



Fastenaktion Gemeinsam Hunger beenden

Perspektiven

Ohne
Bäuerinnen
kein Essen

 Schweizer
Hilfswerke



Liebe Leserin, lieber Leser

Wenn Amina morgens die Felder ihres Ehemanns betritt, weiss sie noch nicht, ob die Ernte für die Familie reichen wird. Der Regen war dieses Jahr unzuverlässig, und die Preise auf dem Markt schwanken stärker denn je. Doch Aufgeben ist keine Option.

Millionen von Frauen weltweit tragen in der kleinbäuerlichen Landwirtschaft die Hauptlast: Sie bestellen unermüdlich die Felder und sichern so die Ernährung ihrer Gemeinschaften. Gleichzeitig stemmen sie den Haushalt und die Care-Arbeit ihrer Familie. Doch all dies bleibt oft unsichtbar, ihre Stimme ungehört, ihr Zugang zu Ressourcen beschränkt. Dies erschwert auch ihre Ernährungssituation – daran erinnert der Welthungertag am 16. Oktober.

Drei Porträts aus den Programmländern von Fastenaktion illustrieren eindringlich, wie wichtig die gezielte Unterstützung von Bäuerinnen für eine nachhaltige Landwirtschaft ist. Nicht von ungefähr hat die Uno 2026 zum internationalen Jahr der Bäuerinnen ausgerufen. Damit sollen Frauen wie Amina die Wertschätzung erhalten, die sie verdienen.

Ich wünsche Ihnen viel Vergnügen beim Lesen.



Ihre

Romana Büchel
Fachverantwortliche Gender
bei Fastenaktion

DR KONGO

- 3 Ein Bauer, der Nahrung und Zukunft sät

HINTERGRUND

- 4 Gemeinsam Verantwortung übernehmen

BILDGESCHICHTE

- 6 Philippinen

POLITIKUM

- 8 Wir müssen Sicherheit umfassender denken

DOSSIER:

UNO-JAHR DER BÄUERINNEN

- 9 Bäuerinnen – unentbehrlich, jedoch oft übersehen
- 10 Das Stück Land, das alles verändert hat
- 12 Stolz darauf, eine Bäuerin zu sein
- 14 Engagiert für eine gerechtere Gesellschaft
- 16 Zahlen & Fakten

- 17 Glossar

AKTUELL

- 18 Kurz-News

TATEN STATT WORTE

- 19 Machen Sie mit!

Impressum

Herausgeber: Fastenaktion, 2026
Redaktion: Ralf Kaminski, Tiziana Conti, Federica Mauri
Korrektorat: 1-2-fehlerfrei
Agentur: SKISS GmbH, Luzern
Druck: Druckerei Jordi AG, Belp
Auflage: D 33 850, F 5800, I 3000
Erscheinung: Viermal jährlich
Preis: CHF 5.– pro Spender:in werden für das Abonnement verwendet
Kontakt: mail@fastenaktion.ch, 041 227 59 59

Der Druck verursacht CO₂.
Deshalb leisten wir Beiträge an
Klimaprojekte via Klima-Kollekte.



Ein Bauer, der Nahrung und Zukunft sät

Text: **Tiziana Conti** Bild: **Huguette Minani**

Louis Okombé Djonga ist Saatgutproduzent und Landwirt in der Demokratischen Republik Kongo. Das wertvolle Wissen, das der 79-Jährige dank einer Partnerorganisation von Fastenaktion erworben hat, gibt er heute an junge Menschen weiter – und trägt so zu einer besseren Zukunft seiner Gemeinschaft bei.

Wenn Louis Okombé Djonga über Saatgut spricht, leuchten seine Augen. In der ländlichen Kleinstadt Lomela im Zentrum der Demokratischen Republik Kongo ist er zu einem wichtigen Ratgeber geworden – auch für ihn eher überraschend. «Früher war das Leben wirklich schwer», erinnert er sich. «Ich hatte keine feste Arbeit, nicht genug Geld, um die Schulgebühren unserer Kinder oder die Arztkosten zu bezahlen. Wir hatten auch nicht immer genug zu essen.»

Als Vater von sechs Kindern suchte Louis nach Wegen, den Alltag seiner Familie zu verbessern. 2015 nahm er an den Schulungen von Caritas Kole teil, einer Partnerorganisation von Fastenaktion. Dort lernte er alles über die Vermehrung, die Lagerung und die Bedeutung von Saatgut: «Gutes Saatgut ist die Grundlage jeder landwirtschaftlichen Produktion. Ansonsten sind die Ernten schlecht, und die Familien werden von Einkäufen abhängig.»

Samen des Wissens

Louis' plötzlich reiche Ernten weckten das Interesse der Nachbardörfer, mehr und mehr junge Leute kamen zu ihm und fragten um Rat.



Louis Okombé Djonga arbeitet mit 79 Jahren noch immer auf seinen Feldern. Sein Wissen über Saatgut ist bei den Jungen sehr begehrt.

So wurde er, ohne es geplant zu haben, zu einem wichtigen Wissensvermittler. «Ich ermutige und begleite sie, damit sie ihr Leben selbst in die Hand nehmen können», erklärt er.

Inzwischen ist das Teilen seines Wissens für ihn zu einer Mission geworden. Auch, weil er die positiven Folgen direkt mitbekommt: Mehrere dieser jungen Menschen bewirtschaften heute ihre eigenen Felder und sorgen damit nicht nur für eine gesündere Ernährung ihrer Familien, sie erzielen zusätzlich ein gutes Einkommen. Einige bauen damit ein Geschäft auf, andere investieren in neue Projekte. Und die Gemeinschaft gewinnt nach und nach an Selbständigkeit.

Mit seinen 79 Jahren arbeitet Louis weiterhin jeden Tag auf seinen Feldern. Doch in den Furchen, die er zieht, wächst weit mehr als nur Mais: Wissen, neue Perspektiven und die Hoffnung auf eine bessere Zukunft.

