

## Der Hunger nimmt weltweit zu – es gibt wirksame Mittel dagegen

Nach stetigen Fortschritten bei der Hungerbekämpfung bis 2015 zeigt der aktuelle Bericht zur Welternährungslage 2021 der FAO\* eine beunruhigende Trendwende und steigende Hungerzahlen: Von 2019 bis 2021 wuchs die Anzahl hungernder Menschen von 150 Millionen auf insgesamt 828 Millionen. Doch gegen die Ernährungskrise gibt es wirksame Mittel. Als Gründungsmitglied der Schweizer Allianz für nachhaltige Ernährung weltweit, kurz Sufosec, stärken wir gemeinsam mit fünf Hilfswerken gezielt lokale Ernährungssysteme und Gemeinschaften weltweit. Denn

unsere jahrelangen Erfahrungen und seriösen wissenschaftlichen Studien belegen, dass agrarökologische Methoden und die Stärkung lokaler Ernährungssysteme Hunger- und Fehlernährung reduzieren und gleichzeitig dem Klimawandel und dem Schwund der Artenvielfalt gerecht werden. Die nachfolgende Reportage zeigt auf, wie wir das konkret umsetzen: Dank Sensibilisierungskampagnen, Ernährungsworkshops und Landwirtschaftsberatung kehrt die Vielfalt zurück in die Obst- und Gemüsegärten und die Teller der Projektteilnehmenden.

## MEHR ALS KALORIEN: VIELFÄLTIGERE ERNÄHRUNG FÜR MAYA-FAMILIEN IN GUATEMALA

Im Rahmen des Ernährungsberichts der Schweizer Allianz für nachhaltige Ernährung weltweit (Sufosec) hat der Journalist Hanspeter Bundi zusammen mit der Projektleiterin Marla Muj unser Projekt «Mehr als Mais» in Guatemala porträtiert. Hier finden Sie eine gekürzte Version der Reportage.

Alles ist gut bei Sarah Angelina Yax Perez. So scheint es jedenfalls. Der Boden ist sauber gewischt. Die Kleider liegen gewaschen und zusammengelegt in einem Gestell. Das Küchengerät glänzt. Sarah tut viel, um das Chaos, das oft mit der Armut einhergeht, draussen zu halten. Jetzt steht sie mitten im Raum, klein und schmal, hat ihre Tochter im Arm und sieht zu, wie ihr Sohn gemessen und gewogen wird. Fernando ist zu klein und zu leicht für sein Alter. Teilnahmslos lässt er alles mit sich geschehen. «Sie wollen nicht spielen. Sie sind traurig. Sie wollen nichts tun. Das ist doch nicht normal», hat eine der Mütter vor einigen Tagen über unterernährte Kinder gesagt. Es war, als hätte sie Fernando beschrieben.

Im Jahr 2017 waren im Hochland über dem Lago de Atitlán in Guatemala 80% der Kinder unter 5 Jahren chronisch unterernährt. Zusammen mit Vivamos Mejor haben sich 250 Familien der indigenen Dorfgemeinschaften Pajomel, Chuitzanchaj und Laguna Seca daran gemacht, ihre Ernährung zu verbessern. Das Projekt hat den Namen «Mehr als Mais». Der Name passt, weil er das Grundnahrungsmittel Mais mit weiteren Nahrungsmitteln ergänzt. Im Zentrum des Projekts stehen nicht nur Kalorien, sondern eine vielfältige Ernährung und sauberes Wasser. Die Wege dahin werden bei Hausbesuchen, einer Radiosendung, Kochkursen und der Ausbildung für Bäuerinnen und Bauern aufgezeigt.

### Eine Radiosendung und 36 Hausbesuche

Immer am ersten Mittwoch des Monats, morgens um neun Uhr, stöpselt Graciela Chumil García aus dem Dorf Chuit-

zanchaj ihr Handy an einen winzigen Lautsprecher. So hat sie die Hände frei für einfache Hausarbeiten, während sie der Radiostunde von Vivamos Mejor lauscht. «Zuhause lernen!», ruft die Moderatorin. «Heute geht es um Schwangerschaft und Stillzeit.» Graciela hört aufmerksamer zu als viele andere, denn in den nächsten Tagen wird sie 36 Hausbesuche machen, um bei Frauen ihres Dorfes die Themen der Sendung zu vertiefen. Es sind Begegnungen auf Augenhöhe. Die Frauen tauschen gemeinsame Erfahrungen aus: die Kinder, die Pandemie, die Maisernte. Graciela diskutiert mit den Frauen über Schulbildung und Ehe. Manchmal lässt sie sich einen Küchengarten zeigen. Für das, was sie den Frauen vermitteln will, hat sie eine einfache Formel: «Weg von den Konserven und den Süssgetränken. Hin zum frischen Gemüse und zur eigenen Limonade und zu einer vielfältigen Küche.»



