



**SATT**   
**IST NICHT  
GENUG!**

# **Frauen hungern anders** **Geschlechtergerechtigkeit** **hilft gegen Stillen Hunger**

Mitglied der  
**actalliance**

**Brot**  
für die Welt



## Einleitung

Die Zahlen sind bestürzend: Mehr als zwei Milliarden Menschen, Frauen und Männer, Mädchen und Jungen leiden weltweit an Mangelernährung, auch als „Stiller Hunger“ bezeichnet. Weil sie fast ausschließlich Nahrungsmittel wie Mais, Maniok und polierten Reis essen, aber viel zu wenig Obst, Gemüse und tierische Nahrungsmittel, fehlt es den Betroffenen fortwährend an bestimmten essentiellen Mikronährstoffen wie Eisen, Jod und Vitamin A. Mangelernährung beeinträchtigt die Gesundheit und beraubt viele Menschen einer selbstbestimmten Zukunft.

Jeder zwölfte Mensch ist ein mangelernährter Mann oder Junge, jeder fünfte Mensch weltweit ist eine mangelernährte Frau oder ein Mädchen. Das bedeutet: Frauen und Mädchen sind vom Stillen Hunger in besonderer Weise betroffen. Um ihren arbeitsreichen Alltag zu bewerkstelligen, brauchen Frauen Kraft und Energie. In armen ländlichen Regionen sind sie es, die die Hauptlasten zur Versorgung ihrer Familien tragen und einen großen Teil kleinbäuerlicher Subsistenzarbeit leisten. Solche „Fürsorge-Arbeiten“ werden nicht entlohnt und sind zugleich überlebenswichtig für die Familien.

„Frauen auf dem Land in Afrika und Asien“, sagt Olivier de Schutter, ehemaliger UN-Sonderberichterstatter zum Recht auf Nahrung, „muss mehr Aufmerksamkeit in Strategien der Ernährungssicherung geschenkt werden!“ Sie sind „doppelt diskriminiert“: als Frau und als Kleinbäuerin. Und die Zahl der allein von Frauen geführten Haushalte steigt stetig infolge von Bürgerkriegen, HIV und AIDS und der Abwanderung vieler Männer auf der Suche nach bezahlter Arbeit. Der Weltagrarbericht spricht von einer „Feminisierung der Landwirtschaft“, die tiefgreifende und weitreichende positive wie negative Auswirkungen habe. Brot für die Welt schafft unter dem Motto „Satt ist nicht genug - Zukunft braucht gesunde Ernährung“ gezielt Aufmerksamkeit für den Kampf gegen den Stillen Hunger.

Welches sind die Ursachen für Mangelernährung bei Frauen? Warum trifft diese vor allem Frauen auf dem Land, die als Kleinbäuerinnen, Hirtinnen oder Fischerinnen Nahrung produzieren und ihre Familien gut ernähren wollen? Was muss geschehen, damit Frauen - in ökonomischer, sozialer und rechtlicher Hinsicht - gestärkt werden und Gleichberechtigung erzielt werden kann?

# Warum sind Frauen mangelernährt?

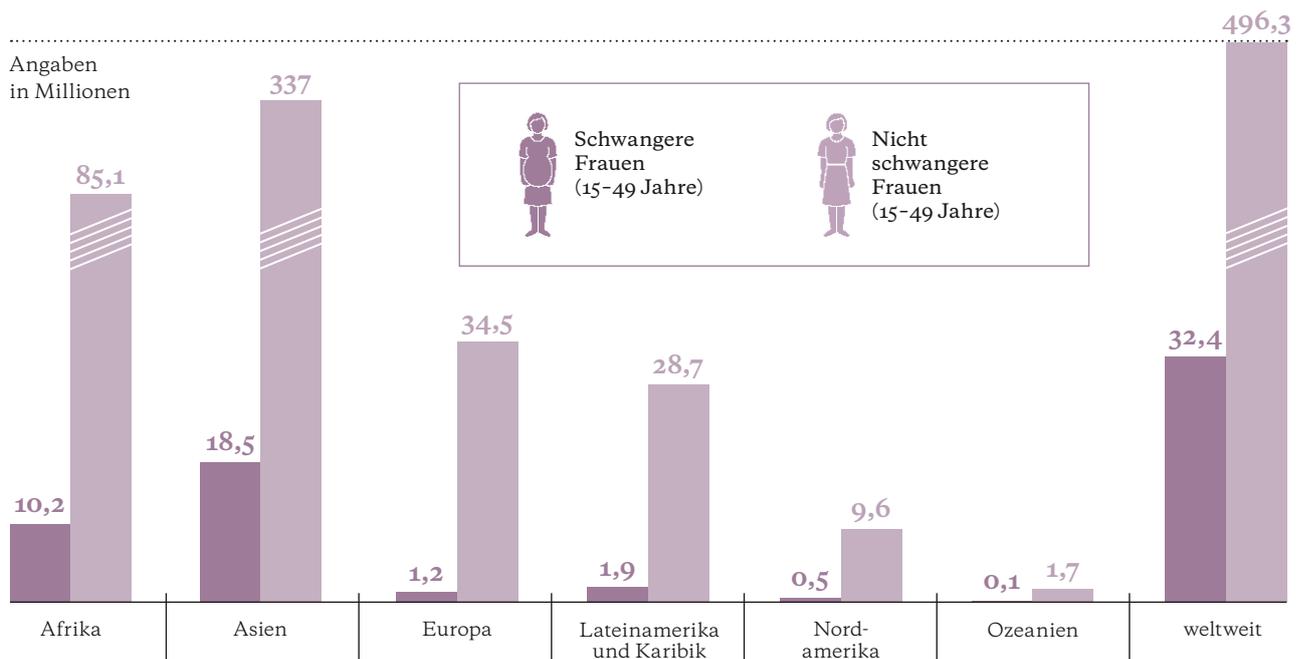
## Frauen brauchen andere Mikronährstoffe - nicht weniger

Es scheint eine Binsenweisheit zu sein und muss doch gesagt werden: Nur wer regelmäßig ausreichend zu essen hat und zudem ausgewogene Nahrung zu sich nehmen kann, hat die Chance auf ein gesundes Leben in Würde. Traditionelle Vorstellungen unterstellen oft, dass Frauen weniger Nährstoffe als Männer brauchen. Verbreitet war und ist die Annahme, dass Männer und Jungen im Vergleich zu Frauen und Mädchen einen höheren Kalorienverbrauch haben, weil sie körperlich schwerer arbeiten und deshalb besseres Essen brauchen. Das größte Stück vom Sonntagsbraten bekamen die Männer und Söhne, dann erst kamen die Frauen und Mädchen. Das war auch hierzulande Brauch in vielen Familien. Doch Frauen auf der ganzen Welt, besonders in den Entwicklungsländern, arbeiten oft körperlich sehr hart und haben einen entsprechend hohen Bedarf an Nährstoffen.