Gemeinsam Verantwortung übernehmen

Text: **Tiziana Conti** Illustration: **Fedevaco** Bilder: **Grupo Semillas/Atucsara**

Warum sollte sich eine Schweizer Gemeinde um den Hunger in Kolumbien oder die Folgen der Klimaerwärmung in Burkina Faso kümmern? Für die Waadtländer Organisation Fedevaco ist die Antwort klar: Soziale und ökologische Herausforderungen machen nicht an Grenzen halt. Fedevaco ermutigt die Gemeinden deshalb schon seit Jahren, Projekte von Fastenaktion zu unterstützen.

Hunger, Armut oder Klimaerwärmung mögen weit weg erscheinen von den Anliegen einer Schweizer Gemeinde. Doch in unserer vernetzten Welt sind wir auch mit Menschen verbunden, die auf anderen Kontinenten leben: Dies illustrieren etwa der Kaffee, den wir trinken, die Kleidung, die wir tragen, oder die Mineralien in unseren Handys. Wir nutzen diese Produkte ganz selbstverständlich – doch in den Regionen, aus denen die zentralen Rohstoffe dafür kommen, hat unser Konsum oft negative Folgen für die Menschen und führt etwa zu einer Verschärfung von Hunger oder Umweltzerstörung.

Die internationale Zusammenarbeit ist deshalb nicht nur ein Zeichen der Solidarität: Sie ermöglicht es, zahlreiche lokale Initiativen langfristig zu unterstützen, die Hunger und Armut bekämpfen und Gemeinschaften helfen, Krisen zu bewältigen. Leider steht diese Zusammenarbeit heute vermehrt politisch und finanziell unter Druck. Dabei zeigen die Projekte von Fastenaktion, wie effektiv sie ist.

Lösungen, die etwas bewirken

In vielen ländlichen Regionen Kolumbiens zum Beispiel sind zahlreiche Gemeinschaften mit bewaffneter Gewalt, Landraub, schädlichen Folgen von Monokulturen und der Klimaerwärmung konfrontiert – alles Faktoren, die eine ausreichende und gesunde Ernährung gefährden. Gemeinsam mit lokalen Partnerorganisationen unterstützt Fastenaktion diese Gemeinschaften mit wirksamen Lösungen wie Agrarökologie, solidarischem Sparen oder erneuerbaren Energien. Durch die Stärkung der Unabhängigkeit der Bevölkerung und des sozialen Zusammenhalts ermöglichen diese Initiativen den



Schulungen durch Partnerorganisationen von Fastenaktion in Kolumbien stärken die lokalen Gemeinschaften.

Gemeinschaften, sich aktiv für den Frieden einzusetzen und gleichzeitig die natürlichen Ressourcen zu bewahren, die ihre Zukunft sichern.

Dabei wird Fastenaktion unter anderem von der Fédération vaudoise de coopération (Fedevaco) unterstützt, einer Organisation, die seit 30 Jahren den Kanton Waadt und seine Gemeinden bei ihrem Engagement für die internationale Zusammenarbeit begleitet. Sie hält sich dabei an das sogenannte Donut-Modell der britischen Ökonomin Kate Raworth.

Kompass für die Gemeinden

Das Prinzip ist einfach: jedem und jeder den Zugang zu allen Grundbedürfnissen zu garantieren und gleichzeitig die Grenzen des Planeten zu respektieren. Das Donut-Modell fordert die öffentlichen Körperschaften dazu auf,



Die reichen Ernten dieser kolumbianischen Bäuerinnen veranschaulichen die Erfolge einer wirksamen internationalen Zusammenarbeit – ermöglicht durch den gemeinsamen Einsatz von Fedevaco, Fastenaktion und ihren lokalen Partnerorganisationen.

über ihre Grenzen hinauszuschauen. Denn eine Gesellschaft kann nicht wirklich nachhaltig sein, wenn ihr Wohlstand auf Armut oder Umweltzerstörung in anderen Regionen beruht – die soziale und die ökologische Dimension sind untrennbar miteinander verbunden. Eine Gemeinde sollte sich deshalb fragen, welche Auswirkungen ihr Lebensstil anderswo auf der Welt hat, und sich entsprechend etwa für das Klima, die Biodiversität, Menschenrechte oder eine gerechtere Wirtschaft einsetzen.

Es ist also nicht getan mit der Finanzierung von Projekten, sondern es braucht die konkrete Mitwirkung bei der Bewältigung von Herausforderungen, die letztlich uns alle betreffen. Genau dies ermöglicht die Fedevaco den Waadtländer Gemeinden mit Weiterbildungs- und Austauschangeboten sowie der Unterstützung von Fastenaktion.

Eine gemeinsame Vision der Zusammenarbeit

Mit mehr als fünfzig Mitgliedsorganisationen setzt sich der in Lausanne basierte Dachverband für die Stärkung des öffentlichen Engagements des Kantons bei der internationalen Zusammenarbeit ein. Dabei achtet die Fedevaco auf die Qualität und Transparenz der unterstützten Projekte und fungiert so als Bindeglied zwischen den Gemeindebehörden, den Schweizer Organisationen und ihren Partnern weltweit.

Fastenaktion ist seit der Gründung der Fedevaco 1989 Mitglied. Beide Organisationen teilen die gleiche Überzeugung: Nachhaltige Veränderungen entstehen gemeinsam mit den betroffenen Gemeinschaften. Deshalb legen sie den Schwerpunkt auf lokale Partnerschaften, die Stärkung von Organisationen vor Ort und ein langfristiges Engagement.

Mehr zu Fedevaco und dem Donut-Modell (auf Französisch): fedevaco.ch

Das Donut-Modell stärkt soziale und ökologische Gerechtigkeit





PHILIPPINEN

Fischerinnen und Fischer im Norden der Insel Samar ziehen ein langes Netz zurück an den Strand, das sie Stunden zuvor im flachen Wasser ausgelegt haben. Seit sie mit Unterstützung unserer Partnerorganisation CERD begonnen haben, die marinen Ökosysteme zu schützen, können sie auch in Küstennähe wieder genug Fische für den Eigenbedarf und den Verkauf auf dem Markt fangen.

