

# HORIZONTE

Fachleute im Entwicklungseinsatz



5 | NEU IM EINSATZ

Sieben Fachleute  
nach Afrika  
und Lateinamerika  
ausgereist

2 – 4 | LEBEN IM ALTER IN KENIA

## Digital zu mehr Gesundheit

4 | LEBENSABEND

Zwei Seniorinnen und zwei Senioren geben  
Einblick in ihren Alltag im Ruhestand

4 | INTERVIEW

Schweizer Boschafter Valentin Zellweger  
über Comundo-Fachleute in Kenia



Beim Gesundheitscheck auf dem Sportplatz in Junju: Sada Randu nimmt die Gesundheitsdaten einer Seniorin auf.

## Weisses Haar – sonderbar!

In Kenia treffen alte Mythen und modernes Wissen aufeinander, Aberglaube ist weitverbreitet. Alte Menschen werden allein wegen ihrer körperlichen Veränderungen stigmatisiert. Bei gesundheitlichen Problemen sind sie oft sich selbst überlassen. Jetzt erheben Studierende aus dem Gesundheitswesen elektronisch Daten, um Erkenntnisse über den Gesundheitszustand alter Menschen zu gewinnen und daraus Massnahmen abzuleiten. IT-Fachfrau Diana Ombelli unterstützt sie dabei.

*Texte: Röbi Koller, Fotos: Marcel Kaufmann*

Ob ich in Kenia schon mal einen weisshaarigen alten Menschen gesehen hätte, fragt mich Stella Luoga, die Projektleiterin am North Coast Medical Training College. Ich überlege kurz. Bekommen denn dunkelhäutige Menschen überhaupt weisse Haare? Ja, versichert mir Stella. Aber alte Menschen seien verhext und mit einem Fluch belegt, so die traditionelle Meinung. Ihr Anblick würde anderen Unglück bringen. Deshalb trauten sich die meisten kaum mehr aus dem Haus.

### Mobile Umfrage zum Gesundheitszustand

Ich bin nach Kenia gereist, um die Arbeit einer Fachperson von Comundo zu dokumentieren. Die Tessinerin Diana Ombelli ist seit gut zwei Jahren hier, wenige Kilometer nördlich der Küstenstadt Mombasa. Das North Coast Medical Training College (NCMTC) ist eine medizinische Fachhochschule, gebaut mitten in den Wald, nahe bei den Menschen, die hier in kleinen Weilern in einfachen

Lehmhütten leben. Diana ist gelernte Kriminalistin und hat bei der Berner Stadtpolizei gearbeitet, bevor sie für verschiedene internationale Unternehmen unter anderem als IT-Projektleiterin tätig war.

Wir sitzen in der Bibliothek des NCMTC, zusammen mit drei Studierenden – Philip Juma, Sada Randu und Jackson Kenga. Gemeinsam mit Diana erarbeiten sie einen Fragebogen, mit dem sie das Wissen über Blutdruck der alten Menschen in der näheren Umgebung erfassen wollen. Man möchte herausfinden, was die Leute über Alterskrankheiten wissen, wie bewusst sie sich der Risiken sind und was sie konkret dagegen tun. Die Fragen werden in Kategorien unterteilt und unmissverständlich formuliert, damit hinterher brauchbare Resultate daraus abgeleitet werden können. Diana Ombelli unterstützt das Vorhaben als IT-Fachfrau und gibt Inputs, damit die Umfrage draussen bei den Menschen mit dem Handy abgewickelt werden kann.

### Gesundheitschecks auf dem Sportplatz

Für heute Nachmittag ist eine Zusammenkunft der Junju Elderly Support Group angesagt. Die Selbsthilfegruppe setzt sich aus rund zwei Dutzend Frauen und Männern zusammen, die alle über 70 Jahre alt sind und in der Gemeinde Junju leben. Treffpunkt ist der Sportplatz der lokalen Primarschule, 10 Minuten vom Campus entfernt. Ich komme mit dem Vorsitzenden der Gruppe, Dalmas Moka, ins Gespräch. Die regelmässigen Treffen seien wichtig, denn die Studierenden der Fachhochschule würden herkommen, den alten Leuten Fragen stellen, sie untersuchen und ihnen wichtige Informationen über Gesundheitsrisiken und Krankheiten geben. Zudem werde dadurch ihre Altersgruppe in der Öffentlichkeit vermehrt wahrgenommen und weniger ausgegrenzt.

