

Renate Becker

# Situationsangepaßte Ernährungsberatung in Äthiopien

Das basisorientierte Ernährungsprogramm



Verlag  
Dr. Köster

Berlin

## 7. Zusammenfassung

Das Projekt „situationsangepasste Ernährungsberatung in Äthiopien“, das seinen organisatorischen Ausdruck im „basisorientierten Ernährungsprogramm“ (Community Oriented Nutrition Programme - CONP) hat, wurde in Zusammenarbeit mit dem freien Projektträger SIM (Äthiopien) entwickelt. Der Hauptschwerpunkt des CONP lag in der Entwicklung von sektorübergreifenden Lösungsansätzen, die die unterschiedlichen politischen, sozio-ökonomischen und kulturellen Rahmenbedingungen der jeweiligen Projektdörfer berücksichtigen.

Als erste Aufgabe wurde auf die sprachliche und die allgemeine Orientierung im Land konzentriert, um die kulturelle Kluft zu überwinden und die verschiedenen ethnischen Gruppen in ihrer Lebensweise sowie deren Probleme zu verstehen. Danach wurde das **Lehrmaterial**, das Voraussetzung für alle Aktivitäten des CONP ist, entwickelt. Dieses Lehrmaterial besteht aus einem achteiligen amharischen Ernährungsführer, einem einschlägigen englischen Ernährungsführer, einem Posterset und einem Lebensmittelkartenspiel. Der Ernährungsführer ist ein anschauliches, auf die äthiopische Kultur bezogenes Lehr- und Referenzbuch. Die Abbildungen im Posterset und Lebensmittelkartenspiel entsprechen der Darstellung des äthiopischen Alltags. Dadurch können sich auch wenig gebildete Personen leicht mit den Bildern identifizieren.

Durchführung und Aufrechterhaltung des CONP wird durch einen adäquaten Einsatz ausgebildeter einheimischer Multiplikatoren bestimmt. Voraussetzung dafür ist die Kompetenz der Auszubildenden. Da zum Zeitpunkt des Projektbeginns im Jahre 1991 noch nicht auf kompetente Äthiopier für die Aufgabe in der Ernährungsberatung zurückgegriffen werden konnte, war zuerst die Durchführung von adäquaten **Trainerkursen** notwendig. Diese Trainerkurse fanden in 8 von den insgesamt 14 Regionen Äthiopiens statt. Die Auswahl der Trainer erfolgt nach den in dieser Arbeit entwickelten Kriterien und obliegt den jeweiligen Organisationen, die solche Trainerkurse wünschen. Die Dauer eines Trainerkurses beträgt zwei Tage. Erfahrungsgemäß wäre ein längerer Kurs nicht sinnvoll, da die Teilnehmer meist nebenberuflich daran teilnehmen und auch nicht fähig sind, zu viel neue Informationen auf einmal aufzunehmen und in die Praxis umzusetzen. Zu Beginn lernen die Kursteilnehmer, wie sie ihr Projektumfeld und die Situation der Dorfbewohner analysieren können. Anschließend wird eine Einführung in „Grundlagen der Ernährung“ gegeben. In sechsmonatigen Intervallen werden Folgekurse angeboten. Hauptinhalt dieser Kurse ist das praktische Unterrichten sowie der Erfahrungsaustausch in den Ernährungsberatungsaufgaben im Dorf. Insgesamt wurden im Rahmen dieser Arbeit 280 Trainer (174 Frauen und 106 Männer) während 14 Einführungskursen und 7 Folgekursen ausgebildet. Sie sind heute tätig in Bereichen des Gesundheitswesens, der Erziehung und Bildung, der Entwicklungstätigkeit oder arbeiten hauptamtlich als Ernährungsberater.