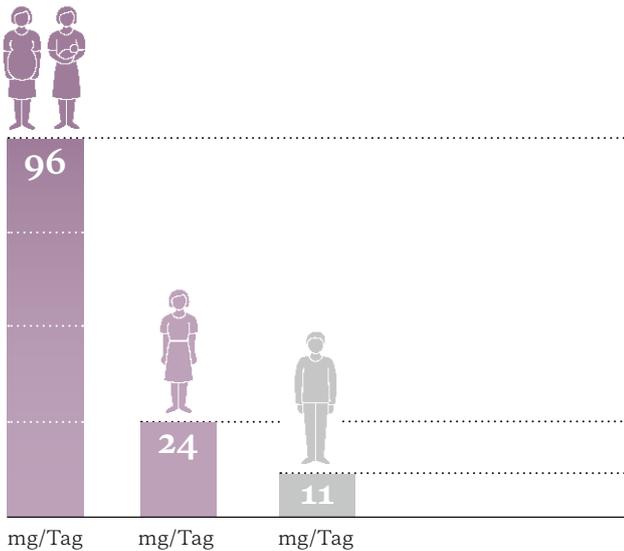
Wichtig für gute Ernährung ist beispielsweise der lebensnotwendige Mikronährstoff Eisen. Nimmt der Körper zu wenig davon auf, kommt es zu **Anämie**, der sogenannten Blutarmut, mit erheblichen Folgen: Eisen, das in der Mitte des roten Blutfarbstoffs Hämoglobin

## Eisenmangel-Anämie bei schwangeren und nicht schwangeren Frauen



WHO (2015): The global prevalence of anaemia in 2011.

## Eisenbedarf einer Frau im Vergleich zum Mann



Quelle: FAO (2000): The state of food insecurity in the world.

eingebunden ist, bindet Sauerstoff und gibt diesen an die Körperzellen ab. In Folge eines Eisenmangels können Gewebe und Organe nicht mehr ausreichend mit Sauerstoff versorgt werden. Der Körper gerät leichter an seine Belastungsgrenzen. Symptome sind schnelle Ermüdbarkeit, Kurzatmigkeit bis hin zur Atemnot sowie eine erhöhte Herzfrequenz und häufig auch Kopfschmerzen.

Anämie ist eine Form der Mangelernährung. Weltweit sind 528 Millionen Frauen im gebärfähigen Alter davon betroffen. Folgt man der Weltgesundheitsorganisation (WHO), so sind 29 Prozent der nicht schwangeren Frauen (496 Millionen) sowie 38 Prozent der schwangeren Frauen (32 Millionen) anämisch. Ein Fünftel der Todesfälle von Frauen während der Schwangerschaft oder bei beziehungsweise kurz nach der Geburt eines Kindes lässt sich auf Blutarmut zurückführen. Es wird geschätzt, dass in Entwicklungsländern jede zweite schwangere Frau an Anämie leidet. In Zeiten der Schwangerschaft und während des Stillens benötigt eine Frau bis zu viermal so viel Eisen wie eine nicht schwangere Frau, bis zu 1,5-mal mehr Folsäure und 20 Prozent mehr Kalzium.

Zudem sind von Armut betroffene Frauen besonders anfällig dafür, an schweren Infektionen wie Durchfall oder Malaria zu erkranken, die ebenfalls zu Anämie führen. Auch wächst die Gefahr, sich mit dem HI-Virus zu infizieren, wenn das Immunsystem schwach ist und HIV und AIDS regional stark verbreitet sind. Gewalt gegen Frauen und Mädchen spielt ebenfalls eine Rolle. Sie untergräbt nicht nur ihre Persönlichkeit und Integrität, sondern gefährdet auch die Gesundheit.

## Armut macht krank

Harte anstrengende Arbeit ist für viele Frauen in armen Ländern Alltag. Nach einem langen Tag auf dem Feld oder in der Fabrik führen sie den Haushalt, nicht selten ohne Partner, kümmern sich um die Essenszubereitung, holen Wasser und Holz, sorgen sich um die alten Menschen und die Kinder und deren Ausbildung. Auch junge Mädchen müssen im Haushalt mitarbeiten. Um das leisten zu können, brauchen Frauen Nahrungsenergie und wichtige Nährstoffe. Doch für arme Haushalte sind Früchte, Gemüse, Fleisch und Fisch - die Hauptquelle wichtiger Mikronährstoffe - dort, wo sie die Natur nicht kostenlos bereitstellt, die Ernte ausfällt oder die Lebensmittelpreise steigen, nicht erschwinglich. Wird die Ernährungslage der Familie kritisch, so sind es meist die Mütter, die dafür sorgen, dass ihre Kinder essen, bevor sie es selbst tun. In Thailand etwa stieg nach der Finanzkrise Ende der 1990er Jahre die Zahl der Mütter, die an Anämie litten, um 22 Prozent an, in Indonesien um 15 bis 19 Prozent. Auch in Java - so die Asian Development Bank (ADB) 2013 - aßen Mütter zugunsten ihrer Kinder weniger und schlechter und wurden anämisch. Die Anämie-Rate nahm folglich zu. Naturkatastrophen, die zu verstärkter Nahrungsmittelknappheit führen, verschlimmern die Situation für ohnehin bereits Benachteiligte. So war das Sterberisiko in den ersten zwei Jahren nach einem schweren Taifun auf den Philippinen für Mädchen dreimal höher, wenn sie ältere Brüder hatten.

Oft fehlt es Frauen an Geld, um gute und gesunde Nahrungsmittel zu kaufen. Hätten Frauen mehr Möglichkeiten, Geld zu verdienen und könnten über ihr Einkommen selbst verfügen, wäre die Chance größer, die Gefahr von Mangelernährung abzuwenden. Voraussetzung dafür ist „gute Arbeit“. So bezeichnet die Internationale Arbeitsorganisation (ILO) sozial abgesicherte Arbeits- und Beschäftigungsverhältnisse im formellen und informellen Sektor in Übereinstimmung mit menschen- und arbeitsrechtlichen Standards. Das Gegenteil ist aber der Fall: Laut ILO waren 2012 mehr als die Hälfte aller beschäftigten Frauen in informellen, unsicheren Arbeitsverhältnissen tätig.



Wie hier in Vietnam in der Region Lao Cai müssen Frauen oft sehr weite Strecken laufen, um Brennholz aus dem Wald für den Familienhaushalt zu holen.



79 Prozent der erwerbstätigen Frauen in den am wenigsten entwickelten Ländern geben laut FAO an, dass die Landwirtschaft ihre Haupteinnahmequelle ist.

