

Ihr Thema: Ernährung

BERICHT 2020



Liebe Freund*innen der Welthungerhilfe,



in den vergangenen Jahren hat die Welt beachtliche Erfolge im Kampf gegen den Hunger erzielt. Dennoch war 2019 jeder elfte Mensch unterernährt. Hinzu kommt nun die Coronapandemie, die die angespannte Situation in den ärmsten Ländern der Welt noch einmal drastisch verschärft. Kriege, Naturkatastrophen und die Klimakrise bedrohen zudem schon Erreichtes.

Die Welt steht vor einer gigantischen Herausforderung, die wir nur gemeinsam meistern können. Die Verleihung des Friedensnobelpreises an unseren Partner, das Welternährungsprogramm (WFP), hat uns neuen Mut und Zuversicht gegeben. Zusammen mit den Menschen in den betroffenen Ländern müssen wir dafür sorgen, dass niemand mehr hungert, dass Unter- und Mangelernährung der Vergangenheit angehören. Lesen Sie in diesem Bericht über den liberianischen Kleinbauern Fedelix Kun, der zum ersten Mal in seinem Leben Gemüse anbaut. Und erfahren Sie, wie Kleinkinder und ihre Mütter in Bangladesch auch während der Zeit der Coronakrise gesund essen und dadurch gefährlichen Mangel vermeiden konnten.

Dank Ihrer Unterstützung können wir vielfältige Projekte wie diese umsetzen und Millionen Menschen ihr Recht auf Nahrung ermöglichen.

Ihre

Ute Latzke

Ernährungsexpertin der Welthungerhilfe

Impressum

Verantwortlich: Susanne Münzberg,
Tel. 0228 2288-243, susanne.muenzberg@welthungerhilfe.de

Gestaltung: MediaCompany – Agentur für Kommunikation GmbH

Fotos: Stefanie Glinski (S. 1), Justfilms (S. 3), Daniel Pilar (S. 3), Welthungerhilfe (S. 2, 3, 4, 5, 6, 7), Benjamin Zeitz (S. 8)

Titelfoto: In Kursen lernen Frauen in Ganyiel im Südsudan, wie wichtig Hygiene beim Zubereiten der Gerichte ist. Dazu gehört es, die Hände und Lebensmittel sorgfältig zu waschen und das Geschirr zu spülen.

Mali/Region Mopti

Um einseitige Ernährung zu vermeiden, setzen Familien verstärkt auf den Anbau von Pflanzen mit hohem Nährwert. Das sind vor allem Moringa und orangenfleischige Süßkartoffeln.



Liberia/Grand Kru County

Landwirtschaftliche Trainings werden durch Informationen zu ausgewogener Ernährung ergänzt. Regelmäßig informieren zudem Radiosendungen über Hygiene, vor allem beim Zubereiten der Mahlzeiten.

Um den weltweiten Hunger zu überwinden, unterstützen wir vor allem kleinbäuerliche Familien. Und wir gehen die Ursachen für gefährliche Mangelernährung an.

Zentral-Tadschikistan

Energiegewinnung durch Solar- und Wasserkraft fördert den breit gefächerten Anbau und eine gesunde Ernährung. Weniger Holz beim Kochen schützt zudem die Atemwege der Menschen und den Wald zugleich.



Nepal/Distrikte Mugu und Bajura

Ernährungstrainings kombiniert mit Anbau- und Wirtschaftsschulungen helfen Familien, ihre Erträge zu steigern, Überschüsse zu verkaufen und sich so vor Mangelernährung zu schützen.



Libanon/Bequaa-Tal

Libanesisches wie auch syrische Landwirt*innen werden ermutigt, ihre Sortenvielfalt zu erhöhen. Sie erfahren, wie sie ihre Felder ganzjährig bewirtschaften und mehr und hochwertiger ernten können.



Somaliland/Awdal

Die Bewohner*innen erfahren in Schulungen über Hygiene und gesunde Ernährung. Neue Anbautechniken und hochwertiges Saatgut helfen dabei, höhere Ernten zu erzielen.



Bangladesch/Region Haor und Chittagong Hills Tract

Nutri-Mix, eine ausgewogene Mahlzeit aus lokal verfügbaren Bestandteilen, hilft akut unter- und mangelernährten Kindern, wieder zu Kräften zu kommen. Die Mütter können sie unter Anleitung selbst herstellen.