Die Untersuchungen, welche die Studierenden vornehmen, sind

## «Soziale Ausgrenzung oder existenzielle Sorgen begünstigen Bluthochdruck.»

Sada Randu, Studentin am NCMTC

einfach: Es wird der Blutdruck gemessen, es werden Grösse und Gewicht notiert und man sammelt Informationen über das individuelle Wohlbefinden der Seniorinnen und Senioren. Nicht selten werden Diabetes oder hoher Blutdruck diagnostiziert. Ist denn erhöhter Blutdruck nicht eine Zivilisationskrankheit in Zusammenhang mit falscher Ernährung oder Übergewicht? Ich frage Sada, die Studentin aus Dianas Gruppe, die mitgeholfen hat, den Fragebogen zu erstellen. Bluthochdruck könne sich auch einstellen, wenn jemand regelmässig Stress ausgesetzt sei, sagt sie. Und das gebe es hier öfters, ausgelöst durch die sozialen Vorurteile gegenüber den Alten oder wegen der Sorge, nicht genügend Geld oder zu essen zu haben.



Austausch über das Wohlbefinden im Alter: Diana Ombelli, Stella Luoga, Seniorin Nzingo Tsul und Studentin Sada Randu im Gespräch (v.l.n.r.)



Die Studierenden Jackson Kenga, Philip Juma, Sada Randu und Comundo-Fachfrau Diana Ombelli werten die erhobenen Gesundheitsdaten aus (v.l.n.r.)

### Rechtzeitige Diagnose ist Glücksache

Wer medizinische Hilfe benötigt und in Kenia in ländlichen Gebieten lebt, hat Glück, wenn er oder sie rechtzeitig diagnostiziert wird. Das ist nicht selbstverständlich, denn ärztliche Fachleute gibt es nicht überall in Reichweite. Zudem kostet ein Arztbesuch Geld. Abhilfe verschaffen die Medikamentenabgabestellen – (dispensaries), –, die man in den Gemeinden eingerichtet hat. Dorthin verweisen die Studierenden jene Leute, bei denen eine Krankheit diagnostiziert wurde. Dort können sie Arzneien beziehen und weitere Untersuchungen in Anspruch nehmen. Vor allem alte Leute und junge Mütter mit neugeborenen Kindern machen von diesem Angebot Gebrauch.

Diana Ombelli kehrt Ende 2023 in die Schweiz zurück. Und sie wird beim NCMTC Spuren hinterlassen – insbesondere die Lust und den Mut, stets neue Wege zu erkunden und auszuprobieren, ist bei den Studierenden jetzt schon spürbar. Auch inhaltlich hat die Fachhochschule von der Anwesenheit der IT-Fachfrau profitiert. So geschieht die ganze Erfassung von Gesundheitsdaten durch die Studierenden des NCMTC heute nicht mehr auf Papier, sondern digital und in Echtzeit. Nebst der prägenden Einsatz Erfahrung nimmt sie auch einen modischen Mehrwert mit nach Hause: Ihre selbstgenähten bunten, floral gemusterten Blusen und Röcke. Das Schneiden hat sie von Stella gelernt, die nicht nur eine clevere Projektmanagerin ist, sondern auch eine begnadete Näherin und Gestalterin.



Begleiten Sie  
mich zum  
Gesundheitscheck!

BLOG/VIDEO



[www.comundo.org/roebikoller-blog](http://www.comundo.org/roebikoller-blog)

# Ungleichheit überwinden

Valentin Zellweger, Schweizer Botschafter in Kenia, spricht über die Ungleichheit im Land und wie Comundo nachhaltig gegen die Armut wirken kann.

Interview: Röbi Koller

## Kenia gilt heute als Schwellenland. Braucht es bald keine Unterstützung aus dem Ausland mehr?

Es gibt viele sehr reiche Menschen hier. Und noch mehr sehr arme. Gut ein Drittel lebt mit weniger als CHF 2.15 pro Tag. Diese Ungleichheit ist ein Problem. Während im Norden noch Nomaden mit ihren Tieren umherziehen wie in alter Zeit, haben sich viele Gebiete im Süden enorm entwickelt. Nairobi gehört zu den interessantesten Orten für Digitalisierung weltweit. Diese Ungleichheit lässt sich nur mit unterschiedlichen

Strategien und Instrumenten der Entwicklungszusammenarbeit überwinden.

## An welche Massnahmen denken Sie?

An die Stärkung des Gesundheitswesens und der Bildung. Im Norden brauchen die Menschen zudem Kenntnisse, wie sie ihre Tiere und tierischen Produkte besser vermarkten können. In diesen von Dürre geplagten Gebieten gibt es kaum medizinische Versorgung. Aus existenzieller Not heraus kümmern sich die Menschen hier eher um die verdurstenden Tiere als um ihre Kinder.

