1 | 2023

NEWSLETTER

MNA Medizinische Nothilfe Albanien e.V.

Liebe Freunde und Unterstützer,

wir freuen uns, dass Sie weiterhin mit Interesse unsere Arbeit im Südosten Albaniens verfolgen und dass wir Ihnen mit unserem aktuellen Newsletter in Auszügen davon berichten können, was durch Ihre Unterstützung bewegt und erreicht werden konnte.

Die ersten Wochen des neuen Jahres liegen bereits hinter uns. Und leider sind die momentanen Zeiten von Krisen und Naturkatastrophen geprägt, bringen viel Unsicherheit und Sorgen mit sich und stellen uns vor neue Herausforderungen. Wir spüren dies alle in unserem Alltag, und unsere Arbeit als Hilfsorganisation ist davon gleichermaßen betroffen.

Dennoch möchten wir die vor uns liegenden Aufgaben mit Zuversicht angehen und weiterhin all unsere Kraft und unsere Möglichkeiten einsetzen, um für die Menschen in Albanien etwas zum Positiven zu verändern. Wir hoffen, dass wir dabei auch weiterhin auf Ihre Unterstützung zählen können. Nur wenn wir gemeinsam handeln und uns ergänzen, können wir die begonnene Arbeit fortsetzen und damit die notwendigen, langfristigen Veränderungen bewirken.

In Ländern wie Albanien – ohne ein funktionierendes Sozialsystem – zeigen sich wirtschaftlich schwierige Zeiten in besonderer Härte. Für die betroffenen Menschen ist es daher umso wichtiger zu erleben, dass wir weiter präsent sind und helfen.

Wir sind sehr dankbar, dass unser albanisches Team im Zentrum dies mit viel Liebe und Einsatz in die tägliche Praxis umsetzt.

Dadurch ist es möglich, begonnene Therapien fortzuführen, Patienten weiterhin mit notwendigen Prothesen zu versorgen, und auch die Schützlinge unserer Ateliergruppe machen ganz neue Erfahrungen und erleben Bestätigung.

Im Interview dieses Newsletters auf der Rückseite erfahren Sie dazu mehr von einer Teilnehmerin der Ateliergruppe und erhalten einen Eindruck, welche Bedeutung die Gruppe für die Einzelnen hat.

Einen Einblick in die interdisziplinäre Zusammenarbeit der Fachbereiche unseres Reha-Zentrums gibt Ihnen der Artikel auf Seite 2. Durch guten Austausch und gegenseitige Ergänzung im Team können wir unsere Patienten besser, individueller und gezielter versorgen.

Bitte bleiben Sie uns weiterhin treu.
Mit Ihren Spenden können wir positive Veränderungen bewirken!

Wir hoffen, Sie werden durch diese Lektüre bereichert und freuen uns natürlich über Rückmeldungen und großzügige Weitergabe des Newsletters.

Herzliche Grüße,

Sylke Schaller
2. Vorstandsvorsitzende

Physiotherapie – eine der 3 Säulen unserer Arbeit im Reha-Zentrum

Als mit der Eröffnung unseres ersten MNA-Zentrums im Oktober 2005 die Arbeit der Orthopädie-Werkstatt begann, stellte sich schnell heraus, dass der orthopädischen Versorgung auch ein physiotherapeutisches Angebot folgen musste. Die Not war groß, und es gab keine orthopädischen und physiotherapeutischen Angebote in Pogradec und Umgebung.
Anke Nicolaus, unsere damalige Zentrumsleiterin, konnte 2006 Frau Greta Cobani für diese Arbeit gewinnen. Physiotherapie war vor 18 Jahren in Albanien weitestgehend unbekannt, und es gab im Land dafür auch keine Ausbildung. Aus diesem Grund wurden Greta und die nachfolgenden Physiotherapeuten von deutschen Physiotherapeuten in Albanien geschult und ausgebildet. Damit unsere Mitarbeiter eine fundierte Qualifikation erhielten, waren auch Schulungen in Deutschland inkludiert.