Bangladesch: Nährstoffreiches stoppt den Mangel

In Bangladesch traf die Coronakrise arme und benachteiligte Gemeinschaften besonders hart. Die Versorgung mit Nahrungsmitteln stockte, viele Menschen verloren ihre Arbeit und ihr Einkommen. An vielen Orten waren gerade Kinder einem hohen Risiko ausgesetzt, nicht genügend und zu wenig ausgewogene Nahrung zu erhalten. Ihre Gesundheit war gefährdet, und so setzte sich die Welthungerhilfe mit ihren Partnern Friends In Village Development Bangladesh und Anando zum Ziel, mit umgehenden Hilfsmaßnahmen 2.000 akut unterernährte Kinder zu erreichen.

„In der Zeit, als die Coronapandemie immer weiter vordrang, war ich vor allem um die unterernährten Kinder in unseren Projektdörfern besorgt. Die meisten der Familien, die wir unterstützen, sind ohnehin arm und von der Gemeinschaft ausgegrenzt. Ich wollte sicherstellen, dass ihre Kinder in dieser schwierigen Zeit angemessen ernährt werden,“ erzählt Shuva Akhter. Die engagierte Gemeindegählerin gehört einer Gruppe

von 30 Frauen an, die eine reichhaltige Zusatznahrungsmischung vorbereiteten und in ihren Dörfern für die Verteilung von Tür zu Tür sorgten. Leicht konnten die Mütter daraus durch Zugabe von abgekochtem Wasser oder Milch nahrhafte Mahlzeiten für ihre unterernährten Kinder zubereiten.

Diese zusätzlichen Aktivitäten wurden von der Welthungerhilfe und ihren Partnern im Rahmen eines Projektes unterstützt, das in 70 Dörfern der Region Haor und Chittagong Hills Tract Ernährungsbewusstsein schafft. Vornehmlich, um die Ernährungssicherheit von Kleinkindern und Frauen zu stärken: durch Schulungen zu gesunden Ernährungspraktiken, Gesundheitsbetreuung sowie Unterstützung in der Landwirtschaft für mehr Nahrungsvielfalt.

Lokal verfügbar und einfach herzustellen

Die Situation in Bangladesch ist ernst: Rund fünfeinhalb Millionen Kinder unter fünf Jahren leiden an chronischer Mangelernährung, das sind 36 Prozent. 14 Prozent dieser

← Die nährstoffreiche Nutri-Mix-Mischung können die Mütter selbst zubereiten.

Kinder sind von akuter Mangelernährung betroffen, sie sind für ihr Alter zu klein oder haben ein zu geringes Gewicht für ihre Größe. Gerade in den abgeschiedenen ländlichen Gegenden, wo die Welthungerhilfe arbeitet, ist dies verstärkt zu beobachten. Eine große Gefahr besteht darin, dass sich durch Unter- und Mangelernährung hervorgerufene Entwicklungsstörungen bei Kindern durch ihr gesamtes späteres Leben ziehen und sie entscheidend beeinträchtigen.

Umso wichtiger war es, Kleinkinder während der Coronapandemie regelmäßig mit nährstoffreichem Essen zu versorgen. Eine herausfordernde Aufgabe unter Einhaltung eines strengen Hygienekonzeptes. Die Welthungerhilfe und ihre Partner erachteten es als wichtig, einfach umzusetzende Lösungen für die Familien zu finden. Nutri-Mix aus lokal verfügbaren Nahrungsmittelbestandteilen erwies sich dabei als ideal für die örtlichen Gegebenheiten.

Mit Unterstützung von Gemeindehelferinnen und Selbsthilfegruppen vor Ort wurden von Mai bis September 10.000 Päckchen mit je 500 Gramm der Nährstoffmischung vorbereitet. Nutrimix beinhaltet Reis, Hülsenfrüchte und Erdnüsse. Die gemahlene Mischung vermischten und in Einzelportionen verpackten Zutaten versorgten die Kinder zweimal täglich mit ausreichend Proteinen, Kalzium und Eisen. Auch Shuva Akhter war drei bis fünf Stunden pro Tag mit dem Vorbereiten und Austeilen der Päckchen beschäftigt. Zudem half sie immer wieder durch persönliche Gespräche in ihrer Gemeinde, das Bewusstsein für Hygienemaßnahmen und soziale Distanzierung als Schutz vor dem Virus bei den Familien zu schärfen.

Gute Ernährungspraktiken verbreiten

Frauen wie Shuva Akhter für eine Mitarbeit zu motivieren und auszubilden, ist ein wichtiger Bestandteil des Projektkonzeptes. Denn niemand kennt die Gegebenheiten in den Dörfern und dazu die Bedürfnisse der Familien besser als sie. Gute Ernährungspraktiken verbreiten sich auf diese Weise zuverlässig und nachhaltig. Umgerechnet 30 Euro verdienen die Frauen für ihren Einsatz im Monat und können so in diesen schwierigen Zeiten auch für ihre eigenen Familien sorgen. Shuva Akhter ist froh, dass alle gemeinsam es geschafft haben, das Schlimmste von den von Unterernährung bedrohten Kindern abgewendet zu haben. Und ihre Arbeit geht weiter.



