



Heft 35/2019 | Aktion Regen  
Verein für Entwicklungszusammenarbeit

[facebook.com/aktionregen/](https://facebook.com/aktionregen/)  
[instagram @aktionregen](https://instagram.com/aktionregen)  
[youtube.com/aktionregen](https://youtube.com/aktionregen)

# initiative

SpenderInnen–Interessierte–FreundInnen



30  
Jahre  
1989 – 2019



Das sichere Zeichen für Spenden mit Sinn.  
Ihre Spende ist steuerlich absetzbar.  
IBAN: AT30 2011 1000 0372 5200  
BIC: GIBAATWW

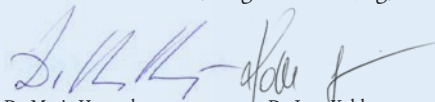
## Liebe SpenderInnen! Liebe InteressentInnen der Aktion Regen!

**Wir freuen uns, Ihnen die Sonderausgabe der Initiative zum 30 Jahr-Jubiläum präsentieren zu dürfen. In diesen 30 Jahren ist viel geschehen, aber noch viel mehr haben wir in Zukunft vor. Wir möchten Ihnen mit dieser Ausgabe die wesentlichen Eckpfeiler unserer Arbeit näher bringen und Ihnen die Arbeit unserer Rain Worker vorstellen, die als BrückenbauerInnen das Wissen um Familienplanung und sexuelle und reproduktive Gesundheit weitergeben.**

Erfahren Sie mehr über unsere erprobten und erweiterten Aufklärungstools und lassen Sie uns anhand persönlicher und berührender Geschichten von unseren Rain Docs, TrainerInnen und Rain Workern, die Erfolge unserer Arbeit vorstellen.

Wir möchten mit dieser Ausgabe Ihnen, liebe SpenderInnen und UnterstützerInnen, auch für Ihre Treue danken. Wir möchten aber auch ganz speziell unseren zahlreichen ehrenamtlichen MitarbeiterInnen, Rain Docs und TrainerInnen danken, die die Arbeit von Aktion Regen durchführen und weiterbringen! Wir wünschen Ihnen eine spannende und aufschlussreiche Lektüre, bleiben Sie ein Rain Friend und empfehlen Sie uns weiter!

Herzlichst  
Ihre Dr. Maria Hengstberger (Obfrau)  
Ihre Dr. Ines Kohl (Programmleitung)

  
Dr. Maria Hengstberger (Obfrau)      Dr. Ines Kohl (Programmleitung)

IMPRESSUM: Ausgabe 35/2019 | Eigentümer, Herausgeber, Verleger:  
Aktion Regen, Verein für Entwicklungszusammenarbeit, 1210 Wien,  
Rußbergstraße 13/13/R2. | Tel. +43 1 720 66 20 |

Mail: office@aktionregen.at

Redaktion: Maria Hengstberger, Ines Kohl, Angelika Lackner.

Layout: Horst Haslacher ID Design

Fotocredits: Sofern nicht anders angegeben Archiv Aktion Regen.

Gendern ist uns wichtig. Unser Ziel ist es Frauen zu stärken und ihre Selbstbestimmung zu fördern. Dazu müssen wir im Kopf der Menschen die richtigen Bilder erschaffen und unsere Sprache dementsprechend anpassen, denn Sprache prägt unsere Sichtweise. Das Sprechen im männlichen Singular/Plural erhartet Stereotypen, die wir aufbrechen möchten. Der Name Rain Worker ist ein grammatikalisch geschlechtsunabhängiges englisches Wort und fungiert als Markenname, daher verzichten wir auf eine Gender-Schreibweise.



*Gespräche mit Frauen in Äthiopien, Ruanda oder Uganda halfen Maria Hengstberger das Rain Worker Konzept zu entwickeln.*

## „Das Gras wächst nicht schneller, wenn man daran zieht“



*Dr. Maria Hengstberger,  
Gründerin und Obfrau der Aktion Regen*

Als mich der bekannte Schauspieler und Entwicklungshelfer Karlheinz Böhm vor 30 Jahren fragte, ob ich in seiner Klinik einen Health Worker in Gynäkologie und Geburtshilfe ausbilden wollte, ahnte ich nicht, dass diese Entscheidung mein ganzes Leben ändern sollte. Ich hatte mich in den Jahren davor mit der Ausbildung blinder Frauen für eine verbesserte Brustkrebsvorsorge beschäftigt und leitete neben meiner Facharztpraxis eine Spezialklinik für ambulante Laparoskopie (die so genannte „Bauchspiegelung“).

Da ich aber schon als junges Mädchen Entwicklungshelferin werden wollte, nahm ich diese Herausforderung gerne an. Ich wollte zunächst einfach einen verlängerten Urlaub nützen, um in einem afrikanischen Entwicklungsland sinnvoll helfen zu können.

Aber schon nach den ersten Wochen erkannte ich, dass mich diese Erste Hilfe-Leistungen eigentlich unglücklich machten und frustrierten. Das unsägliche Leid der meisten Frauen

entstand durch Erkrankungen und Nebenwirkungen nach zahlreichen, meist unerwünschten Schwangerschaften. Es gab nichts und niemanden, der sie davor schützen konnte: Es gab keine Kondome, keine Verhütungsmittel und nicht einmal das Wissen über fruchtbare und unfruchtbare Tage während des weiblichen Zyklus.

Damals reifte in mir erstmals die Idee mein Wissen als Gynäkologin in eine Form zu bringen wie sie von allen Menschen verstanden und genützt werden kann. Da die von mir entwickelte Geburtenkontrollkette von Anfang an ein großer Erfolg wurde, beschloss ich gemeinsam mit anderen sozial denkenden MithelferInnen eine NGO aufzubauen. Ich nannte sie „Aktion Regen“ gleichsam als Antwort auf den Titel meines ersten Reisetagebuches „Wasser an die Wurzeln“. Das Geld für den Aufbau der Aktion Regen musste verdient werden. Als Gynäkologin konnte ich nach meinem Motto „Biete Wissen gegen Spende“ in zahlreichen Großvorträgen für Frauen in Österreich in den ersten Jahren genug Geld verdienen, um vier Kliniken in Entwicklungsländern aufzubauen, in denen ich als Vortragende zu Workshops und Tagungen eingeladen wurde. Meine Lehrreisen wurden für mich selbst zu Lernreisen. In Indien, Brasilien, Sibirien, Mexiko, Ruanda und Uganda sammelte ich die Erfahrungen, die mir halfen mein letztes Ziel zu erreichen, in Afrika eine neue Berufsgruppe aufzubauen, die wir „Rain Worker“ nennen. Sie bringen den Menschen Wissen, das verstanden wird – es



*Das Konzept der Aktion Regen ist aufgebaut und wird in 12 Projektländern in West- und Ostafrika von rund 700 Rain Workern umgesetzt.*

ist gleichermaßen das Wasser an den Wurzeln. Sie sind die BrückenbauerInnen zwischen den Kulturen, die in der Sprache des Volkes lehren und beraten.

Soviel Leid im Leben könnte vermieden werden, wenn es mehr praxisgerechte Anleitung zur Prävention, zum Vorsorgedenken, gäbe. Egal ob Frauen die Möglichkeit geboten wird, die Anzahl ihrer unerwünschten Schwangerschaften zu reduzieren oder ob Männer motiviert werden, sich durch Kondome rechtzeitig vor einer schweren Erkrankung zu schützen, ob wir uns richtig ernähren oder ob wir uns richtig bewegen: Prävention heißt übersetzt dem Leid zuvorkommen (lat. *prevenire*). Die gleiche Wertigkeit in unserer Rain Worker-Lehre wie Prävention hat das Wort Motivation. Rain Worker lehren nicht weniger Kinder zu haben, sondern sie motivieren zur kleineren, gesünderen und glücklicheren Familie. So wie dies die Menschen im vermeintlichen „Paradies Europa“ vorleben.

Die Verbreitung der Rain Tools und unserer Lehre erfolgt nach einem Win-win-Effekt durch die Vernetzung der zahlreichen NGOs, die davon profitieren. Diese Vernetzung zwischen den NGOs zu festigen, war eines der Grundziele meiner Arbeit. Unsere Rain Worker sind Networker und sie bieten die beste Voraussetzung für eine gemeinsam wirkende hilfreiche Kraft.