Die Ernährungsberaterin Daniela Maria Sanchez Sandoval im Gespräch mit Projektteilnehmerin Sarah Angelina Yax Perez und Sohn Fernando.

Olga Saloj, auch sie eine indigene Frau des Dorfes, zeigt, wie Vielfalt geht. Sie hat für einen Kochkurs in ihr Haus eingeladen. Die Frauen haben sich zurechtgemacht. Sie tragen zwar nicht die Festtagstracht, aber doch ein einfaches Kleid mit gestickter Bluse, das sie aus dem Alltag heraushebt. Die Mütter sind mit ihren Kindern gekommen und lassen sie draussen im Hof spielen, während sie selber neue Gerichte kennenlernen: eine Gemüsesuppe, eine Kombination von Salaten, Omelette mit Gemüse, die traditionellen roten Bohnen, diesmal angereichert mit Kräutern und Tomaten. «Ich habe gekocht, was ich im Kurs gelernt habe», schreibt eine Frau einige Tage später in einer SMS. Daneben das unscharfe Bild einer Portion Rührei mit Gemüse.

Nur: Gemüse gibt es im Dorf keines zu kaufen. Im Sortiment der allgegenwärtigen Tiendas, den kleinen und kleinsten Verkaufsläden, finden sich vor allem Süßigkeiten, überzuckerte Fruchtsäfte, dazu einige Konserven. Frischgemüse findet sich fast nur auf offenen Märkten, und die sind mehrere Wegstunden entfernt. Wenn die Mütter vielfältiger und gesünder kochen wollen, müssen sie sich also auf die eigenen Ressourcen verlassen. Im Rahmen von «Mehr als Mais» haben bereits 70% aller Familien begonnen, die gesuchten Früchte, Gemüse und Kräuter selber anzupflanzen.

## K'YI TIKO'N

**IN KAQCHIKEL, EINER SPRACHE DER MAYAS, HEISST DAS: VIELFALT IN DER PFLANZUNG. OHNE VIELFALT, DAS WISSEN DIE FACHLEUTE, GIBT ES KEIN LEBEN. IN PFLANZUNGEN EBENSO WENIG WIE IM TIERREICH, IN DER KULTUR ODER DEM ZUSAMMENLEBEN DER MENSCHEN.**

### Vielfalt im Garten und im Feld

Sie lassen sich von K'iy tiko'n leiten, das heisst in der Maya-Sprache Kaqchikel: Vielfalt in den Pflanzungen. Früher war diese Vielfalt eine Selbstverständlichkeit. Die Milpa, die traditionelle Mischkultur der alten Maya, stützte sich auf die «Drei Schwestern» Mais, Bohnen und Kürbisgewächse. Mais, der den Bedarf an Kohlenhydraten deckt. Bohnengewächse, die Eiweiss in die Kochtöpfe bringen und die Erde mit Stickstoff anreichern. Kürbisgewächse, die den Boden mit ihren grossen Blättern schützen und wichtige Vitamine und Mineralien enthalten. Zu den «Drei Schwestern» kamen eine Vielzahl von Küchenkräutern, Medizinalpflanzen, Blumen für die Bienen, Kräutern gegen Schädlinge hinzu. Die Grüne Revolution mit ihrem Hochleistungs Saatgut und den Agrochemikalien hat die Milpa verdrängt und die Bauernfamilien wirtschaftlich unter Druck gesetzt. Wie zahlreiche Entwicklungsorganisation überall auf der Welt sucht auch Vivamos Mejor Auswege aus der Sackgasse. Die Verantwortlichen fördern agroökologische Anbaumethoden

mit Mischkulturen. Sie setzen dabei auf praktische Beratung vor Ort, auf den Feldern der Bäuerinnen und Bauern also. Für Schulungen nutzen sie zudem eine Vorzeigefarm, zu der auch eine Baumschule, eine Kompostieranlage und ein Gewächshaus gehören.

