

Uganda – Lebenshaus – Stiftung

Kooperationspartner Projekthilfe Uganda e.V.

WO KINDER LEBEN LERNEN

Rundbrief Nr. 3 | Dezember 2019



Bitte um Mithilfe:
Rundbrief-Austräger in
Oberkirch gesucht

UGANDA

RUNDBRIEF 2019

UGANDA-LEBENSHAUS





Neuigkeiten aus Uganda



Welthungertag – Kinder in der Welt 2

Ernährung am Lebenshaus 4

Vom Feld auf den Teller - Bildergalerie 5

Wir stellen vor: Fred und Denis 9

Das Lebenshaus: Die Bedeutung wächst 11

Weihnachtsgrüße 14

*Das Gras wächst nicht schneller,
wenn man daran zieht.
(afrik. Sprichwort)*



Welthungertag – Kinder in der Welt

Zum Welthungertag am 16. Oktober 2019 veröffentlicht das UN-Kinderhilfswerk UNICEF einen „Bericht zur Situation der Kinder in der Welt“. Jedes dritte Kleinkind weltweit weist Mangelerscheinungen auf, zwei von drei Säuglingen werden nicht gut ernährt. Demnach leidet mindestens jedes dritte Kind unter fünf Jahren – mehr als 200 Millionen Mädchen und Jungen weltweit – unter den Folgen von unzureichender oder schlechter Ernährung. Es besteht die Gefahr, dass sich ihr Gehirn nicht gut entwickeln kann und sie später Lernschwierigkeiten haben. Das Immunsystem der Kinder ist geschwächt, wodurch sich das Risiko für Infektionskrankheiten erhöht, die in vielen Fällen sogar zum Tod führen.

Die Zahl an unterernährten Kindern ist alarmierend

149 Millionen Kleinkinder sind aufgrund von Mangelernährung unterentwickelt, also zu klein für ihr Alter.

50 Millionen Kleinkinder sind unterernährt, also zu dünn im Vergleich zu ihrer Größe.

340 Millionen Mädchen und Jungen – jedes zweite Kind – leidet unter Defiziten durch fehlende Vitamine und Nährstoffe wie Vitamin A und Eisen.

Alle 10 Sekunden stirbt ein Kind an Hunger.

Die größte Last von Unter- und Fehlernährung in all ihren Formen haben Kinder und Jugendliche der ärmsten und am meisten benachteiligten Länder zu tragen. Der Report hebt weiter hervor, dass klimabedingte Naturkatastrophen schwere Ernährungskrisen zur Folge haben können. Dürren sind für 80 % der Beschädigungen und Verluste in der Landwirtschaft verantwortlich. Das hat dramatische Auswirkungen darauf, welche Lebensmittel Kindern zur Verfügung stehen sowie auf die Qualität und Preise dieser Lebensmittel.

Wie ist die Situation in Uganda?

Der Welthungerindex für Uganda liegt aktuell bei etwa 41 % und ist damit in den letzten Jahren gestiegen. Mehr als ein Drittel der ugandischen Bevölkerung ist nicht in der Lage, seinen Mindestkalorienbedarf regelmäßig zu decken. Uganda hat in der Vergangenheit regelmäßig Dürren erlitten, die sich auf die landwirtschaftliche Produktion und die Ernährungssicherheit auswirken und durch den globalen Klimawandel immer häufiger auftreten. Auch eine stark wachsende Bevölkerung, Ankäufe von Ackerland durch ausländische Investoren und eine starke Flüchtlingsbewegung aus den Nachbarländern sind Gründe für eine steigende Unterernährung. Schon seit den 1950er Jahren suchen Flüchtlinge im friedlichen Uganda Schutz vor Konflikten in benachbarten Ländern. Zuletzt waren es hunderttausende Menschen aus der Demokratischen Republik Kongo und dem Südsudan. Mehr als eine Million Menschen hat Uganda schon aufgenommen. Und Uganda nimmt auch weiter Flüchtlinge aus den Nachbarländern auf und verfolgt eine beispielhafte Asylpolitik.

Was isst Uganda?

Die typische Ernährung in Uganda ist durch eine relativ geringe Ernährungsvielfalt und wenig nährstoffreiche Nahrungsmittel gekennzeichnet. Im ländlichen Raum wird oft nur Reis, Posho (Maisbrei) oder Matooke (Kochbananen) gegessen. Auch im urbanen Uganda ist der Konsum von Obst und Gemüse gering und wird deutlich stärker vom Bildungsstand als vom Haushaltseinkommen beeinflusst, was darauf hindeutet, dass mehr getan werden sollte, um das Bewusstsein um die Bedeutung des Verzehrs von Obst und Gemüse zu schärfen.

Ernährung am Lebenshaus

Durch eine selbstständige Landwirtschaft versuchen wir am Lebenshaus die Praxis "vom Feld auf den Teller" möglichst vielseitig umzusetzen. Bananen, Bohnen, Erbsen, Tomaten und Obst sind nur wenige Beispiele unserer Landprodukte. Auch Hühnerfleisch ist am Lebenshaus verfügbar. Mit Eiern versorgen wir uns (im Tausch gegen Strom) von der Großhaltung der benachbarten Kongregation. Zum Frühstück gibt es selbst gebackenes Brot, als Zwischenmahlzeiten und Snacks gibt es Popcorn aus selbst angebautem Mais und Obst oder geröstete Körner (Sesam oder Soja). Alles Beispiele von bereits umgesetzten Zielen.