Das Konzept der Aktion Regen ist gut aufgebaut, visionär – und es wird von immer

mehr und auch viel größeren Organisationen übernommen.

Meinem Alter angepasst werde ich mich nach unserem 30-jährigen Jubiläum mehr und mehr vom operativen Geschäft der Aktion Regen zurückziehen. Aber unser Team, das mich bisher begleitet hat, glaubt an meine Visionen und es wird helfen sie weiterhin umzusetzen. Dazu gehört vorrangig meine Seed Worker-Gruppe - das sind die besten und engagiertesten unter den TrainerInnen. Auch der seit vielen Jahren kontinuierlich aufgebaute „Rain Club“ mit in Österreich lebenden AfrikanerInnen soll erhalten bleiben. Politische Gäste aus Afrika freuen sich immer über Landsleute im fremden Land und haben an unseren Aktion Regen-Tools großes Interesse. Die Gattinnen von Politikern könnten sich als „Landesmütter“ für die Verbreitung unserer Schulprogramme, Tools und Rain Worker-Ausbildung einsetzen und so könnten wir von Seiten der afrikanischen Regierungen offiziell unterstützt werden.

Ich möchte mich dafür einsetzen, dass ein Film über unsere Tools und Motivationsstrategien produziert wird und allen NGOs via Internet zur Verfügung steht. Damit könnte die Tool-Lehre der Aktion Regen auch jene Menschen erreichen, die keinen Zugang zu einer Rain Worker-Ausbildung haben.

Als dritt wichtigstes Ziel, das ich bereits vor vielen Jahren gemeinsam mit der Niederösterreichischen Landesregierung aufgebaut habe,

wäre ein Rain Worker-Patenschaftsprojekt für alle Bundesländer. Aus Patenschaft wird Partnerschaft. Hier stimmt die Richtung. Jedes Bundesland unterstützt bereits einige NGOs in afrikanischen Entwicklungsländern. Wenn jedes Projekt nur drei bis fünf Rain Worker ausbilden und erhalten kann, gewinnt dieses Projekt äußerst kostengünstig an Nachhaltigkeit und Qualität und kann wieder Vernetzungspartner für andere NGOs werden. Ein NGO-Netz für verständliche Wissensvermittlung aufzubauen war eines meiner wichtigsten Ziele.

Von diesen Vorhaben abgesehen, werde ich mich in Geduld üben, dem weisen Rat entsprechend, dass „Gras nicht schneller wächst, wenn man daran zieht.“ Aber man kann es düngen, damit es kräftiger und widerstandsfähiger wird! Wie mein großes Vorbild Henri Dunant (1828 – 1910, Gründer des Internationalen Roten Kreuzes) werde ich gemeinsam mit Ihnen, liebe SpenderInnen, liebe FreundInnen und MitarbeiterInnen für diese Ziele kämpfen.

Da nun der Klimawandel eine neue Herausforderung für die Bevölkerungspolitik bedeutet und die Überbevölkerung in den afrikanischen Entwicklungsländern immer mehr als wirklich ernst zu nehmende Gefahr erkannt wird, finden wir sicher in Zukunft noch mehr MitstreiterInnen!

**Ich danke Ihnen für Ihr Vertrauen und Ihre Unterstützung!**  
*Ihre Maria Hengstberger*

## Die „drei I“ und die „drei W“



Dr. Ines Kohl,  
Programmleitung

Vor wenigen Wochen bekam ich das Buch *Poor Economies: Plädoyer für ein neues Verständnis von Armut* (2015) von Ester Duflo und Abhijit Banerjee in die Hände, und konnte es nicht mehr weglegen. Die beiden AutorInnen vom Abdul-Latif-Jameel-Institut für Armutsbekämpfung und Entwicklungsökonomie am M.I.T. in Massachusetts dekonstruieren in ihrem Buch das Klischee der Armen (jenen Personen, die mit umgerechnet weniger als 1 – 2 EUR pro Tag auskommen müssen) und zeigen, was gegen Hunger, Armut und Misswirtschaft tatsächlich helfen kann. Sie nehmen dabei weltweit große wie kleine Projekte unter die Lupe und hinterfragen, warum es seit mehr als 50 Jahren zwar eine florierende Entwicklungshilfe gibt, aber so wenige Erfolge nachgewiesen werden können. **Die „drei I“ Ignorance, Ideology, Inertia – Unwissenheit, zementierte Vorstellungen und Trägheit – so die AutorInnen, seien der Grund für das oftmalige Versagen der Projekte sowie unsere falschen Annahmen:**

Als in einem Bundesstaat in Indien Kinderlähmungsimpfungen gratis angeboten wurden und ein Großteil der Frauen diese für ihre Kinder verweigerte, ging man allgemein davon aus, dass die Bevölkerung kein Bewusstsein für Gesundheit habe. So etablierte man zusätzliche Anreize, eine Schüssel Reis oder ein Kochtopfset pro Impfung, um die Motivation zu steigern. Ohne Erfolg. Duflo und Banerjee kamen drauf, dass die Ablehnung der Impfung in den 1970ern während des Notstandes ihren Ursprung hatte. Sanjay Gandhi, Sohn und Ratgeber von Premierministerin Indira Gandhi setzte ein radikales Familienplanungsprogramm mit Ein-Kind-Politik und Zwangssterilisation um, um die Bevölkerung zu dezimieren

und aus der Krise zu führen. Bis heute hat Familienplanung in Indien einen zweifelhaften Ruf. Die Angst der Frauen bestand nun darin, dass sie fürchteten, ihre Kinder würden Medikamente zur Sterilisation verabreicht bekommen.

**Dieses Beispiel zeigt uns, dass viele Entwicklungshilfe-Programme nach dem Motto „gut gemeint, aber dennoch schlecht“ ablaufen. Sie zeigen uns auch, dass wir genau hinsehen müssen um Fehler, Wirkungen und Erfolge zu erkennen.** Und sie verdeutlichen, dass armen ungebildeten Menschen oft wichtige Informationen fehlen und sie daher von Vorstellungen und Traditionen überzeugt sind, die nicht richtig sind. Wir müssen daher stets die internen Gründe verstehen, warum etwas gemacht oder nicht gemacht wird, das Problem nicht auf allgemeine Prinzipien reduzieren, sondern den Betroffenen zuhören und uns bemühen die Logik ihrer Entscheidungen zu verstehen. Erst dann können wir effektive Maßnahmen entwickeln und verstehen, welche Werkzeuge wir einsetzen müssen.

**Im Zuge der Lektüre des Buches musste ich immer wieder innehalten und mich fragen: Ist das, was Aktion Regen macht sinnvoll? Zielführend? Dient es wirklich dazu Armut zu verringern und Frauen zu stärken? Wie können wir das messen?**

In der Tat sind derartige Wirksamkeitsstudien zeit- und kostenintensiv. Wir können auch nicht jeden Rückgang von Teenager Schwangerschaften in einer Region auf unser Konto nehmen, denn in vielen der Länder, in denen wir tätig sind, arbeiten auch andere Organisationen an Familienplanung bzw. gibt es Maßnahmen, die von den Regierungen gefördert werden.

Wir dokumentieren, hinterfragen und halten enge Rücksprache mit unseren Rain Workern. Wir wissen wo, mit wem und wie oft sie im Monat Aufklärungssessions durchführen, wir wissen, welche Fragen gestellt werden, was einfach zu vermitteln war, wo es kulturelle/religiöse Vorurteile gibt, wir wissen wie viele Menschen mit welchem

Alter und welchem Geschlecht aufgeklärt wurden. Uns ist es wichtig angepasstes Wissen zu vermitteln: Frauen zu zeigen, wie sie ohne Zugang zu Verhütungsmitteln ihre furchtbaren Tage bestimmen und damit ihre Kinder planen können; Männern und Frauen begreifbar zu machen WARUM sie ihre Familie planen sollen, weil sie und ihre Kinder dadurch die Chance auf ein besseres Leben haben.

