

In Nepal gibt es kein Personalproblem

Was ein Pflegeheim in Kathmandu über Autonomie, Haltung und Glück lehrt

„Am Ende des Tages geht es um die Happiness der Bewohner:innen.“

Ich besuchte Nepal, das an das Königreich Bhutan angrenzt. Wir wohnten im Hotel *Yak und Yeti* in Kathmandu. Man spürt hier ganz deutlich den Buddhismus: Das Wichtigste im Leben dieser Menschen sind die vier edlen Wahrheiten, die den Menschen befreien: liebevolle Freundlichkeit, Güte, Milde und barmherzige Hinwendung zu allen Wesen.

Die Begrüßung in Nepal lautet „Namaste“ – die Hände vor der Brust zusammengeschlagen, ein Lächeln. Namaste bedeutet: ehrvoller Mensch, ich verbeuge mich vor dir. Diesen Respekt erfährt man immer und ohne Ausnahmen. Die Müdigkeit nach zwölf Stunden Flugzeit war wie weggeblasen. Auf einmal war ich angekommen – im Land des Friedens.

* * *

Das Altenwohnheim in Kathmandu

Ganz in der Nähe des heiligen Flusses Bagmati, der in den Ganges mündet, liegt ein Altenwohnheim mit Platz für 250 alte Menschen – eines der größten der Stadt. Über dieses Haus ist Bemerkenswertes zu berichten: Das Recht auf einen Platz hat man ab 65 Jahren und nur dann, wenn die eigene Familie tatsächlich nicht in der Nähe wohnt. Es gilt nur für Menschen, die wirklich allein sind. Diese Entscheidung trifft der Heimleiter gemeinsam mit dem zuständigen Arzt.

Das Heim ist verstaatlicht, die Mitarbeitenden sind verbeamtet und erhalten eine kleine Rente für ihre Tätigkeit. Personalprobleme kennt man hier nicht. Ehrenamtliche Helfer:innen melden sich beim Heimleiter, der gemeinsam mit dem Arzt bespricht, was jede Person am besten kann, und sie entsprechend einsetzt. Friseur:innen, Fußpfleger:innen, Köch:innen und Therapeut:innen sind häufig dabei und beliebt. Es findet sich für jeden das Richtige.

Der Arzt hat eine eigene Praxis im Haus – und drei Intensivbetten in einem eigenen Raum für Notfälle. Die alten Menschen werden nach Pflegebedarf auf verschiedene Häuser aufgeteilt. Die tägliche Betreuung dauert bis 22:00 Uhr, sechs Tage pro Woche – ohne starre Stundeneinteilung.

* * *

Das zuständige Ministerium, deren Abgeordneter täglich kommt

Was mich am meisten erstaunte: Das Haus wird täglich vom Abgeordneten des zuständigen Ministeriums besucht und kontrolliert. Er kommt, begrüßt den Heimleiter und geht dann lächelnd zu den alten Menschen. Er fragt, wie es ihnen geht. Er hat ihr vollstes Vertrauen. Sie freuen sich, wenn er kommt, denn oft bringt er ein kleines Geschenk mit – Lebensmittel, Trockennahrung.

Es gibt eine Spendenbox, die der Abgeordnete öffnet und das Geld sofort vor Ort an jene Mitarbeitenden auszahlt, die es gerade am dringendsten benötigen. Während der Arbeitszeit darf gelacht werden. Pausen, so viele man braucht. Ein Stündchen Schlaf zwischendurch ist ganz normal.

Es gibt das beste Teamwork, das ich je erlebt habe. Nichts wird gestohlen. Kein Neid. Keine Auseinandersetzungen.

* * *

Der Rundgang: Was ich nicht erwartet hatte

Der Heimleiter fasste Vertrauen, und wir durften überraschend die Wohneinheiten besuchen. Ich hatte mich auf alles eingestellt, aber das hatte ich nicht erwartet: Es war wundervoll und liebevoll.