(Bild: Bob Timonera)



Wir müssen Sicherheit umfassender denken

Text: **Daniel Hostettler, Leiter Internationale Programme**

Fastenaktion begrüsst die neue Sicherheitsstrategie des Bundesrats, die auch Armut, Ungleichheit und Klimaerwärmung berücksichtigt. Nur schade, dass dem dann kaum Taten folgen: Die vorgeschlagenen Massnahmen konzentrieren sich weiterhin vor allem aufs Militär, statt auch die Entwicklungszusammenarbeit zu stärken.

Im Frühling dieses Jahres schickte der Bundesrat seine Sicherheitspolitische Strategie (SPS26) in die Vernehmlassung. Schon der Titel «Für eine umfassende Sicherheit» macht deutlich, dass die Strategie über eine rein militärische Sicht auf das Thema hinausgeht.

Fastenaktion begrüsst diesen umfassenden Sicherheitsbegriff, der die internationale Zusammenarbeit als wichtigen Teil der Sicherheitsarchitektur anerkennt. «Im Unterschied zur früheren Gesamtverteidigung [...] gehört zur umfassenden Sicherheit auch die internationale Zusammenarbeit, weil die meisten Bedrohungen grenzüberschreitend sind», schreibt der Bundesrat. Seine Analyse führt entsprechend auch nicht-militärische Risiken auf: «Armut, Ungleichheiten, Klimawandel und Ressourcenknappheit begünstigen Konflikte und Instabilität.» Diese Themen stehen seit jeher im Zentrum der Schweizer Entwicklungszusammenarbeit und sind auch in der Arbeit von Fastenaktion zentral.

Erfreuliche Anerkennung

Es ist also ganz in unserem Sinn, wenn der Bundesrat die Wichtigkeit der Entwicklungszusammenarbeit, der humanitären Hilfe und der Friedensförderung für die Sicherheit der Schweiz anerkennt – und folglich beabsichtigt, das Völkerrecht und die Menschenrechte zu fördern. Der Kampf gegen Hunger und Armut braucht einen regelbasierten Rahmen, um nachhaltig zu sein.

Ebenso begrüssen wir den geplanten «Ausbau der einheimischen erneuerbaren Energien und der Energieeffizienz, um die Abhängigkeit von Energieimporten zu verringern». Fastenaktion verlangt schon seit langem den Ausstieg aus fossilen Brennstoffen. Denn diese

sind ein grosser Treiber der Klimaerwärmung, die fatale Konsequenzen für die Menschen in den Programmländern von Fastenaktion hat.

Schöne Worte, fehlendes Geld

Leider fehlt es der Strategie dann bei den vorgeschlagenen Massnahmen an Konsequenz: Diese sind weiterhin weitgehend verteidigungsorientiert. Die überwiegend militärischen und reaktiven Massnahmen führen gegenüber der Bedrohungsanalyse zu einem seltsamen Ungleichgewicht. Ein wirklich umfassender Ansatz sollte die menschliche Sicherheit viel stärker ins Zentrum stellen sowie auf die Rechte und das Wohlergehen der Menschen und ihrer Gemeinschaften fokussieren.

Hinzu kommt noch das Problem der Finanzierung: Denn sollen «alle relevanten Kräfte im Rahmen einer gemeinsamen Strategie zusammenwirken», wie der Bundesrat schreibt, dürfen die verschiedenen Komponenten in der Diskussion auch nicht gegeneinander ausgespielt werden. Die alljährlichen Kürzungen im Budget der Entwicklungszusammenarbeit, nicht zuletzt zugunsten eines Ausbaus der Armee, widersprechen sowohl der Risikoanalyse wie auch den Schlussfolgerungen der Sicherheitspolitischen Strategie 2026. Stattdessen braucht es eine ausgewogene Kombination von militärischen und zivilen Instrumenten: Um die Sicherheit der Schweiz langfristig zu gewährleisten, sind substanzielle Beiträge an die Konfliktprevention, an die Bekämpfung von Armut, Hunger und Klimaerwärmung und an den sozialen Zusammenhalt ebenso hoch zu gewichten wie die Beiträge zur militärischen Verteidigungsfähigkeit.

Bäuerinnen – unentbehrlich, jedoch oft übersehen

Text: **Romana Büchel** Bilder: **Fastenaktion**

Das von den Vereinten Nationen ausgerufene «Jahr der Bäuerinnen» 2026 sowie der Welthungertag vom 16. Oktober lenken den Blick auf eine oft übersehene Realität: Gerade im Globalen Süden tragen Frauen entscheidend dazu bei, dass Familien und Dorfgemeinschaften genügend Nahrung haben. Lesen Sie auf den folgenden Seiten, wie die Projekte von Fastenaktion insbesondere Bäuerinnen stärken.

Wenn wir an Landwirtschaft denken, entstehen in unseren Köpfen meist Bilder von Männern auf Traktoren, riesigen Feldern und moderner Technik. Weniger sichtbar sind weltweit Millionen von Frauen, die täglich säen, pflanzen, jäten und ernten. Gleichzeitig kümmern sie sich um Kinder, ältere Menschen, Kranke, Haushalt und Tiere – oft ohne soziale Absicherung oder Anerkennung. Bäuerinnen bilden das Rückgrat der weltweiten Ernährung, im Globalen Süden produzieren sie laut der Welternährungsorganisation FAO rund 70 Prozent der Grundnahrungsmittel.

Trotzdem litten laut Welthunger-Index 2024 rund 1,4 Milliarden Frauen und Mädchen unter Ernährungsunsicherheit – fast 20 Prozent mehr als Männer. In vielen Familien essen Frauen zuletzt und nur das, was übrigbleibt. Dadurch fehlen ihnen lebenswichtige Vitamine und Mineralstoffe; sie leiden unter dem sogenannten «stillen Hunger».