### Bäuerinnen ohne Land

Frauen spielen in der ländlichen Wirtschaft weltweit eine zentrale Rolle. Sie bauen Lebensmittel an, halten Geflügel und Kleinvieh und sind maßgeblich für die Nahrungsmittelproduktion verantwortlich. In Ägypten stellen sie über die Hälfte der landwirtschaftlichen Arbeitskraft des Landes. In Ländern Afrikas südlich der Sahara produzieren Frauen viele Grundnahrungsmittel, und zwar sowohl für die Eigenversorgung als auch für die regionalen Märkte. In Kolumbien und Peru führen sie 25 bis 45 Prozent der landwirtschaftlichen Arbeiten auf dem Feld aus. In Südostasien stellen sie bis zu 90 Prozent der Arbeitskräfte in der Reisproduktion. Die Frauen haben viel Know-how. Sie prägen die kleinbäuerliche Landwirtschaft. Sie wissen, was zu tun ist, um Pflanzenvielfalt zu erhalten, Hülsenfrüchte zur Ernährung und Bodenpflege anzubauen und organischen Dünger zu verwenden. Die Bäuerinnen nutzen lokales Saatgut und Pflanzen, die extreme Bedingungen wie Hitze, Trockenheit, Kälte oder Überflutung tolerieren können. Um die Pflanzen gegen Krankheiten und Insekten zu schützen, werden Mittel aus anderen Pflanzen und Kräutern hergestellt und ausgebracht. Und wenn die Niederschläge verspätet einsetzen, wird der Aussaattermin verschoben.

Ob Frauen Haus oder/und Land besitzen und über ein eigenes Einkommen verfügen, wirkt sich unmittelbar auf die Ernährungslage der Familien aus. Dann können sie darüber entscheiden, welche Pflanzen angebaut,

selbst verzehrt oder verkauft werden. Nicht zuletzt achten Frauen auf Vielfalt im Anbau, während Agrarprodukte für den Export, die sogenannten Cash Crops, eher eine Domäne der Männer darstellen. Frauen geben der Sicherheit und wohl auch der Qualität der Ernährung mehr Gewicht als Männer.

Das Gewusst-Wie, für gute ausgewogene Nahrung zu sorgen, steht im groben Kontrast zu den realen Besitzverhältnissen. Weltweit sind nach Angaben der FAO nur 20 Prozent der Rechtstitel über landwirtschaftlich genutztes Land in Frauenbesitz. Besonders wenige Landbesitzerinnen gibt es in Ländern Nord-, West- und Zentralafrikas, im Nahen Osten ebenso in Indien, Nepal und Thailand; dort gehört Frauen nicht mal 10 Prozent des Ackerlands. In weiteren Ländern Asiens ist der Anteil nur unwesentlich höher; nur im östlichen und südlichen Afrika sowie in Teilen Lateinamerikas sieht es besser aus. Doch nicht nur der Landbesitz wird Frauen aufgrund rechtlicher und kultureller Benachteiligungen verwehrt. Frauen werden auch diskriminiert, wenn es um Kredite, landwirtschaftliche Beratung und Information sowie Lagerungs-, Transport- und Vermarktungsstrukturen geht. Nur ein Bruchteil aller landwirtschaftlichen Beratungsdienste kommt Bäuerinnen zugute, sagt eine FAO-Untersuchung in 97 Ländern. Nur 15 Prozent der landwirtschaftlichen Beraterinnen sind Frauen, und lediglich 10 Prozent der finanziellen Hilfen für Land- und Forstwirtschaft und Fischerei begünstigen Frauen.

## Guatemala: Gleichberechtigung ist das beste Rezept gegen Mangelernährung

— Die sozialen Gegensätze in Guatemala sind groß. Besonders Kleinbauernfamilien und die indigene Bevölkerung sind von Armut betroffen. Die Brot für die Welt-Partnerorganisation **Fundebase** setzt sich für ländliche Entwicklung und nachhaltige Landwirtschaft ein und erreicht auf diese Weise die besonders benachteiligten Bevölkerungsgruppen.

Fundebase bildet Frauen und Männer aus, damit sie ihr Wissen über ökologische Landwirtschaft, entsprechende Anbaumethoden und gesunde Ernährungsweisen anwenden und weitergeben. Besonders im Fokus steht dabei die Bevölkerung des zentralen Hochlands und der Trockenregionen im Nordwesten des Landes. Viele hunderte Familien profitieren davon und können sich mittlerweile ganzjährig nicht nur mit Mais und Bohnen, den Grundnahrungsmitteln der kleinbäuerlichen und indigenen Bevölkerung Guatemalas, sondern auch mit einer Vielfalt an Früchten, Gemüse und Kräutern versorgen.

Einen Schwerpunkt legt Fundebase in seiner Arbeit auf die Gleichstellung der Geschlechter und die Teilhabe von Frauen an der gesellschaftlichen Entwicklung. Traditionelle Geschlechterrollen werden hinterfragt. In getrennten Workshops lernen Männer in Führungspositionen sowie Frauen und Mädchen viel über Gleichberechtigung und Frauenrechte und beschäftigen sich mit dem Thema Gewalt gegen Frauen.



Gregorio und Bonifacia Tejax Tay (li.) sind als Promotor und Promotorin von Fundebase tätig. Zweimal im Monat bringen sie anderen Kleinbauern und -bäuerinnen die Methoden der nachhaltigen Landwirtschaft näher und zeigen, welche Produkte man aus Früchten und Pflanzen herstellen kann.



## Viele Frauen essen nur, was übrig bleibt

Die systematische Benachteiligung von Mädchen und Frauen beginnt oft in der Familie und setzt sich auf gesellschaftlicher und wirtschaftlicher Ebene fort. Nicht nur in Indien, auch in Ländern Südasiens und Afrikas werden Jungen häufig bevorzugt beziehungsweise Mädchen vernachlässigt.

Mädchen wird schon mit ihrer Geburt ein niedriger sozialer Status zugewiesen. Das wirkt sich auch auf die Zuteilung von Nahrung aus: Mädchen und Frauen essen in vielen Kulturen nach den Männern und Jungen. Kurzum: Sie essen, was übrig bleibt – also nicht nur weniger, sondern auch von minderer Qualität. Hierzu liegen Untersuchungen aus Äthiopien, Kambodscha, Bangladesch und Pakistan vor. So ist die Hälfte der jugendlichen Mädchen in Bangladesch unter- und/oder mangelernährt, deutlich mehr als gleichaltrige Jungen.

Eine Studie über Ursachen von „Stunting“ bei Kindern in den Slums von Karachi (Pakistan) zeigt, dass Mädchen ein dreimal höheres Risiko haben, daran zu erkranken, als Jungen. Der schlechte Bildungsstand der Mutter, die Ernährungsunsicherheit des Haushalts und die große Familie bedingen sich gegenseitig: Die Verlierer sind die Mädchen. Über 30 Prozent der Kinder in Entwicklungsländern sind infolge schwerer Mangelernährung *stunted*: Sie bleiben zeitlebens zu klein und sind besonders anfällig für Infektions- und Mangelkrankheiten; sie fangen später an, zu laufen und zu sprechen.

