



## Ernährung von Kleinkindern

### Liebe Leserin, lieber Leser

Traditionell ernähren Mütter in den hochgelegenen Andengebieten ihre Kleinkinder so, wie sie es selbst bei ihren eigenen Müttern erfahren haben. Oft haben sie bereits als Kinder geholfen, ihre kleinen Geschwister zu füttern und dabei viel gelernt. Die Kleinen wurden – und werden auch heute – nach Möglichkeit lange gestillt, wenn sie bei der Mutter sind, die ihr Baby ja auch bei der Haus- und Feldarbeit mit sich trägt. Breie und Suppen aus Kartoffeln, Mais und anderen Getreiden, später auch Hülsenfrüchten, ergänzt mit Gemüse, Früchten und manchmal ein wenig Huhn oder Fleisch

sind in den von uns unterstützten Regionen in den Anden weiterhin eine Basis für eine gesunde Folgeernährung nach dem Abstillen.

Die Weitergabe von Wissen und dessen Anwendung funktionieren heute leider nicht mehr in allen Familien. Das Abstillen geschieht oft zu früh. Die karge Landwirtschaft gibt nicht immer genug her, um die Familien zu ernähren, gerade auch, wenn die Väter auswärts einer Arbeit nachgehen. Frische Lebensmittel sind darum nicht immer in genügender Menge und Vielfalt vorhanden. Zudem wächst leider der Glaube an die Botschaften der Werbung für teure, ver-

arbeitete Nahrungsmittel.

Hier setzt unsere Arbeit an. Es gilt, unterernährte und mangelernährte Kinder zu identifizieren und ihnen mit regelmäßigen, ausgewogenen Mahlzeiten, zum Beispiel in Kindertagesstätten, zu besserer Gesundheit und ihren Müttern zum notwendigen Wissen und zu mehr Vertrauen in die eigenen Möglichkeiten zu verhelfen.

Lesen Sie in den Berichten, wie unsere Stiftung vorgeht, um mit Partnern Lösungen für diese Problematik zu finden.

**Daniel Rietschin, Präsident**



# Projektbesuche als Entscheidungsgrundlage

## Besuch einer Kindertagesstätte

Bei der Kindertagesstätte *Esperanza de los Niños* in San Andrés in der Provinz Tungurahua ist ein Gebäudeteil mit drei Gruppenräumen und einem Büro in die Jahre gekommen. Das Dach ist trotz mehreren Reparaturen nicht mehr dicht zu halten und die Beleuchtungssituation ungenügend. Der Betrieb in den Räumlichkeiten ist nur noch eingeschränkt möglich. Da keine andere Finanzierungsmöglichkeit gegeben war, hat unsere Stiftung eine Dachrenovierung ermöglicht.

Bei unserem Besuch vom 28. Mai 2024 begrüsst uns der Leiter Carlito herzlich und führt uns in das bereits neu eingedeckte Gebäude mit herabgehängter Decke und eingebauter Beleuchtung. Jeder Raum hat auch einen transparenten Dach- und Deckenbereich, der natürliches Licht einfallen lässt. Kinder und Betreuerinnen erfreuen sich an der gelungenen Renovation mit einem dichten Dach und einer hellen Decke mit genügend Licht.

Bei dieser Gelegenheit können wir die 30 Kinder bei ihrem Mittagessen antreffen. Die Tagesverpflegung sieht so aus: Frühstück um 8 Uhr: Milch (aromatisiert mit Tee des Zitronenstrauches), kleiner Maiskolben, Banane und Rührei. Zwischenmahlzeit um 10 Uhr: Erdbeeren und Getreideriegel. Mittagessen um 12 Uhr: Hafermehlsuppe mit Kartoffeln, Reis mit geschnetztem Huhn an Sauce, Karotten- und Tomatensalat, Kiwifruchtsaft. Zwischenmahlzeit um 15 Uhr: Maismilch und gesalzenes Brötchen.

## Umfassendes Gesundheitsprogramm

Die Kindertagesstätte *Esperanza de los Niños* ist eine von zehn Tagesstätten, die unsere Stiftung von 2021 bis 2023 im Projekt *Gesamtheitliches Gesund-*



*heitsprogramm für 370 Kinder in zehn Gemeinschaften der Kantone Patate und Pillaro* unterstützt hat. Ein Ziel dieses Programms war die Verbesserung der Ernährungssituation der Kleinkinder. Sie erhielten regelmässige Mahlzeiten und wurden zusätzlich kognitiv, sozial und sprachlich gefördert. Ihre Eltern wurden durch Workshops über familiäre und soziale Themen sowie Ernährungslehre inklusiv Kochkurse einbezogen.



