



„Als Kinderhilfsorganisation bietet Ihnen Plan neben der Übernahme einer Patenschaft auch die Möglichkeit, einzelne Projekte mit einer Spende zu unterstützen. In allen Projekten stehen Kinder im Mittelpunkt der Arbeit. Plan fördert gezielt die Hilfe zur Selbsthilfe in den Gemeinden. Die Mädchen, Jungen und ihre Familien in Paraguay möchten sich gesund ernähren. Helfen Sie ihnen dabei!“

*Walter Scheel*

Walter Scheel, Bundespräsident a. D., Ehrenvorsitzender des Kuratoriums Plan International Deutschland e. V.

## Das ist Plan

Plan International ist als eines der ältesten Kinderhilfswerke in 48 Ländern Asiens, Afrikas und Lateinamerikas tätig, unabhängig von Religion und Politik. In der Entwicklungszusammenarbeit finanziert Plan nachhaltige und **kindorientierte Selbsthilfeprojekte**, hauptsächlich über Patenschaften sowie über Einzelspenden und öffentliche Mittel. Mädchen werden besonders gefördert, damit sie gleiche Chancen erhalten wie Jungen. Von den weltweit 1,2 Millionen Kinderpatenschaften betreut Plan Deutschland 280.000 und erreicht damit in den Programmgebieten über zwei Millionen Menschen. Die Projekte in Asien, Afrika und Lateinamerika werden in Abstimmung mit den **Kindern, Familien und Gemeinden** geplant und realisiert. Ziel ist die dauerhafte Verbesserung der Lebensumstände. Plan ist von der UNO als private und unabhängige Organisation anerkannt.

Deutsches Zentralinstitut für soziale Fragen/DZI



DZI Spenden-Siegel: Geprüft+Empfohlen

Vom Deutschen Zentralinstitut für Soziale Fragen (DZI) wurde Plan International Deutschland e. V. das DZI-Spenden-Siegel zuerkannt. Es steht für geprüfte Transparenz und Wirtschaftlichkeit im Spendenwesen.

### So hilft Plan

Plan unterhält weltweit mehr als 200 Projektbüros und führt gemeinsam mit den Kindern, ihren Familien und Gemeinden Entwicklungsprogramme in den folgenden Bereichen durch:

- **Gesundheit**  
Gesundheitsvor- und -fürsorge, Familienplanung, Hygieneaufklärung, Bau von Gesundheitsstationen, Impfprogramme
- **Bildung**  
Aus- und Fortbildung von Lehrpersonal, Bereitstellung von Lehr- und Lernmaterial, Schulbau, Berufsbildung für Jugendliche und Erwachsene
- **Lebensumfeld**  
Verbesserung der Wohnsituation, Brunnen- und Latrinenbau, Wasserversorgung, Abwasserentsorgung, Aufforstung
- **Einkommen**  
Vergabe von Kleinkrediten, Einführung neuer Anbaumethoden und -produkte, fachliche Aus- und Weiterbildung
- **Kinderrechte**  
Geburtenregistrierung, Aufklärung über die Kinderrechte, Kinderschutzprogramme
- **Nothilfe**  
Soforthilfe und Wiederaufbau bei Katastrophen, Katastrophenvorsorge

## Unterstützen Sie unser Ernährungsprojekt in Paraguay



- Wir bieten über 70 Jahre Erfahrung in Planung, Durchführung und Evaluierung von Projekten.
- Wir informieren regelmäßig über die Projekte in unserem Spendermagazin Plan Post und im Internet.
- Zu Jahresbeginn erhalten Sie Ihre Zuwendungsbestätigung per Post.
- Bei Mehreinnahmen werden Spenden für andere dringende Plan-Projekte verwendet.
- Informationen zu weiteren Projekten erhalten Sie von unserer Projektspendenabteilung.

Spenden Sie bitte auf unser Konto

Deutsche Bank  
Bankleitzahl 20070000  
Konto-Nr. 061281202

Unter dem Stichwort  
„Gesunde Ernährung“

oder online unter  
[www.plan-deutschland.de](http://www.plan-deutschland.de)

Plan International Deutschland e.V., Bramfelder Straße 70, 22305 Hamburg  
Telefon 040 - 611 400, Fax 040 - 611 40 140, [www.plan-deutschland.de](http://www.plan-deutschland.de)

### In diesen 48 Ländern arbeitet Plan:

Ägypten, Äthiopien, Bangladesch, Benin, Bolivien, Brasilien, Burkina Faso, China, Dominikanische Republik, Ecuador, El Salvador, Ghana, Guatemala, Guinea, Guinea-Bissau, Haiti, Honduras, Indien, Indonesien, Kambodscha, Kamerun, Kenia, Kolumbien, Laos, Liberia, Malawi, Mali, Mosambik, Nepal, Nicaragua, Niger, Pakistan, Paraguay, Peru, Philippinen, Ruanda, Sambia, Senegal, Sierra Leone, Simbabwe, Sri Lanka, Sudan, Tansania, Thailand, Timor-Leste, Togo, Uganda und Vietnam.

