

Nishtha: 20th anniversary

Nishtha trust was founded in 1998 to work for the benefit of the hill People in the Kangra valley of Himachal Pradesh in the fields of health, education and Environment particularly focussing on women, children and young People.

Nishthas founder and Manager is Dr. Barbara Nath-Wiser. Who has been living and working with the local People since 1984. She employs homeopathy to orgument her allopathic practice. Her colleague, Dr. Kussum, practices acupuncture and ayurveda, along with conventional medicine. Together with a Team of trained staff, Ram, the compounder and dispenser, his Assistant Surdash, Mohinder, the Project Manager, and two cleaning staff. Dr. Barbara and Dr. Kussum run an active Primary health clinic.

We offer welcoming and affordable care for over 4.000 patients a year. The majority of whom are the very poor from local labouring and farming families. Many are widows or elderly People who depend on us for medical care.

building

Nishtha health centre was designed by Didi contractor, an American Born Artist and designer. Who's philosophy is to draw on traditional techniques and materials.

Setup

Our small inpatients facility provides beds for emergency cases, sick people who have come from far away to rest under observation and during waterborne epidemics when first-line treatment is crucial.

We can function as a hospice for seriously ill destitute patients. The terminally ill and occasionally as a refuge for women in need. We take particularly care a patients with long term illnesses and special requirements. And enable does in need to access special medical treatments.

Nishtha: 20 jähriges Jubiläum

Nishtha wurde 1998 gegründet um mit den Menschen im Kangra-Tal in Himachal Pradesh im Norden Indiens in den Bereichen Gesundheit, Bildung und Umwelt zu arbeiten. Der Fokus liegt im Besonderen bei den Frauen, Kindern und Jugendlichen.

Nishthas Gründerin und Leiterin ist Dr. Barbara Nath-Wiser. Sie lebt und arbeitet seit 1984 mit der lokalen Bevölkerung. Sie praktiziert Homöopathie und Schulmedizin, ihre Kollegin Dr. Kussum, Akupunktur und Ayurveda, zusammen mit konventioneller Medizin. Sie arbeiten gemeinsam mit einem Team von geschultem Personal, Ram, Apotheker, sein Assistent Surdash, Mohinder, Projekt-Manager und zwei Reinigungskräfte. Dr. Barbara und Dr. Kussum führen eine aktive medizinische Klinik für die Grundversorgung der Bevölkerung.

Wir bieten gute und leistbare Pflege für mehr als 4.000 Patienten pro Jahr. Die meisten davon sind die ganz Armen, Landarbeiter und Bauernfamilien aus der Region. Viele sind Witwen oder ältere Menschen, die auf unsere medizinische Versorgung angewiesen sind.

Gebäude

Das Nishtha-Gesundheitszentrum wurde von Didi-Contractor, einem US-amerikanischen Künstler und Designer entworfen. Seine Philosophie ist auf traditionelle Techniken und Materialien zurück zu greifen.

Einrichtung / Angebot

Unsere kleine stationäre Einrichtung bietet Betten für Notfälle, z.B. kranke Menschen, die von weit weg kommen und unter med. Beobachtung stehen oder während Epidemien, wenn die Erstversorgung entscheidend ist.

Wir können als Hospiz für mittellose Schwerkranke dienen und gelegentlich auch als Zufluchtsort für Frauen in Not. Wir versorgen teilweise Patienten mit Langzeit-Erkrankungen, die spezielle Anforderungen und medizinische Spezialbehandlungen benötigen.

children with disabilities

Our program to help children with disabilities insures they get the appropriate services and attention they need.

Two local children with cerebral palsy have been provided with wheel chairs. And five children are taken in a nishtha car each day to attend a nearby physio therapy facility ...

medical knowledge exchange

We are regularly joined in a clinic by medical interns and volunteer doctors who are helpful and bring with them valuable new knowledge.

