

Liebe Nepal – Verbundene,  
liebe **Spenderinnen** und **Spender** der Vergangenheit, Gegenwart, Zukunft.

Herzlichen **Dank** für Eure sehr geschätzte Unterstützung.



**Eure Spenden** wurden bis anhin via [grg.adventurekayaking.com](http://grg.adventurekayaking.com) in wertvolle und dringend benötigte Soforthilfe vor Ort umgewandelt, Essen, Trinken, medizinische Versorgung und in provisorischen Unterkünften für die Regenzeit.

**Spendengelder aktuell und in Zukunft:** ich werde nun verschiedene, hilfreiche und unterstützenswerte Projekte unterstützen: weiterhin meine Freunde von **GRG's von Maila Gurung**, die beim **Wiederaufbau** in der **Region Gorkha** aktiv sind. Dann der **Bau von Schulen**, erdbebensichere Sandsack-Häuser, durch **Endra Ray Bahini**. Ebenfalls im schwer betroffenen Distrikt **Sindhupalchok** leistet **Sanobabu Sunuwar** mit seinen Leuten unglaubliches.



Nach wertvollster Soforthilfe und ist er jetzt mit dem Bau von Schulen beschäftigt. Maila, Endra und Babu, jeder von ihnen hat eine eigene Firma für Abenteuersport aufgebaut, (Rafting, Trekking, Paraglyding) und sie helfen nun selbstlos den Ärmsten in Not.

**TRE Mission Nepal** (Trauma Release Exercise) ist am Spendensammeln, um Menschen vor Ort in diese geniale Art von **Trauma – Selbstheilungsarbeit** einzuführen, **Lehrer auszubilden**, als **Hilfe zur Selbsthilfe**. Nebst den zwei Beben gab es Tausende von Nachbeben, die Erde hat seit 7 Wochen fast täglich, zum Teil mehrmals gebebt. Welche Angst und welcher Schrecken noch in ihren Knochen und in ihren Nervensystemen sitzen, können wir uns kaum vorstellen. Hinzu kommt in der Regenzeit die Gefahr von massiven Erdbeben.

**Ich selber** fahre im September für 6 Wochen nach Nepal, um **Körper- und Traumaarbeit zu verschenken**. Meine Reise, Kost und Logie bezahle ich selber. Für zusätzliche Direkthilfe vor Ort reicht mein Budget nicht aus. Da werde ich, falls möglich gerne auf Spendengelder zurückgreifen.

Ihr unterstützt mich in meiner Arbeit für Nepal auch, wenn ihr bei mir in die Behandlung kommt oder mich weiter empfiehlt. Besten Dank. (Ich arbeite in den Sommerferien, bin ab September bis Mitte Oktober in Nepal).



### **Situation in Nepal**

Nepal braucht nach wie vor und bis auf weiteres Unterstützung. Die Regenzeit rückt näher, in diesen dürftigen Zelt und Plastikbehausungen wird das eine grosse Herausforderung werden. Die Angst vor Epidemien und massiven Erdbeben ist gross. Die Regierung kassiert massiv durch Zölle auf Hilfsgüter, auf die Einfuhr von Zelten etc. per Luft wird 46% Zoll erhoben. Die betroffene Bevölkerung fühlt sich durch ihre Regierung jedoch wenig unterstützt. Ihre Unterstützung fliesst direkt zu diesen Menschen. Die UN hat nur einen Viertel des als notwendig budgetierten Geldes auftreiben können.



Nepal ist ein wunderschönes Land, gleichzeitig eins der Ärmsten. Der Tourismus ist eine wichtige Einnahmequelle. Es gibt auch Gegenden die vom Erdbeben nicht betroffen sind. Ab Mitte September, nach der Regenzeit kann ich es als Reiseland wärmstens empfehlen. Das ist eine schöne Art, den Nepalesen die Solidarität zu zeigen und sie so zu unterstützen.

Entschuldigen möchte ich mich, dass ich die Spenden bis jetzt nicht verdankt habe. Ich möchte das bis vor den Sommerferien nachholen. Gleichzeitig wird es eine Spendenbestätigung geben, die mit etwas Glück, aber ohne Garantie vom Steueramt als Spenden akzeptiert wird. Ein Versuch lohnt sich alleweil.

Nochmals herzlichen Dank für Spenden und für euer Vertrauen und mit lieben Grüssen

Gurutama Susanne Lehmann

# Spenden für die Opfer des Erdbebens in Nepal

## Herzlichen Dank für Ihre Spende

PC: 41-340566-2 BIC: POFIGHBEXX

IBAN: CH51 0900 0000 4134 0566 2

Susanne Lehmann, Hauptstrasse 36, 5024 Küttigen



**Komme als Gast,  
gehe als Freund wieder...**

nepalesische Lebensweisheit

Mit Nepal und den Menschen dort fühle ich mich nach vielen Reisen und Begegnungen seit 22 Jahren verbunden.

Die tragischen Erdbeben seit 25. April 2015 haben dieses wunderschöne, aber auch arme Land hart getroffen. Die Menschen leben seit Wochen auf bebender Erde, haben zum Teil alles verloren. Nun beginnt die Regenzeit. Massive Erdbeben und Epidemien werden befürchtet.

Auch wenn Nepal aus der Aufmerksamkeit der Medien gerutscht ist, sie brauchen weiterhin Unterstützung fürs Nötigste.

Mit Ihrer Spende werden diverse Projekte von nepalesischen Freunden direkt vor Ort unterstützt:

- Den Bau von erdbebensicheren Schulhäusern und Wohnhäusern
- Direktspende durch mich im Herbst vor Ort während meinem selbstfinanzierten Körper- und Trauma-arbeit Einsatz.
- Das TRE Mission Nepal Projekt, das lokale Menschen zu Lehrern für Trauma Release Übungen ausbildet, bietet wertvolle Hilfe zur Selbsthilfe.

**Ihre Spende wird zu 100%  
für die Hilfe vor Ort eingesetzt.**

Herzlichen Dank für Ihr Mitfühlen und Mithelfen !