Im Hochland über dem Lago de Atitlán hat «Mehr als Mais» buchstäblich Früchte getragen. Eine Umfrage bei den 250 Familien des Projekts zeigt, dass die Ernährung im Rahmen des Projekts tatsächlich vielfältiger geworden ist. Die Durchfallerkrankungen bei den Säuglingen gingen um ein Drittel zurück. In den Feldern und Gärten der Bauernfamilien wachsen heute mehr verschiedene Pflanzen. Die Zahl der Nutzbäume auf den Feldern hat sich vervielfacht. Die Ernteerträge für Mais stiegen um zehn Prozent.



Im projekteigenen Schulungszentrum erklärt Agroökologe Luis Alfredo Bixcul den Projektteilnehmerinnen die Funktion eines gesunden Bodens, bevor sie das Gelernte gleich selber anwenden.

Jorge Minor Cuc, Gracielas Mann, hat schon früh begonnen, die Vorschläge von Vivamos Mejor umzusetzen. Stolz zeigt er die verschiedenen Pflanzen, von der Tomate über Küchenkräuter bis zum Basilikum, das er auf dem Markt verkauft. Dazwischen sind Bäume, die schon bald Früchte und Holz liefern werden.

Graciela schildert, wie sie ihren Mann bearbeitet hat: «Ich habe ihm erzählt, was ich in den ersten Kursen gelernt habe. Miteinander sind wir zum Schluss gekommen, dass die Gesundheit unserer Kinder das wichtigste ist.» Jorge sagt es mit fast den gleichen Worten und fügt noch hinzu: «Theorie und Praxis. Wir haben jetzt das Wissen. Ob wir das jetzt umsetzen, hängt von uns selber ab.»



Kochkurse sind integraler Teil des Projekts: Graciela Chumil García lernt, wie sie die neuen Ernteprodukte in ihre Gerichte integrieren und ihre Familien ausgewogen ernähren kann.

Die vollständige Reportage ist auf [www.vivamosmejor.ch/mehr-als-mais](http://www.vivamosmejor.ch/mehr-als-mais) zu lesen. Mehr Informationen zum Ernährungsbericht der Sufosec-Allianz finden Sie hier: [www.vivamosmejor.ch/ernaehrungsbericht](http://www.vivamosmejor.ch/ernaehrungsbericht)

### Mit kleinen Alltagsveränderungen Schritt für Schritt zur Wirkung im Grossen

Dieses Prinzip «Hilfe zur Selbsthilfe» ist die Basis aller Projekte von Vivamos Mejor. Das hier vorgestellte Projekt «Mehr als Mais» beginnt mit kleinen Verbesserungen im Alltag, in diesem Fall bei der Hygiene und Ernährung der Kinder und der Familie. Es führt über den ertragreicheren Anbau zu globalen Herausforderungen der Ökologie.

Die ganze Reportage (mit Video) können Sie hier nachlesen: [www.vivamosmejor.ch/de/mehr-als-mais](http://www.vivamosmejor.ch/de/mehr-als-mais)



#### IMPRESSUM

Text: Vivamos Mejor, Hanspeter Bundi  
Grafik: Martina Meier  
Fotos: Morena Pérez Joachin  
Druck: Der Druck wurde ermöglicht durch die Credit Suisse AG  
Auflage: 2000 Stück

#### ANSCHRIFT

Vivamos Mejor  
Thunstrasse 17, CH-3005 Bern  
  
Geschäftsstelle Zürich,  
Ausstellungsstrasse 41,  
8005 Zürich

info@vivamosmejor.ch  
www.vivamosmejor.ch  
Tel. +41 (0)31 331 39 29

Berner Kantonalbank, CH-3001 Bern  
IBAN CH34 0079 0016 8757 8007 3

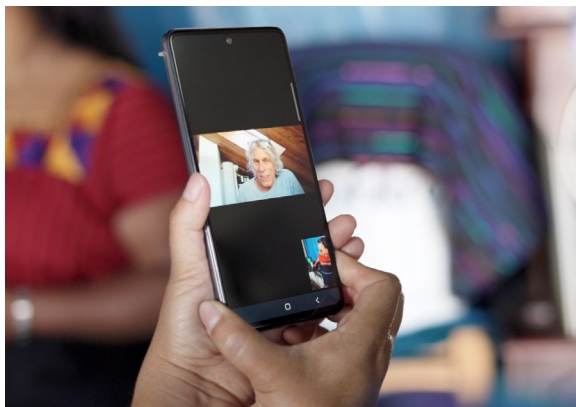
Vivamos Mejor ist seit 1992 ZEWÖ-zertifiziert.