UNS GEHT ES NICHT NUR DARUM, DASS DIE KINDER GENUG ZU ESSEN HABEN. UNS GEHT ES VOR ALLEM AUCH DARUM, DASS SIE DAS RICHTIGE ZU ESSEN HABEN.

- Raphael Rehm -

Aber noch lange läuft nicht alles perfekt. Zum Beispiel wird nicht der Anleitung zum Kochen von Marmeladen in der Zeit der Fruchtreife gefolgt, ebenso bei der Herstellung von Tomatenpüree und Ähnlichem für die Lagerung – daran wird noch gearbeitet. Die dafür nötigen Schraubdeckelgläser sind vor Ort, aber angeblich sei der Zucker zum Marmeladekochen zu teuer und man kauft stattdessen die importierte Pflaumen-Gelatine-Marmelade aus Kenia. Mit viel Geduld vermitteln wir unseren Mitarbeitern vor Ort Grundlagen zur Nachhaltigkeit. Diese Lernprozesse brauchen einfach Zeit.

„WIR WOLLEN NACHHALTIGKEIT, DIE NICHT MIT VERGRÖßERUNG UND REGLEMENT BEGINNT, SONDERN MIT GRUNDLAGEN ZUM EIGENEN BESSEREN WEITERWIRTSCHAFTEN.“

- Pfarrer Günter Hirt -

Vom Feld auf den Teller - Bildergalerie



Posho – der Maisbrot kommt am Lebenshaus aus Eigenanbau



Bohnen werden nach der Ernte geschält und mit Reis serviert



Die Juckfruit wächst auf Bäumen und liefert viele Vitamine



Bananen gibt es als Kochbananen oder als süße Frucht

Ananas, am besten reif geerntet: Am Lebenshaus möglich.



Kraut, Kohl und selbst gemachte Pommes: Vom Feld!



Am Lebenshaus wird Brot,
Chapati und Kuchen gebacken

Fred Obbo & Denis Ssemanda

Hallo Fred und Denis, ihr seid unsere Köche am Lebenshaus. Ihr müsst täglich eine große Menge Essen zubereiten – keine leichte Aufgabe, oder?

Nein, denn wir sind den ganzen Tag damit beschäftigt das Team zu versorgen. Wenn die Kinder aufstehen, muss das Frühstück fertig sein und wenn die Männer abends vom Feld kommen, haben sie Hunger und wollen essen. Aber wir fühlen uns hier fair behandelt, deshalb ist das ok. Und viele Lebensmittel bauen wir selbst an. Bananen, Tomaten, Bohnen, Mais und allerhand Früchte. Was zum Kochen fehlt, kaufen wir auf dem Markt.

Wie sieht denn so der geregelte Speiseplan aus?

Zum Frühstück gibt es meistens selbst gebackenes Brot oder eine Art Haferbrei. Hauptbestandteil unserer Küche ist Posho (Maisbrei), Matooke (Kochenbananen), Reis, Bohnen, Erbsen, Fleisch und Fisch. Wir kreieren verschiedene Variationen und zwischendurch gibt auch mal Kekse, Popcorn und Obst.

In Uganda gibt es zwar keine Jahres-, aber Trocken- und Regenzeiten. Gibt es dadurch auch saisonale Küche?

(Lacht) Nein, Schnee gibt es hier nur hoch in den Bergen. Bei uns wächst alles das ganze Jahr. Saisonal wie ihr das kennt, kochen wir hier daher nicht. Aber das Angebot und die Vielfalt an Nahrungsmitteln ist natürlich abhängig von zum Beispiel Wachstumsperioden, Erntezeit oder Ausfällen, sowie Trockenperioden. Also es gibt keine Saisonküche, aber wir essen nicht jeden Tag das Gleiche.

Wisst ihr schon, was ihr den Kindern und dem Team an Weihnachten zubereiten werdet? Gibt es ein typisches Weihnachtsessen in Uganda?

Dieses Jahr wollen wir ein Buffet mit Kartoffeln, Matooke, Reis, Chapati-Brot und Fleisch zu Weihnachten kochen. Das ist eigentlich das typische Weihnachtsessen in Uganda. Und einen Kuchen wird es auch geben.

Das klingt lecker! Eine letzte Frage – Was ist denn euer Lieblingsessen?

Fred: Mein Lieblingsessen ist Reis mit Fleisch oder Hühnchen. Und meine Lieblingsfrucht ist Papaya.

Denis: Mein Lieblingsessen sind Irish Potato (Kartoffeln) mit Hühnchen. Und als Frucht esse ich auch am liebsten Papaya.

Danke Fred und Denis!