Zwei der ausgebildeten Trainer sind hauptamtlich als Ernährungsberater im CONP angestellt. Sie stammen aus den Dörfern Awanno und Metser, in denen das **Dorfernährungsprogramm** durchgeführt wird. In den ersten sechs Monaten wurde das Ernährungsverhalten und der Ernährungsstatus von Erwachsenen und Kindern (Ernährungserhebungen und anthropometrische Messungen) sowie das Agrarpotential (Marktanalyse) erfaßt und analysiert. Monatlich konnten Ernährungsbefragungen und anthropometrische Messungen bei 20-25 unterschiedlichen Familien durchgeführt werden. Mangelernährung wurde bei 53% der untersuchten Kinder festgestellt. (34% mild, 15% mäßig, 4% schwer). Es ist offensichtlich, daß unausgewogene Ernährungsweise sowie ungeeignete Agrarmethoden trotz hohen Agrarpotentials die Lebensqualität der Äthiopier verschlechtern. Daher wird in dem Programm die tatsächliche Verfügbarkeit von Lebensmitteln analysiert und weitere Anbaumöglichkeiten eingeführt. Innerhalb von 15 Monaten (Oktober 1992 - Dezember 1993) konnten 40 Ernährungskurse (mit 1166 Teilnehmer) und 700 Einzelberatungen durchgeführt werden. Die Kurse bestehen aus zwei Teilen. Im ersten lernen die Teilnehmer die einzelnen Nährstoffgruppen und ihre Bedeutung, im zweiten wird das gelernte Wissen angewandt. Dieser Teil beinhaltet deshalb Demonstrationskochen und landwirtschaftliche Beratung. Als Resultat des Dorfernährungsprogrammes nahm in den beiden Dörfern der Gemüseanbau um 51% zu. In Awanno stieg der Obstanbau um 40%, in Metser um 62,5%. Karotten, Tomaten und Rote Beete, sowie Papaya, Guave, Mango und Ananas wurden neu eingeführt. Mit Hilfe der im Kurs erworbenen Kenntnissen waren die Dorfbewohner offensichtlich in der Lage, sich aus den im Dorfmarkt angebotenen und in ihren Gärten vermehrt wachsenden Lebensmitteln eine ausgewogene und gesündere Kost zusammenzustellen. Dadurch wurde der Ernährungsstatus verbessert. Weiterhin konnte mit dem CONP erreicht werden, daß zumindest hochmotivierte Frauen in Metser Schritt für Schritt von schlechten, kulturbedingten Ernährungsgewohnheiten wegkommen, indem sie anstelle der bisher ausschließlich aus Mais und Ensete bestehenden Mahlzeiten jetzt auch Hirse und Teff als weitere Getreidearten im Haushalt verwenden.

Aus diesen Ergebnissen wird deutlich, daß eine **situationsangepaßte Ernährungsberatung** die Lebensqualität der Äthiopier verbessern kann. Es ist beachtenswert, daß die äthiopischen Mitarbeiter hoch *motiviert* und *fähig* sind, ihre Aufgabe im Rahmen des Projektes *selbstständig* zu übernehmen und zu erledigen. Das heißt, daß das Programm trotz Abwesenheit der deutschen Projektleiterin seit 1994 nicht aufhört sondern *erfolgreich weitergeführt* wird. Entscheidend für die *Kontinuität* von Entwicklungsprojekten ist die *Motivation, Kompetenz und Selbständigkeit* der Mitarbeiter. Im Gegensatz zu dem hier beschriebenen Projekt ist nach unserer bisherigen Erfahrung die Kontinuität von Projekten anderer Hilfsorganisationen noch kaum verwirklicht. Dies trägt sicher entscheidend zum Wunsch anderer Entwicklungsorganisationen, eine Integrierung des CONP in deren laufende Projekte anzustreben. Auch auf Ministerialebene wird die hier vorgestellte Arbeit im CONP geschätzt. Das gegenwärtige Anliegen der Verantwortlichen im Ministry of Education ist, Ernährungserziehung zunächst in Grundschulen nach den Prinzipien des CONP einzuführen. Gelingt in Zukunft eine landesweite Umsetzung des CONP, könnte die Lebensqualität vieler Äthiopier verbessert werden.

## 7. Summary

The research project „Nutrition Education in Ethiopia“ - The Community Oriented Nutrition Programme (CONP) - was started in co-operation with the non-governmental organization SIM, Ethiopia. The primary aim was to develop multidisciplinary educational programmes at the village level by considering political, socio-economical and political prerequisites and requirements.