The clinic also provides a facility for medical programs such as dental and gynaecologic camps, run by visiting specialists.

health outreach program

Our health outreach program has been running since 2011. Offering women in a surrounding rural villages access to practical medical information and support. Twice a week our clinic team packs up and drive to remote villages in the areas covered by our single women program.

Dr. Kussum gives health education sessions to groups of 20 to 60 women, followed by medical consultations for a limited number of needed patients. Serious and chronic cases are referred to the nishtha clinic or specialized hospitals. A great deal can be achieved simply by passing on a little understanding of how the body works. What people can do to avoid getting sick and when and when not to use antibiotics.

Kinder mit Behinderungen

Unser Programm, um Kindern mit Behinderungen zu helfen versichert, dass sie entsprechende Dienste und Aufmerksamkeit bekommen, die sie brauchen.

Zwei Kindern mit Kinderlähmung konnten Spezial-Rollstühle zur Verfügung gestellt werden. Fünf Kinder werden täglich von Nishtha mit dem Auto zu einer Physio-Therapie-Einrichtung in der Nähe gebracht.

medizinischer Austausch

Wir sind regelmäßig mit Kliniken in Kontakt, medizinische Praktikanten und freiwillige Ärzte unterstützen uns und bringen auch neues Wissen und Erkenntnisse für unsere Arbeit mit.

Die Klinik bietet auch die Räumlichkeiten für weitere medizinische Angebote, zum Beispiel Zahn- oder Gynäkologische Untersuchungen und Aufklärung, die auch von externen Fachkräften durchgeführt werden.

medizinisches Besuchs-Programm

Unser Besuchs-Programm für die regionale Bevölkerung läuft seit 2011. Wir bieten Frauen in umliegenden Dörfern Zugang zu praktischen medizinischen Informationen und Unterstützung. Zweimal in der Woche packt unser Klinikteam alles zusammen und fährt zu abgelegenen Dörfern, wo auch Frauen leben, die durch unser Programm für alleinstehende Frauen zu uns gekommen sind.

Dr. Kussum hält Gesundheitsvorträge für Gruppen von 20 bis 60 Frauen ab, gefolgt von medizinischer Behandlung für eine begrenzte Anzahl von Patienten, welche diese benötigten. Ernste und chronische Fälle werden an die Nishtha Klinik oder spezialisierte Krankenhäuser verwiesen. Es kann viel erreicht werden, wenn man den Menschen ein wenig Verständnis über die Funktionsweise des Körpers näher bringt. Was sie tun können z.B. um Ansteckungen zu vermeiden und in welchen Fällen man Antibiotika nimmt oder nicht.

school nutrition program

Into grow to our work to upgrade the health in the village since 1998 we have been running a school nutrition program which continuous now in three local schools.

Nishtha orguments the very basic meal provided by the government with a good range of nutritious vegetables and fruits for the children. This program is now extended to providing daily fruit to six local baby crèches. The result is children who are lively both, physically and mentally, and who do much better in school than children who are malnourished.

We also help the children by buying them shoes and sweaters and covering their schoolbooks to make them last a full year.

Filtered drinking water

Filtered drinking water is available from five filtration systems set up by nishtha at strategic points in the village and in the schools. We also constructed a maintain the toilets for the local primary school.

nishtha single women program

The nishtha single women's program has been running since 2005. Most of the more than 2,000 women registered by this project are widows. The rest are unmarried, separated or in a few cases divorced. They suffer enormous economic and social difficulties as well as emotional and physical abuse particularly from family members.

Rather and her team of eight activists provide information about women's rights and government supports schemes besides exploring ways to get financial and other help. They take effectives steps to address immediate problems such as legally ..., domestic violence and health problems. Problems includes celebrating international women's day on March 8th, and widows day on June 23rd.

Schul-Ernährungsprogramm

Unsere Arbeit trägt Früchte. Die Gesundheit im Dorf steigt, da wir seit 1998 durchgehend ein Ernährungsprogramm an drei örtlichen Schulen durchführen.