**„Junge Mädchen erfahren schädliche Praktiken und sind schon in frühen Jahren gezwungen, Haushaltsverpflichtungen zu übernehmen, die sie daran hindern, ihre Grundrechte wahrzunehmen, einschließlich des Rechts auf Bildung, Gesundheit und Schutz gegen jegliche Form von Missbrauch und Ausbeutung ...“**

*Soyata Maigra, Sonderberichterstatterin über die Rechte von Frauen in Afrika der Afrikanischen Kommission der Menschenrechte und der Rechte der Völker*

In manchen Regionen wirken sich auch tabuisierte Nahrungsmittel negativ auf die Ernährung von Frauen und Mädchen aus. Solche Tabus können dem Schutz von knappen Ressourcen dienen, in rituellen, spirituellen oder religiösen Zusammenhängen stehen und zementieren oft traditionelle Geschlechterverhältnisse. Oft geht es bei den

### Beispiele für Benachteiligung von Töchtern

- Vernachlässigung von Mädchen
- Abtreibung weiblicher Föten
- Bevorzugung der Söhne bezüglich Bildung, Nahrung und Besitz

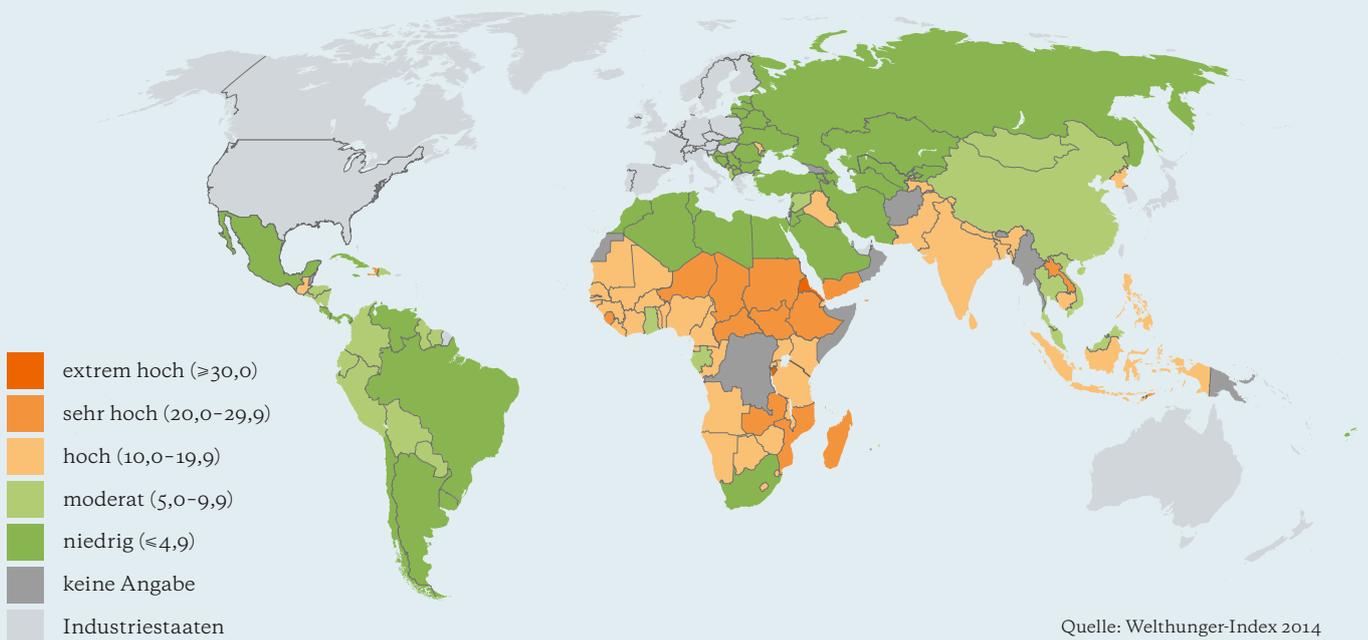
### Beispiele für Diskriminierung von Frauen

- Frühe Hochzeit und Polygamie
- Fehlende Selbstbestimmung
- kaum Landbesitz und Zugang zu Krediten

### Wie definiert sich Unterernährung?

- chronische Unterversorgung mit Nahrungsenergie und/oder Nährstoffen
- Mangelernährung (Unterversorgung mit Mikronährstoffen)

## Anteil der unterernährten Menschen

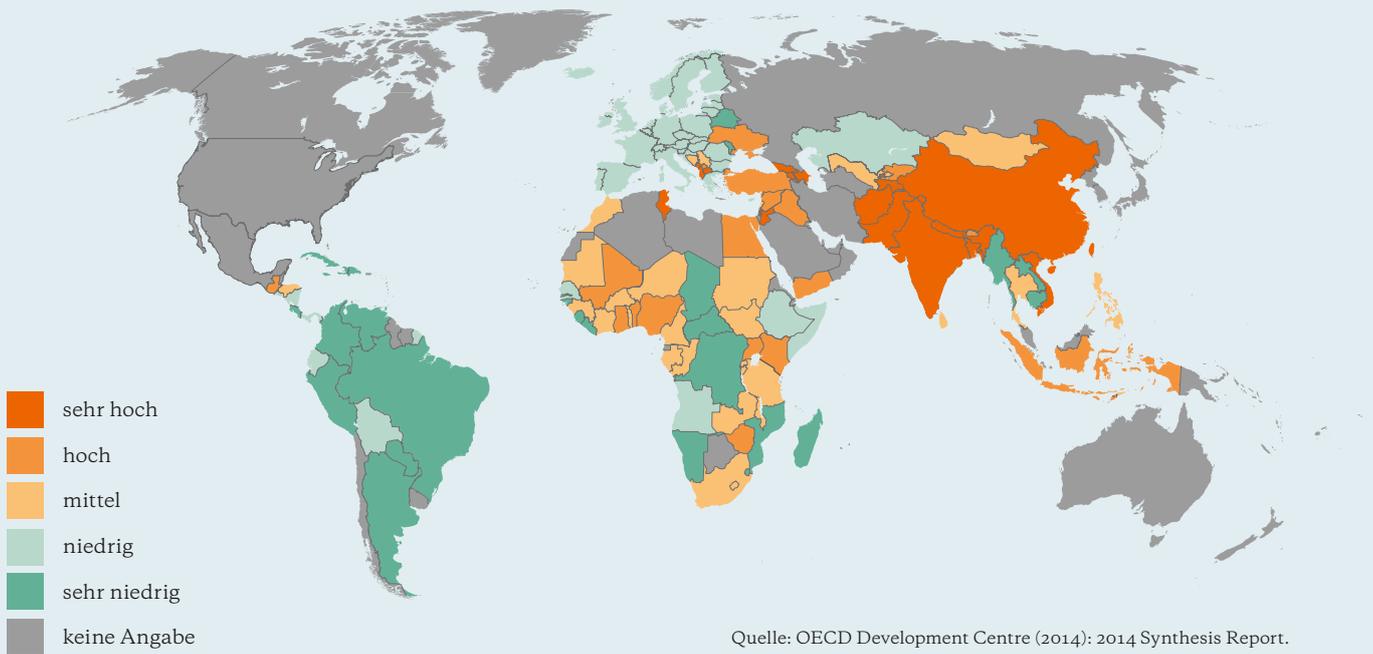


tabuisierten Nahrungsmitteln ausgerechnet um die mit hohen Nährstoffgehalten, beispielsweise Milch.