Neben einer fundierten Ausbildung war auch Öffentlichkeitsarbeit dringend erforderlich. Viele Patienten und auch Ärzte wussten damals nichts von den heilungsfördernden Vorzügen einer physiotherapeutischen Behandlung.

Nur ein Beispiel: Ein albanischer Kinderarzt erklärte damals den Eltern, dass ihr Kind auf keinen Fall Physiotherapie bekommen sollte. Das würde nur alles noch schlimmer machen. Da die Eltern glücklicherweise doch den Mut aufbrachten, in unser Zentrum zu kommen, ergab sich durch die Behandlung ihres Kindes eine Situation, die sich im Ort herumsprach und immer neue Patienten brachte. Das Kind hatte vor unserer Behandlung große Probleme mit dem Laufen. Aber nach ein paar wenigen Therapieeinheiten und Anleitung für die Eltern begann das Kind auf einmal, die ersten Schritte zu gehen. Man kann sich die Freude der Eltern sicher vorstellen!

So gäbe es etliche „Erfolgsgeschichten“ zu erzählen, wie unzähligen großen und kleinen Patienten in den vielen Jahren der MNA-Arbeit schon durch Physiotherapie geholfen werden konnte. Hier sei auch angemerkt, dass unsere Mitarbeiterinnen in der Praxis – neben der physiotherapeutischen Behandlung – oft auch Arbeitstechniken aus der Ergotherapie einsetzen.

Dank professioneller Hilfe durch ausländische Physiotherapeuten konnte im MNA-Zentrum schnell ein hohes Ausbildungsniveau erreicht werden. Eine Schwierigkeit für die Arbeit war jedoch unser erstes sehr kleines Zentrum. Mit der Zunahme an Patienten und Mitarbeitern waren die Räumlichkeiten einfach zu klein. Seit 2006 hat sich sehr viel getan. Mittlerweile werden auch in Albanien Physiotherapeuten ausgebildet. Die MNA konnte unserer Mitarbeiterin Gena Rapce eine Physio-Ausbildung in Tirana ermöglichen.

Im Oktober 2015 erfolgte der Umzug in unser neues MNA-Reha-Zentrum. Dort bekam die Physiotherapie einen großen, hellen Gymnastik- und Mehrzweckraum sowie separate Behandlungskabinen. Die neuen, großzügigen Räumlichkeiten ermöglichen auch weitere Therapieangebote. Unsere derzeitigen Mitarbeiterinnen Erjola, Gena und Ermira leisten eine großartige Arbeit und gehen individuell auf unsere Patienten ein. Jeder Patient wird mit seinen Beschwerden, Sorgen und Bedürfnissen wahrgenommen.

+ +

Alltag in der rehabilitativen Physiotherapie

Ein „ganz normaler“ Patient

Da in unserem Reha-Zentrum die verschiedensten therapeutischen Spezialisten arbeiten, können wir interdisziplinär zum Wohle unserer Patienten tätig sein. Heute stellen wir Ihnen Herrn Hysni Molla vor, der seit einem Jahr zur regelmäßigen Behandlung in unser Zentrum kommt. Der heute 62-jährige und seine Ehefrau erkrankten im Dezember 2021 an Corona. Seine Frau verstarb an den Folgen mehrerer thrombotischer Verschlüsse, die laut ärztlicher Diagnose durch die Corona-Erkrankung entstanden seien.

Auch Herr Molla hatte einen schweren Corona-Krankheitsverlauf. Er erlitt einen Schlaganfall mit einer rechtsseitigen Lähmung und wurde deshalb in Tirana 40 Tage im Krankenhaus versorgt.
In mehrfacher Hinsicht hat sich das Leben unseres Patienten einschneidend verändert. Als Witwer muss Hysni Molla sein Leben allein meistern, seine beiden Söhne leben im Ausland. Durch die Folgen des Schlaganfalls, die neben der halbseitigen Lähmung auch sein Sprachzentrum erheblich beeinträchtigten, ist er in unterschiedlichen Bereichen auf Hilfe angewiesen.