**Dadurch, dass wir Menschen aus den Communities ausbilden, können wir sicher stellen, dass sich falsche Annahmen reduzieren bis verhindern lassen,** denn unsere Rain Worker sind die BrückenbauerInnen zwischen uns und der lokalen Bevölkerung. Sie kennen die sozialen, kulturellen und religiösen Eigenheiten ihrer Region und können besser darauf reagieren.

Optimistisch macht der Evaluierungsbericht eines unserer kenianischen Projektpartner, Panairobi. In unserem einjährigen Projekt „Wissen macht Schule“ wurden in zehn Schulen in Mathare, den Slumgebieten rund um Nairobi, in denen eine halbe Million Menschen leben, Lehrkräfte zum Thema sexuelle/reproduktive Gesundheit geschult. Vor und nach dem Training durch unsere sieben Rain Worker wurden sie jeweils einem Test unterzogen: Vor dem Training lag das durchschnittliche Wissen der LehrerInnen über Familienplanung und sexuelle/reproduktive Gesundheit bei 54%. Nach dem Training lag das Ergebnis bei über 94%! Diese Lehrkräfte können nun ihren SchülerInnen adäquates Wissen vermitteln, und zwar **nach der bewährten 3w-Methode von Maria Hengstberger: Wenig-wichtig-wiederholbar.**

Optimistisch – und zwar für die Entwicklungszusammenarbeit allgemein – macht auch, dass der Nobelpreis für Wirtschaftswissenschaften dieses Jahr an Abhijit Banerjee, Esther Duflo und Michael Kremer erging. Die drei WissenschaftlerInnen erhielten die Auszeichnung für ihren experimentellen Ansatz zur Bekämpfung der globalen Armut.

*Ihre Ines Kohl*



*Rain Worker sind BrückenbauerInnen. Sie geben das Wissen über Familienplanung und sexuelle und reproduktive Gesundheit weiter.*

# EDUCATION, MOTIVATION, INNOVATION

## Rain Worker sind BrückenbauerInnen

“Africa must be saved by Africans” (Maria Hengstberger)

**Um unsere obersten Ziele — Reduktion von Armut und Stärkung von Frauen — zu erreichen, bilden wir MultiplikatorInnen, sogenannte Rain Worker aus, die das Wissen im Schneballeffekt weitergeben. Sie lehren nach unserem Education – Motivation – Innovation-Konzept**

Mit unserem Programm zu Familienplanung und sexueller und reproduktiver Gesundheit bilden wir Menschen zu kompetenten MultiplikatorInnen aus, motivieren sie, ermutigt, selbstbewusst und selbstbestimmt zu handeln, um in der Folge selbst innovativ zu werden und ein gutes Leben für Alle zu erreichen.

### EDUCATION

- wir bieten Trainings an, die auf die jeweiligen sozio-kulturellen Bedingungen zugeschnitten sind
- wir stellen illustratives Material in Form von Schaubildern und Grafiken zur Verfügung
- wir haben spezielle Aufklärungsbehelfe entwickelt, die einfach zu begreifen sind

### MOTIVATION

- wir liefern Gründe für Ermächtigung, Handlung und Selbstbestimmung
- wir stärken und ermutigen Mädchen und Frauen
- wir unterstreichen die Rolle der Männer in der Familienplanung

### INNOVATION

- wir tragen zu Gesundheit und Wohlergehen bei
- wir begünstigen Gendergleichstellung
- wir reduzieren Armut und fördern ein gutes Leben für Alle

Rain Worker hat sich als Bezeichnung für die lokalen MultiplikatorInnen eingebürgert. Denn Rain Worker erklären nicht nur WIE Familienplanung, sondern vor allem WARUM. Sie geben Wissen über sexuelle und reproduktive Gesundheit weiter, klären über HIV/Aids und weibliche Genitalverstümmelung (FGM/Female Genital Mutilation, FC/Female Cutting) auf und versuchen Frauen UND Männer zu

motivieren, aktiv und verantwortungsbewusst ihre Familien zu planen. Familienplanung ist der Schlüssel zu einem Weg aus der Armut und für ein gutes Leben für Alle!

2009 hielten wir den ersten Ausbildungszyklus in Ruanda ab. Seitdem haben wir viele Workshops organisiert und durchgeführt und an die 700 Rain Worker in 12 west- und ostafrikanischen Ländern (Tansania, Burundi, Ruanda, Uganda, Kenia, Äthiopien, Eritrea, Sudan, Mali, Senegal, Guinea, Burkina Faso) ausgebildet und mit ihnen mehr als 500.000 Menschen aufgeklärt und für Familienplanung sensibilisiert.

Wir müssen jetzt handeln!

## Sponsern Sie unsere Babyketten!

mit 200 EUR schenken Sie 10 Frauen eine Kette, damit sie Zyklusbewusstsein erlernen können und die Chance auf ein selbstbestimmtes Leben erhalten.



*Privatpersonen können unsere Babykette gegen eine Spende von EUR 15 erwerben. Machen Sie einem Mädchen ein kreatives Weihnachtsgeschenk! Auch hierzu-lande benötigen junge Menschen greifbare und einfache Aufklärung. Jedes Mädchen hat das Recht ihren Körper bewusst kennen zu lernen!*



## Babykette

### Aufklärungsbehelfe für Familienplanung und sexuelle/reproduktive Gesundheit Die Big 5-Rain Tools

Seit Dr. Maria Hengstberger vor 30 Jahren die Geburtenkontrollkette entwickelt hat, sind viele weitere Aufklärungsbehelfe hinzugekommen. Sie machen das erlernte Wissen haltbar, verbreitbar und im wahren Sinne des Wortes ganz einfach begreifbar.

Diese Geburtenkontrollkette stärkt das Zyklusbewusstsein und dient als Orientierung über die fruchtbaren und unfruchtbaren Tage eines weiblichen hormonellen Zyklus. Jede Frau hat das Recht zu lernen ihren Körper bewusst wahrzunehmen!

Maria Hengstberger entwickelte diese Kette 1989 gemeinsam mit äthiopischen Frauen und passte sie an deren Wünsche und Bedürfnisse an. Als Maria 1995 einen Vortrag bei der „Pastoral des Kindes“ in Brasilien hielt, war die Begeisterung groß. So groß, dass die Kette an die Georgetown University in den USA weitergegeben wurde, die auf dieser Ba-

sis die wissenschaftlich fundierte „Standard Days Method“ entwickelte. Seit 2002 wird die modifizierte Kette, leider ohne weitere Zusammenarbeit mit Aktion Regen, als „Cycle-Beads“ international eingesetzt. Allerdings hat sie keine Risikoabstufungen!

Aber Maria Hengstberger wäre nicht Maria, hätte sie sich nicht gesagt „Das Bessere ist der Feind des Guten!“ Sie begann ihre Kette zu überarbeiten und zu verbessern und als Babykette zu verbreiten.

Sie ist bunt und daher optisch äußerst ansprechend: rot symbolisiert die Menstruationsblutung, die gelben Perlen zeigen entsprechend ihrer Farbe (gelb steht für Sonne, Dürre, Sand) die unfruchtbaren Tage an, die blauen Perlen für die fruchtbaren Tage (blau symbolisiert Wasser, Fruchtbarkeit) sind als Babys geformt. Durch Markieren mit einem Bindfaden können andere Fruchtbarkeitszeichen (Zervixschleim oder Mittelschmerz

beim Eisprung) über mehrere Zyklen beobachtet werden.

Mit dieser zusätzlichen einfachen Körperbeobachtung kann eine Frau ihre fruchtbaren Tage noch weiter eingrenzen. Denn nicht an allen „Baby“-Tagen kann man schwanger werden! Jede Frau hat einen etwas anderen Zyklus. Wie das funktioniert? Dazu hat Aktion Regen gemeinsam mit Fortuna Media einen Video-Clip erstellt, den Sie unter [www.aktionregen.at](http://www.aktionregen.at) bzw. auf unserem Youtube-Kanal sehen können!

**Eines ist uns sehr wichtig zu betonen: Mehr als 200 Millionen Frauen in Entwicklungsländern haben KEINEN Zugang zu Verhütungsmitteln! Sie möchten verhüten, können es aber nicht! Mit der Aktion Regen Babykette kann jede Frau ihre fruchtbaren Tage erkennen, erlernen und dementsprechend aufgeklärt und selbstbewusst agieren!**



Die Little Mom erklärt begreifbar und enttabuisiert die weibliche Anatomie.



