

04 / 2022

# weltblick

Bruder  
und  
Schwester  
in Not

BRUDER UND SCHWESTER IN NOT IN KOOPERATION MIT SEI SO FREI.

## LANDWIRTSCHAFT

### ERDE SCHÜTZEN, ZUKUNFT SÄEN

// Landwirtschaftstrainings  
in Tansania

### ZUSAMMENARBEIT IN PERU

// Wichtige Schritte für die  
Bergbauern der Anden

### INDIGENES ERBE

// Pflanzen, die die Welt  
ernähren



Werte Leserinnen und  
Leser des Weltblick!

---

**Wir sind eine Welt. Das ist es, was wir aktuell unmittelbar spüren. Die schwierigen Zeiten machen nicht mehr Halt vor den Grenzen Österreichs. Finanziell trifft uns ein Krieg, der Auswirkungen bis in unsere Haushalte hat. Klimatisch ist nichts mehr wegzudiskutieren. Dennoch ist Österreich relativ gesehen immer noch eine Insel der Seligen. Wir leben in einem stabilen politischen System und haben verlässliche Ernährungssicherheit und Wasserversorgung.**

Die Ernährungssicherheit ist zu großen Teilen unserer heimischen Landwirtschaft zu verdanken. Wie auch die Ernährungssicherheit in unseren Projektgebieten von der Landwirtschaft abhängig ist. Nur, dass dort Landwirtschaft anders aussieht. In Tansania zum Beispiel leben mehr als 80 Prozent der Menschen in ländlichen Gegenden von dem, was sie vor ihrem Haus anbauen. Wie auch in den Andenregionen Perus. Das Wissen um verschiedene Formen des Anbaus über Düngemittel und Pestizide, Wasserversorgung und den teilweisen Vertrieb der Früchte ihrer Arbeit macht für diese Menschen den größten Unterschied. Den Unterschied zwischen einem guten Leben und dem ausgeliefert Sein. Ausgeliefert den klimatischen Bedingungen, der Landflucht, der Armut und dem Hunger. Deshalb ist es Sei So Frei so wichtig, weiterhin die kleinbäuerliche Landwirtschaft zu unterstützen. Biologische und nachhaltige Landwirtschaft. Nur indem wir Wissen bündeln und verbreiten und Werkzeuge bereitstellen, kann dort der entscheidende Schritt in die Zukunft gegangen werden. So lernen wir voneinander und füreinander. Das ist der Vorteil, den wir haben und ausbauen sollten in dieser Zeit, da wir in einer immer enger vernetzten Welt leben.

**Das Sei So Frei-Team**



**THOMAS KLAMMINGER, MA MA**  
Sei So Frei

## AUS EIGENER KRAFT

---

Der Krieg in der Ukraine bringt die globale Nahrungsmittelversorgung völlig ins Wanken. Im Osten Afrikas droht eine Hungersnot. Nach Informationen unserer Projektpartner aus Tansania haben sich die Preise für grundlegende Lebensmittel wie Getreide oder Reis verdoppelt bis verdreifacht. Für die meisten Haushalte in einem Staat ohne Sozialsystem ist das nicht mehr leistbar. Wenn das Geld zum Überleben fehlt, wird an allem anderen gespart, wie etwa am Schulgeld oder Gesundheitsleistungen. Die Konsequenzen für die Bevölkerung und Entwicklung eines Landes sind dramatisch.

Doch warum sind afrikanische Länder so stark von Nahrungsmittel-Importen abhängig? Der erste Grund ist augenscheinlich und ein trauriges Faktum: Die extremen klimatischen Bedingungen erschweren den landwirtschaftlichen Anbau, besonders von wasserintensiven Pflanzen, in vielen Regionen. Der zweite Grund liegt in der gewinnsüchtigen Logik multinationaler Konzerne. Sie haben afrikanische Märkte seit Jahrzehnten in die Abhängigkeit getrieben und den Aufbau eines lokalen Marktes unterbunden. Allein aus der EU werden jährlich um 18,3 Milliarden Euro Lebensmittel nach Afrika verkauft, darunter Mais, Weizen, Reis und Milchpulver. Letzteres ergibt sich aus der Überproduktion heimischer Milch und wird am afrikanischen Markt etwa um 30 Prozent billiger verkauft als echte Milch. Für beide Herausforderungen gibt es Lösungen. Unsere Partnerorganisation SAT, die in diesem Magazin vorgestellt wird, setzt sich tagtäglich dafür ein. Durch agrarökologische Methoden und den Anbau von klimaresistenten Nutzpflanzen ist man überzeugt, dass sich Länder wie Tansania über kleinstrukturierte Landwirtschaft versorgen können. Durch wichtige Lobbyarbeit will SAT die heimische Politik davon überzeugen, dass biologische Landwirtschaft ergänzt mit nachhaltigen Wertschöpfungsketten die richtigen Wege sind, um den heimischen Markt zu stärken. Das ist wichtiger denn je. Besonders die jüngsten Krisen zeigen: Afrika braucht dringend mehr Ernährungssicherheit – aus eigener Kraft.