Ihre Spende  
in guten Händen.

# Inside Vivamos Mejor: Hinter den Kulissen der Reportage

Der Journalist Hanspeter Bundi hat seine Reportage «Mehr als Kalorien» umweltverträglich realisiert: Statt nach Guatemala zu fliegen, hat er mit Hilfe der Projektleiterin Marla Muj via Videocalls die Projektregion durchstreift, Interviews geführt und Hintergrundinfos recherchiert.



Hanspeter, wir haben dich im Frühling für eine Reportage in Guatemala angefragt. Was war deine erste Reaktion?

Natürlich habe ich mich gefreut. Eine spannende Aufgabe in einer Region, welche ich schon vor 35 Jahren besucht hatte. Doch dann kamen Zweifel auf. So weit fliegen für ein paar Tage Recherche? In meiner Zusage habe ich den Vorschlag gemacht, dass ich in der Schweiz bleiben und mich ein\*e Mitarbeiter\*in vor Ort via Videocall ins Projektgebiet «mitnehmen» könnte.

Diese Idee war für uns neu, reizvoll ... und mit Risiken verbunden. Woher sollten wir die Reportage nehmen, wenn es mit den Videocalls nicht klappt?

Ich war positiv überrascht, wie schnell ihr darauf eingestiegen seid. Nach einer kurzen Diskussion über Zoom waren wir alle hier in der Schweiz und in Guatemala darin einig, dass wir das Experiment wagen sollten. Und so besuchte ich per Whatsapp zusammen mit Marla Muj Pflanzungen und Küchen, Siedlungen und Schulungsräume. Sie zeigte mir interessante Details aus den Hügeln über dem Lago de Atitlán und brachte mich in Kontakt mit Bäuerinnen und Agronomen, mit denen ich mich – in langen und persönlichen Gesprächen – austauschte.

Bleibt die geografische Distanz nicht trotzdem ein Nachteil für die Recherche?

Ich fahre wieder nach Guatemala, sagte ich meiner Frau, wenn ich – wegen der Zeitverschiebung am Abend – die Treppe hinauf in mein Büro und mit Marla auf Recherche ging. Dank der vielen Bilder und der Offenheit der Menschen war es, als sei ich persönlich dort anwesend. Diese Nähe – so sagt man mir – sei in der Reportage zu spüren.

Hat sich der Versuch gelohnt?

Auf jeden Fall! Es war eine wertvolle Erfahrung für mich und nicht zuletzt konnten wir damit 3,4 Tonnen CO2 einsparen. Mit eurem schnellen und unbürokratischen Entscheid habt ihr Pioniergeist bewiesen. Das sage ich nicht nur, weil dies ein Interview für eure WINTER NEWS ist.

Auch bei der Erstellung der Fotos und Videos konnte Vivamos Mejor einen klimaschonenden Ansatz verfolgen. Die Organisation fairpicture brachte uns in Kontakt mit der guatemalteckischen Fotografin Morena Joachin. Hier finden Sie einige Einblicke in die Entstehung der Reportage: [www.vivamosmejor.ch/guatemala-calling](http://www.vivamosmejor.ch/guatemala-calling)



## Vivamos Mejor und die Allianz Sufosec

Die Schweizer Allianz für nachhaltige Ernährung weltweit (Sufosec) ist ein Zusammenschluss von sechs Schweizer Nichtregierungsorganisationen der Entwicklungszusammenarbeit. Gemeinsam sind wir auf dem Weg, Lösungen für die aktuellen Herausforderungen bei der Überwindung von Mangelernährung und Hunger umzusetzen und voneinander zu lernen. Das Programm von Sufosec wird von der Direktion für Entwicklung und Zusammenarbeit DEZA, Eidgenössisches Departement für auswärtige Angelegenheiten EDA, mitfinanziert. Mehr zur Allianz unter: [www.sufosec.ch](http://www.sufosec.ch)

