



Sr. Maria Irena und eine Mitarbeiterin freuen sich über eine gute Ernte.

# Ein kleiner Garten für Familien zum Überleben

**Ein kleiner Garten reicht aus, um Familien in einem krisengeschüttelten Land wie Mosambik beim Kampf ums Überleben zu unterstützen. Ein neues Projekt der Salvatorianerinnen in Messica.**

Eigentlich ist es nur ein kleines Stück Boden. Eine niedrige Umzäunung aus trockenen Ästen sorgt dafür, dass der Wind die Humusschicht nicht abträgt. Land, auf dem etwas wachsen kann, ist in dieser Region Afrikas kostbar. Die Fa-

milie von Vicente Goio Faife baut hier das an, was sie zum Überleben brauchen: Maniok, Tomaten und Süßkartoffeln. Es ist eine kleine Hilfe, damit sich Vincente weniger Sorgen darüber machen muss, was seine Frau und seine Kinder essen

sollen. Denn Lebensmittel sind in Mosambik knapp. Vincentes Garten ist einer von aktuell 30 Familiengärten, die Sr. Cleia und ihre Mitschwestern angelegt haben. Ein Projekt zur Selbsthilfe für die Familien in Messica, das die Salvato- ▶



Jede Familie bewirtschaftet einen kleinen Garten, um das eigene Gemüse und Obst zu ernten.

### Einfache Hilfe

Ein Garten braucht nicht viel: ein Zaun, Gießkannen, organischer Dünger, Saatgut und kleine Setzlinge. Mit nur 80 Euro kann eine Familie einen kleinen Selbstversorger-Garten anlegen und bewirtschaften.



Im Zentrum für alternative Medizin nutzen die Schwestern selbst angebaute Heilkräuter.

rianerinnen 2022 gestartet haben. Mosambik, das Land im südöstlichen Afrika, kämpft seit langem mit einer Vielzahl von Problemen: Armut, Nahrungsmittelunsicherheit, mangelnder Zugang zu sauberem Trinkwasser und unzureichende Gesundheitsversorgung belasten die Menschen. Zudem ist Mosambik aufgrund seiner geografischen Lage und seiner klimatischen Bedingungen besonders anfällig für Naturkatastrophen. Schwere Stürme und Überflutungen wechseln mit Phasen der Dürre. „Wir konzentrieren uns darauf, mit dem Menschen kleine Initiativen zu finden, die unmittelbar helfen und langfristig Perspektiven aufzeigen. So entstand auch die Idee der Gärten – ein neuer Baustein unserer Arbeit“, berichtet Sr. Cleia.

### Nachhaltiger Anbau und gesunde Ernährung

Die Schwestern und einige Mitarbeiter vermitteln den Familien nachhaltige Anbaumethoden. Dazu gehören bodenschonende Bearbeitung, die eigene Aufzucht von Gemüsesetzlingen, einfache Bewässerungsmethoden und der Einsatz von natürlichem Dünger. Die Familien lernen dürreresistente und nährstoffreiche Feldfrüchte kennen, die bei den Landwirten in Mosambik oft schon in Vergessenheit geraten sind. Schnell haben die Schwestern erkannt, dass die Familiengärten ein hervorragender Bezugspunkt für die Gesundheitsvorsorge sind. „In Kochkursen erfahren die Frauen, wie sich eine gesunde Mahlzeit zubereiten lässt. Sie lernen grundlegende Hygienemaßnahmen kennen und erfahren, wie sie die geernteten und verarbeiteten Lebensmittel aufbewahren können: Tomatenpüree und Süßkartoffelmarmelade sind zum Beispiel bis zu drei Monate haltbar“, sagt Sr. Cleia.

Gesundheit und Wohlbefinden sind schon seit vielen Jahren die Arbeitsfelder der Salvatorianerinnen in Mosambik. 2011 eröffneten sie das „Zentrum für alternative Medizin“ in Messica. In einer Kultur, die eine lange Heil-Tradition hat, haben sie einen Ort geschaffen, der Gesundheit im Sinn von körperlichem, psychischem, sozialen und geistigen Wohlbefinden versteht und alternative Heilmethoden anbietet. Die Schwestern arbeiten dabei eng mit ihren Patienten zusammen. Dabei setzen sie die Pflanzen und Kräuter aus ihren eigenen Gärten ein, um Salben, Tees und Tinkturen herzustellen.