## BIOLOGISCHE LANDWIRTSCHAFT

Kleinbauerntrainings verändern eine Region

// Seite 4



## NIKOLAUS

Schokolade für den Advent

// Seite 18

## UNSERE LEBENSMITTEL

Das Vermächtnis der Inkas

// Seite 16



## HILFE ZUR SELBSTHILFE

Neue Wege für die Bauern der Anden

// Seite 12



## STERN DER HOFFNUNG

Adventsammlung  
2022

## ERDE SCHÜTZEN, ZUKUNFT SÄEN

Das ist das Motto unserer diesjährigen Adventsammlung „Stern der Hoffnung“. Im Mittelpunkt steht kleinbäuerliche biologische Landwirtschaft, die nicht nur dem Hunger Afrikas effektiv die Stirn bietet, sondern für eine zukunftsfähige Welt wichtige Chancen birgt.

Wir stellen ihnen Landwirtschaftsprojekte vor, die mit Ihrer Unterstützung entscheidende Weichen für eine lebenswerte Zukunft stellen. Ganz besonders in Afrika – wie auch bei uns – hat nachhaltige Landwirtschaft einen wichtigen Stellenwert für Welternährung, Klima und soziale Gerechtigkeit. **Danke für Ihr Engagement!**



# NACHHALTIGE LÖSUNGEN.

---

**Wenn landwirtschaftliche Bildung** und die Anwendung des erworbenen Wissens das Leben vieler Familien unmittelbar zum Positiven verändert, kann man getrost von einem weltverändernden Projekt sprechen. Die Landwirtschaftskurse von SAT verändern die kleinbäuerliche Welt Tansanias definitiv. Und sie wirken sich noch viel umfassender aus.

Das Bergdorf Bunduki im Osten Tansanias erreicht man nur über eine nicht asphaltierte Bergstraße, die serpentinartig die steilen Abhänge entlang führt. Je weiter man in das bergige Gebiet vordringt, desto herausfordernder wird es, Landwirtschaft zu betreiben. Die Bauern legen auf den steilen Abhängen ihre Felder an, auch in Form von Terrassen. Bei unserem heurigen Besuch des Gebietes, in dem unser gemeinsames Projekt mit der Partnerorganisation SAT im wahrsten Sinne des

Wortes seine Früchte trägt, sind wir sofort beeindruckt. Nach unserer beschwerlichen Anreise treffen wir Joseph Mkude, einen jener jungen Landwirte, die im vergangenen November einen der von Sei So Frei finanzierten Kurse im Ausbildungszentrum von SAT besucht haben. Sein Feld ist nur über einen steilen Fußweg erreichbar. Als wir bei Josephs Feld ankommen, zeigt er uns mit einem stolzen Lächeln sein Kartoffelfeld. Es hebt sich mit einem satten Grün deutlich von der umliegenden Vegetation ab. >>





"  
Der erste  
Schritt ist,  
genügend Essen  
auf dem Tisch  
zu haben."  
"

Janet Maro





## Die Landwirtschaftskurse beten dem Hunger die Stirn und sorgen für aktiven Klimaschutz.

---

**Während wir das Feld von Joseph** mit den kniehohen Pflanzen durchqueren, erzählt er uns, dass dieses Feld das Ergebnis seiner Ausbildung bei SAT ist. Er verzichtet vollständig auf Pestizide und künstliche Düngemittel. Außerdem rechnet er bereits so kurz nach dem Kurs mit einer weit besseren Ernte als er jemals hatte. Er ist von der ökologischen Anbauweise, die er im Kurs gelernt hat, völlig überzeugt und verwendet anstelle von chemischen Düngemitteln nun biologische. Nach den Kartoffeln, die sich gut für den Umstieg auf ökologische Landwirtschaft in dieser Umgebung eignen, möchte er künftig auch andere Nutzpflanzen auf jene umweltschonende und biologische Art und Weise kultivieren, die er während seiner Ausbildung bei SAT erlernt hat.