Zahara, eine traditionelle Hebamme in einem Gesundheitszentrum, erklärt die Gebärmutter.



Ahmed, diplomierter Krankenpfleger, erklärt souverän wo die Befruchtung stattfindet.



Mana, eine junge Studentin, platziert die Little Mom intuitiv an der richtigen Stelle.

## Little Mom

Dieses Gebärmuttermodell aus Stoff erleichtert die Aufklärungsarbeit und lässt begreifbar und enttabuisiert die Anatomie des weiblichen Körpers und seine Funktionen erklären. Die rosa Farbe, das weiche Material, das Baby in der Gebärmutter, all das nimmt Angst, bricht Tabus und vermittelt Wissen zum Angreifen. Das Modell zeigt die inneren Geschlechtsorgane der Frau, Scheide, Gebärmutter, Eileiter und Eierstöcke. Schwangerschaftsverhütende Methoden wie Verwendung eines Kondoms, Durchführung einer Sterilisation, Einsetzen eines Diaphragmas und Einlegen einer Spirale in die Gebärmutterhöhle, sind damit leicht zu erklären. Denn: Wissen nimmt Angst!

### Die Little Mom im Sudan

Im Zuge der Beschreibung der weiblichen Sexualorgane wird Zahara zur Präsentation gebeten. Sie ist verheiratet als zweite Ehefrau, hat vier Kinder und arbeitet als traditionelle Hebamme in einem Gesundheitszentrum. Sie tut sich schwer, will die Little Mom nicht in die Hand nehmen, wir helfen ihr, stockend spricht sie die ihr peinlichen Wörter wie Uterus, Gebärmutter, Vagina aus. Wir ermutigen sie, denn als Rain Worker muss sie bereit sein ohne Tabus über Sexualität zu reden. Und es gelingt!



## Rhodah Katasi

Hebamme, Leiterin des Mirembe Medical Centres und Aktion Regen Trainerin, Uganda

„Mein Wunsch ist es, dass Aktion Regen die Arbeit in Uganda wegen des großen Nutzens weiterführt. Ich bin die Leiterin einer kleinen Health Klinik (Mirembe Medical Centre in Ssubwe, von Helping Hands Family erbaut und unterstützt). Ich sehe jeden Tag, wie vor allem Frauen und Kinder davon profitieren.“

Wir können Frauen vor ungewollten Schwangerschaften und durch Birth Spacing vor unnötigen Risiken schützen, wir können die Kindersterblichkeit senken, indem wir die Mütter aufklären, wir helfen HIV/Aids vorzubeugen, indem wir das Kondom erklären und Tests durchführen. Schließlich können wir den Leuten verständlich machen, dass wir das Bevölkerungswachstum mit Familienplanung verlangsamen können. Ich schlage vor, dass Aktion Regen ein kleines Büro hier im Mirembe Centre errichtet, als Basis für Uganda, damit können wir uns leichter mit der Regierung vernetzen und einen noch besseren Service anbieten“.

Wir müssen jetzt handeln!

### Spendenaufruf Uganda

Übernehmen Sie eine Patenschaft von 30 EUR pro Monat für unsere Seed Workerin Rhodah Katasi in Ssubwe/Uganda, damit sie auch weiterhin ihre Aufklärungskampagnen in der Klinik durchführen kann.

*Das neue Klitorismodell ist leider unverzichtbarer Bestandteil unserer Big 5, denn weltweit sind etwa 200 Millionen Frauen genital verstümmelt.*

*Unser Klitorismodell ist aus didaktischen Gründen in blau gehalten um möglichst frei von Körperlichkeit über dieses schwierige Thema sprechen zu können.*



## Klitorismodell

Das neue Klitorismodell ist leider unverzichtbarer Bestandteil unserer Big 5, denn weltweit sind etwa 200 Millionen Frauen genital verstümmelt. Jährlich kommen drei Millionen Mädchen hinzu, die mit Messern, Glasscherben oder Rasierklingen den sinnlosen Qualen einer Verstümmelung ausgesetzt werden.

Während die Infibulation, bei der die gesamten Genitalien entfernt und danach auf ein stecknadelgroßes Loch zugenäht werden, rückläufig ist, nimmt die Beschneidung der Klitoris, die sogenannte „Klitoridektomie“ zu und wird oft als „milde“ Form der Beschneidung interpretiert. Sie ist aber weder eine „milde“ Variante, noch eine humanere, denn die Schmerzen für die Mädchen und Frauen sind unvorstellbar. Die Klitoris ist nicht wie vielfach angenommen einfach eine Hautfalte, die entfernt werden kann, sondern ein Organ! Die Klitoris ist ein Fortpflanzungsorgan wie der Penis mit zahlreichen Nervenfasern und größeren und kleineren Blutgefäßen. Ihre

Aufgabe ist es die Schwellkörper der Labien (Schamlippen) zur Füllung mit Blut anzuregen. Gerade deshalb kann es auch zu lebensbedrohlichen Blutungen bei einem scheinbar kleinen Eingriff kommen und es erklärt auch die extremen Schmerzen an der Spitze der Klitoris wo alle Nervenendungen zusammenkommen. Die Klitoris muss daher den Menschen als anatomisches Modell sichtbar und „begreif“-bar gemacht werden.

Wir freuen uns sehr, dass wir eine Kooperation mit HandWerkWien ([www.handwerk-wien.at](http://www.handwerk-wien.at)) herstellen konnten. Dieser sozioökonomische Betrieb bildet Schneiderlehrlinge in ihrem Lerntempo aus und stellt sowohl unser Klitorismodell als auch den Stopp-Handschuh her.

An Organisationen und NGOs geben wir unsere Big 5 wie auch unsere Workshopmappe gegen eine Kostenbeteiligung gerne weiter! Privatpersonen können die Babykette gegen eine Spende von EUR 15 erwerben.

*Die Voraussetzung einer gesunden Mutterschaft ist die Kenntnis über eine medizinisch dringend notwendige Erholungsphase zwischen den Geburten, das sogenannte Birth Spacing.*



## Muttersch

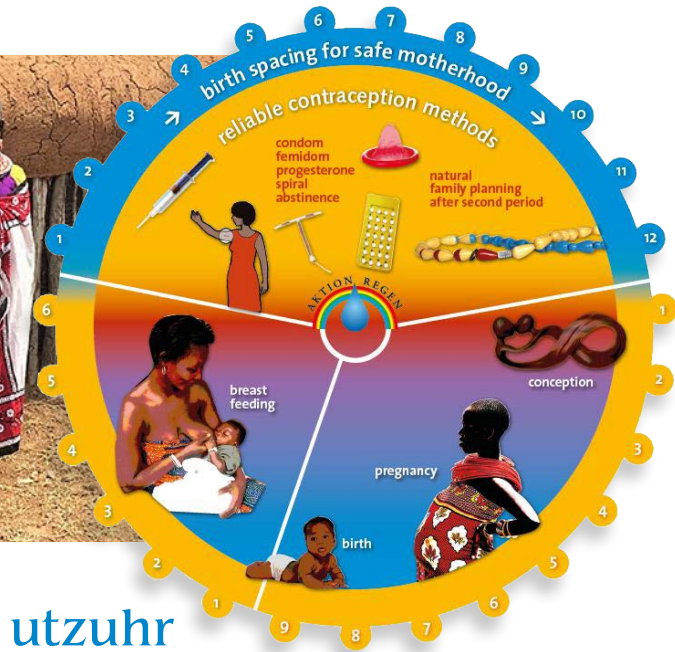
Aus gesundheitlichen Gründen soll zwischen der Geburt eines Kindes und der Empfängnis eines weiteren Kindes ein Abstand von mindestens 18 Monaten eingehalten werden. Zum einen muss sich der gesamte weibliche Körper von einer Schwangerschaft erholen, zum anderen ist es für die frühkindliche Entwicklung so wichtig, dass die Mutter sich ausreichend um das Neugeborene kümmern kann. Um das begreiflich zu machen, hat Maria Hengstberger die Mutterschutzuhr entwickelt.