Die Schulen werden von öffentlichen Stellen mit sehr einfachen Mahlzeiten beliefert, die Nishtha mit einer guten Auswahl von nahrhaftem Obst und Gemüse ergänzt. Dieses Programm wird jetzt erweitert. Nishtha liefert täglich Früchte für sechs lokale Kindergärten. Das Ergebnis ist, dass sich die Kinder sehr gut entwickeln, sowohl physisch als auch geistig, und viel besser in der Schule sind als Kinder, die unterernährt sind.

Wir helfen auch den Kindern und kaufen für sie Schuhe und Kleidung und binden ihre Schulbücher ein, damit sie ein ganzes Jahr überdauern.

Wasserfilteranlagen

Nishtha hat fünf Wasserfilteranlagen an frequentierten Stellen im Dorf und in den Schulen errichtet. Ebenso bei den Toiletten der örtlichen Grundschule.

Programm für alleinstehende Frauen

Das Nishtha-Programm für alleinstehende Frauen läuft seit 2005. Die meisten der mehr als 2.000 Frauen, die durch dieses Projekt registriert sind, sind Witwen. Die restlichen sind unverheiratet, getrennt oder in wenigen Fällen geschieden. Sie leiden unter enormen wirtschaftlichen und sozialen Schwierigkeiten sowie emotionalem und körperlichem Missbrauch vor allem durch Familienmitgliedern.

Rather und ihr Team von acht Aktivistinnen bieten Informationen zu Frauenrechten und Unterstützung bei Amtswegen an oder finden andere Möglichkeiten, um finanzielle oder andere Hilfe zu bekommen. Sie treffen Maßnahmen um unmittelbare Probleme wie rechtliche Schwierigkeiten, häusliche Gewalt und gesundheitliche Probleme zu beheben. Zu ihren Aktionen gehört auch am Internationalen Frauentag am 8. März und am Witwen-Tag am 23. Juni teilzunehmen.

In order to maintain pressure on local officials to consider the single women's pension and legal cases. We hold public hearings so that the women are able to voice their grievances. Much has already been achieved toward changing societies attitudes to single women.

nishtha community centre

In 2002 we purchased the house next to the health clinic. A simple structure in very poor condition. Extensive repairs and improvements were undertaken with the help of a German embassy in New Delhi. The transformed building became the nishtha community centre which now offers a wide range of lively activities.

after school program

We run a rich after school program for the local school children including ... classes for the poorest children to give them a chance to as well as them more well offered neighbours who engaged private shooters to get through the exams.

library

Nishtha library is stocked with over a 1.000 books for children and young people in Hindi and English. In easily accessible display shells and boxes.

Ravindra organises regular story reading and creative sessions and encourages the children to develop a love of reading. Adults are also very welcome in our library and find quantity of interest from history and fiction to competition success manuals and cookery books.

computer centre

Our computer centre contains seven need desktop computers. Our teacher is Vijai a mega use ever... attractive teaching methods and children learn very fast. Students and older people are also very welcome to come to learn how to use a computer.

Wir unterstützen alleinstehende Frauen, wenn es um ihre Pensions- oder Rechtsansprüche geht, vor der Willkür von lokalen Beamten. Wir halten öffentliche Anhörungen ab, damit die Frauen in der Lage sind, ihre Beschwerden zu äußern. Es wurde bereits viel erreicht um die Stellung von alleinstehenden Frauen in der Gesellschaft zu verändern.

Nishtha-Gemeindezentrum

Im Jahr 2002 kauften wir das Haus neben der Klinik mit einfacher Bausubstanz in sehr schlechtem Zustand. Mit Hilfe der deutschen Botschaft in Neu Delhi wurden umfangreiche Reparaturen und Verbesserungen durchgeführt. Das umgebaute Gebäude wurde das Nishtha-Gemeindezentrum und bietet jetzt eine Vielzahl von Möglichkeiten.