**SAT ist die Abkürzung** für „Sustainable Agriculture Tanzania“ – nachhaltige Landwirtschaft Tansania. Seit 2009 führt der Österreicher Alexander Wostry gemeinsam mit seiner Ehefrau Janet Maro diese Organisation, die es sich zum Ziel gemacht hat, den schlechten Ernteerträgen in der Region Morogoro, die die Bevölkerung trotz fruchtbaren Klimas hungern lässt, die Stirn zu bieten. Und dabei auch Umweltschutz, nachhaltige Bildung und Klimaschutz hier auf die Landkarte zu setzen. Mit außergewöhnlichem Erfolg. SAT hat sich in den letzten Jahren zu einer der anerkanntesten Organisationen für nachhaltige Landwirtschaft in Ostafrika entwickelt und wurde dafür mit dem „One World-Award 2021“ ausgezeichnet, einem der wich-

tigsten internationalen Preise für Öko-Landwirtschaft. Während unserer Reise durch die großteils bitterarme Gegend treffen wir viele Kleinbauern und -bäuerinnen wie Joseph, die eine Ausbildung bei SAT absolviert haben. Sie alle bilden eine schlagkräftige Gemeinschaft gegen die Widerstände des sich verändernden Klimas, der schlechten Anbaumethoden, die das Land prägen, den allgegenwärtigen Hunger und die Abhängigkeit von Hilfsgütern. Sie lernen gemeinsam, wenden ihr erworbenes Wissen auf ihren eigenen Anbauflächen an, geben ihr Wissen mit Freude und Enthusiasmus weiter, können ihre Familien gut ernähren und darüber hinaus auf viele individuelle Arten ihr Haushaltseinkommen steigern. Ihre Kinder hungern nicht und besuchen die Schule.

### „Alles beginnt auf Haushaltsebene.“

Der erste Schritt ist, genügend und gesundes Essen auf dem Tisch zu haben. Sobald die Menschen nicht mehr hungrig zu Bett gehen müssen, können sie auch lernen. Damit können sie bessere Arbeit leisten und schließlich der Armut entkommen. Der erste Schritt dazu sind höhere Erträge im Hausgarten. SAT zeigt den Bauernfamilien, wie sie beispielsweise mit Kompost, regelmäßiger Bewässerung und dem Anbau von verschiedenen Früchten und Gemüsen die Erträge steigern können“, so umreißt Janet Maro, fast schon untertrieben, was ihre Organisation ausmacht. „Alles fing mit 300 Euro Startkapital, etwas Kompost und einem kleinen Demons-

trationsgarten an“, erinnert sich ihr Mann Alexander Wostry. Mittlerweile ist SAT zu einem wichtigen Netzwerk in Tansania geworden. „Unser Ansatz ist es, Verbindungen zwischen Bäuerinnen, Auszubildenden, Forschenden und der Regierung zu knüpfen, um lokal verankertes Wissen zu sichern und weiterzuverbreiten. Die Gemeinschaft der ausgebildeten Bauern ist der größte Wissensverbreiter über agrarökologische Landwirtschaft,“ führt der Initiator weiter aus. „Die rund 25 Bauern, die sich vor mehr als zehn Jahren zu einer Zusammenarbeit mit uns bereit erklärt haben, waren damals Pioniere, heute sind sie Vorbilder.“ Die Unterrichtenden von SAT wissen auch aus eigener Erfahrung, was die Menschen auf den Feldern tatsächlich benötigen und können so effektiv unterstützen.

**In den meist einwöchigen Kursen** werden einfache Techniken gelehrt, die die gesunde Produktion von Feldfrüchten, den Anbau von Gewürzen und nachhaltige Kleintierhaltung erleichtern. Auch Gegenkonzepte zur Verwendung von Pestiziden und künstlichen Düngern >>

.....