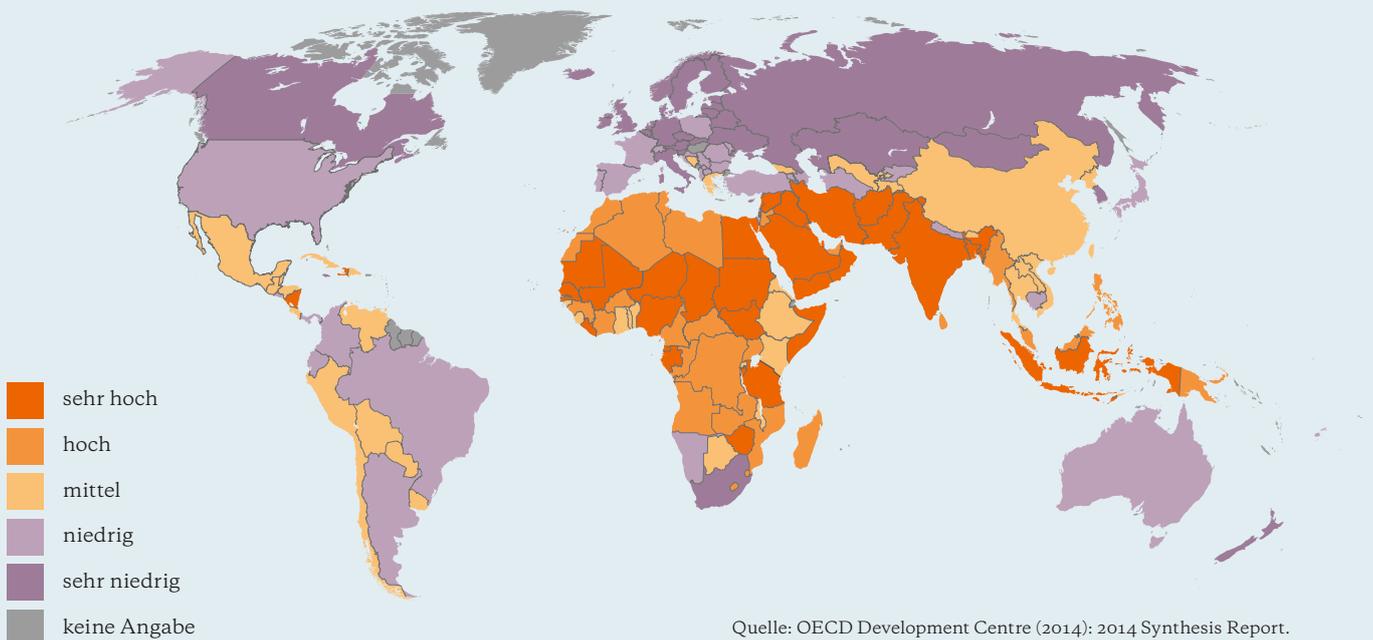
Dass in vielen Ländern eine markante soziale Diskriminierung von Mädchen und Frauen und allgemeine Ernährungsunsicherheit zusammenfallen, zeigt der

Vergleich dieser Weltkarten. Es ist zu vermuten, dass es in diesen Ländern eine Korrelation zwischen Geschlechterdiskriminierung und geschlechterspezifischer Unter- und Mangelernährung gibt und die Unterschiede zwischen den Geschlechtern bezogen auf ausreichende und ausgewogene Ernährung am größten sind.

## Benachteiligung von Töchtern



## Frauen diskriminierende Normen und Gesetze



# Frauen stärken und ihre Rechte umsetzen

Im Kampf gegen Unter- und Mangelernährung werden Frauen zu oft „in der typischen Zweierkonstellation von Müttern und Kindern unter Fünf in ihrer Funktion als Gebärende und Fürsorgende gesehen“, kritisiert Carsta Neuenroth, Gender-Referentin bei Brot für die Welt, „nicht aber als Rechteinhaberinnen in Bezug auf Nahrung, Gesundheit, menschenwürdige Arbeit und Lohn, Bildung oder gar Landbesitz.“ Hier steht ein Perspektivenwechsel an, um politische Prozesse auf allen Ebenen zu initiieren, die zu mehr Geschlechtergerechtigkeit beitragen.



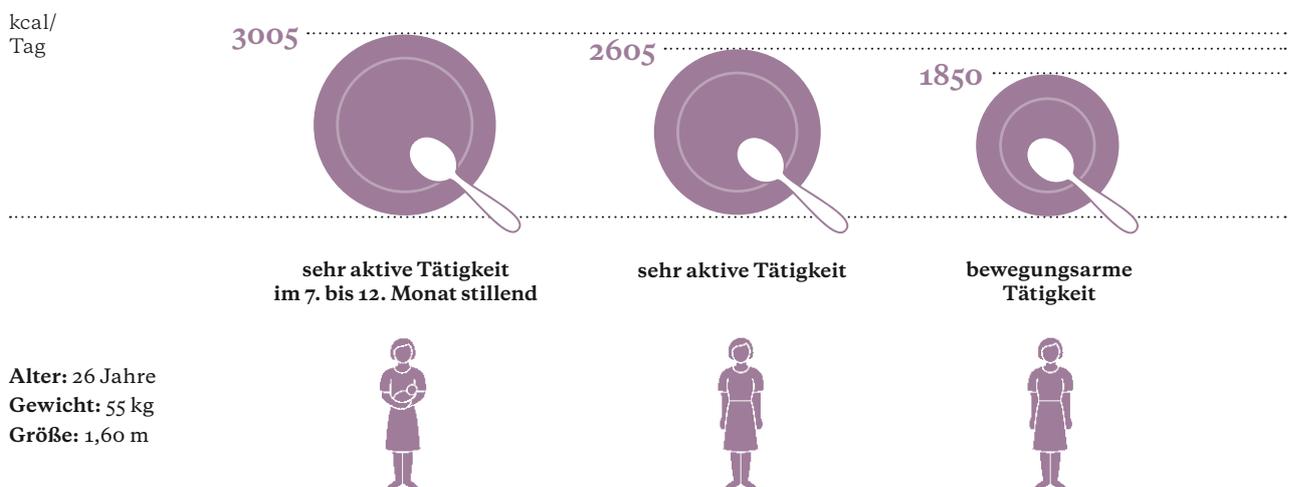
Land zum Überleben fordern diese landlosen Frauen in Dinajpur, Bangladesch. Gemeinsam mit ihren Familien demonstrieren sie dafür vor dem Liegenschaftsamt.