Auch seine finanzielle Situation ist angespannt. Da er, was in Albanien der Regelfall ist, keine Krankenversicherung hat, muss Herr Molla alle medizinischen und therapeutischen Maßnahmen selbst finanzieren. Als „Sozialhilfefall“ ist ihm das nur möglich, wenn er sich Geld leiht, und dies bedeutet zwangsläufig neue Schulden.

Im Februar 2022 ist Herr Molla das erste Mal mit großen Einschränkungen in den Bereichen Motorik, Sensibilität, Artikulation und Sprache in unser Zentrum gekommen. Seitdem erhält er regelmäßig unterschiedliche therapeutische Hilfen. Durch seine große Motivation und seinen Ehrgeiz hat sich seine Krankheitssituation erheblich verbessert. Nach einem Jahr Therapie hat er wieder das eigenständige Sitzen und das Laufen (mit Unterstützung) gelernt. Seine Sensibilitätseinschränkungen haben sich spürbar verbessert, dadurch kann er seinen Körper rechtsseitig wieder wahrnehmen, koordinieren und einsetzen.

Krankheit und Behinderung führen in Albanien oft zu Verarmung.
Dieser verhängnisvollen Wechselwirkung begegnen wir im MNA-Rehazentrum mit Hilfe des Patientenfonds:

Wenn Sie armen Patienten helfen wollen, dann spenden Sie bitte in diesen Fonds.
Sie ermöglichen damit Betroffenen die Behandlung in unserem Zentrum.
Nur durch Ihre finanzielle Unterstützung können wir unseren Patienten helfen!

Ziel ist es, unsere Patienten so zu fördern, dass sie wieder ein möglichst selbstständiges Leben führen können, um ihren Alltag weitestgehend ohne fremde Hilfe zu bewältigen.

+ +

Ein Bericht von Tobias Abfalter

Ein Hilfseinsatz – für beide Seiten ein enormer Gewinn

Ich heiße Tobias Abfalter und arbeite als Angestellter seit 11 Jahren in einer Praxis im Südosten Deutschlands als Physiotherapeut.
Nachdem ich bereits 2015 für drei Monate in der D.R. Kongo/Afrika war, kam in mir immer wieder der Wunsch auf, noch einmal in eine andere Kultur einzutauchen. Ich erfuhr gerade in scheinbar „ärmeren“ Länder sehr viel Gastfreundschaft.

Aus diesem Grund hielt ich Augen und Ohren offen, um ein für mich passendes Projekt zu finden. Als ich das Radiointerview am 11.5.2022 im Bayrischen Rundfunk BR 2 „Eins zu Eins DER TALK“ mit Peter Braun von der Medizinischen Nothilfe Albanien hörte, nahm ich mit der MNA Kontakt auf. Ich hatte im November letzten Jahres sogar die Möglichkeit, mit dem MNA-Hilfstransport nach Pogradec zu fahren, um mir persönlich vor Ort ein Bild von Albanien und der Arbeit im Reha-Zentrum zu machen. Diese Eindrücke überzeugten mich sehr, so dass ich nun hier bin!

In Albanien beeindruckt mich die Offenheit der Menschen! Deshalb möchte ich hier helfen – und dies ist durch die Weitergabe meines beruflichen Fachwissens und meiner Erfahrung in diesem Bereich am besten möglich.

Seit dem 4. Februar 2023 darf ich nun in Pogradec in der Physiotherapie der Reha-Einrichtung mein Wissen weitergeben. Die Zusammenarbeit mit meinen albanischen Kollegen funktioniert sehr gut!

Bei meiner Ankunft traf ich auf sehr engagierte und wissbegierige Kolleginnen! Ich denke, dass meine Fortbildungen vor allem im neurologisch-orthopädischen Bereich (N.A.P., PNF) sowie im Bereich des Beckenboden- und Kontinenz-Trainings (Tanzberger Konzept) helfen, den „therapeutischen Werkzeugkoffer“ meiner Kolleginnen zu erweitern. Hieraus ergeben sich neue Felder für die Physiotherapie, und somit kann den Patienten vor Ort noch mehr und gezielter geholfen werden!

