NEWS

Gemeinsames Essen im Speisesaal

Neue Schulranzen, eine Spende der Panorama Schule Görsroth

Cargo Human Care e. V. März 2016

ÜBERBLICK

> Mehr Milch, mehr Bananen

> Biogasanlage geht in Betrieb

➔ Seite 2

> Weihnachtsfeier im MMH

> Hervorragende Patientenversorgung in 2015

> Puzzles werden gesucht

➔ Seite 3

> John Kaheni Residence

> Kick-off in der JKR

➔ Seite 4

So funktioniert CHC

> Ecovis and friends

What´s next?

> CHC im HR Fernsehen

> CHC Mitgl.-Versammlung

> 2. Bürostadtlauf für CHC

➔ Seite 5

Save the date

Cargo Human Care
Mitgliederversammlung
Mittwoch, 11. Mai 2016,
19.00h in der
LCAG Kantine bei Tor 25

Liebe Mitglieder und Freunde von Cargo Human Care,

Nach einem erfolgreichen Jahr 2015 hat auch das neue Jahr für CHC mit diversen Aktivitäten begonnen.

Die Endabnahme unseres Neubaus John Kaheni Residence (JKR) hat Gerhard Meyke zusammen mit Joachim Pfeffer Anfang Februar durchgeführt. Mittlerweile hat Werner Hildebrand zusammen mit Mary, der Leiterin unseres neuen Heims das Personal ausgesucht und in diesen Tagen ziehen die ersten jungen Bewohner in ihr neues Zuhause ein. Es gibt wie bei jedem neuen Projekt noch einiges, das sich in den nächsten Wochen und Monaten einspielen muss, aber ich bin sehr zuversichtlich, dass das mit Mary und dem neuen Team reibungslos funktionieren wird.

Und nicht nur im Neubau in Kiambu geht's voran, sondern auch unser Langzeitdauerbrenner - die Biogasanlage zur Versorgung der neuen Küche im Mothers' Mercy Home - kann jetzt endlich in Betrieb gehen. Einer der Autoren des Artikels in diesem Newsletter hat sich dank seiner Beharrlichkeit zu einem wahren Experten für Biogasanlagen entwickelt. Danke Thomas!

Anke Gaussmann hat sehr erfreuliche Fakten zur Entwicklung unseres Medical Centre und zur Versorgung der Patienten durch unsere Spezialsprechstunden zusammengetragen. Und es gibt Zwillinge zu vermelden!

Außerdem lesen Sie noch den Artikel zum Thema Ernährungsplan. Wir sind gut unterwegs in Bezug auf die Versorgung "unserer Kids" im MMH - aber es gibt noch Verbesserungspotenzial. Vielleicht wollen Sie sich hier mit einbringen?

Wir wollen aber nicht nur aus unserer Sicht berichten, sondern beginnen mit dieser Ausgabe auch damit, Sie als unsere Spender zu Wort kommen lassen unter dem Titel "So funktioniert CHC".

Und zum guten Schluss noch drei CHC-Termine, die Sie sich merken sollten:

- Ein Interview mit unserem Kinderarzt und Vorstandsmitglied Dr.Thomas Berger voraussichtlich am 8.3.2016 zwischen 16.00 und 17.30 Uhr im HR-Fernsehen bei "Hallo Hessen"
- Unsere Mitgliederversammlung am 11.Mai 2016 / 19Uhr in der Lufthansa-Cargo Kantine
- Der zweite CHC-Bürostadtlauf am 25.August 2016

Ihnen allen danke ich herzlich für Ihr großes Interesse an CHC

Ihr

1.Vorsitzender CHC

Mehr Milch, mehr Bananen!

Ernährungsplan sucht Sponsor

Oecotrophologin lobt ausgewogene Ernährung im MMH - wünschenswert sind mehr tierische Produkte und Obst

Die gemeinsamen Mahlzeiten sind für die Kinder im Mothers' Mercy Home (MMH) besondere Momente: Drei Mal am Tag sind alle Kinder zusammen im Speisesaal und genießen das frisch von den Köchen zubereitete Essen. Für die Drei- bis Fünfjährigen gibt es zwischen Mittag- und Abendessen zusätzlich eine gehaltvolle Zwischenmahlzeit am Nachmittag.