## Frauenrechte sichtbar machen

Die Botschaft ist bekannt: Seit der Vierten UN-Weltfrauenkonferenz von Peking 1995 gilt die Beseitigung von Geschlechterungleichheit und Diskriminierung von Frauen als eigenständiges Entwicklungsziel. Auf dem UN-Welternährungsgipfel in Rom 1996 wurde dieses Ziel in menschenrechtlichem Bezug auf das „Recht auf Nahrung“ und nachhaltige Ernährungssicherung konkretisiert und eng mit der vollen Teilhabe von Frauen an produktiven Ressourcen wie Land, Wasser, Kredite oder Technologie verbunden. Doch bis dahin ist noch ein weiter Weg. Um die strukturelle Armut von Frauen und Mädchen zu überwinden, die ein maßgebender Faktor für die Mangelernährung ist, muss das Menschenrecht auf Nahrung, das eine ausgewogene, nährstoffreiche und kulturell angemessene Ernährung

mit einschließt, ausdrücklich auch aus weiblicher Perspektive sichtbar werden: Jedes Kind, jede Frau und jeder Mann haben das Recht, sich gesund, vielfältig und zu angemessenen Preisen zu ernähren. Das Recht auf Nahrung nimmt die Staaten in die Pflicht, es zu achten, zu schützen und zu erfüllen. Deshalb übt Brot für die Welt mit seinen Partnerorganisationen als menschenrechtliche Anwältin der Armen Kritik an einer ungerechten globalen Handelsordnung, warnt vor Spekulation mit Grundnahrungsmitteln und setzt sich für den Schutz kleinbäuerlicher Strukturen ein.

## Kalorienbedarf einer Frau in kcal/pro Tag



Quelle: Health Canada (o.J): Dietary Reference Intakes.

## Mehr Mitsprache und Partizipation - ein Kurswechsel ist notwendig

Frauen werden gleiche Chancen im Hinblick auf Bildung, Ausbildung, Arbeit, Macht, soziale Stellung und Produktionsmittel verwehrt. Dies wirkt sich hemmend auf die Entwicklung jeder einzelnen Frau aus und macht die Idee von gesellschaftlichem Fortschritt zunichte.

Es bedarf eines Kurswechsels. „Politik und Gesellschaft“, sagt Carsta Neuenroth, „müssen die „Sorge- und Pflegearbeit als wirtschaftlichen Beitrag, den Frauen und Mädchen in und für die Gesellschaft leisten, anerkennen.“

Das bedeute konkret: Diese Arbeit muss neu- beziehungsweise umverteilt werden. Dazu müsse eine Politik umgesetzt werden, die Frauen den Zugang zum Arbeitsmarkt und zu guter Arbeit ermögliche, sodass sie den Lebensunterhalt für sich und ihre Kinder verdienen können.

Doch die wirtschaftliche Einbindung von Frauen mündet nicht zwangsläufig in sozialer Gleichstellung. Dem stehen gesellschaftliche, kulturelle und historisch gewachsene Geschlechterbilder und Erwartungen

entgegen, die Frauen und Mädchen benachteiligen: „... Männer sind gegenwärtig unzureichend sensibilisiert für die Wichtigkeit der Kinderfürsorge und insbesondere für ihre Ernährungsbedarfe ...“, sagt Olivier de Schutter, ehemaliger UN-Sonderberichterstatter zum Recht auf Nahrung.

Männer müssen also stärker in familiäre Versorgungs- und Fürsorgearbeit eingebunden werden. Frauen müssen im öffentlichen Raum sichtbar werden. Nicht nur in Ländern des Südens, auch bei uns! Es geht um aktive Partizipation von Frauen, die sich beteiligen wollen und selbst organisieren - sei es in Fortbildung, Beratung oder in anderen privaten und gesellschaftlichen Aushandlungsprozessen, die in die gesetzliche Verankerung von Frauenrechten münden müssen. Zum Beispiel betrifft das Veränderungen bei patriarchalen Vererbungsstrukturen, Gewohnheitsrechten oder traditionellen Praktiken wie Mitgift oder Kinderehen.



25 Saatgutbanken richtet Living Farms gemeinsam mit Kleinbäuerinnen und Kleinbauern ein, damit sich die Familien in Notzeiten Saatgut für Hirse und Reis leihen können. In Pilotprojekten wird auch die ökologische Tierhaltung geprobt.

### Wie Living Farms in Indien mit Saatgutbanken Mangelerkrankung bekämpft

Mehr als die Hälfte der Bevölkerung Indiens lebt von der Landwirtschaft. Gleichzeitig leiden 230 Millionen Menschen in den ländlichen Regionen unter chronischem Mangel an Nahrung, besonders betroffen sind Kleinbauern und Kleinbäuerinnen, Landlose, Adivasi - Indigene und Dalits - Unberührbare. Die Verbesserung ihrer Ernährungssituation und die Stärkung der Ernährungssicherheit ist Ziel der Brot für die Welt-Partnerorganisation **Living Farms**. Im Bundesstaat Orissa fördert Living Farms traditionelle Anbaumethoden ohne chemischen Dünger sowie die Wahrung und Verbreitung lokalen Saatguts. Kenntnisse über die nachhaltige Nutzung natürlicher Ressourcen, standortgerechten Landbau und den Erhalt von Biodiversität werden weiter gegeben, zudem setzt sich die Organisation mit bundesweiten Kampagnen gegen genmanipuliertes Saatgut und Pestizidgebrauch ein und klärt über die Auswirkungen der kommerzialisierten Landwirtschaft auf.

Frauen spielen dabei als Hüterinnen des Saatguts eine entscheidende Rolle. Workshops von Living Farms schulen sie im Wissen über den Erhalt und die Wiederherstellung von Saatenvielfalt und im praktischen Erlernen nachhaltiger Anbaumethoden. Durch die Mitarbeit der Frauen konnten gemeinschaftliche Saatgutbanken eingerichtet werden, die auch in Notzeiten die Versorgung mit Saatgut sicherstellen und somit vielen Haushalten eine vielfältige und gesunde Ernährungsweise gewährleisten.

### Mehr Entscheidungsmacht

Die Entscheidungsmacht von Frauen als Ressourcen-Managerinnen ist ein Schlüssel im Kampf gegen den Stillen Hunger - als Kleinbäuerinnen haben Frauen das Wissen um vielfältige Anbaumethoden und das nachhaltige Management von natürlichen Ressourcen. Als Entscheiderinnen innerhalb des Haushaltes wissen sie, welche Nahrungsmittel für eine ausgewogene Nahrung wichtig sind.