Diese „Uhr“ zeigt leicht verständlich die Phasen einer gesunden Mutterschaft auf: Schwangerschaft, Geburt, Stillphase mit Empfängnisschutz und Phase ohne sicheren Schutz vor einer nächsten Schwangerschaft. Die Frau selbst hat die Möglichkeit, die Mutterschutzuhr als Kalender zu verwenden, indem sie monatlich – z.B. zum Vollmond – das Gummiband der Karte um eine Kerbe weiterzieht. Ist der symbolische Vollmond auf der Karte blau (wie die Farbe der fruchtbaren Tage auf der Geburtenkontrollkette!), so ist eine Empfängnis bereits wieder möglich, sollte aber unbedingt vermieden werden um die Gesundheit von Mutter und Kind zu schützen.

### Die Mutterschutzuhr in Kenia

Kurum ist ein kleines Dorf mit einem Health Center mitten im Massailand. Mama Jane ist hier traditionelle Hebamme. Früher war sie gleichzeitig die Beschneiderin im Dorf und sehr angesehen. Nun werden in ihrem Dorf





„Die Why Family Planning Stopp Hand habe ich auch für SpenderInnen und PolitikerInnen gemacht, nicht nur für unsere afrikanische Zielgruppe“, sagt Maria Hengstberger in ihrer erfrischenden Art.

## Stopp Hand

die Mädchen nicht mehr beschnitten. Seitdem kümmert sich Mama Jane verstärkt um die Schwangeren. Vor allem Erstgebärende unter 18 Jahren oder ältere Frauen mit vielen Geburten haben eine hohe Komplikationsrate: Blutdruckkrisen und Eklampsie, die „Schwangerschaftsvergiftung“, oder Nachblutung bei fehlender Placentalösung. Da braucht es schnell ein Medikament und einen ärztlichen Eingriff, damit die Frau nicht verblutet.

Viele Frauen verbluten bei der Geburt, weil sie in zu kurzer Zeit zu viele Kinder bekommen und die nötige Ruhezeit zwischen den Geburten das sogenannte „Birth Spacing“ von mindestens 18 Monaten, nicht einhalten. So lange braucht der Körper der Frau, um voll regeneriert in die nächste Schwangerschaft zu gehen.

Mama Jane kennt diese Gefahren und bringt die Mütter rechtzeitig ins nahe gelegene Health Center. Dort hat man eine traditionelle Hütte, eine Manyatta errichtet, die den Gebärenden und ihrer Hebamme bereit steht. In der Regel gebären die Frauen ihre Kinder mit Hilfe einer Hebamme zu Hause in einer eigens dafür errichteten Manyatta, die im Anschluss daran der Mutter als Erholung dient.

Mama Jane wird in Zukunft unsere Mutter-schutzuhr verwenden, um ihren Schwangeren den nötigen Abstand zwischen den einzelnen Geburten besser erklären zu können.

„Die Menschen müssen den Zusammenhang zwischen Familienplanung und Fluchtprävention sehen. Kein Mensch verlässt seine Heimat gerne, aber die Wenigsten beschäftigen sich mit den Folgen einer nicht unterstützten Familienplanung und erkennen die Kausalität. Außerdem macht es wenig Sinn, Menschen die verschiedenen Arten von Verhütung zu erklären, wenn sie nicht zuvor wissen WARUM plötzlich diese kulturell gefestigte Notwendigkeit viele Kinder zu haben nicht mehr passt“, erklärt Maria Hengstberger.

Bevor Aktion Regen über die verschiedenen Methoden der Empfängnisverhütung zu sprechen beginnt, kommt der Handschuh zum Einsatz. „Eine Banane reicht für zwei Kinder, aber nicht für 10, für drei Kinder kann ich mir die Schulbildung leisten, aber nicht für acht, zu fünf reicht der Platz in unserer kleinen Hütte, aber nicht für 12.“ So erklärt Maria Hengstberger den zukünftigen Rain Workern WARUM Familienplanung Sinn macht. Weniger Kinder brauchen weniger Nahrung, Wasser, weniger Schulgeld und Impfungen, weniger Geld für Kleidung und für die kleinen Freuden, die wir uns machen dürfen und sollen.

Der Stopp-Handschuh zeigt die Grundbedürfnisse eines jeden Menschen auf: **Liebe, Gesundheit, Schutz/Sicherheit/Friede, Nahrung/Wasser und Bildung.** Mit der roten Seite werden die negativen Konsequenzen fehlender Familienplanung bewusst gemacht. Die Stopp-Hand ist somit eine Metapher für die Auswirkung mangelnder Familienplanung auf den Einzelnen, aber auch auf die Gemeinschaft und in der Folge auf ein ganzes Land.

Die Welt in der wir leben können wir nicht ändern. Aber wir können unsere Einstellung zu einem Problem ändern. Wir ändern somit die Situation in der wir leben. Daher ist die Hand auch ein Symbol für unsere Aufforderung „grab the future“ – nimm Dein Schicksal selbst in die Hand!



Auch hier ist die kulturelle Anlehnung nicht zufällig gegeben! Die Hand der Fatima mit ihren fünf Fingern soll als Amulett getragen Glück und Wohlstand bringen.



Die Uncut-Girls-Groups sind unbeschnittene Mädchen in Durame, die sich für das Beenden der Genitalverstümmelung stark machen.



Dagmar Ransmayr und Gabi Kebede führen einen Spezialworkshop zum Thema Präsentation mit den zukünftigen Rain Workern durch.

#### ÄTHIOPIEN

## Ruth, ein Mädchen aus Äthiopien

Dagmar Ransmayr

Als Gabi Kebede, eine in Österreich lebende Äthiopierin und ich im Januar 2015 einen Spezialworkshop zum Thema methodisches Arbeiten und Präsentationstechniken für Rain Worker und PeerberaterInnen in der Kembattaregion in Äthiopien halten, tritt ein junges Mädchen vor die Gruppe der 60 SeminarteilnehmerInnen. **Sie spricht mit Leidenschaft und großem Engagement, wie wichtig Schulbildung für junge Frauen sei und wie sie ihre selbstbestimmten Entscheidungen treffen sollen.**

Sie sagt sie heiße Ruth und erzählt, wie sie ihrem Vater erklärt hat, dass sie weiter die Schule besuchen und noch keine Familie gründen möchte und wie schwer das war. Lachend erklärt sie, was für sie in einer Partnerschaft wichtig ist und wie ein Junge sein muss, damit er ihr Herz erobern kann. Er müsse sie vor allem respektieren. Ihre Wünsche und ihre Grenzen, sagt sie.

Die Jungs in der Gruppe lachen ein bisschen. Nicht abwertend, aber so, wie halt Jungs lachen, wenn ihnen etwas ein wenig peinlich

ist. Ruth erwidert, dass sie das ganz ernst meint und es nicht zum Lachen ist. Sie tritt in die Mitte des Kreises, holt sich ein paar der jungen PeerberaterInnen heraus und inszeniert mit ihnen ein Spiel, wo es um Nähe und Distanz geht, um eine Szene, wie ein junges Paar miteinander in Streit gerät und welche Sätze anders gesagt werden könnten oder was sie oder er anders tun könnten, damit sie einander besser verstehen.

Ruth ist mit ganzem Einsatz dabei, arbeitet mit ihrer Stimme, erklärt mit ihren Händen. Ich spreche kein Wort Amharisch, aber ich verstehe sehr viel, auch ohne die Übersetzung meiner Kollegin. Wir sitzen mit offenem Mund und staunen.

Ruth ist 15, besucht die Uncut-Girls-School in Durame, die von unserer Partnerorganisation KMG gegründet wurde. Sie berät andere Jugendliche in Schulen und Youthclubs. Sie möchte Schauspielerin werden und mit Hilfe des Theaters Aufklärungsarbeit machen, erzählt sie mir. Und sie möchte Rain Worker werden.

#### Februar 2019, 4 Jahre später:

Ich habe Ruth wieder getroffen. Sie arbeitet als Rain Worker vor allem für StudentInnen und die Uncut Girls. Das sind Gruppen von Mädchen, die dank der guten Arbeit unserer Partnerorganisation und unserer Rain Worker nicht mehr beschnitten sind, und stolz darüber in der Öffentlichkeit berichten.