Ungeachtet ihrer Schlüsselrolle fehlt vielen Frauen der Zugang zu Land, Wasser, Bildung oder Technik. Weniger als 15 Prozent der weltweiten landwirtschaftlichen Flächen gehören Frauen. Hätten sie dieselben Chancen wie Männer, könnten die Ernten laut FAO um 20 bis 30 Prozent gesteigert und Millionen Menschen zusätzlich ernährt werden.



Drei Frauen aus Burkina Faso, Kolumbien und Nepal (von oben) zeigen Wege in eine bessere Zukunft.

In den Programmländern von Fastenaktion zeigt sich die Stärke der Bäuerinnen besonders eindrücklich: Es sind mehrheitlich Frauen, die traditionelles Saatgut als Teil der kulturellen Identität aufbewahren, agrarökologische Methoden anwenden und lokale Ernährungssysteme sichern. Eine indigene Bäuerin einer kolumbianischen Partnerorganisation brachte es an einer internationalen Landkonferenz auf den Punkt: «Land ist ein Recht und kein Geschäft.»

Bäuerinnen sind keine Randfiguren der Landwirtschaft – sie sind ihr Herzstück. Und sie verdienen dieselben Rechte, Ressourcen und dieselbe politische Repräsentation wie Bauern.

Das Stück Land, das alles verändert hat

Text: **Tiziana Conti**

Bilder: **Ella Chedoyessi**

Lange Zeit hatte Kiswensida Gagré keinen Zugang zu Land und war für die Ernährung ihrer Familie vollständig auf die Ernteerträge ihres Mannes angewiesen. Heute hat sie ein eigenes Feld, das sie mit Unterstützung einer Partnerorganisation von Fastenaktion in Burkina Faso erhalten hat. Dort baut sie nun Gemüse an, erzielt damit ein Einkommen und gibt ihr Wissen an andere Frauen weiter.

In der ländlichen Gemeinde Ourgou-Manéga im Zentrum Burkina Fasos nutzt Kiswensida Gagré die Trockenzeit, um ihre Felder vorzubereiten. Sie legt Zaï-Gruben an, eine Technik, die Regenwasser speichert und die Bodenfruchtbarkeit wiederherstellt. Heute gehört ihr dieses Land. Doch noch vor kurzem hatte sie kein eigenes Feld, das sie bewirtschaften konnte.

Kiswensida ist 36 Jahre alt und Mutter von drei Kindern. Wie viele Frauen in ihrem Dorf arbeitete sie an der Seite ihres Mannes auf den Feldern. Doch sie selbst besass kein Land, konnte nichts selbst entscheiden und war für die Ernährung ihrer Familie vollständig von ihrem Mann abhängig. Eine schlechte Ernte gefährdete sofort die Ernährungssicherheit des Haushalts.

Ein Schritt zur Selbständigkeit

All dies begann sich zu ändern, als ADIF (Association Sougri-Nooma pour le Développement des Initiatives Féminines) in ihrer Gemeinde Sensibilisierungskampagnen startete. Die Partnerorganisation von Fastenaktion brachte Dorfbehörden, Landbesitzer, Persönlichkeiten des öffentlichen Lebens und Frauen zusammen, um über den Zugang zu Land zu diskutieren. Dank dieses Dialogs erhält Kiswensida ein halbes Hektar Land – ein erster Erfolg, aber auch der Beginn





Kiswensida Gagré baut heute auf ihrem eigenen Land so erfolgreich Soja an, dass sie damit ein kleines Geschäft aufbauen konnte und nun eigenes Geld verdient.



eines neuen Lernprozesses. In ihrer Genossenschaft Nabonswende bildet sie sich in agrarökologischen Praktiken weiter, die an das Klima der Region angepasst sind. Dazu gehören insbesondere der Zaï-Anbau und der Einsatz von organischem Dünger zur Wiederherstellung der Bodenfruchtbarkeit.

«Aufwachen und kämpfen!»

Die Ergebnisse lassen nicht lange auf sich warten: 2024 erntet sie erstmals Bohnen und Soja, im folgenden Jahr kann sie die Erträge weiter steigern. «Die meisten Bohnen behalte ich, damit die Kinder etwas zu essen haben», erklärt sie. Das Soja hingegen verarbeitet sie zu einem Snack an Spiesschen, die sie grilliert und im Dorf verkauft. Mit diesen Einnahmen kann sie zum Familieneinkommen beitragen und unter anderem die Schulgebühren der Kinder bezahlen. «Wenn ich früher Geld brauchte, musste ich meinen Mann darum bitten. Jetzt reichen meine eigenen Einnahmen aus, um wichtige Ausgaben selbst zu decken.»

Doch die Veränderung geht noch weiter. Immer mehr Frauen aus der Gemeinde kommen zu Kiswensida, um Rat zu suchen. Einige möchten lernen, wie man Soja-Spiesschen zubereitet, andere, wie man Zaï betreibt oder ein eigenes Einkommen erzielt. «Es freut mich sehr, dass ich anderen Frauen Ratschläge geben und mein Wissen weitergeben kann.» Ihre Erkenntnis aus eigener Erfahrung ist klar: «Frauen müssen aufwachen und kämpfen! Es gibt keine Tätigkeit, die eine Frau nicht ausüben kann.»

Kiswensida will ihren Betrieb in den kommenden Jahren noch vergrössern, ihre Erträge verdoppeln und schliesslich ein Restaurant eröffnen. Vor allem aber wünscht sie sich, dass mehr Frauen Zugang zu Land erhalten und so an Selbständigkeit gewinnen. Sie wird dabei helfen, wo sie kann – damit möglichst viele weitere Frauen einen Grundstein für eine bessere Zukunft legen können.

Stolz darauf, eine Bäuerin zu sein

Text: **Ralf Kaminski**

Bilder: **Vicaría del Sur**

María Concepción Chavarro Sterling bewirtschaftet mit ihrem Mann Omar einen Hof im kolumbianischen Amazonasgebiet. Unterstützt durch unserer Partnerorganisation Vicaría del Sur konnte sie ihr Leben in den letzten Jahren enorm verbessern.