„Das Essen basiert auf einer sehr guten Kombination aus Getreide, Gemüse und Bohnen", bescheinigt die Oecotrophologin Sophie Haufe. Im Sommer 2015 verbrachte sie vier Wochen im Mothers' Mercy Home und analysierte die Ernährung der Kinder. Die ehrenamtlich tätige Expertin lobt den guten Kalorien- und Proteingehalt des Essens, das sowohl mittags als auch abends Gemüse und damit viele Vitamine enthält.

Trotz der relativ ausgewogenen Ernährung sieht sie Bedarf für Verbesserungen: Es fehlen die tierischen Produkte wie Milch, Käse und Joghurt, die wertvolles Kalzium und Vitamin B 12 liefern. „Ein Ei pro Woche deckt nicht alles ab, was vor allem jüngere Kinder zum Wachstum brauchen", sagt Sophie Haufe. Sie schlägt daher vor, dass jedes Kind pro Tag eine Tasse Milch erhält, um ausreichend Kalzium und Vitamin B 12 zu bekommen, zudem zwei Eier pro Woche statt, wie bisher üblich, ein Ei. Wenn dann noch jeden zweiten Tag eine Banane hinzu komme sowie zweimal pro Woche proteinreiche Sojabohnen, dann könne der Gehalt an Kalzium, Vitamin B12 und Magnesium in der Ernährung dauerhaft erhöht werden.

Dankbar für diese Analyse der Ernährungsexpertin möchte CHC die Vorschläge natürlich direkt in die Tat umsetzen. „Wir wollen die Ernährung unserer Kinder weiter verbessern und noch abwechslungsreicher gestalten", so Anke Gaussmann. „Es wäre toll, wenn uns Spender dabei unterstützen würden". Für die zusätzliche Nahrung kämen deutliche Mehrkosten auf CHC zu. 200 Euro an zusätzlichen Ausgaben pro Monat hat Vorstandsmitglied Gerhard Meyke für Bananen, Eier, Milch und Joghurt errechnet.

Viele Vitamine, frisch zubereitet - es fehlen jedoch Milch, Eier und Obst.

Vielleicht möchte uns ja ein Gastronom oder größerer Betrieb, der Lebensmittel verarbeitet, dabei helfen, die gesunde und ausgewogene Ernährung für die Kinder sicher zu stellen. Der Betrag könne natürlich auch von anderen Spendern übernommen sowie von mehreren Spendern geteilt werden.

Wir freuen uns auf Ihre Vorschläge und danken für Ihre Unterstützung!

Die Biogasanlage geht in Betrieb und die Energiekosten werden deutlich gesenkt

von Gerhard Meyke und Dr Thomas Berger

Der Umzug in die neue Küche ist jetzt erfolgreich abgeschlossen und es wird nicht mehr auf dem offenen Holzfeuer gekocht. Die damit verbundene starke Rauch- und Rußentwicklung sowohl in der alten Küche als auch im angrenzenden Speisesaal gehören nun endlich der Vergangenheit an.

Unser Koch Peter und sein Team mussten sich beim Kochen mit Biogas etwas umstellen und alte Gewohnheiten und Abläufe aufgeben. Denn während beim Kochen mit Holz die Hitze nicht geregelt werden konnte, muss nun die Flamme gedrosselt werden, wenn die erforderliche Hitze erreicht ist, damit die verfügbare Menge an Biogas auch für den ganzen Tag ausreicht. Aber mittlerweile hat sich Peter in der neuen Küche gut eingewöhnt und ist ganz stolz, mit Biogas zu kochen.