### Garten schafft Unabhängigkeit

Viele Menschen in Mosambik leben von weniger als einem Euro pro Tag. Essen und ein Dach über dem Kopf – selbst das Nötigste – ist eine große Herausforderung. Jeder Zweite ist unterernährt. „Die mangelnde Ernährung macht Menschen anfällig für Krankheiten“, sagt Sr. Maria Irena, die das Gesundheitszentrum der Schwestern in Messica leitet. In diesem schwierigen Umfeld können kleine Gärten wie in Messica eine wichtige Rolle für Familien spielen, um Grundnahrungsmittel auf einfachem Wege zu erhalten. Der eigene Garten macht unabhängig von importierten Lebensmitteln und von den Preisen auf dem Markt.

Ein kleiner Garten braucht nicht viel. Die Kosten für Material und Saatgut sind gering. Die Beete können von den Menschen selbst bewirtschaftet werden. „Darüber hinaus fördern diese Gärten den Gemeinschaftssinn und die Zusammenarbeit. Viele teilen ihr neues Wissen und teilen das, was sie abgeben können“, freut sich Sr. Maria Irena.

# Mit dem Fahrrad Menschen erreichen

**Damit die Hilfe der Salvatorianerinnen in Indien und Sri Lanka die Menschen erreicht, braucht es manchmal nur ganz einfache Dinge: Fahrräder und Motorräder sind unverzichtbar, wenn Mobilität keine Selbstverständlichkeit ist wie bei uns.**

In ländlichen Regionen Indiens setzen die Salvatorianerinnen um Sr. Roslin auf Bildung als Weg aus der Armut. Darum ist sie stolz darauf, dass selbst auf dem Land mittlerweile 100 Prozent der Mädchen in der Grundschule lernen. Doch der Schulweg ist oft weit. Nicht selten dauert es drei Stunden, um zu Fuß in die Schule zu kommen. Der Weg zu einer weiterführenden Schule dauert noch länger und führt oft durch unbesiedelte Gegenden. Immer wieder kommt es zu Belästigungen der Mädchen. Die Sorge der Familien um ihre Töchter wächst und so nehmen die Eltern sie häufig aus der Schule. „Es darf doch nicht sein, dass die Mädchen deswegen ihre Zukunftschancen verlieren“, klagt Sr. Roslin. Darum hat sie jetzt eine einfache Lösung gefunden: Sie kauft Fahrräder für Schülerinnen. „Das nimmt Druck von den Familien, die so ein sicheres Gefühl haben. Und die Mädchen behalten ihren Zugang zur Bildung“, freut sich Sr. Roslin.

## **Unterwegs zu den Menschen**

In anderen Regionen Indiens sind es die Salvatorianerinnen selbst, die sich auf den Weg machen. „Unterwegs zu den Menschen – diesen Auftrag nehmen wir wörtlich“, erklärt Sr. Elsitta. In Nordindien brechen die Schwestern zu mehrtägigen Touren mit einer Vielzahl von Hausbesuchen an verschiedenen Orten auf. Straßen gibt es hier kaum, Busverbindungen sind genauso selten und darum laufen die Ordensfrauen die weiten Strecken von Dorf zu Dorf. Bei den Familien angekommen, sprechen sie über die aktuellen Sorgen und Nöte. Das Spektrum ist breit: Sollte mein krankes Kind zu einem Arzt in die entfernte Stadt? Wie komme ich an Medikamente? Soll ich meine Tochter auf eine Schule schicken? „Wir hören zu. Wir sind Seelsorgerin, Krankenschwester und Sozialarbeiterin – je nachdem was gebracht wird. Wir sind dankbar, dass wir das leben dürfen, woran wir aus dem tiefsten Herzen glauben. Wir sind bei den Menschen“, sagt Sr. Elsitta. „Wenn wir nun Motorräder und ein kleines Gefährt bekommen, erreichen wir noch mehr Menschen und können ihnen Medikamente bringen, sie zu Gesundheitseinrichtungen mitnehmen. Das wäre ein Geschenk.“



Mobilität hilft und macht Freude.