«Es ist mir eine grosse Ehre, Bäuerin und Arbeiterin zu sein – eine Kämpferin, die ihre Familie voranbringt, für eine bessere Zukunft für uns alle», sagt Maria Concepción Chavarro Sterling. Die 52-jährige Kleinbäuerin, die in Morelia im Süden Kolumbiens einen Hof führt, beschreibt sich selbst so: «Ich bin eine Bäuerin, die den Boden bestellt und sich um das Wasser, die Berge und die Tiere kümmert, um das Leben des Amazonasgebiets zu bewahren.»

Seit rund 20 Jahren nimmt Concepción an den Aktivitäten von Vicaría del Sur teil, einer Partnerorganisation von Fastenaktion in Kolumbien. «Mir haben die Schulungen und Treffen von Anfang an gefallen, aber mein Mann Omar ist ein bisschen zu träge dafür – er macht lieber die Arbeit auf dem Hof.» Dennoch setzen sie gemeinsam um, was sie von der Vicaría lernen. Dies hat zu enormen Verbesserungen in ihrem Leben geführt.

Sie betreiben heute eine ganz andere Landwirtschaft als vor 30 Jahren, als sie Omars elterlichen Hof übernommen haben. «Wir hörten auf mit Abholzungen und Brandrodungen, pflanzten viel mehr Gemüse und auch viel näher am Haus. Wir begannen, nur noch organischen Dünger zu verwenden, und gestalteten unsere Weiden völlig um.»

Bessere Ernten, eigenes Geld

Statt drei grosser Weiden, auf denen das Vieh die ganze Zeit graste, gibt es nun 21 kleine Weiden. «Die Kühe wechseln all zwei, drei Tage die Weide, so dass sich die Pflanzen wieder erholen können.» Zudem hat das Paar eine Solarenergieanlage, mit der es unter anderem Elektrozäune betreiben kann. Durch all diese Massnahmen haben die Ernteerträge stark zugenommen.

«Früher mussten wir vieles hinzukaufen, heute haben wir ständig Gemüse, mehr als genug zu essen für den Eigenbedarf – und sparen dabei sogar Geld.» Wenn die Ernte besonders reichlich ist, verkaufen sie auch einiges auf dem lokalen Markt, etwa Zitronen, Kurkuma, Ingwer oder Chili.

Die finanzielle Situation der Familie hat sich zusätzlich verbessert durch Concepcións Mitgliedschaft bei einer Spargruppe. «Früher hatte ich, wenn es gut ging, vielleicht mal 10'000 oder 20'000 Pesos zur Verfügung (etwa zwei bis vier Franken), heute sind es konstant bis zu 100'000 Pesos (etwa 20 Franken).» Dies hat auch ihr Selbstwertgefühl gestärkt. «Heute muss ich nicht mehr Omar um Geld bitten, ich habe meine eigenen Ersparnisse und entscheide selbst, wie ich sie ausbebe.»



Dank agrarökologischer Techniken konnte Concepción ihre Ernten deutlich steigern.

Andere Frauen ermutigen

Auch sonst hat sie sich verändert: «Ich habe an den Treffen in der Gruppe nicht nur viel gelernt, ich fühle mich heute sicherer und bin weniger schüchtern», erzählt sie. «Früher hatte ich Angst, vor Leuten nur schon meinen Namen zu sagen. Das habe ich nach und nach überwunden.» Sie ist inzwischen sogar Mitglied im Verband der Gemeindevorstände und vertritt dort ihre Gemeinde. «Und ich möchte all dies auch anderen Frauen weitervermitteln: dass man es tatsächlich schaffen und viel erreichen kann, wenn man es nur will.»

Daneben arbeitet die Mutter dreier erwachsener Kinder weiterhin auf dem Hof. «Omar und ich unterstützen uns heute gegenseitig, auf dem Feld und

bei der Hausarbeit. Der grösste Unterschied dabei ist die Kraft. Männer sind uns bei gewissen Arbeiten überlegen, weil sie stärker sind. Aber auch als Frau kann man solche Arbeiten durchaus bewältigen.»

Der Traum: ein Haus aus Stein

Für sich persönlich träumt Concepción vor allem davon, ein kleines, stabiles Haus bauen zu können. «Unser jetziges Holzhaus ist alt und baufällig. Hoffentlich schenkt uns Gott die Gesundheit und die Kraft, dass wir uns noch an einem Häuschen aus Backstein erfreuen können. Ausserdem möchte ich meine Enkelkinder aufwachsen sehen und weiter mit unserer Gemeinschaft an einer besseren Zukunft arbeiten.»



Sie sind heute ein eingespieltes Team: María Concepción Chavarro Sterling und ihr Mann Omar.

Engagiert für eine gerechtere Gesellschaft

Text: **Ralf Kaminski** Bilder: **Jibiko Media**

Sangita Baspane ist die erste Frau ihres Dorfs im Westen Nepals, die eine höhere Ausbildung absolviert. Die 23-jährige Dalit-Kleinbäuerin setzt sich gegen die hartnäckige Diskriminierung ihrer Kaste und für eine bessere Ernährungssicherheit ein.

«Mein grösster Traum ist es, mitzerleben, wie sich meine Gesellschaft noch weiter positiv verändert», sagt Sangita Baspane. Darunter versteht die Tochter einer kleinbäuerlichen Dalit-Familie aus Chaulkune unter anderem «die vollständige Beseitigung der Diskriminierung meiner Kaste sowie der Benachteiligungen von Mädchen und Frauen während der Menstruation».

Dalits gehören einer niedrigen Kaste an und gelten in Nepal deshalb als «Unberührbare». Sie erleben bis heute systematische Ausgrenzung in allen Lebensbereichen, obwohl dies gesetzlich eigentlich verboten wäre. Dagegen wehrt sich Sangita, unterstützt von der Feminist Dalit Organization (FEDO), einer Partnerorganisation von Fastenaktion, die in der Karnali-Provinz im Westen Nepals mit 1800 Dalit-Familien zusammenarbeitet.