**1., 3., 4., 6.** Die Bauern in Morogoro pflegen ihre biologischen Gärten mit Hingabe und sind stolz auf ihre reichen Ernten. Damit bedroht der Hunger ihr Leben nicht mehr, die Gesundheit verbessert sich und Ernteüberschüsse können verkauft werden // **2., 7.** Durchdachte Lösungen sorgen für guten Wuchs // **5.** Janet Maro & Alexander Wostry sind das Herz von SAT und eine treibende Kraft für Landwirtschaft im gesamten Staat // **8.** Die Bauern geben ihr Wissen weiter, das Netzwerk funktioniert // **9.** Thomas Klamminger, Sei So Frei & Projektkoordinator Alphonse Yagala

stehen auf dem Lehrplan genau wie Permakultur, lokale Medizin, Lebensmittelverarbeitung und Naturheilkunde. Es wird unterrichtet, wie man z. B. Terrassen erstellt, um Regenwasser auf der Fläche zu halten und so Erosion vermeidet, wie man Kompost gewinnt und seine eigenen biologischen Spritzmittel herstellt, wie das Bodenleben gefördert wird und wie die Biodiversität erhalten bleibt. All diese Methoden müssen immer finanziell leistbar und leicht verfügbar sein. Am Anfang ist die Umstellung auf ökologische Landwirtschaft viel Arbeit, vor allem körperlich, und erfordert natürlich viel Mut. Aber das macht sich bezahlt: Die Böden werden stetig fruchtbarer und durch die Artenvielfalt wächst die Widerstandsfähigkeit der Ernten. So werden durch den Klimawandel verursachte Ernteauffälle und Schädlingskatastrophen nicht mehr so lebensbedrohlich, wie sie es für viele andere Bauern sind. In der Ausbildung greift alles ineinander über und gelernt und gearbeitet wird für die Zukunft. Für die Verwirklichung der eigenen, oft sehr bescheidenen Wünsche und die Entwicklung der Kinder.

„Für mich ist eine biologische und nachhaltige Landwirtschaft der einzige Weg, um auf unserer Erde neun Milliarden Menschen das Überleben zu sichern. Hier ist eine Landwirtschaft, die alle Kosten niedrig hält, die beste. Andere Systeme sind für die arme ländliche Bevölkerung nicht leistbar, vor allem aber haben sie negative Einflüsse auf die Umwelt und Gesundheit“, fasst Janet Maro eine der Hauptmotivationen von SAT zusammen. Und die Entwicklung gibt ihr Recht. Schon seit mehr als 35 Jahren ist das Gebiet um Morogoro eine Schwerpunktregion von Sei So Frei. In diesen Jahren ist es uns durch Ihre Spenden und gemeinsam mit unseren

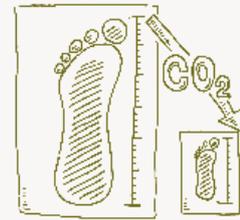
Projektpartnern gelungen, viele erfreuliche Entwicklungen zu begleiten. Die Arbeit von SAT macht dabei extrem viel aus. Janet und Alex haben dort, ausgehend von einem tollen Bioladen, einen bedeutenden Markt für zertifizierte Bio-Produkte etabliert und verlegen monatlich ein Fachmagazin, das an 90.000 ostafrikanische Bauern verteilt wird. Dazu kommt ein Mediationsprojekt, das im Landkonflikt zwischen Bauern und Massai-Hirten vermittelt. Früher kam es zu gewaltsamen Auseinandersetzungen, heute tauschen die Bauern mit den Hirten Heuballen gegen Tierdung und sind so friedliche Geschäftspartner. All diese Entwicklungen stabilisieren die Gegend nachhaltig und drängen die Unterernährung und Krankheiten deutlich zurück. Genau das kann man auch in den Gesichtern der Menschen, die von unserem Projekt profitieren und von denen Joseph nur einer ist, deutlich lesen. Deshalb appellieren wir in diesem Weltblick an Sie, dieses außergewöhnlich erfreuliche Projekt weiterhin zu unterstützen. •