## Welches Potenzial hat Comundo, um weiterhin mit Fachleuten die Armut auf nachhaltige Weise zu bekämpfen?

Das duale Berufsbildungsmodell der Schweiz gilt weltweit als Vorzeigemodell. Auch in Kenia gibt es erste ermutigende



Modelle, aber hier ist noch viel Unterstützung nötig. Der Vorteil der Personellen Entwicklungsarbeit von Comundo ist, dass die Fachleute eingebettet sind in die Gemeinschaften und so den Kontext gut kennen. Dialog steht im Zentrum der Arbeit. So werden die besten Lösungen gefunden.



VIDEO

## INTERVIEW

[www.comundo.org/interview-zellweger](http://www.comundo.org/interview-zellweger)

# «Bleibt fit und genießt das Leben!»

Im abgelegenen Junju Village hat es weder asphaltierte Strassen noch Einkaufszentrum oder Arztpraxen. Viele alte Menschen müssen mit wenig Geld auskommen und ernähren sich mit Gemüse aus dem Garten.

→ Die vollständigen Aussagen und berührenden Kurzvideos unter: [www.comundo.org/roebikoller-blog](http://www.comundo.org/roebikoller-blog)

## Ferdinand Rimba (69), Farmer und pensionierter Prediger

Als Erstes fällt Ferdinands einbandagierte Hand auf. Er ist von einer Leiter gefallen. Wer für ihn Sorge, wenn er krank sei? Seine acht Kinder. Vier von ihnen leben noch zuhause. Sie bereiten ihm Kopfschmerzen, denn oft weiss er nicht, wie er die Kosten decken soll. Immerhin hat er einen kleinen Erlös aus dem selbst angebauten Gemüse. Sein Gesundheitstipp: «Schaut auf eure Gesundheit, damit ihr glücklich bleibt!» (...)



## Dalmas Moka (80), pensionierter Schneider, und Helena Moka (70)

Dalmas legt viel Wert auf sein Äusseres. Das rührt wohl von seinem Beruf her, er war Chef-Schneider in einer Bekleidungsfirma. Er und seine Frau Helena zogen acht Kinder gross. Seit seiner Pensionierung kümmern sie sich gemeinsam um ihre kleine Farm. Helena leidet unter Diabetes und braucht regelmässig Gesundheitschecks und Medikamente. Ihr Gesundheitstipp: «Bleibt fit und habt Gottvertrauen!» (...)



## Margreth Mwangata (71), pensionierte Kindergärtnerin

Margreth besitzt ein eigenes Stück Land und baut ihr Gemüse selbst an. In ihrem Leben war sie selten krank. Bis auf den Unfall, der ihr viele Zähne raubte. Die gute Gesundheit scheint in den Genen zu liegen: Ihre Mutter ist 106 Jahre alt und erledigt immer noch kleine Arbeiten rund ums Haus. Ihr Gesundheitstipp: «Akzeptiert das Älterwerden, genießt das Leben und bewegt euch, damit euer Körper stark bleibt.» (...)



## NEU IM EINSATZ

### Sieben neue Fachleute

Drei Frauen und vier Männer sind diesen Sommer mit Comundo nach Afrika und Lateinamerika ausgereist, um gemeinsam mit benachteiligten Menschen neue Wege in eine bessere Zukunft zu finden. Sie arbeiten vor Ort in ihren angestammten Berufen in den Bereichen Soziales, Heilpädagogik, Physiotherapie, Kommunikation und Elektrotechnik.



Jennifer Koppelin, Willemijn Simons Rüttimann, Niklas Lindenthal, Fabienne Strebel, Steffen Heinzelmann, David Rüttimann, Tom Knauf (v.l.n.r.)

VIDEOS

#### EINSATZBEGINN



[www.comundo.org/neue-fachleute](http://www.comundo.org/neue-fachleute)

Warum sie in den Einsatz reisen und wofür sie sich einsetzen? Kurz-Videos anschauen!

### INTERESSIERT AN EINEM ENTWICKLUNGSEINSATZ?

Wir suchen ständig Fachleute aus verschiedenen Berufsfeldern für Einsätze in Lateinamerika oder Afrika. Nächste Info-Veranstaltung (online): **Dienstag, 11. November 2023, 18.30 Uhr.** Infos/Anmeldung unter: [www.comundo.org/info](http://www.comundo.org/info)

INFO



## AKTUELLES

### Als Lehrperson im Kurzzeit-Einsatz



Mayk Wendt im Austausch mit Mitarbeitenden der medizinischen Fachhochschule NCMTC über des bevorstehende Fotoshooting.