Ruth ist verheiratet, ihr Mann und ihre Familie passen auf ihr kleines Kind auf, während sie als Rain Worker aktiv ist.

**Wir müssen jetzt handeln!**

### Spendenauf Äthiopien

In Äthiopien sind 74% aller Mädchen genital verstümmelt. Sponsern Sie 10 Klitorismodelle um EUR 250, damit unsere Rain Worker noch mehr Mädchen und Frauen vor dieser Praxis beschützen können!



Bei den wöchentlichen Community Meetings kommen Rain Worker in die Dorfgemeinschaften und setzen sich mit den Menschen zusammen.



„Wichtig ist, dass die Community Meetings bei den Behörden gut ankommen“, bestätigen Mag. Dagmar Ransmayr und Gabi Kebede.



zur Person

Mag. Dagmar Ransmayr

Mag. Dagmar Ransmayr betreut unser Projekt in Äthiopien. Sie ist Sozialpädagogin, Psychologin und Supervisorin bei der Caritas, die auf zahlreiche berufliche Auslandsaufenthalte sowie Seminar-BeraterInnentätigkeit in Indien und Südafrika zurück blickt. Zudem ist sie die Gründerin und Regisseurin der transkulturellen Theatergruppe „Die Fremden“. Zur Aktion Regen kam Dagmar Ransmayr 2009 und half mit, den Rain Worker Ausbildungszyklus und die Workshopmappe zu entwickeln. „Die Chancenlosigkeit vieler junger Frauen mit geringem Bildungshintergrund bewegte mich und trieb mich an. Aufklärung, Stärkung und Schulung von Frauen in Ländern des Südens ist mir ein sehr großes Anliegen. Das Zitat der indischen Schriftstellerin Arundhati Roy ist mir stets ein leitender Grundsatz: «Sich nie an die (...) Ungleichheit des Lebens um dich herum gewöhnen. Versuchen, hinter die Dinge zu schauen. Und nie den Blick abwenden».“

ÄTHIOPIEN

## Email von Dagmar Ransmayrs Projektreise nach Äthiopien

Februar 2019

### Liebe MitarbeiterInnen der Aktion Regen!

Unser Partner KMG (Kembatta Women standing Together) arbeitet in der Kembatta Region sehr erfolgreich und vor allem sehr vernetzt. Alle ausgebildeten Rain Worker sind Community Worker, das heißt ehrenamtlich arbeitende in den Communities gut verankerte Persönlichkeiten, mit sehr gutem Kontakt zu den Menschen der Region. Sie arbeiten in erster Linie durch Community Meetings, die wöchentlich stattfinden. Hier kommen Personen des Kebeles (Dorfvereinigung) an einem öffentlichen Platz zusammen, um zu hören, wahrzunehmen, zu fragen, zu diskutieren. Diese Zusammenkünfte sind von großer Wichtigkeit.

**Wichtig ist, dass die Community Meetings auch bei lokalen Behörden gut angenommen werden, daher sind hier immer auch lokale Politiker eingeladen und kommen.**

Einige der Rain Worker unserer ersten Ausbildungssequenzen von 2011 und 2012 sind bereits selbst governmental employees geworden. Sie haben diese Jobs bekommen, weil sie sich verschiedene Skills aneignen konnten und lange in der Community ehrenamtlich gearbeitet haben. Durch deren Anstellung bekommt Knowledge as a Chance noch mehr Stellenwert auch von offizieller Seite. Einige ehemalige Rain Worker der ersten „Staffel“ sind in anderen wichtigen Positionen gelandet, wie beispielsweise Buchhalterinnen einer Berufsschule, Leiterin eines Jugendzentrums usw. Das hat für die Verbreitung riesige Wichtigkeit.

**In Äthiopien herrscht politisch Aufschwung. Der neue Präsident gibt Hoffnung und macht Mut. Dennoch werden die Projekte nicht ausschließlich staatlich finanziert werden können. Ich hoffe sehr stark, dass Knowledge as a Chance in Äthiopien sehr bald weiter finanziell unterstützt wird. Der Output ist riesig!**



## Mohamed Niaré

### Rain Worker

Ich heiße Mohamed Niaré und bin Rain Worker in Mali. Ich arbeite eigentlich als Pantomime und Komiker. Ich habe mich der Gruppe Aktion Regen angeschlossen, um das Bewusstsein für Familienplanung und die Kampagne gegen FGM durch Theater zu schärfen. Hier können wir mit Theater und Humor starke Botschaften übermitteln, ohne das Publikum zu verletzen. Deshalb improvisiere ich bei jeder Sensibilisierungsaktion, die ich durchführe, eine Szene, um die Menschen zu entspannen. Das ist meine große Stärke, es unterscheidet mich von den anderen Rain Workern und hilft mir sehr dabei, auf einfache Weise die Zuhörenden rasch für das Thema zu gewinnen und darüber freue ich mich sehr.

Vor allem wenn ich als Arzt auftrete, kann ich die Menschen zum Lachen und zum Nachdenken anregen. „Keine Sensibilisierung, ohne das Publikum zu unterhalten, das ist mein Motto. Ich nütze mein Talent, um meinen Leuten zu helfen.“

### Wir müssen jetzt handeln!

## Genitalverstümmelung begreifbar machen!

In vielen Ländern West- und Ostafrikas, so wie im Sudan, in Äthiopien, in Mali oder in weiten Teilen Kenias, ist weibliche Genitalverstümmelung leider immer noch verbreitet. Aus lokaler Sicht meist deswegen, um ihre Mädchen in erwachsene ehrenwerte und „reine“ Frauen zu transformieren. Es nützt wenig, aus einer europäisch moralisierenden Sichtweise sie zum Aufgeben zu bewegen.

**Sponsern Sie 250 EUR, damit wir 10 Klitorismodelle an unsere Rain Worker für ihre Aufklärungsarbeit ausgeben können!**



Johanna Mugo kommt aus Loisukut im Laikipia Distrikt/Zentralkenia.



„Ich bin stolz darauf, dass Aktion Regen engagierte und überlegte Menschen wie Johanna zu Rain Workern ausbilden kann.“

KENIA

## „Die Massai, ihre Rinder und Kinder“

Elisabeth Wolf

Johanna Mugo ist Massai, Community Leader und Rain Worker. In Maa, wie die Sprache der Massai lokal genannt wird, sind viele christliche Namen übernommen worden, jedoch mit einer geschlechtlichen Zuordnung, die nicht unbedingt mit unserer Vorstellung übereinstimmen muss.

Johanna ist ein „herdsman“, wie er sich selbst bezeichnet, und ein sehr respektierter Community Leader, der im März 2019 sein Rain Worker Zertifikat erhalten hat. Er ist 58 Jahre alt und Vater von 10 Kindern. Manchmal hat man den Eindruck, dass dem Massaimann seine Rinder wichtiger als seine Kinder sind. Verheiratet ist er mit nur einer Frau, und das seit über 30 Jahren. Das ist insofern bemerkenswert, als Polygamie immer noch weit verbreitet ist unter den Massai. Sein Vater hatte vier Frauen. Bei den Massai gelten prinzipiell jene Menschen als wohlhabend, die viele Rinder und Kinder besitzen.

Als während des Rain Worker Trainings die gesellschaftlichen und sozialen Folgen einer nicht vorhandenen Familienplanung besprochen wurden, stand er auf und meinte: „Wenn ich das alles zu meiner Zeit gewusst hätte!“

... Ich hätte sicher nur zwei Kinder bekommen!“ Nun gibt er die Information über Familienplanung an seine Kinder, Enkelkinder und in der Community weiter.



### zur Person

## Elisabeth Wolf

Elisabeth Wolf ist ehrenamtliche Rechnungsprüferin der Aktion Regen. Sie war 30 Jahre im Exportbereich tätig und absolviert derzeit die Ausbildung zur Lebens- und Sozialberaterin. Im Sommer 2019 hat sie gemeinsam mit Dr. Jutta Reisinger und Margaret Bachlechner in Kenia mehrere Projekte besucht und evaluiert.