- >> **Mit 35 Euro statten Sie eine Familie mit grundlegendem Anbau-Werkzeug aus.**
- >> **Mit 120 Euro finanzieren Sie Saatgut, Setzlinge und Bio-Dünger für eine Familie.**
- >> **250 Euro ermöglichen die Teilnahme an einem Landwirtschaftskurs (1 Woche mit Verpflegung).**

Mehr Infos zum Projekt sowie direkt online spenden unter:



[www.seisofrei.at](http://www.seisofrei.at)



## FÜR TANSANIA SPENDEN & KLIMA SCHÜTZEN!

---

**Wir alle sind gemeinsam verantwortlich für das Gleichgewicht auf unserer Erde.**

Ab sofort können Sie auf unserer Webseite Ihren eigenen **ökologischen Fußabdruck** nachvollziehen und zugunsten der Menschen in Tansania ausgleichen!

**Persönlichen CO<sub>2</sub>-Verbrauch ermitteln**

>>

**in € umrechnen**

>>

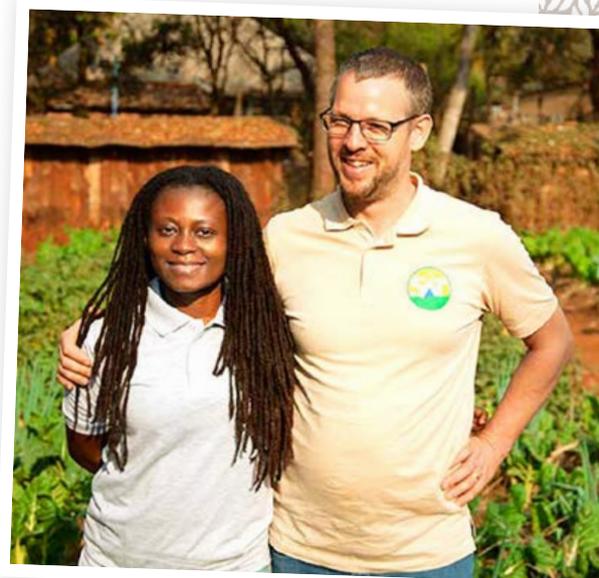
**direkt online für die zukunfts-trächtigen Landwirtschaftsprogramme in Tansania spenden!**



# IM GESPRÄCH ZUM THEMA

---

**Alexander Wostry** und seine Frau Janet Maro sind die Gründer von SAT. Mit Sei So Frei sprach Wostry über Landwirtschaft in Tansania.



**Sei So Frei:** Können Sie den agrarökologischen Ansatz von SAT kurz erklären?

**Wostry:** Es geht darum, mit den lokalen Materialien zu arbeiten. Ohne Spritzmittel, Düngemittel oder speziellen Geräten. Der Vorteil ist, dass die von uns ausgebildeten Kleinbauern diese Philosophie sofort umsetzen können. Die Praxis zeigt, wie erfolgreich dieser Ansatz ist.

**Sei So Frei:** Worin sehen Sie die großen Chancen einer biologischen Landwirtschaft?

**Wostry:** Ich glaube, dass die Zeit der konventionellen Landwirtschaft bereits abgelaufen ist. Wir brauchen einen neuen Weg. Biologische Landwirtschaft ist die Zukunft, weil sie gleichzeitig Wasserschutz und Artenvielfalt bedeutet, Bodenerosion und Klimawandel entgegenwirkt sowie für faire Preise sorgt. Alles zusammengefasst eine holistische Lösung.

**Sei So Frei:** Woher kommt die starke Abhängigkeit afrikanischer Länder von Nahrungsmittel-Importen?

**Wostry:** Die Landwirtschaft in Europa ist natürlich stark subventioniert. Am Beispiel der Milchindustrie ist erkennbar, wie absurd das System ist. Zu Dumping-Preisen wird die Überproduktion europäischer Milch in Form von Magermilchpulver nach Afrika exportiert. Mit so etwas kann man nur schwer umgehen. Für ein Land wie Tansania macht es deshalb Sinn, Einfuhrzölle zu haben. Diese gibt es zum Teil auch. Zudem ist es wichtig, lokale Ressourcen zu stärken. Das sind die einzigen Wege, wie man sich von Abhängigkeiten von außen schützen kann.

**Sei So Frei:** Könnten sich die Menschen in Tansania überhaupt allein von inländischer kleinstrukturierter Landwirtschaft ernähren?