Nachmittagsbetreuung

Wir bieten ein vielfältiges Nachmittagsprogramm für die Schulkinder einschließlich Nachhilfeunterricht für die ärmsten Kinder und geben ihnen so eine Chance die Prüfungen zu bestehen, genau wie die reicheren Nachbarn die private Nachhilfe anstellen, um die Prüfungen zu bestehen.

Bibliothek

Das Zentrum beherbergt auch eine Bibliothek mit über 1.000 Büchern für Kinder und Jugendliche in Hindi und Englisch. Diese sind leicht zugänglich in Zeitschriftenhaltern und Kisten.

Ravindra organisiert regelmäßige Lesestunden und kreativen Aufgaben und ermutigt die Kinder, die Liebe zum Lesen zu entwickeln. Erwachsene sind ebenfalls herzlich Willkommen in unserer Bibliothek und haben viel Interesse an Geschichte und Abenteuer und es entsteht ein Wettbewerb die besten Handbücher und Kochbücher zu finden.

Computerraum

In unserem Computerraum stehen sieben Computer zur Verfügung. Unser Lehrer ist Vijai, der ein vielfältiges und attraktives Lernprogramm anbietet - und die Kinder lernen sehr schnell. Studenten und Senioren sind auch herzlich eingeladen zu kommen, um zu lernen, wie man einen Computer benützt.

Rakkar women self employment group

Rakkar women self employment group uses the community centre workshop room for their bag making project. They create a wide range of beautifully made bags for sale. All proceeds go to the women themselves.

baby crèches

In 2012 we launched the project to look at the local baby crèches, ... worries, to see how we could work with the teachers to improve the very basic facilities.

We repaint and improved the building where possible, provide water filters, fruits and nutritious snacks for the children. And encouraged constructive play by working with the teachers, giving them ideas and promoting our book "Fun learning" a guide for crèches teachers.

youth program

Our youth program offers a wide range of activities and interesting events for young people including first aid and disaster management trainings, training in local dance and music. Encouraging young people to learn the traditional songs and dances and to keep traditional stories alive. We have made several sets of gaudy costumes for both women and men. So they can provide all ... traditional performances.

Training in classical Indian tubular and singing for our excellent music master is also available for those who wish to learn. Theatre and personality development workshops are held when possible to help youngsters who like confidence to do much more.

young girls

For young girls and single women we offer when leaders self-defence training to encourage self-confidence, develop the strength to be stand domestic violence and encourage to go to college or out to work.

Rakkar Frauen Näh-Gruppe

Die Rakkar Frauen Näh-Gruppe nutzt den Gemeindezentrum-Workshop-Raum für ihr Taschen-Näh-Projekt. Sie produzieren eine Vielzahl von schön genähten Taschen um sie zu verkaufen. Der gesamte Erlös geht an die Frauen selbst.

Kleinkindgruppen

2012 haben wir das Projekt gestartet die lokalen Kleinkindgruppen zu unterstützen. Wir überlegen mit den Lehrern, wie man die sehr einfachen Einrichtungen verbessern kann.

Wir haben das Gebäude wo es möglich war repariert und neu gestrichen, Wasserfilter eingebaut und stellen den Kindern Früchte und nahrhafte Snacks zur Verfügung. In Zusammenarbeit mit den Lehrern wurde das konstruktive Spielen gefördert. Auch unser Buch "mit Freude lernen", ein Leitfaden für Lehrer hat dazu beigetragen.

Jugendprogramm

Unser Jugendprogramm bietet eine Vielzahl von Aktivitäten und interessante Veranstaltungen für Jugendliche z.B. erste Hilfe und Deeskalations-Schulungen, sowie Ausbildung in lokalen Tänzen und Musik. Wir ermutigen junge Menschen, traditionelle Lieder und Tänze zu lernen und die Geschichten lebendig zu halten. Wir haben mehrere bunte Trachten für Frauen und Männer geschneidert. So können sie traditionelle Vorstellungen darbieten.

