



# LICHTBLICK

## FÜR PSYCHISCH KRANKE IN SRI LANKA

DER FÖRDERKREIS NEST SRI LANKA IN  
DER BAG INKLUSIONSFIRMEN INFORMIERT

Liebe Freunde und Förderer von NEST!

Unsere Partner in Sri Lanka sind durch Bürgerkrieg, Tsunami und Terror erprobt in Krisen und haben auf die Folgen dieser Pandemie - weniger Einnahmen und mehr psychosoziale Notlagen - mit kühlem Kopf reagiert: Das Zentrum in Galle musste leider geschlossen werden, ansonsten wurde die Arbeitsweise der Mental Health Worker umgestellt: Schwerpunkt ist neben der Einzelfallhilfe und Gesundheitsaufklärung, die Wiederbelegung des „Home Gardening“. Dies wirkt auf mehreren Ebenen als eine Art Therapie : Für einzelne, für Familien und Nachbarn und für die Community.

Wie das geht ? Nach ökologischen Standards mit Hilfe der einheimischen Gliricidia Pflanze werden spezielle Lebensmittel angebaut, verarbeitet und verkauft. Es wurden bereits 500 Familien in mehreren Regionen als Akteure identifiziert. In vielen Dörfern wurden Info Veranstaltungen und Kurse durchgeführt. Die neue Strategie hat wichtige Effekte:

- Gesunde Ernährung
- Strukturierung und Sinnggebung
- Linderung Corona bedingter Depressionen
- Überwindung der Hoffnungslosigkeit und Schaffung von Arbeit.

Das ist Hilfe zur Selbsthilfe im besten Sinne dieses Begriffes !

Die Ausbildung von Mental Health Workern und die Begleitung der Frauen in einer Langzeiteinrichtung im Süden werden fortgesetzt, ebenso die Arbeit der verbleibenden psychosozialen Zentren.

NEST Sri Lanka lebt damit vor, wie sich Bürger in einem Land, das nicht wie wir, Milliarden für Hilfsprogramme bereitstellen kann, in der Not helfen können.

Wir halten dies für ermutigend. Derartige Entwicklungen brauchen allerdings Impulsgeber, professionelle Berater und verlässliche Krisenmanager. NEST Sri Lanka kann sie beschäftigen, solange Förderer, wie wir, weiterhin ihren Beitrag leisten. In diesem Jahr konnten wir 20.000 € NEST zukommen lassen. Wir hoffen, dass dies auch 2021 gelingt.

Im Namen von NEST danken wir Ihnen sehr herzlich für Ihr Engagement. Bitte, versuchen Sie weitere Spender zu motivieren und bleiben Sie uns treu. Wir wünschen Ihnen trotz aller Einschränkungen ein frohes Weihnachtsfest und Gesundheit 2021.

Christiane Haerlin

Waltraut Reiber

Tobias Borrmann

Arnd Schwendy



Ein kleiner Ausschnitt aus einem ihrer Blogbeiträge zeigt, dass sie genau wie wir, arg zu kämpfen haben:

„Lethargie, Depression, mangelnde Geduld, übermäßiges Verlangen nach Nahrung, keine Motivation, Lustlosigkeit und Schläfrigkeit während des Tages führen im Allgemeinen zu einer Aura der Hoffnungslosigkeit. In extremen Fällen kommt es zu Konflikten zwischen Familienmitgliedern und dem Auseinanderbrechen von Beziehungen. Der Konsum von Drogen und Alkohol hat spürbar zugenommen.

Der vorherrschende psychische Stress wird durch die Folgen der Corona Pandemie noch verstärkt. Mancher Mensch hat seinen Lebensunterhalt verloren. Über der Bevölkerung hängt auch die Befürchtung, dass bis Ende dieses Jahres Lebensmittel knapp werden, wie vom Welternährungsprogramm prognostiziert.

Nest hat in den letzten 33 Jahren als Community Base Versorgungsstrukturen für Menschen mit psychischen Erkrankungen aufgebaut und zur Selbstversorgung der Familien der Betroffenen angeregt. Es verfügt über umfangreiche praktische Erfahrung und ein großes Netzwerk von Kontakten. Mit dem Einsetzen von Covid 19 sah Nest seine Aufgabe vorrangig darin, die bestehenden Programme zu intensivieren und ein Programm für den Hausgartenbau als Therapieform für die Gemeinde zu verjüngen.“

Wir würden uns sehr freuen, wenn wir auch dieses Jahr unserer noch jungen Tradition treu bleiben und den Bewohnern von NEST SRI LANKA eine weihnachtliche Spende zukommen lassen würden. Damit Ihre Not gelindert wird und wir zeigen, dass wir sie auch in diesen schweren Zeiten nicht vergessen und an sie denken!

Spendenkonto: BAG Integrationsfirmen e.V.  
 Stichwort: NEST - Psychiatrie Projekt  
 IBAN: DE82 3702 0500 0007 1041 00  
 BIC: BFS WDE33 XXX

**Bericht. A. Eickenberg**