Biogas im MMH – ein langer Weg

Das von CHC geplante und mit Spenden des Rotary Clubs Kaufbeuren geförderte Projekt der Biogasanlage ist ein nachhaltiger und umweltfreundlicher Baustein im Gesamtkonzept des Mothers' Mercy Homes. Allerdings wäre ohne die große Unterstützung und Beharrlichkeit unseres technischen Beraters vor Ort, Joachim Pfeffer, die Umsetzung des Projektes nicht so erfolgreich verlaufen.

Die im Rahmen des Masterplanes gebaute Biogasanlage für die Energieversorgung unserer neuen Küche wurde im Dezember 2013 fertig gestellt und produzierte im Januar 2014 kurzzeitig Gas. Danach passierte gar nichts mehr. Unter Einbeziehung von Experten aus Deutschland haben wir festgestellt, dass eine unglückliche Verkettung mehrerer Umstände die Ursache dafür war, dass kein Gas mehr produziert wurde. Im Sommer 2015 wurde die ganze Anlage ein zweites Mal geleert, der Tank von innen neu beschichtet und ein sehr genaues Augenmerk auf die korrekte Befüllung gelegt. Seit November 2015 ist die Anlage nunmehr permanent in Betrieb. Die Effizienz wurde noch durch einen aus China importierten Kompressor nachhaltig gesteigert, sodass auf die Holzbefeuerung zum Kochen inzwischen ganz verzichtet werden kann.

Weihnachtsfeier am 2ten Januar im MMH

Ein Festmahl für alle, die Kinder in ihren schönsten Sonntagskleidern, und für jeden ein kleines Geschenk. Diese Fotos sprechen für sich!

Hervorragende Patientenversorgung in 2015

CHC Spezialsprechstunden leisten wertvollen Beitrag in der Vorsorge

Von Anke Gaußmann

Mitte Januar erblickten die Zwillinge Abigael Seline Sakwa und Emmaculate Mary Sakwa das Licht der Welt. Sie sind 2,9 kg und 2.2 kg schwer. Die Betreuung der Schwangerschaft wurde in unserem Medical Centre von Schwester Felicitas geleistet. Sie war es auch, die die Zwillinge bei einer Ultraschalluntersuchung entdeckt hat!
Die Spezialsprechstunde Schwangerschaftsvorsorge wird von unseren Krankenschwestern selbständig durchgeführt und ist kostenfrei. Da mittlerweile Ultraschall zum Standard gehört, nehmen die Patientenzahlen stetig zu. Letztes Jahr waren es 635 Besuche in der Sprechstunde.
Auch die Impfsprechstunde und die Krebsvorsorge wird von unseren Schwestern selbständig geleitet und sind natürlich kostenfrei. In 2015 wurden 773 kleine Patienten geimpft und 227 Frauen in der Krebsvorsorge untersucht.
Insgesamt wurden im CHC Medical Centre im vergangenen Jahr rund 6000 Patienten betreut oder 21.467 Behandlungen durchgeführt. Dabei wurden Medikamente im Wert von rund 40.000 € verordnet und 123 Patienten zur Operation in das nahgelegene Krankenhaus überwiesen, auch diese Kosten trägt Cargo Human Care.
Mit über 70 im letzten Jahr geleisteten Arzteinsätzen wurde die fachärztliche Betreuung unserer Patienten sichergestellt.

Wir danken allen Spendern und Unterstützern ganz herzlich für das tolle Engagement mit einem Bild von den glücklichen Eltern unserer Zwillinge!

Wir könnten Puzzles gut gebrauchen!

von Sieglinde Reinhardt

Unseren 7- bis 10-jährigen Kindern würden wir sehr gern einige Puzzels mitbringen. Puzzles in der Größenordnung von 30 bis 200 Teilen. Derzeit gibt es nur ein Puzzle mit 48 Teilen. Die "intermediate“-großen Kinder haben bei unserem letzten Besuch intensiv nach weiteren Spielen dieser Art gefragt.
Falls Sie also solche Puzzles im Schrank haben und entbehren können, würden wir uns sehr über Ihre Spende freuen.
Bitte schicken oder abgeben bei :
Karolina Hätty , Lufthansa Cargo AG, FRA F/OF
Flughafen Bereich West, Tor 25, Geb. 420
D-60546 Frankfurt