Ergänzend dazu wurde der biologische Anbau verschiedener Gemüsesorten in den Tagesstätten und Familiengärten eingeführt und instruiert. Die Parzellenvorbereitung und Anpflanzung erfolgte durch die Familien in unentgeltlicher Gemeinschaftsarbeit.

Ärztinnen des Gesundheitszentrums nahmen bei den Kindern halbjährlich Messungen der Körpergrösse vor und bestimmten das Verhältnis von Alter und Körpergrösse. Dabei wurde festgestellt, dass in sieben von zehn Kitas der Anteil der chronisch unterernährten Kinder erfreulicherweise unter dem nationalen Durchschnitt blieb, andererseits diese Prävalenz in drei Gemeinden leider auf über 40 % anstieg - in der Gemeinde Sucre alarmierend sogar auf 55 %. Die Ärztinnen erklärten diese sektoriell erfreuliche Entwicklung mit dem Zuzug neuer Kleinkinder, den ökonomisch prekären Bedingungen, dem schlechten Trinkwasser, der unsicheren Nahrungsbeschaffung und ungenügender Säuglingsernährung.

Ausgehend von dieser Analyse, hat der Stiftungsrat im Dezember 2022 ent-



schieden, mit allen beteiligten Institutionen die Möglichkeiten von koordinierten Massnahmen gegen die schlechte Ernährungslage in der Gemeinde Sucre in einem Pilotprojekt auszuloten.

### Pilotprojekt für Kleinkinder

Das Projekt trägt den Titel *Partnerschaftliches Pilotprojekt zur Verbesserung der Ernährungssituation von Kindern bis fünf Jahre in der Gemeinde Sucre während zweier Jahre* und basiert auf dem Ansatz, alle vorhandenen, in diesem Bereich tätigen Institutionen einzubeziehen und deren Kräfte zu bündeln. So sollte es möglich sein, die Ernährungslage der betroffenen Kinder anzuheben.

Die chronische Unterernährung ist ein in Ecuador verbreitetes Problem, das vor allem bei Kindern unter fünf Jahren entsteht, die sich dadurch nicht optimal weiterentwickeln können. Die Ursachen sind vielfältig und haben alle mit den prekären wirtschaftlichen Bedingungen der betroffenen Familien und Gemeinden zu tun.

Das Projekt hat zum Ziel, die Bemühungen der Ministerien für Gesundheit, Landwirtschaft und Soziales sowie der lokalen Regierung und der kinderbetreuenden Institutionen in der besonders gefährdeten Gemeinde Sucre zu koordinieren und mit der ausgewählten Unterstützung durch unsere Partnerorganisation *Fundyvida* zu ergänzen.

Es ist vorgesehen, dass aktuell 122 Kinder (davon leiden 47 an chronischer und 36 an akuter Unterernährung) und deren Familien eine intensivere Betreuung erhalten. Mit den vorgesehenen Massnahmen soll die Ernährungslage der Kinder messbar verbessert werden und es sollten sich daraus Erkenntnisse für spätere Massnahmen in anderen, auch bedrohten Gemeinden gewinnen lassen.

Das Gesundheitszentrum in Sucre ist zuständig für die zweimal jährlich stattfindenden ärztlichen Untersuchungen der Kinder sowie die monatlichen, anthropometrischen Messungen, die Ernährungsberatung, die Bereitstellung von Nahrungsergänzungsmitteln (v.a. für



Kinder mit Unterernährung, Blutarmut und Parasitosen) und die Abgabe eines Zahnhygienekits. Das Ministerium für wirtschaftliche und soziale Eingliederung berät die Familien in monatlichen Hausbesuchen. Die Trinkwasserkommission ist für die Verfügbarkeit von sauberem Trinkwasser besorgt.

Diese Massnahmen sind in ein umfassendes Gesundheitsprogramm eingebettet, wie wir das oben beschrieben und mit dem wir gute Erfahrungen gemacht haben. So werden auch Schulungen zur Förderung einer gesunden

Ernährung für die beteiligten Familien durchgeführt. Es werden Samen und Setzlinge für die Demonstrations- und Familiengärten bereitgestellt. Ebenso erhalten die Familien Legehennen, damit durch Eierkonsum der notwendige Proteinbedarf gewährleistet werden kann. Zusätzlich erhalten unterernährte Kinder und schwangere Frauen periodisch eine ausreichende Menge der einheimischen Nahrungsergänzung *Chapo Forzán*.