Für die Ausbildung in klassisch indischer Tablar und Gesang steht unser hervorragender Musik-Lehrer zur Verfügung. Theater und Persönlichkeitsentwicklungs-Workshops werden angeboten, auch um Jugendlichen zu helfen ihr Selbstvertrauen zu stärken und noch viel mehr.

junge Mädchen und Frauen

Für junge Mädchen und Frauen bieten wir Selbstverteidigungskurse an um ihr Selbstvertrauen zu fördern, damit sie häuslicher Gewalt entgegenwirken können bzw. um sie zu ermutigen eine Hochschule zu besuchen oder um arbeiten gehen zu können.

play ground

Rakkar village ground which we have levelled and protected is now the regular evening meeting place for the youth of the village. Cricket continuous to be the most popular sport but anyone who wants to come and kick a ball around were quickly find that a happy group of children join in.

Nishtha holds a month long Cricket tournament each winter involving up to 20 local teams. This sports festival is a source of intense entertainment for the villages who are enthusiastic spectators. As well as cricket we have athletics competitions, badminton, volleyball, skipping and much more. Girls are encouraged to participate in the sports and test their skills and abilities.

The children's playground was upgraded last year with swings, #sea-sores#, around about and the jungle-gym and slides for the children. Even some quite big kids love it.

Trees have been planted around the ground to give shade and protect the area. The local youth have registered themselves as a sports club in order to win government supports for their ground and to work for the benefit of the village such as when they held when the construction of a foot bridge over the river.

students sponsorship

In 2012 nishtha launched the students sponsorship program to encourage and their neighbour young people from disadvantage families particularly children of single women to go on to higher education. Those who obtain a nishtha sponsorship join our group who meet regularly and participate in all kinds of activities to build their self-confidence and abilities.

Our vision is to increase the capacity of young people to become active members in their communities with a solid sense of social responsibility and environmental awareness as well as great their employment respect.

Spielplatz

Den Spielplatz in Rakkar haben wir geebnet und er ist jetzt der regelmäßige Abend Treffpunkt für die Jugend des Dorfes. Cricket ist nach wie vor die populärsten Sportart, aber wenn jemand mit einem Ball kommt, wird sich schnell eine glückliche Kinderschar finden, die mitspielt.

Nishtha veranstaltet jeden Winter ein Cricket-Turnier, bei dem bis zu 20 lokale Teams teilnehmen. Dieses Sportfest bietet einen guten Rahmen und die begeisterten Zuschauer kommen aus allen Dörfern. Neben Cricket haben wir auch Leichtathletik-Wettbewerbe, Badminton (Federball), Volleyball, Seilspringen und vieles mehr. Mädchen sind zur Teilnahme am Sport angehalten, sie testen ihre Fähigkeiten und fördern ihre Fertigkeiten.

Der Kinderspielplatz wurde im vergangenen Jahr mit Schaukeln, Wippen, Ringelspiel, einem Seil-Parcours und Rutschen für die Kinder aufgewertet. Sogar einige ganz große Kinder lieben ihn.

Bäume wurden gepflanzt um Schatten zu spenden und den Boden zu schützen. Die lokale Jugend hat sich als Sportverein registriert, um offizielle Förderungen für so manche Einrichtung zu bekommen und unterstützt auch die Dorfgemeinschaft z.B. bei der Errichtung der neuen Brücke über den Fluss.

Stipendium

2012 startete Nishtha die Vergabe von Stipendien für junge Leute aus benachteiligten Familien, insbesondere für Kinder von alleinstehenden Frauen um eine höhere Ausbildung zu bekommen. Wer ein Nishtha-Stipendium erhalten hat tritt auch unserer Gruppe bei. Es gibt regelmäßige Treffen und die Jugendlichen können sich bei allen möglichen Aktivitäten einbringen um ihr Selbstvertrauen zu stärken und ihre Fähigkeiten zu erweitern.