„In meinen Trainings lehre ich die 3R: RESPECT one's partner, RESPOND to sexual partnership and act RESPONSIBLY!“

KENIA

## „Wieso versteht sie das denn nicht?“ Das Kondom und das Vorurteil

Margaret Bachlechner

Als ich im Herbst 2010 am SOS Technical Training Institute in Buruburu/Nairobi einen Workshop über Familienplanung und sexuelle/reproduktive Gesundheit hielt und 35 LehrerInnen zu Rain Workern ausbildete, wusste ich nicht, dass die Schule in Zukunft Familienplanung in ihrem Lehrplan verankern werde. Mittlerweile haben alle SchülerInnen zwei Stunden pro Woche Aufklärungsunterricht und in den Zeugnissen ist dieses Fach unter „social skills“ ausgewiesen.

James Wachira ist ein inspirierender Rain Worker und gleichzeitig Peer Educator für sexuelle und reproduktive Gesundheit an der Schule. Seine Freundin Beth Karimi, ebenfalls eine angehende Lehrerin, drohte ihn zu verlassen, weil er den Gebrauch des Kondoms vorschlug, da er als junger Auszubildender noch keine Kinder wollte. Sie meinte auf den Vorschlag hin empört, sie sei doch keine Prostituierte!

Die Enttäuschung darüber war James ins Gesicht geschrieben, als er während des Aktion Regen Trainings darüber sprach. „Ich akzeptiere und will, dass meine Freundin von einer Karriere träumt. Und ich will daher auch nicht, dass ich sie schwanger mache, da wir

beide noch nicht für Kinder bereit sind. Wieso versteht sie das denn nicht?“

Am Ende des Aktion Regen Workshops erkannte James, dass das Problem die fehlende Kommunikation zwischen ihm und seiner Freundin war. Er konnte sie schließlich doch überzeugen Kondome zu verwenden um, wie er es nannte „Zeit zu kaufen – buying time“, um nach fünf oder sechs Jahren eine Familie zu gründen. Dann, wenn beide gute Jobs hätten.

Dieses Jahr im August habe ich beide besucht. James und Beth arbeiten noch immer an der Schule. Sie haben mittlerweile zwei Kinder. „Das reicht“, meinte Beth, „denn ich möchte Lehrerin bleiben. Mir macht mein Beruf großen Spaß!“

Für mich als Rain Worker Trainerin war der Besuch der beiden sehr bewegend. Beide haben meine propagierten 3R's umgesetzt: RESPECT one's partner, RESPOND to sexual partnership and act RESPONSIBLY! Sie haben das ABC von Familienplanung verstanden und geben es an die Jugendlichen in ihren Kursen weiter: ABSTINENCE – BE FAITHFUL – CONDOM USE!



zur Person  
Margaret Bachlechner

Margaret Bachlechner ist eine in Kenia geborene Sozialarbeiterin. Seit 1980 engagiert sich Margaret ehrenamtlich in verschiedenen NGOs in Kenia wie dem „Green Belt Movement“ oder dem Projekt für Straßenmädchen „The Nest“ in Limuru. Seit 2000 leitet sie ein Projekt für Massaimädchen gegen weibliche Genitalverstümmelung und gegen frühe Verheiratung in Kajiado, Kenia. Sie ist Mitbegründerin und Board Member von TUKANE e.V. und seit 2011 Rain Worker Trainerin für Aktion Regen in Akamba, Kikuyu, Kiswahili, Englisch und Deutsch.



SENEGAL

## „Wir werden nicht mehr in dieselbe Falle tappen!“

Tagebuchnotizen von Dr. Jutta Reisinger

Dr. Jutta Reisinger von ihrer Workshop-Reise nach Ziguinchor in die Casamance im Senegal im März 2019

### 4. März 2019

Unser Beginner Workshop ist gut besucht, alle 24 Angemeldeten sind wirklich erschienen! Ich spreche lange mit dem lokalen Koordinator. Er sagt, wir kämen mit Aktion Regen und Familienplanung genau im richtigen Moment. Bisher stand die Prävention und Behandlung von HIV/Aids an erster Stelle im Programm. Für ihn ist es jetzt wichtig, seine GesundheitsberaterInnen auf das Thema Familienplanung und Verhütung einzuschulen.

### 6. März 2019

Heute haben wir ausführlich die Problematik weiblicher Beschneidung (FGM) behandelt. Die KursteilnehmerInnen bestätigen, dass schon ein großes Bewusstsein hinsichtlich FGM in der breiten Bevölkerung herrscht. Senegal war eines der ersten Länder in denen diese Praktik verboten wurde. Bei sämtlichen Besuchen, in NGOs, bei Familien, in Frauengruppen waren die Frauen informiert und haben selbstbewusst mitgeteilt, FGM werde nicht mehr praktiziert. Viele der Jüngeren erzählen stolz, dass sie nicht betroffen sind, die ältere Generation schon, alle aber wüssten um das Verbot.

### 7. März 2019

Anders ist es auf dem Land, erzählt mir ein Lehrer, den wir in einem Straßendorf nahe der Grenze zu Guinea besuchen. FGM finde auch heute noch statt in den Dörfern im Busch und das geschieht heimlich. Zunehmend werden die Mädchen schon als Kleinkinder

beschnitten, ein Baby habe schließlich keine Erinnerung und spüre weniger Schmerz, das sei heutzutage der einfachere Weg. NGOs hätten viel zur Aufklärung beigetragen. Seit Jahren finden regelmäßig Anti-FGM Veranstaltungen statt, die Zahlen seien drastisch gesunken.

### 8. März 2019

Immer wieder kommen wir auf die Bevölkerungsentwicklung zu sprechen. Laut UNFPA wird sich Afrikas Bevölkerung bis Mitte des Jahrhunderts verdoppeln, in manchen Ländern sogar verdreifachen mit allen katastrophalen Folgen für die Zukunft.

Mit der Bildtafel über die Millenniumsziele der UNO hören die Rain Worker auch etwas über Entwicklungshilfe in Afrika. Erstes und wichtigstes Ziel ist die Halbierung der Armut. Was hat Familienplanung damit zu tun? Solche Überlegungen sind neu für die Rain Worker, sie sind beeindruckt und verstehen jetzt, was der enorme Bevölkerungszuwachs für Afrikas Zukunft bedeutet.

Unsere senegalesischen Rain Worker sind jung und gebildet, einige noch unverheiratet. Einhelliger Entschluss von allen Seiten war es, dem Beispiel der vorherigen Generation mit mehreren Frauen und 10 bis 16 Kindern sicher nicht mehr zu folgen. Mariam, eine Sozialarbeiterin, drückt es deutlich aus: On vas pas tapper dans le même piège! Wir werden nicht mehr in dieselbe Falle tappen!



zur Person

Dr. Jutta Reisinger

Dr. Jutta Reisinger ist Allgemeinmedizinerin in Lienz/Tirol, stellvertretende Obfrau und langjährige Trainerin der Aktion Regen. Sie lernte Maria Hengstberger bei einem Vortrag anlässlich 10 Jahre Aktion Regen in der Wiener Ärztekammer kennen. Sie war damals für Ärzte für die 3. Welt (heute Austrian Doctors) auf den Philippinen, in Indien und Bangladesch als Entwicklungshelferin im Einsatz.

„Dort konnte ich hautnah erleben, wie wichtig zwar die medizinische Hilfe ist, dass das aber nichts an der steigenden Zahl der Armen ändert, die in Dauerabhängigkeit von Gesundheitsdiensten bleiben. Aktion Regen trifft mit seinem Programm zur Familienplanung und sexuellen Gesundheit den Kern der Sache: unser aller Ziel sollte es sein, Menschen durch Vermittlung von Bildung zu helfen und den Vorteil kleiner gesunder Familien zu propagieren“. Jutta Reisinger betreut unsere Projektpartner in Kenia, dem Sudan und dem Senegal.