**100 -  
150 €  
Kosten für ein  
Fahrrad**

## *Jede Spende hilft*

Hilfe kann ganz einfach und ganz direkt sein. Jeds Fahrrad und Motorrad hilft den Salvatorianerinnen weltweit. Denn Hilfe ist im wahrsten Sinne des Wortes auf dem Weg.

**1.500 -  
1.800 €  
Kosten für ein  
Motorrad**

*Wir sind dankbar  
für jede Spende!*

Im vergangenen Jahr hat Sofie Gruber die Salvatorianerinnen und Patres in Tansania besucht.

# „Die Menschen sehen, dass alles echt ist“



*Die 22-jährige Sofie Gruber aus dem bayrischen Deggendorf hat Kirche immer als einen Ort der Gemeinschaft erlebt. Das spürt man auch bei ihrer Arbeit. Sie hat ihre Leidenschaft für Geschichten zum Beruf gemacht und informiert auf Social-Media über Projekte und Aktionen.*

## **Was spricht dich an der Arbeit den Salvatorianerinnen an?**

Es ist etwas wahnsinnig Tolles, wenn jemand seinen Auftrag darin sieht, für andere da zu sein. Dafür bewundere ich alle Ordensschwwestern und ganz besonders die Salvatorianerinnen, die ich hier in Deutschland, aber auch in Afrika kennen lernen durfte. Sie sind voller Energie und Tatkraft und stehen mitten im Leben.

## **Warum glaubst du, dass sich bei Instagram jemand für die Salvatorianerinnen interessiert?**

Ich erlebe ja, dass sich die Menschen grundsätzlich für sehr Vieles interessieren. Da geht es gar nicht konkret darum, ob etwas christlich ist oder nicht. Aus dieser Perspektive sind die Salvatorianerinnen voll von spannenden Geschichten. Sie packen tatkräftig an und stellen ihr Leben in den Dienst der anderen. Und das mit einer Begeisterung, die ansteckend ist. Wenn ich auf Instagram darüber berichte, ist es fast wie bei einer Serie, bei der man immer

wieder an dieser Freude teilhaben kann. Danach gibt es eine Sehnsucht bei allen Menschen. Was sie sehen, ist alles echt und konkret. Gleichzeitig erleben sie, dass jede Spende bei den Hilfsbedürftigen ankommt.

## **Junge, engagierte Menschen verbindet man aktuell stark mit dem Thema Klimawandel. Warum sind auch andere Dinge für diese Generation wichtig?**

Ich bin immer schon im sozialen Bereich engagiert gewesen und wir beschäftigen uns mit vielen Fragen: Klima, Gerechtigkeit und Entwicklung – alle Themen, die für unsere Zukunft wichtig sind. Ich glaube, dass es eine Frage von Gemeinschaft ist. Wir alle brauchen eine Gruppe, die uns trägt und die uns stark macht, für Veränderungen einzutreten. Ich erlebe, dass es eine starke Gemeinschaft in der christlichen Jugend gibt, die wichtige Themen gemeinsam angeht. Dazu gehört auch das Klima, aber eben auch soziale Gerechtigkeit.

### **Spendenkonto:**

Salvatorianerinnen weltweit · Sozialwerk  
Salvatorianerinnen Österreichische Provinz  
IBAN: AT43 1919 0000 0014 7264  
BIC: BSSWATWW  
Bankhaus Schelhammer & Schattera

### **Impressum:**

Salvatorianerinnen weltweit · Sozialwerk  
Salvatorianerinnen Österreichische Provinz  
Seuttergasse 6 · 1130 Wien · Tel. 01/ 878 44 – 6311  
E-Mail: edith.bramberger@salvatorianerinnen.at