*Chapo Forzán* ist ein gesunder, nahrhafter Brei aus Gersten- und Bohnenmehl. In Demonstrationsworkshops wird die Zubereitung geschult.

Momentan sind wir daran, unseren Teil der Hilfe und Projektkosten zu ermitteln. Unsere Partnerorganisation *Fundyvida* wird das Projekt betreuen, Schulungen übernehmen und Samen, Setzlinge, Dünger, sowie Hühner und Futter abgeben. An den durch die staatlichen Organisationen zu erbringenden Leistungen beteiligen wir uns nicht.

**Damit wir dieses Pilotprojekt realisieren können, brauchen wir die Unterstützung durch Sie, liebe Spenderinnen und Spender.**

**Vielen Dank für Ihre Hilfe!**





# Wir suchen neue Mitglieder für unseren Stiftungsrat!

Einige unserer Mitglieder sind seit vielen Jahren ehrenamtlich für die Fundación Para los Indígenas tätig und möchten ihren Platz jüngeren Kräften zur Verfügung stellen. Für die Zukunft unserer Stiftung ist eine regelmässige Erneuerung des Stiftungsrats notwendig.

Die Tätigkeit im Stiftungsrat ist vielseitig und interessant, manchmal herausfordernd und immer bereichernd und befriedigend.

Wir wünschen uns neue Kolleginnen und Kollegen mit folgenden Interessen, Kompetenzen und Erfahrungen:

- **Freude und Bereitschaft, aktiv und ehrenamtlich für die indigene Bevölkerung von Ecuador tätig zu sein**
- **Zeitliche Ressourcen – ob berufstätig oder im Ruhestand**
- **Erfahrung im Projektmanagement, in der Leitung von Projekten mit externen Partnern, verbunden mit der Bereitschaft zu gelegentlichen Projektreisen nach Ecuador**
- **Berufserfahrung in einem dieser Bereiche: Finanzen, Fundraising, Kommunikation oder Gesundheitswesen, Landwirtschaft, Berufsbildung, Bauwesen usw.**
- **Spanischkenntnisse sind vor allem im Projektmanagement notwendig**
- **Ideal: Affinität zu Lateinamerika und Ecuador**
- **Ideal: Netzwerk an Kontakten in der Schweiz zur Generierung neuer Spendengelder**

Wenn einige dieser Punkte auf Sie zutreffen, so nehmen Sie bitte mit uns Kontakt auf.

Wir freuen uns auf Sie.

Gerne geben Ihnen die Stiftungsräte Daniel Rietschin (079 733 26 28) und Walter Niederhauser (079 355 00 88) unverbindlich Auskunft.

Eine gute Einarbeitung in die neue Aufgabe ist gewährleistet.



## Kontakt

### Spende

Unterstützen Sie unsere Projekte in Ecuador. Herzlichen Dank für Ihre Überweisung auf unser Bank- oder Postkonto.

### Legat – Erbschaft

Mit einem Legat können Sie nachhaltig helfen und unsere Arbeit unterstützen. Setzen Sie mit Ihrem Legat ein Zeichen für die Zukunft und helfen Sie armen indigenen Familien in Ecuador.

### Publikationen

Teilen Sie uns bitte mit, wenn Sie künftig unsere Publikationen elektronisch erhalten möchten.

[admin@paralosindigenas.org](mailto:admin@paralosindigenas.org)

[www.pralosindigenas.org](http://www.pralosindigenas.org)



### Bankverbindungen

Regiobank Solothurn AG

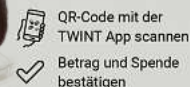
4502 Solothurn

IBAN CH15 0878 5001 5767 0013 3

PostFinance:

IBAN CH85 0900 0000 8000 9933 3

Jetzt mit TWINT spenden!



### Geschäftsstelle/Postadresse

Fundación Suiza

Para Los Indígenas del Ecuador

Althardstrasse 80

CH - 8105 Regensdorf

T 043 322 42 29

[admin@paralosindigenas.org](mailto:admin@paralosindigenas.org)



Ihre Spende  
in guten Händen.

