oder sogar schon das Jahr 2023 vor der Tür – das gesamte Lichtstrahl und Lightray Uganda Team möchte sich bei Euch bedanken – WOFÜR? Dass Ihr an unserer Seite seid, geblieben seid, hoffentlich weiter bleibt und somit viele weitere Lichtstrahlen für unsere Kids, Mütter und Babys, Patienten und Mitarbeiter scheinen können.

Solltet Ihr Anregungen, Ideen oder Vorschläge haben ... meldet Euch jederzeit bei uns ... wir werden es nie Allen recht machen können, aber wir werden unser bestes versuchen!

Mit tiefer Dankbarkeit, für das, was ihr den Menschen, unserer Community und am Ende vielen Menschen, denen ich sehr verbunden bin, gebt ... HOFFNUNG!

Eure Heike



Danke an die Druckerei STACH GmbH & Co. KG!



lichtstrahl-uganda.de

Impressum

Lichtstrahl Uganda e.V.
Südstraße 72
48153 Münster

Kontakt

Telefon: +49 251 9878449
E-Mail: kontakt@lichtstrahl-uganda.de

Unser Spendenkonto

Sparda Bank West
IBAN: DE21 4006 0560 0002 4278 18
BIC: GENODEF1S08

Lichtstrahl
Uganda e.V.