**Wostry:** Die Landwirtschaft in Tansania ist hauptsächlich kleinstrukturiert und diese funktioniert weitgehend ausgezeichnet. Wenn man diese mit agrarökologischen Me-

thoden noch verfeinert, dann hätte man hier mit Sicherheit genug Essen, ja kann sogar noch Überschüsse in die Nachbarländer verkaufen. Mit den richtigen Anbaumethoden und der geeigneten Wahl von Wertschöpfungsketten kann man hier sicher ein gutes Leben haben und den Kindern in der Stadt oder am Land eine Zukunft geben.

**Sei So Frei:** Welche Ansätze hat SAT hinsichtlich einer klimaangepassten Landwirtschaft?

**Wostry:** Wichtig ist hier vor allem das Bodenmanagement, also der Aufbau von Humus, um Wasser besser speichern zu können. Das kann man ergänzen mit intelligenten Bewässerungs-Technologien wie Wassergräben und mit Mulchen. Zudem ist die richtige Sorten- und Pflanzenwahl ganz entscheidend. Klimaangepasste Landwirtschaft ist eine große Herausforderung, mit agrarökologischen Methoden ist diese allerdings schaffbar. Immer wenn es zu Extremen wie Trockenheit oder Überschwemmungen kommt, zeigen sie sich den konventionellen Methoden überlegen.

**Sei So Frei:** Was treibt Sie in Ihrer Arbeit an?

**Wostry:** Zu wissen, dass man etwas Gutes für die Zukunft tut. Und die Gewissheit, dass unser Ansatz jetzt gebraucht wird, um hier auf dieser Erde gut leben zu können.

**Sei So Frei:** Was sind Ihre Visionen für die nahe Zukunft?

**Wostry:** Wir wollen unser Zentrum weiter ausbauen, um für Menschen aus dem gesamten ostafrikanischen Raum Informationen zugänglich machen. Über unsere Bauernzeitschrift und unseren Social Media Auftritt tun wir das ja schon in weiten Teilen. Wir wollen mit anderen Organisationen, die eine ähnliche Philosophie wie wir verfolgen, kooperieren. So können wir langsam einen Systemwandel in der afrikanischen Landwirtschaft herbeiführen. •

Das ungekürzte Interview finden Sie unter  
>> [www.seisofrei.at](http://www.seisofrei.at)

# WIR KÖNNEN DEN HUNGER NICHT WEGREDEN.

**Tun wir, was wir können!**  
**Unterstützen wir engagierte Bauernfamilien in Tansania!**  
**Wir haben die Freiheit, nutzen wir sie.**

Spenden per Zahlschein oder direkt online unter:

[www.seisofrei.at](http://www.seisofrei.at)



**ABER WIR KÖNNEN  
SINNVOLL  
ANPFLANZEN  
UM IHN ZU BEKÄMPFEN.**

**120 €**

**BRINGEN EINER  
FAMILIE SAAT-  
GUT, SETZLINGE  
& BIO-DÜNGER!**



LANDWIRTSCHAFT IN PERU





# VERTRAUEN IST DIE BASIS.

## **In den Andenregionen Perus ist das Leben hart und karg.**

Viele Menschen leiden Hunger. Francisco San Martín und sein Team unserer Partnerorganisation MINKA verbessern die Situation der Bauernfamilien in den hohen Bergen auf viele Arten jeden Tag.

Der Name MINKA kommt aus der alten Inkasprache und bedeutet Zusammenarbeit. Das Gesellschaftssystem der Inkas beruhte darauf. Sie halfen einander beim Hausbau, bei der Ernte, beim Straßenbau – Zusammenhalt stand im Vordergrund. Genau dieser Grundgedanke war es, der Francisco San Martín vor über 20 Jahren zur Gründung seiner Organisation motivierte. „Mit MINKA wollten wir ein Projekt gründen, das Arbeit und Einkommen für die ärmsten Menschen schafft. Der Netzwerk-Gedanke, Regionalität mit starker gemeinsamer Identität und Zusammenhalt sind die Grund-

pfeiler, die MINKA ausmachen. In unserer Philosophie geht es vor allem darum, wie man gegenseitiges Vertrauen aufbaut und daraus langsam ökonomische Vorteile für alle schafft“, fasst er das Grundprinzip seines Engagements zusammen. Er ist ein Mann, dem man gerne zuhört. Der Romero-Preisträger 2018 sprüht wie immer vor Enthusiasmus in unserem persönlichen Gespräch während seines Österreich-Aufenthaltes im August. Genau das ist es wohl auch, was seine Beliebtheit bei den Menschen in Peru ausmacht. Er ist Netzwerker und Vordenker, Zuhörer, >>

Pate für viele Kinder und immer gern gesehener Gast. Die Menschen haben dieses Vertrauen zu ihm mittlerweile aufgebaut, die Projekte tragen Früchte.