Doch die Gefahr ist groß, dass Frauen weiterhin die Verantwortung und Arbeitslast aufgebürdet bekommen, sich an diskriminierenden Strukturen jedoch kaum etwas ändert. Vergleicht man Haushalte desselben Einkommensniveaus, so wird dort, wo Frauen über die Ausgaben entscheiden, mehr Geld für Nahrungsmittel ausgegeben als dort, wo Männer über diese Ausgaben entscheiden. Einer Studie der Weltbank zufolge geben in Guatemala Haushalte, in denen Frauen die Kontrolle über Einkünfte aus dem Verkauf von Agrarexportgütern (beispielsweise Gemüse, Blumen) haben, doppelt so viel Geld für die Ernährung der Familie aus wie Haushalte, in denen Männer über die Ausgaben bestimmen. Das rechnete die Weltbank 2007 vor, und dies belegen Studien unter anderem zu Brasilien, den Philippinen und Ghana.

Es ist anzunehmen, dass die höheren Ausgaben für Ernährung auch Auswirkungen sowohl auf Unter- als auch auf Mangelernährung haben, da vermutlich die Qualität der Nahrung und ihre Vielfalt besser werden. Hier gibt es jedoch weiteren Forschungsbedarf, denn es besteht auch die Möglichkeit, dass bei höherem Einkommen auch der Verzehr von ernährungsphysiologisch eher minderwertigen Nahrungsmitteln wie Weißbrot, das vielerorts als Symbol westlicher Esskultur gilt, zunimmt.

Die globale Jagd nach Ackerland, auch als „Landgrabbing“ bezeichnet, bedroht kleinbäuerliche Landwirtschaft und damit auch die vielseitige Lebensmittelproduktion. Wenn Agrarinvestoren um Ackerflächen werben, ist das Mitspracherecht der Frauen oft eingeschränkt. Verlieren sie das zum Anbauen oder Sammeln von Nahrung genutzte Land, steht die Ernährungssicherheit der ganzen Familie auf dem Spiel. Die Sicherung von Landrechten von Frauen ist deshalb eine wichtige Voraussetzung für die Beseitigung von Mangelernährung. Sie muss ergänzt werden durch Qualifizierung, Beratung und agrartechnische Ausbildung von Frauen. Dazu müssen auch mehr Agrarberaterinnen und Agrarwissenschaftlerinnen ausgebildet werden.



Frauen werden häufig bei der Vergabe von Krediten benachteiligt. In Goungo bon am Niger sind in einem Kleinkreditprojekt von Brot für die Welt 90 Prozent der Kreditnehmerinnen Frauen. Mit den Krediten beginnen sie mit der Fischzucht, pflanzen Reis oder Gemüse und erwirtschaften mittlerweile so viel, dass sie die Überschüsse auf dem Markt verkaufen können.



Nahrungsergänzungsmittel sind nur kurzfristige Lösungen für Notsituationen wie Krieg und Flucht. Dauerhaft wird Stillter Hunger jedoch nur bekämpft, wenn strukturellen Ursachen beseitigt werden.

## Ausgewogene Ernährung von Anfang an

Eine bessere Ernährung von Geburt an ist ein zentraler Baustein, um Familien, Gemeinschaften und ganzen Gesellschaften zu helfen, den Zyklus von Armut und Mangelernährung zu durchbrechen. Um die Versorgung mit benötigten Vitaminen und Mineralien zu gewährleisten, ist Aufklärungsarbeit über gesunde Ernährung und Produktion von Nahrungsmitteln entscheidend. Bei akutem Mangel lehnt Brot für die Welt Nahrungsmittelergänzungen oder angereicherte Nahrung (Biofortifizierung) nicht ab, um den Bedarf an Mikronährstoffen zu decken. Voraussetzung ist, dass keine gentechnischen Verfahren genutzt werden. Konkret geht es um die Zugabe von Vitamin A, Eisen und Folsäure. „Unzureichend wäre es jedoch, solche Mittel isoliert einzusetzen. Sie müssen mit Anstrengungen verbunden sein, echte Ernährungsvielfalt für alle Menschen sicherzustellen“, sagt Bernhard Walter, Ernährungsexperte bei Brot für die Welt.

Letztlich lässt sich Mangelernährung nur durch Ernährungsvielfalt vorbeugen: einem guten Mix aus Obst, Gemüse, Getreide, Hülsenfrüchte und tierischen Eiprodukten. Werden Frauen in ihrer kleinbäuerlichen Landwirtschaft unterstützt, so verbessern sie die regionale Versorgung mit gesunden und vielfältigen Nahrungsmitteln, die zudem kulturell akzeptabel und ressourcenschonend sind. Sogenannte „ernährungssensible Wertschöpfungsketten“ könnten ein Ausweg aus dem Dilemma der Mangelernährung sein. Es geht um Zugang zu Land, Krediten und Saatgut, den Anbau von regional angepassten Sorten und die Anwendung von ökologisch nachhaltigen Anbaumethoden – für die Produktion von Nahrungsmitteln für den eigenen Verbrauch und für die lokalen und regionalen Märkte und um mehr Lebensqualität durch Verbesserungen in den Sektoren Wasser und Sanitäres, Gesundheit und Bildung.

## „Menschenrecht auf Gesundheit“ heißt Basisgesundheitsdienste zu stärken

Mangelernährung verursacht Krankheiten. Infektionen und Durchfall müssen schnell und effektiv behandelt werden, damit der Körper Nahrungsmittel aufnehmen und verarbeiten kann und das Immunsystem nicht zusammenbricht. Besonders Menschen in von Armut geprägten benachteiligten Regionen oder Stadtteilen oder Menschen mit Behinderungen sind auf eine gute Infrastruktur im Gesundheitswesen angewiesen.



Programme im Gesundheitswesen sind essentiell, um Mangelerscheinungen zu vermeiden. Viele Krankheiten wie Durchfall oder Malaria verstärken bereits existierende Folgeerscheinungen von Mangelernährung.

Kommunale Verwaltungen müssen stärker als bisher Basisgesundheitsdienste einrichten, um die kostenlose Gesundheitsversorgung aller von Mangelernährung Betroffenen, vor allem von Schwangeren und Kindern, sicherzustellen. Dies schließt ein, Gesundheits- und Hygienepraktiken sowie Ernährungswissen zu vermitteln und akute Unter- und Mangelernährung zu behandeln. Um das „Recht auf Gesundheit“ konkret umzusetzen, sind staatliche Investitionen wie der Zugang zu sauberem Wasser und funktionierenden Sanitäreinrichtungen unumgänglich.

## In Frauenrechte investieren



Die Bildungssituation von Mädchen in vielen Entwicklungsländern ist besonders in ländlichen Regionen und armen Haushalten nach wie vor eine große Herausforderung. Die Unterschiede zwischen Mädchen und Jungen sind weiterhin groß, weniger bezüglich der Einschulungen in die Grundschule, sondern in Bezug auf die Schulabschlüsse.