As first task major interests were devoted to learn the language and deal with general orientation of the country. This will help to overcome the cultural gap and to understand the life of the various ethnic groups as well as their problems. Subsequently as a prerequisite of the project, **educational material** was developed. These consists of specially adapted „Nutrition Guide“ book in English and in Amharic (divided into 8 parts), a poster set and food game cards. These materials are easily understandable and linked to the Ethiopian culture.

CONP is carried out by trained native counsellors. A mandatory prerequisite for an independent performance and maintainance of the programme is the competence of the trainers. At the beginning of the project in the year 1991, there were no qualified native counsellors available for this task which made appropriate **trainer courses** necessary. Trainer education was carried out in 8 out of 14 regions of Ethiopia. The selection of the native trainers was made according to the criterion developed in this present work and was the privilege of the various organizations and missions requesting the courses. A training course is lasting for two days. Indeed, a longer course might not be efficient since the majority of the trainers attend the course during their free time. Consequently, they should not be burdened with a too long educational programme, especially if the acquired knowledge should be immediately used in practical setting. At commencement, the future trainers should grasp environment of the village and learn how to analyse the actual conditions and nutritional status of the people. Subsequently, an introduction to „basic nutrition“ is practised by using the „Nutrition Guide“ books as educational material. Follow-up courses are offered every six months. In these courses the practical approach of teaching as well as the exchange and evaluation of the acquired experiences from their activities are given first preference. Totally 280 native trainers (174 women and 106 men) were educated in 14 introduction courses and 7 follow-up courses. These trainers are now working in health, education, and development projects, some are full-time nutrition advisors.

**The village programme** was performed in two selected villages Awanno and Metser. During the first months an inventory of the agricultural potentials and conditions (market analyses) were made and the nutritional status of adults and children was assessed. Two native trainers from the same villages used their acquired knowledge to perform nutritional assessment in 20 to 25 households by means of repeated appraisals, nutritional surveys and by applying anthropometric methods monthly. The actual food availability was appraised and further means of cultivation were introduced during the programme. Fifty three percent of the children revealed malnutrition (34% mild, 15% moderate, 4% severe). It is obvious that

unbalanced diet and unsuitable agricultural methods contribute to an inferior quality of life of the Ethiopians. During 15 months (October 1992 - December 1993), 40 nutritional courses with 1166 participants and 700 individual consultations could be carried out by the native trainers in the two villages. The nutritional courses include two parts: In the first part the participants learn the basic nutritional knowledge related to the major food groups as well as their elementary function. The second part includes cooking sessions as well as agricultural counselling. As a result of CONP about 51% more vegetables were planted in both villages as well as 40% more fruit trees in Awanno and 62,5% in Metser were planted. Newly introduced vegetables and fruit are: carrots, tomatoes, beet roots; papaya, guava, mango, pine apple. The village people are obviously able to use the newly, through CONP acquired knowledge by achieving a greater variety in their daily food consumption. This demonstrates the impact of the project target. At present motivated females in Metser voluntarily change, step by step, their previously poor nutritional habits. Thus, instead of eating only maize and Ensete they now also use sorghum and Teff as alternative cereals.

It is to conclude that ***cultural adjusted and community adapted nutritional advisory programme*** might yield as a promising tool to improve the quality of life of the Ethiopians. It is noteworthy that the native co-workers are *highly motivated* and *able to work independently* within the programme. Consequently, the programme is *progressive* and does *not fail in the absence* of the German project manager. The prerequisites of the *continuity* of development projects are *motivation, competence* and *independence* of the co-worker. According to our knowledge the continuity of development projects is not yet similarly realized by other organizations. This may explain the effort payed by these organizations to strive for an integration of CONP into their development projects. Also Ministry of Education announced their interest to cooperate with partner institutions in an attempt to bring about changes of attitude in nutritional habits. This may yield primarily among elementary schools through the education of teachers who in turn will change their students at various levels and times.