← Shuva Akhter machte sich während der Coronakrise Sorgen um mangelernährte Kinder.

Rund fünfeinhalb Millionen Kinder

unter fünf Jahren leiden in Bangladesch an chronischer Mangelernährung, das sind 36 Prozent.



↓ Ganz genau gilt es die Zutaten für die Mischung abzumessen, damit nichts fehlt oder zu viel ist.



Nutrimix beinhaltet Reis, Hülsenfrüchte und Erdnüsse. Die gemahlene Mischung versorgt Kinder zweimal täglich mit ausreichend Kalzium, Proteinen und Eisen.



Liberia: Echte Männer essen Gemüse

↑ Fedelix Kun (re.) teilt seine gute Erfahrung im Gemüseanbau mit interessierten Landwirt*innen.

Im Liberia schult die Welthungerhilfe Bäuerinnen und Bauern im Gemüseanbau. So soll die Ernährungssituation der Landbevölkerung verbessert und dem Ausbruch von Epidemien vorgebeugt werden.

Stolz zeigt Fedelix Kun die Kohlköpfe, die in seinem Gemüsegarten wachsen. Noch vor wenigen Monaten hätte er sich nicht vorstellen können, dass er jemals Kohl anbauen und das auch noch offen zeigen würde! Über 40 Jahre war er überzeugt, dass Gemüseanbau ausschließlich Frauensache sei. Männer sollten Grundnahrungsmittel wie Reis und Maniok anbauen. Fast alle Bauern im Südwesten Liberias haben so gedacht wie Fedelix Kun. Für ihre Familien hatte dieses traditionelle Rollenbild oft katastrophale Folgen.

Weil die Väter den Anbau von vitamin- und nährstoffreichem Gemüse nicht als wichtig erachteten, kam bei vielen Familien allzu oft nur Reis, Maniok und Palmöl auf den Teller. Davon wurde man zwar meist irgendwie satt, die wenig abwechslungsreiche Kost führte jedoch vor allem bei Kindern und stillenden Frauen oft zu Mangelernährung und verstecktem Hunger. Viele Kinder blieben kleinwüchsig, konnten ihr

volles körperliches und geistiges Potenzial nie entfalten und wurden oft krank. Jetzt hat die Welthungerhilfe der Mangelernährung im ehemaligen Bürgerkriegsland Liberia den Kampf angesagt. Mit aufgeschlossenen Bauern wie Fedelix Kun, verbessertem Saatgut, solidem Werkzeug, Trainings und Radiosendungen soll es auf den Tellern der Familien der Farmer bunter und damit gesünder werden.

Gefährliche Eiweißquelle

Bürgerkrieg, Hunger, Ebola – seitdem Fedelix Kun vor 46 Jahren im Südwesten Liberias geboren wurde, haben er und seine Heimat viel durchgemacht. Dass der weltweit größte Ebola-Ausbruch vor sechs Jahren über 11.000 Menschen in Liberia und den Nachbarländern Sierra Leone und Guinea tötete, lag möglicherweise auch daran, dass Landbewohner*innen wie Fedelix Kun damals regelmäßig sogenanntes „Bushmeat“ verzehrten. Weil die einseitige Ernährung der armen Landbevölkerung zu wenig Eiweiß enthielt, aßen sie bisweilen das Fleisch von im Dschungel erlegten Tieren wie Flughunden und Affen. Wissenschaftler vermuten, dass das tödliche Virus so vom Tier auf den Menschen übertragen wurde.

Von der verheerenden Epidemie hat sich das arme Liberia noch immer nicht erholt. Im Welthungerindex belegt es den 102. von 107 Plätzen. Um dem Verzehr des gefährlichen „Bushmeat“ entgegenzuwirken und Familien dennoch eine eiweißhaltige Ernährung zu ermöglichen, schult die Welthungerhilfe sie jetzt in nachhaltigen und modernen Anbautechniken. Zudem wurden Radiosendungen produziert, die über gesunde Ernährung und Hygiene informieren.

Das Vorhaben in der Region Grand Kru ist Teil eines großen Programms. Dieses unterstützt das Land durch Ausbau der medizinischen Infrastruktur und der Sanitärversorgung sowie der Verbesserung der Ernährungssituation dabei, die Folgen der Ebolaepidemie zu bewältigen. Dass Fedelix Kun dabei eine wichtige Rolle spielen soll, hätte der bescheidene Bauer bis vor Kurzem nicht geglaubt. „Mein Vater war Bauer. Er hat mir gezeigt, wie man die Felder bestellt. Genau so habe ich es dann auch gemacht“, sagt Fedelix Kun. Seine Kinder aßen das gleiche Essen, das schon ihr Vater als Kind bekam. Oft machte die vitamin- und nährstoffarme Kost die Kinder krank. Weil die Familie nicht krankenversichert ist, musste sie das Geld für ärztliche Behandlungen und Medikamente stets mühsam aufbringen.