Studium führte zu Getuschel im Dorf

«Der Beitritt zu dieser Organisation hat mein Leben völlig verändert», erzählt Sangita, die sich bei FEDO seit eineinhalb Jahren als eine Art Sozialarbeiterin engagiert. Das heisst, sie gibt Wissen an Dalits aus mehreren Dörfern weiter, regt dabei zu Diskussionen und Austausch an und motiviert sie, sich für ihre Rechte und die ihrer Gemeinschaften einzusetzen. Dazu gehört etwa, sich einen eigenen Küchengarten neben dem Haus anzulegen, um die Ernährung zu verbessern. Sangita hat dies auch bei ihrer eigenen Familie getan. «Seither haben wir in jeder Jahreszeit genug zu essen, es wachsen immer verschiedene



Sangita Baspane stammt aus einer kleinbäuerlichen Familie und studiert heute Informatik und Unternehmenskommunikation.



Als eine Art Sozialarbeiterin gibt Sangita Wissen an andere Dalits weiter und motiviert sie, sich für ihre Rechte einzusetzen.

saisonale Gemüsesorten in unserem Garten – aktuell etwa Okra, Chili, Schlangenmelonen –, und zwar so viel, dass wir sogar einen Teil davon auf dem Markt verkaufen können.»

Daneben macht die engagierte junge Bäuerin ihren Bachelor in Informatik und Unternehmenskommunikation in Birendranagar, der nächstgelegenen grösseren Stadt. «Ich bin die erste Frau aus meinem Dorf, die dort eine höhere Ausbildung absolviert. Und zu Beginn wurde deswegen ziemlich getuschelt. Es hiess, ich würde Schande über das Dorf bringen und den Ruf der Familie ruinieren. Aber mein Vater hat mich immer ermutigt, das Gerede nicht zu beachten: «Wir wissen, wer du bist, also konzentriere dich einfach auf dein Studium.»»

Neben dem Kampf gegen die Diskriminierung von Dalits engagiert Sangita sich auch gegen ein in Nepal immer noch weitverbreitetes religiöses und kulturelles Tabu: Mädchen und Frauen gelten während der Menstruation als unrein und dürfen nicht im Haus beim Rest der Familie bleiben. Stattdessen müssen sie sich draussen oder in einer separaten Hütte aufhalten. «In einigen Familien verbringen Frauen die Tage während der Menstruation sogar in einer Art Kuhstall, wo sie kaum gegen

Regen und Kälte geschützt sind», berichtet Sangita. Dies wirkt sich nicht nur gesundheitlich und psychisch negativ aus, sondern führt auch zu einer mangelhaften Ernährung. «Ich möchte, dass diese schädliche Praxis vollständig abgeschafft wird.»

Motivierende Fortschritte

Inzwischen nimmt die junge Frau jedoch auch Fortschritte in ihrer Gemeinschaft wahr: «Dieselben Leute, die früher schlecht über mich geredet haben, nennen mich heute gegenüber anderen als Vorbild und finden: «Ein Mädchen sollte so sein wie die Tochter von Kabirghat Baspane.»»

Sangitas berufliche Zukunft ist trotz des Studiums noch sehr offen. «Mangels nachhaltiger Einkommensquellen und Aufstiegsmöglichkeiten in meiner Region muss auch ich mir vielleicht einen Auslandsaufenthalt überlegen» – wie so viele andere Nepales:innen, die in Indien oder in den Golfstaaten arbeiten, weil es im Land selbst einfach zu wenige Stellen gibt. Doch noch ist es nicht so weit. «Und die positiven Entwicklungen in meiner Gemeinschaft motivieren mich sehr, mich weiterhin hier für eine bessere Zukunft zu engagieren.»

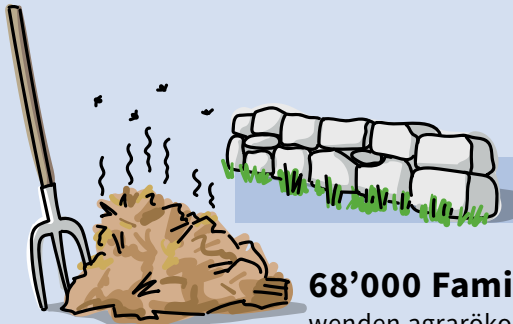
Zahlen & Fakten



Fastenaktion hat mit ihren Partnerorganisationen im Globalen Süden auch 2025 eindruckliche Resultate erzielt. Die folgenden Zahlen wurden von den Partnern in unseren zwölf Programmländern in Lateinamerika, Afrika und Asien zusammengetragen.

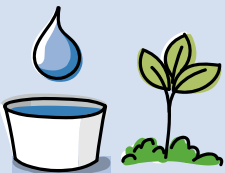
38'000 Menschen

(unter ihnen 59% Frauen) sind Teil gemeinschaftlicher Saatgutbanken oder produzieren selbst lokales Saatgut.



68'000 Familien

wenden agrarökologische Methoden an.



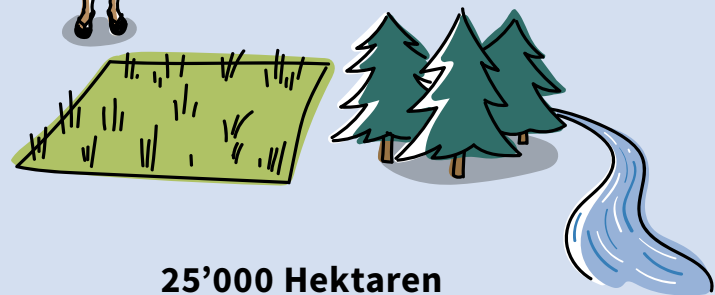
Etwa 146'000 Menschen

konnten von der nachhaltigen Nutzung natürlicher Ressourcen profitieren.



20'000 Menschen

(unter ihnen 56% Frauen) konnten 2025 ihren Zugang zu Land oder Wäldern verbessern.