Herzlichen Dank für Ihre Spende

CHC

John Kaheni Residence - JKR

von Gerhard Meyke

Der durch die großzügige Unterstützung der FAZ sowie durch viele weitere große und kleine Spenden ermöglichte Bau eines Jugendzentrums in Kiambu ist in diesen Tagen in Betrieb genommen worden. Mit erst einmal 6 Jugendlichen, die mit dem Schulabschluss das Waisenhaus Mothers‘ Mercy Home verlassen mussten, einem Hausmeister und einer Sozialarbeiterin unter der Leitung von Mary Wanjiku betritt CHC jetzt Neuland. Wichtig ist uns aber, in logischer Konsequenz unter dem Motto **„step by step, giving children a future“** unsere Förderung von Jugendlichen fortzusetzen. Wir erwarten von den jungen Bewohnern, dass sie hier in Eigenregie alle Belange des täglichen Lebens selbst in die Hand nehmen.
Bereits im April wird den Jugendlichen von erfahrenen, ehrenamtlich tätigen Managern aus der Wirtschaft (3 Deutsche und 1 Südafrikaner) in zwei Schulungssequenzen tiefergreifendes Wissen vermittelt. Das Konzept des JKR sieht vor, dieses Coaching auch anderen Jugendlichen, die nicht im JKR wohnen, anzubieten.
Ein paar JKR Eckdaten:
Nach der Entwicklung von Plänen, Einholung von Baugenehmigungen, Ausschreibungen, Vertragsverhandlungen und letztendlich der Vertragsunterzeichnung wurde im April 2015 mit dem Bau begonnen. Bereits im November erfolgte im Beisein der Deutschen Botschafterin, vielen anderen Ehrengästen und begleitet mit den besten Wünschen unseres Schirmherrn, Frank-Walter Steinmeier, die offizielle Übergabe des Hauses, das Wohnraum für 24 Jugendliche bietet. Darüber hinaus gibt es zwei kleine Apartments für die Mitarbeiter, eine Rezeption, einen vollausgestatten Computer Schulungsraum, 2 Schulungsräume unterschiedlicher Größe, die durch eine variable Trennwand verbunden sind, sowie ein Küchengebäude mit einem großen Speiseraum und Veranda und ein Waschhaus.

Kick-off in der John Kaheni Residence (JKR)

Gemeinsam und selbständig leben

von Werner Hildebrand

„Schon im August letzten Jahres konnten wir Alumni vom Mothers‘ Mercy Home (MMH) uns in die Planungen für das JKR-Konzept einbringen“ konstatiert John Gakure (21 Jahre) seinen Mitstreitern, allesamt Schulabgänger des MMH bei der ersten Veranstaltung in der JKR. John studiert im zweiten Semester Finanzbuchhaltung und lebt seit Studienbeginn in einer der beiden Selbstversorger-Wohngemeinschaften, die CHC für die MMH-Alumni ermöglicht. Diese dienen der JKR als „kleines“ Vorbild, denn die JKR soll von den temporären Bewohnern in Eigenregie betrieben werden.

Alltagsroutinen
„Wir müssen Kompromisse machen, wenn wir Essenspläne erstellen, Koch-, Wasch- und Putzdienste einteilen“, so Gakure weiter, „und manchmal wird am Monatsende das Budget knapp“. Gerade für die frisch gebackenen Schulabgänger stellt das enorme Herausforderungen dar. Sie sind geprägt vom behüteten Leben im MMH und in der Schule, wo alle Tagesabläufe organisiert waren. Doch Unterstützung steht bereit: Mary Wanjiku als Programmkoordinatorin und Jugendarbeiterin, sowie die neue Sozialarbeiterin Emely Kamau und Dan Kigaru, der ein Auge auf die Abläufe und die Infrastruktur der JKR hat. Alle stehen den jungen Leuten als Mentoren und Coaches zur Seite. “Keine Sorge, wir älteren Alumni werden Euch unterstützen“, sagt auch Gakure zu.