**Die Kleinbauern** in unserem Projektgebiet rund um Otuzco profitieren zwischen enorm von der Zusammenarbeit im Netzwerk. Sie bekommen z. B. einen besseren Preis, wenn sie gemeinsam Dünger kaufen. „Anders als in Europa, wo der Staat viele Themen wie Bildung und Gesundheit übernimmt, sind wir hier aufeinander angewiesen“, erklärt Franciso. In den Anden auf 2000 bis 3000 Meter Höhe unterstützt MINKA vor allem Kleinbäuerinnen und Kunsthandwerker. „Wir machen keine großen Projekte, dennoch haben sie großen Einfluss auf das Leben der Menschen und Familien“, hört man sein Understatement durch. „Wir lehren und unterstützen Bauerngruppen vor allem in der Landwirtschaft. Dazu gehören das Kultivieren ihrer Felder mit biologischen Methoden, der gemeinsame Ankauf von Samen und das Lehren über Fruchtfolgen, die Herstellung von Dünger mit eigenen Produkten – Humus oder verschiedene Formen von Kompost – und die nachhaltige Versorgung mittels Bewässerungssystemen.“ Minka baut viele Wasserreservoirs und Wasserleitungen, die Ingenieure lehren die Bauern, wie es gemacht wird und Gruppen sehen sich gemeinsam Projekte an, wo es bereits gut funktioniert. Dann werden sie auf

1., 3. Die Bergbauernfamilien arbeiten zusammen // 2. Reiche Ernten, weil Wasser vorhanden ist // 4. Franciso San Martín und sein Sohn auf einem regionalen Bauernmarkt // 5. Wolfgang Heindl von Sei So Frei hilft bei der Ernte // 6. Franciso San Martín ist eng mit den Familien verbunden // 7., 8. Erfreulicher Anblick auf über 2000 Metern Seehöhe: fruchtbare Felder und verlässliche Wasserspeicher.

die jeweiligen Gegebenheiten adaptiert. Die Priorität von Minka laut dem Gründer: „Wichtig ist, dass die Bauern unabhängig bleiben und alles selbst warten können, deswegen ist alles möglichst einfach konzipiert.“

**In Peru gibt es zwei Arten** von Landwirtschaft. Eine große, moderne, vom Staat unterstützte, die viel Chemie benötigt und weltweit große Mengen an Früchten wie Spargel, Avocados oder Heidelbeeren für den Export produziert. Und dann gibt es die Kleinbauern, wie jene im Projekt von Sei So Frei. Sie werden immer interessanter, auch für Exporteure. Weil sie schon gut vorbereitet sind und genug Infrastruktur haben, um sich auf Ernten verlassen zu können. Darüber hinaus gibt es auf über 2000 Metern Höhe keine Insektenplagen, weswegen die Ernten von z. B. Spinat, Salat, Kohl und Ähnlichem ohne Chemie auskommen.

**Wasser ist natürlich** generell ein großes Thema im Projektgebiet. Francisco San Martín fasst die schwierige Situation zusammen: „Peru hat bereits gut die Hälfte seiner Gletscher verloren, sie sind aber unsere Wasserspeicher. Nun ändern sich die Mengen und Verläufe des Wassers stark. Hier versuchen wir entgegenzuwirken und Schutz gegen das sich ändernde Klima zu bieten. Nur so können sich die Menschen selbst versorgen und einen Teil ihrer Ernten auf lokalen, regionalen und manchmal sogar dem internationalen Markt verkaufen.“ Das schützt die Bevölkerung vor Hunger und stoppt die Landflucht der jungen Menschen. Sie ziehen in Städte, weil Landwirtschaft so schwierig ist und kaum zum Überleben dient. „Genau dafür ist der Zusammenhalt unter den Menschen so wichtig – wie auch die Infrastruktur.