25'000 Hektaren

Land, Wälder oder Gewässer wurden insgesamt nachhaltig bewirtschaftet.

Fast 18'000 Frauen und 11'000 Männer

nahmen 2025 an Schulungen zur Verarbeitung und Vermarktung von Lebensmitteln teil.



374'000 Menschen,

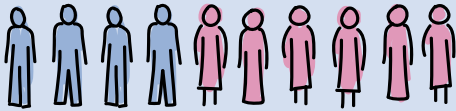
fast zwei Drittel von ihnen Frauen, haben sich in Gruppen (etwa Solidaritätsgruppen) zusammengeschlossen und nehmen dadurch verstärkt am sozialen, politischen oder ökonomischen Leben teil.



255 politische Dialoge

Unsere Partnerorganisationen haben an zahlreichen politischen Dialogprozessen teilgenommen – 169 auf lokaler, 47 auf nationaler und 39 auf internationaler Ebene.





508'000 Menschen

Gesamthaft erreichten wir in all unseren Projekten rund 508'000 Menschen direkt (unter ihnen 60% Frauen). Von diesen gehörten rund 325'000 Menschen (64%) zu besonders benachteiligten Gruppen.



Über 61'000 Personen

(unter ihnen 54% Frauen) wurden dabei unterstützt, sich durch konkrete Anpassungsmassnahmen vor den Folgen der Klimaerwärmung zu schützen.

13'000 Menschen

haben ihr Wissen über Menschenrechte verbessert.

REGELMÄSSIG GENUTZTE BEGRIFFE UND KONZEPTE

Glossar

Landesprogramme | Aktuell ist Fastenaktion in zwölf Ländern mit Programmen präsent: in Guatemala, Kolumbien, Haiti, Senegal, Burkina Faso, der Demokratischen Republik Kongo, Kenia, Madagaskar, Indien, Nepal, Laos (Ausstieg Ende 2026) sowie auf den Philippinen. Diese Landesprogramme werden gemeinsam mit lokalen Partnerorganisationen und der Bevölkerung in Form verschiedener Projekte durchgeführt. Sie folgen einer langfristigen Strategie, deren Ziele mit den Menschen vor Ort erarbeitet und umgesetzt werden. Diese lokal entwickelten Lösungen gewährleisten die Wirksamkeit und Nachhaltigkeit unserer Arbeit vor Ort. Die Landesprogramme werden von der Direktion für Entwicklung und Zusammenarbeit (DEZA) kofinanziert und auch von verschiedenen Stiftungen, Kantonen und Städten finanziell unterstützt.

Internationale Programme | Auch in den drei Internationalen Programmen arbeitet Fastenaktion mit lokalen Partnerorganisationen zusammen. Damit setzen wir uns auf internationaler Ebene politisch für menschenrechtskonforme Regulierungen ein, um Ernährungsge-

rechtigkeit, Klimagerechtigkeit und Rohstoffgerechtigkeit zu fördern. Mit den Partnerorganisationen aus mehreren Ländern tragen wir die Stimmen betroffener Gemeinschaften in regionale und internationale Gremien wie die Uno. Das Ziel ist, gerechte internationale und nationale Rahmenbedingungen zu schaffen, um damit die Arbeit gegen Hunger und Armut in unseren Landesprogrammen zu stützen.

Agrarökologie | Agrarökologie ist eine soziale Bewegung, die auch wissenschaftliche Forschung und landwirtschaftliche Praxis umfasst. Im Zentrum steht dabei die Ausrichtung auf nachhaltige, gerechte, widerstandsfähige Anbau- und Ernährungssysteme. Agrarökologische Anbaumethoden führen zu einer lokal angepassten und umweltschonenden Landwirtschaft, welche die Ernten verbessert, die Anpassung an die Folgen der Klimaerwärmung erleichtert und dadurch Hunger verhindert. In den Projekten von Fastenaktion ist dieser Ansatz zentral, um Ernährungssicherheit zu erreichen und die Selbstbestimmung der Menschen zu stärken. Agrarökologie beinhaltet auch politische, soziale sowie

kulturelle Aspekte und wirkt sich auf das gesamte System der Lebensmittelproduktion aus, vom Feld bis zum Teller.

Solidaritätsgruppe | In den Solidaritätsgruppen kommen Mitglieder einer lokalen Gemeinschaft (überwiegend Frauen) regelmässig zusammen und zahlen Geld oder Grundnahrungsmittel in einen gemeinsamen Fonds ein, der Eigentum der Gruppe ist. Daraus können sie jederzeit günstige oder gar zinslose Darlehen für Grundbedürfnisse (Lebensmittel, Gesundheitsversorgung) aufnehmen, insbesondere in Notfällen. Manche Gruppen organisieren auch gemeinsame wirtschaftliche Aktivitäten wie Feldarbeit, Einkauf oder Handel. Fastenaktion finanziert die Ausbildung und die Begleitung der Gruppen durch lokale Animator:innen, zahlt aber nichts in die Kassen ein. Solidaritätsgruppen sind ein Alleinstellungsmerkmal von Fastenaktion und unterscheiden sich grundlegend von Mikrofinanz-Ansätzen: Die finanziellen Aktivitäten sind nicht Hauptzweck, sondern ein Mittel, um starke, solidarische Gruppen aufzubauen, die zu Motoren für sozialen Wandel werden.

Aktuell

EINSATZ FÜR ERNÄHRUNGSGERECHTIGKEIT

Interview mit der neuen Uno-Sonderberichterstatlerin



Die aktuelle geopolitische Lage erschwert die Arbeit von Sofía Monsalve Suárez. Die 57-jährige Kolumbianerin ist seit Mai Uno-Sonderberichterstatlerin zum Recht auf Nahrung – sie sieht neben grossen Herausforderungen durchaus gewisse Fortschritte im Kampf gegen den Hunger.

Monsalve Suárez wird auch bei den Verhandlungen des Welternährungskomitees der Uno (CFS) im Oktober in Rom präsent sein – ebenso wie Fastenaktion.

