

# Satt ist nicht genug!

## Zukunft braucht gesunde Ernährung

### Kernthesen zur 56.–58. Aktion von Brot für die Welt

Brot für die Welt setzt sich dafür ein, dass alle Menschen satt werden. Aber satt allein ist nicht genug. Für eine gute körperliche und geistige Entwicklung sind Nährstoffe wie Eisen, Zink, Jod und Vitamine unerlässlich. Zwei Milliarden Menschen fehlen die für ein gesundes Leben wichtigen Nährstoffe. Dieser Mangel hat schwerwiegende Folgen, besonders für Kinder: Sie bleiben oft in ihrer körperlichen und geistigen Entwicklung zurück oder sind anfällig für schwere Krankheiten. Doch Hunger und Mangelernährung sind vermeidbar!

Als Christen und Christinnen glauben wir: Die reichen Gaben der Schöpfung, gerecht verteilt und allen gleichermaßen zugänglich, ermöglichen ein Sattwerden im umfassenden Sinne: mit allen Nährstoffen versorgt und teilhaftig einer globalen Gerechtigkeit. Daher setzen wir uns für die Umsetzung des Menschenrechts auf Nahrung ein, das eine ausgewogene und nährstoffreiche Ernährung mit einschließt.

#### **Brot für die Welt – Evangelischer Entwicklungsdienst sagt:**

##### **1. Ernährung muss vielfältig, gesund und bezahlbar sein.**

Eine vielfältige, ausgewogene Ernährung mit tierischen und pflanzlichen Kalorien deckt die Grundbedürfnisse des menschlichen Körpers und trägt zu einer adäquaten körperlichen und geistigen Entwicklung bei. Da viele nährstoffreiche Pflanzen in den letzten Jahrzehnten verloren gegangen sind, ist eine Wiederbelebung alter Kulturpflanzen und regional angepasster Sorten notwendig. Nahrungsmittel, die unter ökologisch verträglichen Bedingungen produziert werden, sind auch für die menschliche Gesundheit förderlich. Vielfältige und gesunde Nahrungsmittel müssen den Produzenten und Produzentinnen ein faires und ausreichendes Einkommen ermöglichen und für die Konsumenten und Konsumentinnen bezahlbar sein.

##### **2. Bäuerliche Landwirtschaft kann für eine ausgewogene und gesunde Ernährung sorgen.**

Die nachhaltige kleinbäuerliche Landwirtschaft und die Kleinfischerei leisten einen wesentlichen Beitrag zu einer gesunden Ernährung. Sie können durch die Produktion vielfältiger Nahrungsmittel, eine ökologisch verträgliche Tierhaltung und einen bestandsschonenden Fischfang für eine ausgewogene menschliche Ernährung sorgen. Die Kleinbauernfamilien benötigen jedoch Unterstützung im Anbau von regional angepassten Sorten und in der Anwendung von ökologisch nachhaltigen Anbaumethoden.

##### **3. Wenn Frauen unterstützt werden, ist eine ausgewogene und gesunde Ernährung aller möglich.**

Frauen leisten in vielen Ländern des Südens einen bedeutsamen Beitrag zur Produktion von Nahrungsmitteln. Wenn sie unterstützt werden, können sie die regionale Versorgung mit gesunden und vielfältigen Nahrungsmitteln verbessern. Gleichzeitig ist die Versorgung von schwangeren, stillenden Müttern sowie von Kleinkindern mit einer qualitativ ausgewogenen, vielfältigen und gesunden Ernährung notwendig. Die Zeit der Schwangerschaft und die ersten Lebensjahre eines Kindes bilden den Grundstein für eine adäquate körperliche und geistige Entwicklung und somit für ein aktives und gesundes Leben. Aus diesen Gründen muss die Benachteiligung von Frauen beendet werden.

##### **4. Eine vielfältige und qualitativ ausgewogene Ernährung muss im Einklang mit der Bewahrung der Schöpfung stehen.**

Eine umweltschonende und ressourcensparsame Produktionsweise ist notwendig, damit sich auch die uns nachfolgenden Generationen qualitativ ausgewogen und nährstoffreich ernähren können. Dies bedeutet auch, Fleisch und Fisch nur in Maßen zu konsumieren.