



# Malawi: Ernährungssicherheit und Ernährung

In Malawi leiden viele Mütter und Kinder unter chronischer Mangelernährung. Ernährungssicherheit, Ernährungsvielfalt sowie angemessene Hygiene- und Sanitärpraktiken sind zentral für die Gesundheit von Müttern und Kindern. Dafür braucht es eine verlässliche Steuerung und soziale Sicherungssysteme, die Ernährung berücksichtigen. So können Menschen sich von wiederkehrenden Schocks und Krisen erholen, ohne dass ihre Ernährung langfristig darunter leidet.

## Ausgangssituation

In Subsahara-Afrika schreiten die Verbesserungen der Ernährungssituation von Erwachsenen und Kindern nur schleppend voran, verschiedene Formen der Mangelernährung sind weit verbreitet. Malawi ist in besonderem Maße von chronischer Unterernährung betroffen, was zu hohen Raten von Wachstumsverzögerungen führt: Mehr als ein Drittel der Kinder unter fünf Jahren sind wachstumsverzögert (Global Nutrition Report, 2025). Die ersten 1.000 Tage – von der Empfängnis bis zum zweiten Geburtstag eines Kindes – sind entscheidend für die körperliche und kognitive Entwicklung. Mangelernährung in diesem Zeitfenster kann langfristige und teilweise sogar irreversible Folgen im späteren Leben mit sich bringen. Die Ernährungssicherheit von Haushalten ist daher von großer Bedeutung, um eine ausreichende Qualität und Quantität an Nahrungsmitteln sicherzustellen, die für die frühe kindliche Entwicklung essenziell sind.

## Unser Ansatz

In Malawi unterstützt das *Food and Nutrition Security Programme* (FNSP) Ernährungsgruppen sowie staatliche Dienstleister in den Distrikten Dedza und Salima bei der Bekämpfung von Mangelernährung, insbesondere bei Frauen und Kindern im 1.000-Tage-Fenster. Die Maßnahmen von FNSP konzentrieren sich auf:

- **Soziale Verhaltensänderung:** Verbesserung von Wissen, Einstellungen und Praktiken in Bezug auf Ernährung und Hygiene;
- **Resilienz:** Stärkung der Widerstandsfähigkeit von Haushalten und Gemeinschaften gegenüber Ernährungsunsicherheit in zunehmend volatilen Kontexten, etwa infolge des Klimawandels oder im Zusammenhang mit Fragen der sozialen Sicherung;

- **Dezentralisierte Ernährungspolitik (*Nutrition Governance*):** Stärkung der institutionellen Kapazitäten der Ernährungskomitees bei der Planung, dem Management, der Koordination und dem Monitoring der staatlichen und nicht-staatlichen Organisationen, die im Bereich Ernährungssicherung tätig sind;
- **Stärkung nationaler Partner:** Unterstützung bei der Identifizierung, Umsetzung und Bewertung von Best Practices zur verbesserten Planung und Koordinierung von ernährungs-sensitiven Politiken.

Projektname	Food and Nutrition Security Programme (FNSP)
Im Auftrag von	Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (BMZ)
Projektregion	Südliches Afrika
Durchführungsorganisation	Abteilung für Ernährung (DN) im Gesundheitsministerium (MoH)
Laufzeit	01.02.2015 – 31.03.2025



v.L.n.R.: Gemüse, Obst und tierische Produkte: Multiplikatorinnen aus den Gemeinden werden durch ein Care Group-Modell geschult, um ihre tägliche Ernährung zu diversifizieren und ausgewogene Mahlzeiten in ihren Familien zu fördern.

FNSP stärkt Frauen und Betreuungspersonen darin, ihre Familien mithilfe gemeinschaftlicher Ansätze besser zu ernähren. Hier: bei einer Kochvorführung.



*v.l.n.R.: Um die Versorgung ihrer Familie mit nährstoffreichem Gemüse sicherzustellen, gießt die von FNSP geschulte Mhelakena ihren innovativen Garten direkt vor ihrem Haus.*

*Förderung des Anpflanzens von Obstbäumen*

*Gender-transformative Ansätze: Ein Vater füttert sein Kind.*

## Wirkungen in Zahlen

Seit seiner Einführung im Jahr 2015 hat FNSP **54.242 Haushalte** in den Distrikten Dedza und Salima direkt erreicht. Insgesamt wurden **822 Basisdienstleisterinnen und Basisdienstleister** (davon 320 Frauen) geschult, um über das 2012 von der malawischen Regierung eingeführte *Care-Group*-Modell Wissen über Ernährungspraktiken, Hygiene und Sanitärversorgung sowie nachhaltige landwirtschaftliche Methoden zu vermitteln.

Da tierische Lebensmittel in Malawi zu den stark unterrepräsentierten Nahrungsmittelgruppen gehören, entwickelte FNSP einen Ansatz für ernährungssensitive lokale Hühnerhaltung. Damit soll der Konsum von Eiern und Hühnerfleisch gefördert werden. Etwa **5.064 Hühner** wurden an **1.266 Haushalte** in Salima und Dedza verteilt. Auf nationaler Ebene wurde die von FNSP unterstützte Gesundheits-Hotline *Chipatala Cha Pa Foni* („Krankenhaus per Telefon“) vollständig in das Gesundheitsministerium integriert und spielt eine zentrale Rolle bei der Verbreitung von Ernährungsempfehlungen.