Lesen Sie das Interview mit Sofía Monsalve Suárez hier:
fastenaktion.ch/aktuelles/interview-sofia-monsalve-suarez



SCHLIESSUNG EINES LANDESPROGRAMMS

Abschied von Laos



Aus finanziellen Gründen hat sich Fastenaktion Anfang 2024 schweren Herzens entschieden, ihr Landesprogramm in Laos per Ende 2026 zu schliessen. Dies ist eine von mehreren Sparmassnahmen, die wegen der Kürzung staatlicher Gelder nötig wurden. Weshalb es gerade

Laos getroffen hat und wie wir seit über zwei Jahren versuchen, den betroffenen Menschen und Partnerorganisationen einen geordneten Übergang zu ermöglichen, lesen Sie hier:

fastenaktion.ch/aktuelles/abschied-laos



WIRKSAME ANSÄTZE GEGEN DEN HUNGER

Der neue Ernährungsbericht der Alliance Sufosec

Fastenaktion setzt sich mit fünf weiteren Schweizer NGOs in der Alliance Sufosec für die nachhaltige Ernährung weltweit ein. Alle zwei Jahre publizieren wir gemeinsam einen Ernährungsbericht, der die Wirksamkeit unserer Ansätze im Globalen Süden illustriert.

Alle Details gibt es hier: sufosec.ch/eb2026



NEUE KAMPAGNE

Die Bedeutung der Hilfswerke

Vielleicht ist Ihnen das ungewöhnliche Logo auf unserem Cover aufgefallen. Es weist auf eine Kampagne von knapp 40 Schweizer Hilfswerken hin, an der auch Fastenaktion beteiligt ist. Unter dem Motto «Halt in haltlosen Zeiten» zeigen wir auf, wie wichtig unsere Arbeit ist – gerade angesichts der geopolitisch unsicheren Zeiten. Denn eine gerechte und lebenswerte Welt entsteht nicht einfach so, sie wird von vielen Menschen gemeinsam aufgebaut.

Mehr erfahren: swiss-ngo.ch





TATEN STATT WORTE

Testen Sie Ihr Wissen, die Antworten finden Sie in diesem Magazin!

1. In welcher Region bewirtschaftet Maria Concepción Chavarro Sterling ihren Hof?

- A In den Anden von Peru
- B Im kolumbianischen Amazonasgebiet
- C An der Pazifikküste Ecuadors

2. Welche Wirkung hat Kiswensida Gagré auf andere Frauen in ihrer Gemeinde?

- A Einige Frauen begegnen ihr mit Zurückhaltung und suchen nur sporadisch Kontakt.
- B Viele Frauen kommen zu ihr, um Rat zu suchen; sie gibt ihr Wissen weiter und fördert Zugang zu Land.
- C Eine kaum spürbare; sie konzentriert sich vorwiegend auf eigene Vorhaben und gibt ihr Wissen nur eingeschränkt weiter.

3. Welche Gemüsesorten erwähnt Sangita Baspane als Beispiele aus ihrem Küchengarten?

- A Okra, Chili und Schlangenmelonen
- B Tomaten, Kartoffeln und Mais
- C Auberginen, Spinat und Karotten

4. Was motiviert Sie am meisten, Fastenaktion zu unterstützen?



Beim Quiz mitmachen und gewinnen! Entweder per QR-Code oder auf der Website:

fastenaktion.ch/quiz

Füllen Sie das Quiz online via obenstehenden QR-Code oder über fastenaktion.ch/quiz bis am 30. Oktober 2026 aus. Mit etwas Glück und den richtigen Antworten gewinnen Sie eines von sieben Fair-Trade-Produkten von claro im Wert von 15 Franken. Viel Erfolg!

Was Ihre Spende bewirken kann



Ihre Spende stärkt Frauen wie Kiswensida Gagré in Burkina Faso beim Anbau von eigenem Gemüse und beim Weitergeben ihres Wissens innerhalb der Gemeinschaft. Dadurch entstehen lokale Netzwerke, welche die Ernährungssicherheit fördern.



Ihre Spende unterstützt Frauen wie Bisna Nepali in Nepal beim gemeinschaftlichen Aufbau von Küchengärten. Das dort angepflanzte Gemüse sichert die Ernährung der Familien und der Gemeinschaft.



Ihre Spende unterstützt Menschen wie Louis Okombé Djonga in der Demokratischen Republik Kongo bei der Produktion seines eigenen Saatguts. Es ist die Grundlage für stabile Ernten und eine ausgewogene Ernährung.

☐ 40 Franken

☐ 120 Franken

☐ 80 Franken

☐ _____ Franken



Alpenquai 4, Postfach, CH-6002 Luzern, 041 227 59 59, [fastenaktion.ch](https://www.fastenaktion.ch)



Trotz globalem Überfluss: Hunger im Globalen Süden

Hunger ist heute häufig nicht das Problem von zu wenig produzierter Nahrung, sondern von Zugang und Verteilung: Während in einigen Regionen der Welt Lebensmittel im Überfluss existieren, fehlen sie andernorts. Fastenaktion und ihre lokalen Partnerorganisationen setzen genau hier an:

- Sie unterstützen Familien beim Anlegen von Küchengärten und beim Anbau hitzeresistenter und gesunder Nahrung.
- Sie fördern die eigene Herstellung von Saatgut und nachhaltige Anbaumethoden für stabile Ernten.
- Sie stärken den Wissenstransfer von erfahrenen Bäuerinnen und Bauern zu jungen Menschen, damit diese ein sicheres Einkommen erzielen können.

Jetzt mit TWINT spenden!



QR-Code mit der TWINT-App scannen



Betrag und Spende bestätigen



Am 16. Oktober ist Welthungertag:
Spenden Sie jetzt – damit aus Saatgut Zukunft wächst und jede Familie genug zu essen hat.
Herzlichen Dank für Ihre Unterstützung.

www.fastenaktion.ch/spende
IBAN CH16 0900 0000 6001 9191 7