Meine Vorgesetzten und mein Praxisteam in Deutschland gaben mir die wunderbare Möglichkeit, für drei Monate zu pausieren, damit ich für die MNA arbeiten kann, um Menschen in Albanien wieder mehr Lebensqualität zu schenken. Dafür bin ich meinem Vorgesetzten und meinen Kollegen sehr dankbar.

Anmerkung der Redaktion:
Interview mit unserem Vorstandsvorsitzenden auf der MNA-Homepage:
www.mna-ev.de/de/current/news/

oder:

Link zum BR-Podcast:
www.br.de/mediathek/podcast/eins-zu-eins-der-talk/peter-braun-psychotherapeut/1856029

Link zum Bayrischen Rundfunk BR 2
„Eins zu Eins DER TALK“ mit Peter Braun

Das Interview

Elida Berberi, genannt Lida, ist 36 Jahre alt und lebt allein in einer kleinen Wohnung in Pogradec. Außer ihrer Großmutter, die sich um Elida Berberi kümmert, hat sie keine familiären und sozialen Kontakte. Wenn es ihr psychisch gut geht, besucht sie sonntags den evangelischen Gottesdienst.
Musik, Gitarre spielen, Handarbeit und die englische Sprache sind, so Lida, ihre Hobbies. Viele Songs kennt sie so gut, dass sie deren Texte auswendig weiß und gerne darüber spricht. Mit Kopfhörern umgibt sie sich gerne mit Musik und findet darin ihre persönliche Sicherheit. Seit über 5 Jahren ist Lida Teil unserer „Tagesbetreuung für Erwachsene im Atelier“ und findet in der Gruppe großen Halt.

MNA: Danke Lida, dass Du durch dieses kleine Interview den Lesern etwas aus Deinem Leben erzählen willst.
Lida: Mein Leben war schon immer sehr schwer. Ich war erst 3 Jahre alt, als mein Vater meine Mutter umbrachte, als ich in ihren Armen lag und so alles miterleben musste. 5 Jahre nach der Ermordung hat mein Vater Selbstmord begangen. Ich kann und will mich nicht mehr an diese schreckliche Zeit erinnern, aber ich glaube, dass diese Erlebnisse mein Leben bis heute prägen. Seit dieser Zeit versorgt mich meine Oma. Heute lebe ich allein in einer kleinen alten Wohnung, in der Nähe meiner Oma. Wenn ich nachts die Mäuse höre, habe ich Angst. Eigentlich habe ich sehr oft Angst und fühle mich unsicher. Zu meinen Nachbarn habe ich keinen Kontakt, sie sprechen schlecht über mich und verstehen meine Ängste nicht. Ich bin sehr viel allein, das macht mich traurig, und ich habe dann depressive Gedanken. Diese Gedanken können so stark werden, dass ich keine Energie mehr habe, meinen Haushalt und mein Leben zu organisieren: Dann brauche ich die Hilfe meiner Oma.

Seit über 5 Jahren bist Du Teilnehmerin in der therapeutischen Ateliergruppe.
Ja, das ist richtig. Ich kann mich noch sehr gut an meinen ersten Tag in der Gruppe erinnern. Alles war für mich fremd. Ich war sehr verunsichert und habe mich geschämt. Plötzlich war ich mit vielen Fremden in einem großen Raum. Die anderen Menschen um mich herum waren fröhlich und haben miteinander gesprochen – ich habe Angst gehabt. Dann wurden Lieder gesungen, und die Gruppenleiterin hat Gitarre gespielt. Langsam hat mich die warme Atmosphäre tief im Herzen getroffen und berührt. Ich konnte Vertrauen finden und meine Zurückhaltung ablegen.
Für mich ist in der Zwischenzeit die Gruppe zu meinem Familienersatz geworden. Hier fühle ich mich wohl, und ich kann und darf auch über meine Gedanken und Gefühle sprechen. Früher konnte ich mich mit keinem Menschen austauschen. In der Früh mache ich mich zu Hause für die Gruppe fertig. Oft kann ich es fast nicht abwarten, bis der Bus aus dem Zentrum kommt, um mich vor der Haustüre abzuholen.
Was mich immer wieder bewegt, sind die Gebete und christlichen Lieder. Früher sah ich in meinem Leben keinen Sinn, alles war so trostlos und leer. Die Lieder schenken mir Hoffnung, und ich kann nun mit Gottes Hilfe zuversichtlich in die Zukunft schauen.