Im Rahmen des Multi-Ebenen-Ansatzes unterstützt FNSP die malawische Regierung dabei, förderliche Rahmenbedingungen für Ernährungssicherheit sowohl auf nationaler als auch auf Distriktebene zu schaffen. Dazu gehört die Unterstützung einer politischen Interessenvertretung zur Aufstockung der finanziellen und personellen Ressourcen im Bereich Ernährung. Durch die Unterstützung konnte 2023 die Zuständigkeit für Ernährung dezentralisiert werden; in allen 28 Distrikten Malawis wurden dafür zweckgebundene Budgets eingerichtet.

Angesichts der Auswirkungen wiederkehrender Schocks und Krisen auf die Ernährungssicherheit sowie der hohen Armutsraten im Land, arbeitet FNSP intensiv an den **Schnittstellen von sozialer Sicherung, Ernährung und Resilienz**. Das Projekt kooperierte mit rund **600 Spar- und Kreditgruppen**, die insbesondere Frauen stärken und eine ernährungssensitive Entscheidungsfindung ermöglichen. Bislang profitierten 32.233 Haushalte von verschiedenen Formen sozialer Sicherung, darunter Sozialtransfers als Reaktion auf Dürreereignisse.

Darüber hinaus wurde Ernährung dauerhaft in der **nationalen Politik für Soziale Sicherung** verankert, wodurch diese ernährungssensitiver gestaltet wurde. Ein besonderes Augenmerk liegt dabei auf sozialen Schutzleistungen, die die Ernährungssicherheit von Haushalten sowie die Ernährungsvielfalt verbessern können.

## Wirkungen in Geschichten

Stella und Bauti Innocent aus dem Dorf Khwakhwa im Distrikt Dedza sind stolze Eltern ihres einjährigen Sohnes Dan. Ihr Dorf verfügt über keinen Strom und aufgrund des Mangels an Fernsehen oder Smartphones sind *Care Groups* eine wichtige Informationsquelle rund um Fragen im Bereich Gesundheit und Ernährung. Stella nimmt alle zwei Wochen an den Treffen ihrer Gruppe teil. Ihr Haushalt verfügt über eine stabile Latrine hinter dem Haus sowie eine Handwaschstation mit Seife.

Stella ist zudem Cluster-Leiterin in ihrem Dorf. Sie trifft sich regelmäßig mit 10 bis 15 anderen Cluster-Leiterinnen und FNSP-Feldmitarbeitenden, um Informationen über Ernährung und Gesundheit im Alltag zu erhalten. Die Aufgabe der Cluster-Leiterinnen ist es, die Lebensbedingungen der Familien in ihrer unmittelbaren Nachbarschaft zu verbessern. Sie beraten zu Ernährungs- und Hygienemaßnahmen, etwa zur Bedeutung vielfältiger gesunder Kost für Mütter und Kinder, zum Anbau von Gemüse in Hausgärten sowie zur Vorbeugung häufiger Krankheiten wie Durchfallerkrankungen.

Die *Care Groups* bilden auf Gemeindeebene eine wertvolle Plattform, um Wissen und bewährte Praktiken zu Themen der Ernährung weiterzugeben. Diese Struktur wurde 2012 von der malawischen Regierung eingeführt und lebt vom Engagement zahlreicher ehrenamtlicher Helfer und Helferinnen wie Stella.

Neben der Unterstützung anderer Gemeindemitglieder im Bereich Ernährung, bauen Stella und Bauti in ihrem Hausgarten verschiedene Hülsenfrüchte, Gemüse sowie Vitamin-A-reiche Süßkartoffeln mit orangefarbenem Fruchtfleisch an. Auch Obstbäume wie Mango und Papaya gedeihen im warmen Klima Malawis. Darüber hinaus erhielten sie eine Schulung zur Haltung lokaler Hühner, um diese durch verbesserte Fütterung das ganze Jahr über robuster und produktiver zu machen. Heute isst die Familie **dreimal pro Woche Eier** und **zweimal im Monat Hühnerfleisch**.

Männer wie Bauti spielen eine zentrale Rolle für die Ernährungssicherheit und werden daher in viele Aktivitäten von FNSP einbezogen. Gemeinsam mit anderen Männern nimmt er an **Kochdemonstrationen** teil und wurde sogar zum **Nutrition Champion** ernannt. In dieser Rolle ermutigt er andere Männer im Dorf, ihre Ehefrauen stärker zu unterstützen. Die enge Zusammenarbeit als Paar hat Stella und Bauti ermöglicht, sich besser um ihren Sohn Dan zu kümmern. Heute freuen sie sich darüber, dass er gesund aufwächst – und viele andere Familien folgen ihrem guten Beispiel.