VIDEO

#### ERSTE EINDRÜCKE



[www.comundo.org/wendt-blog](http://www.comundo.org/wendt-blog)

Erfahre, wie Mayk Wendt sein Wissen im Einsatz einbringt!

## KOCHIDEE

### Gericht «Pojo Za Nazi» aus Kenia!



Eine Köchin der Fachhochschule NCMTC lässt Röbi Koller in der Freiluft-Küche in die Kochtöpfe blicken.

VIDEO/INFO

#### KÜCHENBESUCH UND REZEPTE



[www.comundo.org/rezept](http://www.comundo.org/rezept)

Mit Röbi Koller den Duft der Schulküche des NCMTC unter freiem Himmel schnuppern!

«Wir unterstützen Comundo, weil wir uns dadurch im achtsamen Miteinander und gegenseitigen Lernen für eine gerechtere Welt einsetzen können.»

Marcel Kaufmann / Comundo



**Heidi und Andreas Furrer-Küttel**  
ehem. Fachleute in Brasilien

## Die Bestatterin

Wer seinen Nachlass regeln will, muss sich mit dem Sterben befassen. Bestatterin Madlen Heer, Mitbegründerin des Frauenbestattungsunternehmens Belorma, erzählt im Interview, warum es so wichtig ist, wie wir Abschied nehmen. Darüber wird sie am 25. September 2023 beim Gönnerinnen- und Gönner-Anlass im RomeroHaus Luzern sprechen. Der Vortrag steht auch weiteren Interessierten offen. **Anmeldung:** [elisabeth.wintzler@comundo.org](mailto:elisabeth.wintzler@comundo.org)

INTERVIEW

### IM GESPRÄCH MIT DER BESTATTERIN



[www.comundo.org/interview-heer](http://www.comundo.org/interview-heer)

Erfahren Sie, wie Madlen Heer die Angehörigen der Verstorbenen beim Abschied begleitet!

### Newsletter-Anmeldung

Aktuell informiert sein über unsere neuesten Stellenangebote für Auslandsentsätze und über die Aktivitäten und Veranstaltungen von Comundo in der Schweiz.

→ [www.comundo.org/job-event-news](http://www.comundo.org/job-event-news)



[facebook.com/comundoluzern](https://facebook.com/comundoluzern)



[youtube.com/@Comundo-NGO](https://youtube.com/@Comundo-NGO)



[linkedin.com/company/comundo](https://linkedin.com/company/comundo)



[twitter.com/COMUNDOorg](https://twitter.com/COMUNDOorg)



**Comundo engagiert sich für diese Nachhaltigkeitsziele der UNO (Agenda 2030)**

**IMPRESSUM:** HORIZONTE / CARTABIANCA / HORIZONS, 4 Ausgaben 2023, der Abo-Preis ist durch die Spenden- und Gönnerbeiträge abgedeckt; Druckauflage: 30 000 Exemplare

**Herausgeber:** Comundo, Kreuzbuchstrasse 44, CH-6006 Luzern, [www.comundo.org](http://www.comundo.org), [kommunikation@comundo.org](mailto:kommunikation@comundo.org); Postkonto Comundo: 60-394-4, IBAN: CH53 0900 0000 6000 0394 4  
**Bureau Suisse romande,** rue des Alpes 44, CH-1700 Fribourg; **Sede Svizzera italiana,** Piazza Governo 4, CH-6500 Bellinzona; **Redaktion:** Christa Arnet-Engetschwiler, Leitung; Simone Bischof Lusti; Dani Scherrer; Philippe Neyroud; Priscilla De Lima  
**Bild:** Marcel Kaufmann; **Gestaltung/Produktion:** Engelberger Druck AG, CH-6370 Stans

**TITELBILD:** Röbi Koller schaut zu, wie die Studierenden Sada Randu, Jackson Kenga und Philip Juma zusammen mit Comundo-Fachperson Diana Ombelli einen elektronischen Fragebogen erstellen (v.l.n.r.) © Marcel Kaufmann/Comundo



**Ihre Spende in guten Händen.**

Die vorgestellten Projekte werden von der DEZA (EDA) im Rahmen des institutionellen Programms von Unité 2021–2024 unterstützt.



Schweizerische Eidgenossenschaft  
Confédération suisse  
Confederazione Svizzera  
Confederaziun svizra

**Direktion für Entwicklung und Zusammenarbeit DEZA**