Das Lebenshaus: Die Bedeutung wächst

Auffangstation – Anlaufstelle – Zuhause

Das ist Baby Latifa – sie wurde von der Mutter einem drogenabhängigen Vater überlassen. Es bestand die Gefahr, dass der Vater ihr etwas antun könnte. Die örtliche Polizei bat uns um Hilfe. Latifa lebt nun im Lebenshaus und erfährt Liebe und Zuneigung.



Das ist Baby Serina – sie wurde vor einer fremden Haustür zurückgelassen. Die Bewohner haben im Haus geschlafen, als sie nachts draußen ein Baby weinen hörten. Sie haben sich Serina angenommen und sie zur Polizei in Kalungu gebracht. Die Polizei hat wiederum uns angerufen und unsere Mitarbeiter haben sie abgeholt. Auch Serina lebt nun im Lebenshaus, wo sie sicher geborgen ist.



Das Baby ist Janet – ihre Mutter ist bereits bei ihrer Geburt gestorben. Der Großvater von Janet hat das Mädchen aufgenommen und über 1 Jahr für sie gesorgt. Doch diese Aufgabe hat den alten Mann belastet und er fühlt sich nicht mehr in der Lage, sich allein um das kleine Mädchen zu kümmern. Er bat das Lebenshaus um Hilfe und hat sie bekommen. Janet wohnt nun im Lebenshaus, wird umsorgt und bekommt regelmäßig Besuch von ihrem Opa.



Aktuell leben 23 Kinder im Lebenshaus, alle weniger als 3 Jahre alt. Für ihre Versorgung ist unser Betreuungs-Team rund um die Uhr im Einsatz. Respekt!



Gesundheit - 1 Jahr medizinische Basisversorgung

Vor einem Jahr, im Dezember 2018, wurde mit Justine Namaganda eine voll ausgebildete Krankenschwester, mit Zusatzausbildung als Hebamme, am Lebenshaus angestellt. Mit ihrer Hilfe wollen wir versuchen, der schlechten medizinischen Versorgung im ländlichen Bereich um das Lebenshaus entgegenzuwirken. Das medizinische Angebot wird inzwischen sehr gut angenommen und hat einen hohen Bekanntheitsgrad in der Bevölkerung erreicht.

Durch die Anstellung von Justine, bietet das Lebenshaus inzwischen an 6 Tagen pro Woche, von Montag bis Samstag, eine medizinische Sprechstunde an. Dabei werden hauptsächlich Malaria, Pneumonia, Erkältung, Hautkrankheiten, Harnwegsinfekte und viele andere Beschwerden behandelt. Im Schnitt kommen auch 2-3 neue schwangere Mütter pro Monat dazu, die am Lebenshaus eine qualifizierte Betreuung erfahren.

Einmal im Monat kommt zusätzlich ein Arzt zum Lebenshaus und bringt manchmal Medikamente. Ansonsten können Medikamente von der Apotheke in der Stadt bezogen werden. Unsere Patienten zahlen keine Konsultationsgebühr, aber sie zahlen für ihre Medikamente, damit wir unsere Ausgaben decken können. Mittellose und hilfsbedürftige erfahren kostenfreie Behandlung. Jede Woche werden zudem am Donnerstag Hausbesuche in der Gemeinde gemacht, um kranke Menschen zu betreuen, die nicht in der Lage sind, das Lebenshaus oder ein Krankenhaus zu erreichen. Die für sie erbrachten Dienstleistungen sind kostenlos.



Weihnachtsgrüße



Das Team vom Uganda-Lebenshaus wünscht allen fröhliche Weihnachten und einen guten Rutsch in das neue Jahr 2020!

Raphael Rehm



INFO: Wir suchen einen Rundbrief-Austräger in der Region Oberkirch. Bei Interesse bitte melden: caren.rehm@uganda-lebenshaus.de

UGANDA LEBENSHAUS STIFTUNG



Kontakt:

Projekthilfe Uganda e.V.
Lebenshausstiftungsfonds
Pfarrer Günter Hirt
Nordwarfer Weg 3
D-25924 Emmelsbüll-Horsbüll

info@uganda-lebenshaus.de

Spendenkonto:

Projekthilfe Uganda e.V. Bruchsal
IBAN: DE08 6606 1724 0023 0108 10
Verwendungszweck: Lebenshaus, [Ihre Adresse] *

* für Dank, Information und Spendenbescheinigung. Beachten Sie dazu auch bitte das Spendenformular auf unserer Homepage.

Mehr Informationen und Kontakte unter:
www.uganda-lebenshaus.de

Wir begrüßen und freuen uns auf Anfragen für freiwillige Aufenthalte am Lebenshaus in Uganda, tatkräftige Unterstützer und beratende Fachleute.

Gendergerechtigkeit ist uns wichtig. Ausschließlich zur besseren Lesbarkeit wird die männliche Form für alle Personen verwendet.

Sie möchten keinen Rundbrief mehr erhalten?
Schicken Sie eine E-Mail an: caren.rehm@uganda-lebenshaus.de

Diese Broschüre ist auf recyceltem Papier gedruckt

Einsätze werden gefördert durch:



Der Rundbrief ist gesponsert von:



WirmachenDruck.de
Sie sparen, wir drucken!