Ihr werdet in der Gruppe sicherlich nicht nur Lieder singen und Euch unterhalten?

Nein, natürlich nicht. Wir haben unterschiedliche Aufgaben und Verantwortungsbereiche, und wir helfen uns auch gegenseitig. Ich bin in der Gruppe für den Kaffee und Tee verantwortlich. Mittags kochen wir ein warmes Essen – wie in einer Familie. Danach wird die Küche aufgeräumt. Seit ich hier bin, bekomme ich regelmäßig ein warmes Essen. Manchmal koche ich jetzt sogar zuhause in meiner kleinen Wohnung, das habe ich früher nie gemacht.
Ich häkle und stricke auch gerne. Besonders stolz bin ich, wenn wir unsere selbstgemachten Sachen verkaufen können. Manchmal erfinde ich auch neue Muster und Formen mit der Nähmaschine. Oh, wie schön wäre es, wenn ich eine eigene Nähmaschine, nur für mich, haben könnte.
Ja, und da fällt mir noch etwas ein, ich spreche und höre sehr gerne Englisch. Manchmal kommen Besucher aus dem Ausland in unser Zentrum, die kein Albanisch sprechen. Ich freue mich immer, wenn ich den Mut habe, mich mit den Besuchern in Englisch unterhalten zu können.

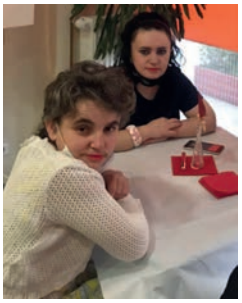
Und was machst Du am Wochenende?
Dann bin ich fast nur in meiner Wohnung. Oft finde ich nicht den Mut, nach draußen zu gehen. Wenn es mir gut geht, gehe ich auch an den Ohridsee. Aber ich setze mir immer Kopfhörer auf, denn ich will nicht hören, wenn die fremden Menschen über mich lachen oder schlecht reden. Die Zeiten ohne die Gruppe sind sehr schwer, denn da kommen die dunklen Gedanken, die mir Angst machen. Manchmal mache ich mir Sorgen und befürchte, dass es irgendwann einmal keine Gruppe mehr geben wird, dann bete ich zu Gott, dass es die Gruppe für immer geben wird.

Da hat sich in den letzten Jahren richtig viel in Deinem Leben verändert?
Ja, ich habe neue Lebensfreude und auch Freunde gefunden. Früher war ich nie in einem Restaurant oder Café, und mit der Gruppe machen wir manchmal Ausflüge und feiern gemeinsame Feste. Auch meinen Geburtstag haben wir gefeiert – das habe ich früher nie erlebt! Ich bin richtig dankbar, dass ich hier so sein darf, wie ich bin. Heute kann ich mir ein Leben ohne die Gruppe nicht mehr vorstellen.

(Von der Redaktion aus dem Albanischen übersetzt.)

Herzlichen Dank, liebe Lida, für das Gespräch mit Dir und DANKE für Dein Vertrauen. Ich wünsche Dir für Dein weiteres Leben viel Segen, Zuversicht und Lebensfreude.

Das Interview führte und übersetzte Peter Braun
Vorstandsvorsitzender der MNA e.V.



Medizinische Nothilfe Albanien e. V. | Geschaeftsstelle@mna-ev.de | www.mna-ev.de
Kamenzer Straße 10 | 02826 Görlitz | Telefon: 0 35 81-73 85 50
Vorstandsvorsitzender Peter Braun

Bankverbindung/Spendenkonto:
Evangelische Bank eG | IBAN: DE16 5206 0410 0006 4237 36 | BIC: GENODEF1EK1