Ernährung, Gesundheit und Bildung bedingen sich gegenseitig. Die Bildungssituation von Mädchen hat sich in vielen Ländern verbessert, doch vor allem in ländlichen Regionen und in armen Haushalten gehen viele Kinder gar nicht oder nur unregelmäßig in die Schule. Vor allem Mädchen machen seltener als ihre männlichen Mitschüler einen Abschluss oder besuchen eine weiterführende Schule.

Würden Politik und Gesellschaft stärker in die Zukunft von Mädchen investieren, sie fördern und begleiten könnten sie mehr noch als bisher zu Trägerinnen eines positiven gesellschaftlichen Wandels werden.

Längst ist klar, dass wirtschaftliche Stärkung, Selbstbewusstsein und sozialer Statusgewinn von Frauen zusammenhängen und ein Motor für Entwicklung sind. Frauen leisten somit einen wichtigen Beitrag zur Überwindung von Hunger und Armut. Wenn vom „Menschenrecht auf Nahrung“ und vom „Menschenrecht auf Gesundheit“ im Kampf gegen den Stillen Hunger gesprochen wird, muss von Frauen die Rede sein. Von mangelernährten Frauen, deren Gesundheit gefährdet ist, von hart arbeitenden Frauen, die sich um gute Ernährung für ihre Familien kümmern und von starken Frauen, die ihre Rechte einfordern. Darin liegt eine große Chance für die Zukunft!

### Literaturverzeichnis

Brot für die Welt (Hrsg., 2014): Stillen Hunger bekämpfen: Eine Investition in die Zukunft.

Veröffentlicht unter: [https://www.brot-fuer-die-welt.de/fileadmin/mediapool/2\\_Downloads/Fachinformationen/Sonstiges/Stillen\\_Hunger\\_bekaempfen.pdf](https://www.brot-fuer-die-welt.de/fileadmin/mediapool/2_Downloads/Fachinformationen/Sonstiges/Stillen_Hunger_bekaempfen.pdf), 8.7.2015

Brot für die Welt (Hrsg., 2015): Analyse 54 - Gleichberechtigung - das beste Rezept gegen Mangelernährung.

FAO (o.J.): The Female Face of Farming.

Veröffentlicht unter: <http://www.fao.org/gender/infographic/en>, 8.7.2015

Neuenroth, Carsta (2015): Frauen nicht nur wirtschaftlich stärken! Veröffentlicht unter: <https://info.brot-fuer-die-welt.de/blog/frauen-nicht-nur-wirtschaftlich-staerken>, 8.7.2015

WHO (2014a): Global Nutrition Targets 2025 - Anaemia - Policy Brief. Veröffentlicht unter: <http://www.who.int/nutrition/publications/globaltargets2025.policybrief.anaemia/en/>, 8.7.2015

WB, FAO, IFAD (2009): Gender in Agriculture Sourcebook. Veröffentlicht unter: <http://www.ifad.org/gender/pub/source-book/gal.pdf>, 8.7.2015

**Aus Sicht von Brot für die Welt sollten bei der Beseitigung von Mangelernährung von Frauen und Mädchen folgende Prioritäten gesetzt werden:**

- 1. Gesundheits-, Agrar- und Ernährungssysteme sind so zu reformieren, dass die Ursachen von Mangelernährung unter besonderer Berücksichtigung von Frauen und Mädchen beseitigt werden.
- 2. Internationale Abkommen sowie nationales Recht und Gesetzgebung sollten gewährleisten, dass der gleichberechtigte Zugang von Frauen und Männern zu produktiven Ressourcen sowie betriebswirtschaftlichen Fähigkeiten und Beschäftigung durchgesetzt wird.
- 3. Von Frauen und Kindern geführte Haushalte müssen gezielt unterstützt und in ihrer Eigenständigkeit gestärkt werden, damit der Ernährungsbedarf aller ihrer Mitglieder das ganze Jahr über in vollem Umfang gedeckt werden kann. Mit dem gleichen Ziel sollten auch Kleinbäuerinnen gezielt befähigt und gefördert werden.
- 4. Zur Verbesserung von Ernährung und Gesundheit von Frauen und Mädchen ist der Zugang zu öffentlichen Dienstleistungen der Basisversorgung sowie gendersensiblen Gesundheitsdienstleistungen und sozialen Sicherungssystemen bereitzustellen.
- 5. Die aktive Beteiligung von Frauen als Akteurinnen an Gestaltungs- und Entscheidungsprozessen, die relevant sind für die Realisierung ihrer Rechte auf Nahrung und Gesundheit sowie ihre gleichberechtigte gesellschaftliche und wirtschaftliche Teilhabe muss auf allen Ebenen gewährleistet sein.
- 6. Gewalt gegen Frauen und Mädchen in all ihren Formen muss als Handlungsfeld für mehr Gleichberechtigung im Agrar- und Ernährungsbereich berücksichtigt werden.



**Frauen haben ein Recht auf Nahrung - nicht nur als Mütter, sondern auch um ihrer selbst willen.**

**Impressum**

Herausgeber  
Brot für die Welt -  
Evangelischer Entwicklungsdienst  
Evangelisches Werk für Diakonie und  
Entwicklung e.V.

Caroline-Michaelis-Straße 1  
10115 Berlin

Telefon +49 30 65211 0  
Fax +49 30 65211 3333  
info@brot-fuer-die-welt.de  
www.brot-fuer-die-welt.de

**Autorin** Cornelia Wilß  
**Redaktion** Maike Lukow, Carsta Neuenroth, Sophia Zimmermann (Recherche)  
**V.i.S.d.P.** Dr. Klaus Seitz  
**Layout** Katja Tränkner - frischwind  
**Fotos** Helge Bendl (S. 6 links), Jörg Böthling (S. 4 unten, S. 11, S. 15), Gerard Klijn (S. 13 unten), Christof Krackhardt (S. 6 rechts, S. 13 oben), Thomas Lohnes (Titel, S. 4 oben, S. 7), Christoph Püschner (S. 12), Frank Schultze (S. 10, S. 14)  
**Art. Nr.** 129 502 100  
**Bildbearbeitung** Rüdiger Breidert - tridix  
**Druck** oeding print GmbH, Braunschweig

**Spenden**  
Brot für die Welt -  
Evangelischer Entwicklungsdienst  
IBAN DE10 1006 1006 0500 5005 00  
Bank für Kirche und Diakonie  
BIC GENODED1KDB

Berlin, September 2015

**Brot für die Welt -  
Evangelischer  
Entwicklungsdienst**

---

Caroline-Michaelis-Straße 1  
10115 Berlin

---

Telefon +49 30 65211 0  
Fax +49 30 65211 3333  
info@brot-fuer-die-welt.de  
www.brot-fuer-die-welt.de