Bessere Qualität für weniger Geld

Dann wurde Fedelix Kun ausgewählt, einer von 450 Bauern und Bäuerinnen zu sein, die der Landwirtschaft in Liberia mit Unterstützung der Welthungerhilfe zu einem nachhaltigen und ökologischen Innovationsschub verhelfen sollten. Unter Anleitung von Landwirtschaftsexperten legten Kun und seine Mitstreiter*innen neben ihren Hütten und Häusern Gemüsegärten an, um täglich Zugang zu frischen gesunden Lebensmitteln zu haben. Von der Welthungerhilfe erhielten sie dafür Saatgut von Mais, Kohl, Paprika, Aubergine, Gurke, Okra und Wassermelo-

ne. Zudem bekamen sie Spaten, Macheten, Hacken, Rechen, Eimer, Gießkannen, Pumpspritzen für ökologische Pflanzenschutzmittel und Plastikplanen. Dazu ein Notizbuch, um Einnahmen, Ausgaben und Ernten zu dokumentieren.

In Trainings lernten die Teilnehmer*innen alles über ökologischen Pflanzenschutz, Kompostherstellung, Saatgutvermehrung und ausgewogene Ernährung. Dann legten sie hochmotiviert in ihren Gärten los. Schon in der ersten Saison erntete Fedelix Kun mehr als eine halbe Tonne. Früher musste er Gemüse auf dem Markt kaufen. Oft war die Qualität schlecht und der Preis hoch, sodass seine Familie meist ganz auf Gemüse verzichtete. „Aber jetzt essen wir jeden Tag Frisches, und ich kann sogar Überschüsse auf dem Markt verkaufen. Ich bin glücklich“, lächelt Fedelix Kun.

In Trainings lernten die Teilnehmer*innen alles über ökologischen Pflanzenschutz, Kompostherstellung, Saatgutvermehrung und ausgewogene Ernährung.

▼ Der Experte zeigt, wie man Schädlinge per Hand richtig von den Pflanzen entfernt.



Eine App erkennt Mangelernährung



Mangelernährung und Hunger gehören zu den größten Herausforderungen der Menschheit. Nun verschärfen die Auswirkungen der Coronapandemie die ohnehin angespannte Ernährungssituation in den armen Ländern noch einmal mehr. Allein 30 Millionen Kinder weltweit könnten in den kommenden Jahren zusätzlich unter akutem Hunger leiden.

Wir wirken dem gemeinsam mit Partnern im Rahmen unserer regulären Arbeit, aber auch mit vielen innovativen Ansätzen entgegen. Beispielsweise entwickelt die Welthungerhilfe die App „Child Growth Monitor“ (CGM). Sie misst mit einem 3D-Scan per Smartphone berührungslos, also ohne das gerade für kleine Kinder unangenehme Wiegen und Messen, Größe und Gewicht eines Kindes. Aus diesen Daten lässt sich dann eine mögliche Mangelernährung erfassen. Für die betroffenen Kinder folgen danach bei Bedarf weitere Diagnosen und Behandlungen. Begleitend helfen praktische Ernährungsberatungen und Unterstützung beim Anlegen von Gemüseärten ihren Familien, die Ernährung der Kinder zukünftig zu

↑ Für Kinder birgt die App eine erhebliche Erleichterung, denn das Messen von Größe und Gewicht geschieht ohne Berührung.

verbessern. Eine Testversion der App geht zu Beginn des nächsten Jahres in Indien an den Start: Alle Daten sind anonymisiert und geschützt, die Open-Source-Software sorgt für Unabhängigkeit, geringe Kosten, Transparenz und den Input weltweiter Expertise.

Akute Mangelernährung kann zu schwerwiegenden, teils irreversiblen Entwicklungsstörungen führen. Mangelernährung frühzeitig zu erkennen und zu behandeln ist deshalb immens wichtig. Die CGM-App wird die Arbeit der Welthungerhilfe, die vor allem vorsorgend auf Beratung und Unterstützung bei gesunder Ernährung setzt, und die anderer Organisationen um ein wichtiges Instrument ergänzen.



Welthungerhilfe, IBAN DE15 3705 0198 0000 0011 15, BIC COLSDE33

Deutsche Welthungerhilfe e. V., Friedrich-Ebert-Straße 1, 53173 Bonn, Tel. +49 (0)228 2288-0, Fax +49 (0)228 2288-333, www.welthungerhilfe.de