**Wir müssen jetzt handeln!**

**Auch in Uganda kann man mit Fußball die Massen erreichen!**

**Helfen Sie mit, das nächste Fußballturnier in Busia/Uganda, an der Grenze zu Kenia zu organisieren.**

Prince Maloba und Aramadhan Mutebi, zwei unserer engagiertesten ugandischen Rain Worker, haben bereits im Dezember 2018 ein Fußballturnier veranstaltet. Wir berichteten davon in unserer letzten Initiative. Damals haben sie 30 nationale Fußballclubs gegeneinander antreten lassen. Im Rahmen dieses einwöchigen Events verteilten unsere Rain Worker Kondome, händigten selbst gestaltete Flyer aus, sprachen vor allem mit jungen Leuten über WARUM Familienplanung, den Schutz vor HIV/Aids, und überreichten den ersten drei Gewinner-Teams T-Shirts mit der Aufschrift „Aktion Regen – Knowledge as a chance!“ Diese Aktion war so erfolgreich – sie erreichten mehr als 4.000 Menschen – dass wir gemeinsam regelmäßige Fußballmatches organisieren möchten!

**Machen Sie mit!  
Wir brauchen 3.000  
EUR für das nächste  
Fußballmatch, das im  
Frühling 2020  
stattfinden soll!**



*Eritreas SchülerInnen nahmen mit Begeisterung das Wissen um Familienplanung auf.*

ERITREA

## Danke, das ist fürs Leben!

Roswitha (Sita) Weinrich

Als ich meine Arbeit in Eritrea begann, war die HIV/Aids Rate über 3%. Heute ist die Rate unter 1% gesunken! Dies ist auf die damals gestartete staatliche Initiative gegen HIV/Aids zurückzuführen, im Rahmen derer sich sogenannte Voluntary Counseling and Testing (VCT) Zentren etablierten. Es wurde mir gestattet in diesen Zentren bei der morgendlichen Gesundheitserziehung vorzutragen.

Eines Tages hielt ich einen HIV/Aids Prävention-Workshop für Manager, zu dem auch eine Frau kam. Als ich die Kondomanwendung zeigen wollte, schickten sich einige Männer an, den Raum zu verlassen. Ich schickte ein Stoßgebete himmelwärts und fragte sie: „Haben Sie Kinder? Wenn diese ins „Feueralter“ (so wird die Pubertät in Eritrea genannt) kommen, wollen Sie, dass ihre Kinder von ihren Freunden lernen oder wollen Sie ihnen ein Kondom erklären?“ Alle setzten sich wieder um weiter teilzunehmen.

Die größte Freude bereitete es mir in Schulen zu gehen und ab der 9. Klasse (15 Jahre aufwärts) je eine Schulstunde über HIV/Aids Prävention, und später auch über reproduktive Gesundheit zu sprechen. Die SchülerInnen sind begeistert, da das Thema reproduktive Gesundheit eher ein Tabu ist. Die Mütter sind meist zu schüchtern um darüber zu sprechen, die Väter wissen nicht so recht wie sie darüber sprechen sollen.

„Danke, das ist fürs Leben!“ ließ mich ein Schüler am Ende der Schulstunde wissen und mein Herz dahin schmelzen.

Leider hat mir das Unterrichtsministerium in den letzten Jahren untersagt in Schulklassen zu gehen. „Self reliance“, das Vertrauen auf eigene Kräfte und Ressourcen und nicht auf Andere, ist das Motto der eritreischen Regierung. Auch NGOs sind nicht erwünscht. Dennoch durfte ich die Lehrbehelfe der Aktion Regen über die Jahre hinweg einigen Institutionen, unter anderem dem Gesundheitsministerium, vorstellen.



zur Person

**Roswitha (Sita) Weinrich**

*Roswitha (Sita) Weinrich ist eine langjährige Unterstützerin und ehrenamtliche Mitarbeiterin von Aktion Regen. Nach ihrer Pensionierung im Jahr 2000 machte sie eine Ausbildung auf dem Gebiet der HIV/Aids Prävention, für die sie sich seitdem in Eritrea (Ostafrika) engagiert und einsetzt. 2004 lernte Sita Maria Hengstberger kennen und vertrat danach auch Aktion Regen und deren Lernbehelfe.*



Heft 35/2019 | Aktion Regen  
Verein für Entwicklungszusammenarbeit

facebook.com/aktionregen/  
instagram/aktionregen  
youtube.com/aktionregen

# initiative gemeinsam

SpenderInnen  
Interessierte  
FreundInnen

## Was können Sie für Aktion Regen tun? Was können wir gemeinsam erreichen?

Bitte helfen Sie auch weiterhin und unterstützen Sie unsere Projekte! Als Beispiele, wie Sie uns am meisten helfen können, haben wir ein paar Vorschläge für Sie:

### Babyketten für die Zukunft!

Stellen Sie sich vor: Sie sind eine junge frisch verheiratete Frau, das Leben liegt vor Ihnen, Sie und Ihr Ehemann möchten verhüten, haben aber keinen Zugang zu Verhütungsmitteln. Dies ist leider Alltag in vielen unserer Projektländer.

### Sponsern Sie unsere Babyketten!

Mit 10 EUR schenken Sie einer Frau eine Kette, damit sie Zyklusbewusstsein erlernen kann und die Chance auf ein selbstbestimmtes Leben erhält.

Mit 200 EUR können wir 20 Frauen eine Babykette geben. Damit steigen die Chancen auf „small, healthy and happy families“, denn mehr als 200 Millionen Frauen in Entwicklungsländern haben keinen Zugang zu Verhütungsmitteln, wollen aber verhüten!

Mit 500 EUR können wir allen Mädchen einer durchschnittlich großen Schule die Chance auf ein besseres Leben geben! 43% aller Schwangerschaften in Entwicklungsländern, sagt die WHO, sind ungewollt! Vor allem Teenager-Schwangerschaften sind der Grund warum Mädchen ihre Ausbildung abbrechen müssen, auf der Straße landen und in Armut bleiben.



### Genitalverstümmelung begreifbar machen!

In vielen Ländern West- und Ostafrikas, so wie im Sudan, in Äthiopien, in Mali, oder in weiten Teilen Kenias, ist weibliche Genitalverstümmelung leider immer noch verbreitet. Aus lokaler Sicht meist deswegen, um Mädchen in erwachsene ehrenwerte und „reine“ Frauen zu transformieren. Es nützt wenig, aus einer europäisch moralisierenden Sichtweise sie zum Aufgeben zu bewegen. Wir möchten das große gesundheitliche Risiko veranschaulichen.

Sponsern Sie 250 EUR, damit wir 10 Klitorismodelle an unsere Rain Worker für ihre Aufklärungsarbeit ausgeben können!

### Vernetzung der Seed Worker

Seed Worker sind besonders qualifizierte und motivierte Rain Worker, die auch als NetzwerkerInnen zu anderen NGOs, zu Schulen, zu Organisationen und PolitikerInnen tätig sind. Sie sind wie Saatkörner der Aktion Regen, die sichtbar zahlreiche Früchte tragen. Maria Hengstberger möchte ihr Wissen noch persönlich nach der Augustinusmethode an sie weitergeben: „Was du in anderen entzünden willst, muss in dir selbst brennen.“

Fünf unserer aktivsten Seed Worker aus Äthiopien, Kenia, Uganda und dem Sudan möchten wir im Frühling 2020 nach Wien zu einem Austauschtreffen und Aufbauworkshop einladen. Unser Ziel ist es, eine nachhaltige, grenzübergreifende Vernetzung innerhalb unserer afrikanischen Projektländer zu erreichen und den Seed Workern inhaltliche, methodische und didaktische Zusatzqualifikationen zu lehren.

Wir ersuchen daher Charity Clubs und Firmen, uns zu helfen, damit wir unsere Seed Worker nach Österreich einladen können. Werden sie damit ein Teil der Aktion Regen!

Wir bedanken uns für Ihr Engagement!

Ihre Dr. Maria Hengstberger (Obfrau) und Ihre Dr. Ines Kohl (Programmleitung)

IHRE SPENDE IST  
STEUERLICH  
ABSETZBAR  
Reg. Nr. S02217



Das sichere Zeichen für Spenden mit Sinn. Ihre Spende ist steuerlich absetzbar.

Erste Bank IBAN: AT30 2011 1000 0372 5200 BIC: GIBAATWW | aktionregen.at | office@aktionregen.at | +43 1 720 66 20