Wachsen durch gezielte Förderung
Neben den Alltagsroutinen wird an diesem Tag auch intensiv über die Aktivitäten und Entwicklungsprogramme gesprochen, die in der JKR begleitend zur Berufsausbildung angeboten werden sollen, von Praktika über Sport- und Kulturaktivitäten bis hin zu Training, Coaching und Mentoring. „Wo immer es sinnvoll und möglich ist, werden sich die älteren und erfahrenen Alumni selbst als Wissens- und Erfahrungsvermittler oder als Mentoren einbringen können“ erläutert Mary Wanjiku. Und
weiter, „Wir sind überzeugt, dass wir mit diesem Programm unserer Vision gerecht werden und für jeden Programmteilnehmer realistische Perspektiven auf ein selbstbestimmtes und eigenständiges Leben in Kenia eröffnen.

CHC

So funktioniert CHC

Eine ganz wichtige Basis für die Arbeit von CHC sind unsere Freunde und regelmäßigen Unterstützer, denen wir an dieser Stelle in den nächsten Newslettern das Wort geben und die wir kurz vorstellen wollen.

"Wir haben und werden uns auch weiterhin für Projekte der CHC engagieren, da wir das Gefühl haben, dass unsere Spenden 1:1 einem Projekt im Rahmen der Jugendhilfe, welches von den Verantwortlichen CHC sauber geplant und begleitet wird, zu Gute kommen. Durch mehrere Gespräche mit Vorstandsmitgliedern Ihres gemeinnützigen Vereins wurde dazu ein nachhaltiges Vertrauen aufgebaut." Michael Sabisch, Vorsitzender des Stiftungsrats der ECOVIS & Friends Stiftung

Die ECOVIS & Friends Stiftung wurde 2013 mit dem Stiftungszweck „Förderung der Jugendhilfe, insbesondere bei der Erziehung und Berufsausbildung, sowie deren Kultur und Gesundheit" in München gegründet. Im Rahmen des großen Unternehmensnetzwerkes mit mehr als 130 Kanzleien in Deutschland und mehr als 60 Büros im Ausland sammelt die Organisation Spenden und konnte sich bisher bei über 50 Projekten weltweit engagieren. Mehr Infos dazu auf ihrer Homepage www.ecovis-stiftung.de

What's next:

CHC im HR Fernsehen – Hallo Hessen

voraussichtlich am 8.3.2016 zwischen 16.00 und 17.30 Uhr.
Ein Interview mit unserem Kinderarzt und Vorstandsmitglied Dr.Thomas Berger

CHC Mitgliederversammlung

CHC Mitgliederversammlung am Mittwoch, 11. Mai 2016 um 19.00h
In der LCAG Kantine
Zugang über Tor 25

Der zweite Bürostadtlauf für CHC in den Startlöchern

Der Termin ist bestätigt, am Donnerstag, 25. August 2016

„Nach dem riesen Erfolg im letzten Jahr erwarten wir, dass die Stadt für 2016 die Genehmigung für ca. 900 Läufer erteilen wird. Nach Gesprächen mit dem Grünflächenamt der Stadt Frankfurt und dem Stadtrat Markus Frank (Ordnungs- und Sportamt) bekommen wir wohl grünes Licht für den zweiten Bürostadtlauf" so die beiden Initiatoren Christopher Biaesch und Uwe Schnier.

Wie im vergangenen Jahr bieten wir Startplätze für 5- und 10 Kilometer-Läufe an, gestartet wird um ca. 18:30 Uhr und um 20:00 Uhr soll Zielschluss sein. Die anschließende Siegerehrung wird mit Tombola wieder eine riesige CHC Läufer / Helfer Party. Näheres und Anmeldung demnächst auf der CHC Homepage.

Don't miss this event! Hier ein paar Eindrücke aus dem letzten Jahr:
http://www.cargohumancare.de/BSL/Galerie.html