Stand: Juni 2009

# Gesunde Ernährung



## Paraguay



# Gesunde Ernährung für Kinder und ihre Familien

**Auf dem Gelände von 32 Schulen legen Mädchen und Jungen gemeinsam mit ihren Lehrern Schulgärten an. Mit dem geernteten Obst und Gemüse werden in den Schulkantinen gesunde Mahlzeiten zubereitet, die zu einer verbesserten Ernährung von 2.232 Schülerinnen und Schülern beitragen. Gartenarbeit und Umwelterziehung werden von den Lehrkräften in den praktischen Unterricht eingebunden.**

**Plan unterstützt zusammen mit lokalen Organisationen 200 Lehrerinnen und Lehrer** mit fachlichen Fort- und Weiterbildungsmaßnahmen, um das Schulgartenprojekt mit ihren Schülerinnen und Schülern nachhaltig umsetzen zu können.

**Neben den verschiedenen Anbaumethoden** im Gartenbau lernen Mädchen und Jungen auch die Bedeutung einer gesunden Ernährung kennen und bereiten vitaminreiche Mahlzeiten zu. Dieses Wissen geben sie an ihre Familien und an andere Gemeindemitglieder weiter.

**Zusätzlich unterstützt Plan 256 Familien beim Anlegen eines**

**Hausgartens.** Ein eigener Garten trägt zum Familieneinkommen bei.

Die Erträge der Gärten kommen auch den Schulen und Gemeinden zugute. Die Familien erfahren in Schulungen, wie sie traditionelle Anbaumethoden mit der moderneren ökologischen Landwirtschaft verbinden können.

**Ein Frauen-Gemeindekomitee wählt in öffentlichen Sitzungen** die Familien aus, die an dem Projekt teilnehmen. Dabei werden Familien mit Kleinkindern und alleinerziehende Mütter und ihre Kinder bevorzugt behandelt.

**Das Projekt läuft von Juli 2009 bis Juni 2011. Insgesamt 3.000 Mädchen, Jungen und ihre Familien profitieren direkt von der verbesserten Ernährungssituation. Von dem Wissen um die nachhaltigen Anbaumethoden profitieren indirekt 9.000 Menschen. Plan unterstützt die Maßnahmen mit umgerechnet etwa 183.500 EUR\*.**

(\*Wechselkurs vom 19.03.09: 1 USD = 1,3727 EUR, Quelle [www.oanda.com](http://www.oanda.com))



Mit dem geernteten Obst und Gemüse werden in den Schulkantinen gesunde Mahlzeiten zubereitet.

Die Mädchen haben viel Freude am praktischen Unterricht.



## Ernährung in Paraguay – zur Situation

Paraguay liegt im Herzen Südamerikas. **Rund 50 Prozent der Menschen leben unterhalb der Armutsgrenze und etwa neun Prozent müssen mit weniger als einem US-Dollar am Tag auskommen.** Viele Kinder wachsen in sehr einfachen Verhältnissen auf.

**Ein Großteil der Menschen ist fehl- oder unterernährt,** da sie sich eiweißreiche Produkte wie Fisch, Fleisch oder Milch nicht leisten können. Mangelernährung schwächt insbesondere Kleinkinder. Zehn Prozent der Mädchen und Jungen in Paraguay sind nicht altersgemäß entwickelt.

**Eine falsche Ernährung in den ersten Lebensjahren** hat weitreichende Folgen. Ein Mangel an Jod und Eisen führt beispielsweise zu schwerwiegenden und dauerhaften gesundheitlichen Beeinträchtigungen. In der Schule haben diese Kinder Schwierigkeiten zu lernen und sich auf den Unterricht zu konzentrieren.

**Ziel des Projekts** ist es, durch den ökologischen Anbau von Gemüse in Privat- und Schulgärten eine gesunde und ausgewogene Ernährung von Mädchen und Jungen sicher zu stellen. Das Projekt wird in 32 ländlichen Gemeinden in den Programmgebieten Paraguay und Caaguazu durchgeführt.

### Ökologischer Gemüseanbau

Plan verfolgt das Prinzip der Nachhaltigkeit. Dazu gehört der schonende Umgang mit Ressourcen und der Schutz der Umwelt.

Beim **ökologischen Gemüseanbau** wird auf chemische Düngemittel verzichtet und damit eine hohe Belastung der Agrarprodukte vermieden. Kompostierung und natürlicher Pflanzenschutz sind ebenfalls Teil dieser Methode. Der Boden bietet durch den schonenden Anbau eine langfristige Existenzgrundlage für die Familien.



Plan führt seit 1995 Programme in Paraguay durch.