Unsere Vision ist es, dass die jungen Menschen ihre Fähigkeiten in der Gemeinschaft aktiv einsetzen, feste Mitglieder werden mit einem Sinn für soziale Verantwortung und Umweltbewusstsein sowie dass sie durch diese Arbeit respektiert werden.

clean village project

Nishthas clean village project was started in May, 2012 in Rakkar village with the aim of making people aware of how to manage their household waste. Over the years nishtha has set up garbage collection bins in the village in an effort to keep the village clean. However, people were putting their waste into the bins without segregating it which made it a challenge to manage them. We became clear that a new approach focussing on educate in the community about how to manage waste was needed.

We have now mobilised over 400 households who segregates their waste into wet and dry. The plastic waste is then collected by our team. Forther sorted and send for recycling. The effect on the clinic of our village is remarkable. This along with regular ... tree planting is working steadily toward making Rakkar a truly clean green village.

environment

We practise organic farming methods, vermiculture and herb cultivation and spread a wellness about non-condusive agriculture practices such as the overuse of chemical fertilizer and insecticides and the introduction of genetically modified seed.

We encourage people to grow local varieties and to make compost. In all that refer that this approach we have reasontly purchased a four canal piece of land behind the clinic on which to experiment with different modes of farming and to hold trainings, especially for single women who need to develop their lively hood options.

Nishtha calendar

Nishtha produces an annual calendar to advertise our work. All this has been achieved to the generously of many individual and a number of kind organisations that have enabled does to carry out our health and social projects.

We are grateful to everyone who has helped us make a positive contribution to the up lived and development of our village during this first 20 years.

Sauberes Dorf

Nishthas "Sauberes Dorf"-Projekt begann im Mai 2012 in Rakkar mit dem Ziel der Mülltrennung im Haushalt. Im Laufe der Jahre hat Nishtha Mülltonnen im Dorf errichtet und sich bemüht damit das Dorf sauber wird. Jedoch leerten die Menschen ihre Abfälle in die Mülltonnen ohne sie zu sortieren, wodurch immenser Aufwand von Nishtha für die Trennung betrieben wurde. Es wurde klar, dass hier ein neuer Ansatz notwendig war.

Wir haben jetzt über 400 Haushalte mobilisiert, die ihre Abfälle in nassen und trockenen Müll trennen. Der Plastikmüll wird extra von unserem Team zusammen gesammelt. Forther sortiert diesen und bringt ihn zum Recycling. Die Auswirkungen auf unser Dorf sind bemerkenswert. Die richtige Mülltrennung und regelmäßige Baumpflanzungen machen Rakkar zu einem wirklich sauberen grünen Dorf.

Umwelt

Wir betreiben biologischen Anbau, verwenden Kompost auf den Feldern, kultivieren Kräuter und verbreiten Wissen über ungünstige Praktiken wie den Einsatz von Kunstdünger, Insektiziden oder der Verwendung von genetisch verändertem Saatgut.

Wir ermutigen die Menschen lokale Sorten anzubauen und einen Komposthaufen anzulegen. Wir haben ein Stück Land hinter der Klinik gekauft um die verschiedenen Methoden auszuprobieren, um Landwirtschafts-Schulungen zu halten, vor allem für alleinstehende Frauen, die dadurch eine Option haben um ihren Lebensunterhalt verdienen zu können.

Nishtha Kalender

Nishtha produziert jährlich Kalender um unsere Arbeit zu bewerben. All dies wurde erreicht durch die Großzügigkeit von vielen Einzelnen und verschiedenen Organisationen, die es ermöglicht haben diese Gesundheits- und Sozialprojekte durchzuführen.

Wir sind dankbar für jeden, der uns geholfen hat, einen positiven Beitrag zur leisten und für die Entwicklung unseres Dorfes während dieser ersten 20 Jahre.