Wir folgten dem Heimleiter in einen nur teilweise überdachten, riesigen Aufenthaltsraum im Freien. In der Mitte stand ein eigener kleiner Tempel. Rundherum Stühle, Tische, grüne Pflanzen, ein einfacher Steinboden. Fast jeder Tisch war besetzt. Die Frauen trugen weit geschnittene Kleidung in bunten Farben – Pink, Rosa, Orange, Gelb. Die Herren trugen traditionelle Kappen. Auf der Stirn der oft gesehene rote Punkt, der Bindi: Er zeigt Spiritualität, Kastenzugehörigkeit und Ehestand.

„Namaste.“ Sie schauten uns an, lächelten, wollten reden. Ich hatte das Gefühl, ich könnte hier, auch ohne die Sprache zu verstehen, sofort mit den alten Menschen sprechen.

Wir kamen an der Küche vorbei. Alles simpel, aber superrein. Riesentöpfe, in denen frisches Gemüse und Reis zubereitet wurden. Um 14:30 Uhr halfen einige alte Menschen, Ehrenamtliche, Köch:innen und Pflegende gemeinsam das Abendessen vorzubereiten. Niemand fragte, wer zu welcher Berufsgruppe gehörte.

Die Schlafräume erinnerten an Jugendherbergen: einfach und funktional. Doch kaum jemand war drinnen. Alle waren draußen, an der frischen Luft. Nur ein Herr schlief so fest, dass er uns gar nicht bemerkte. Und ein Pfleger hatte sich ebenfalls hingelegt. Das sei hier ganz normal, zu jeder Tages- und Nachtzeit.

* * *

Was dieses Haus trägt

So viele Freiwillige, Köch:innen und Reinigungskräfte sitzen abends noch mit den alten Menschen zusammen. Sie werden Tag und Nacht nicht allein gelassen. Der Heimleiter formulierte es so einfach wie klar: *„Die Pflege ist das Notwendige. Die Betreuung ist das Wichtige.“*

Mitarbeitende arbeiten etwa 40 Stunden pro Woche, je nach Bedarf und Bewohneranzahl. Sie dürfen essen, trinken, jederzeit pausieren. Und wenn jemand sieht, dass in der Pflege, der Küche oder der Reinigung Hilfe gebraucht wird – er hilft. Einfach so. Ohne Auftrag. Ohne Hierarchie.

Pro Haus entstehen Teams aus allen Berufsschichten und aus dem Ehrenamt. Es gibt keine Bereichsgrenzen. Nur Menschen, die gemeinsam für andere da sind.

Demenz gibt es auch hier – genauso häufig wie bei uns, aber gefühlt mit deutlich weniger Auffälligkeiten. Vielleicht weil die Mitarbeitenden selbst gestärkt sind. Weil der Glaube es nicht erlaubt, einem Lebewesen wehzutun. Weil Vergesslichkeit hier akzeptiert und nicht bekämpft wird.

* * *

Was ich mitgenommen habe

Wir sind heimgegangen – voll mit Eindrücken, die wir so nicht erwartet hatten. Budget: 20.000 Euro pro Monat für 250 Menschen. Kein Personalnotstand. Kein Frust. Kein Krisenmodus.

Sie haben dieselben Vorgaben wie wir. Sie setzen sie nur anders um. Mit einer Haltung, die nicht gelernt, sondern gelebt wird. Man erzählt sich, dass auch Mutter Teresa einst dieses Haus besucht haben soll – ob das stimmt, weiß ich nicht. Aber es überrascht mich nicht. Denn was hier sichtbar ist, ist genau das, wofür sie stand: *Liebevolle Freundlichkeit. Güte. Milde. Barmherzige Hinwendung zu allen Wesen.*

Wir können daraus sehr viel lernen. Den nächsten Schritt gehen. Und die Altenpflege so gestalten, dass das Glück in den Augen der Bewohner:innen sichtbar ist – nicht trotz der Strukturen, sondern wegen ihnen.

Daniela Monika Erber