Straßen, Wege und Wasser sind das Wichtigste zum Überleben hier. Wir arbeiten mit Behörden, Bürgermeistern, der Landesregierung, Universitäten und Ministerien zusammen, um diese Gegebenheiten in den Bergregionen zu verbessern“, erklärt der Peruaner, der auch österreichischer Honorarkonsul ist, die wichtige Lobbyarbeit. „Wir arbeiten bei MINKA mit sieben Personen. Eine Verwalterin arbeitet im Büro, wie auch teilweise ich, und sechs weitere Mitarbeiterinnen arbeiten direkt mit den Menschen vor Ort. Nahezu alle Mittel fließen direkt zu den Familien.“

**Relativ junge Themen** im Projekt sind weiters Kunsthandwerk und Tourismus. In Otuzco steht eine berühmte heilige Madonna, die tausende Menschen besuchen. Die Bestrebungen sind, auch das zu nutzen: „Wir versuchen, die Bewohner dabei zu unterstützen, ihr Kunsthandwerk, aber auch Lebensmittel, Restaurants und Unterkünfte besser zu organisieren, um davon leben zu können. So machen viele einzelne kleine Schritte und Bereiche unser Projektgebiet für die bitterarmen Menschen hier zu einer lebenswerteren Heimat, auf die sie stolz sind“, merkt man dem Gründer von MINKA seinen eigenen Stolz an. Mittlerweile können sich viele Familien durch ihre harte Arbeit ernähren. Das ist keine Selbstverständlichkeit. Bitte unterstützen Sie uns dabei, diese wichtige Arbeit fortsetzen zu können. •

- >> **25 Euro versorgen eine Familie mit Bio-Saatgut.**
- >> **45 Euro ermöglichen die Anschaffung eines Werkzeug-Sets bestehend aus 1 Scheibtruhe, 1 Pflanzschere und 1 Machete.**
- >> **500 Euro kostet der Bau eines Wasserspeichers für 1 Bergbauern-Familie.**



1



2



3



4



5

"  
Munka bedeutet  
Zusammen-  
arbeit. Vernetzt  
sein, Geben  
und Nehmen."  
"



6



7



8



Eine lange Historie, eine unglaubliche Leistung, die Geschichte geschrieben hat, die wir kaum kennen. Eine Zeitenwende und der Grundstein der Welt, in der wir heute leben. All diese Pflanzen kommen von den indigenen Völkern Südamerikas und haben unsere Welt zu dem gemacht, was sie heute ist:

**Erdapfel // Mais // Tomate // Kakao // Kürbis // Paprika // Chili // Bohne // Sonnenblume // Avocado // Zucchini // Papaya // Ananas // Erdnuss // Vanille // Quinoa // Amarant // Maniok // Kautschuk // Tabak**



Das Erbe der Inkas macht heute die Welt-nahrung aus. **Rund drei Fünftel der heute angebauten Pflanzen kommen aus Mittel- und Südamerika.**

Ernte (heute) weltweit in Tonnen:



- **Zuckerrohr** 1,8 Mrd.
- **Mais** 1,1 Mrd.
- **Weizen** 761 Mio.  
Reis 757 Mio.  
Kartoffeln 360 Mio.



**Sei So Frei fördert in allen Projektgebieten die biologische Landwirtschaft von Kleinbauern** vorwiegend für lokale Märkte und setzt sich für nachhaltigen Anbau ein. Lange Wege sind niemals die Lösung. Deshalb sollte man beim Einkauf und Konsum hier in Österreich auf folgende Prinzipien achten:

- >> **saisonal**
- >> **regional**
- >> **biologisch**
- >> **Fair Trade** für nicht heimische Produkte



**In Peru gibt es weltweit die meisten Klimazonen auf engstem Raum.** Das flächenmäßig relativ kleine Projektgebiet, das MINKA betreut, reicht z. B. von der Küste bis in Bergregionen auf über 3.000 Metern. Deswegen ist Peru ein wichtiger Exporteur vieler verschiedener Nahrungsmittel. Der Anteil am Export von familiären kleinbäuerlichen Betrieben liegt mittlerweile bei 12 bis 15 Prozent. Mit Ihrer Spende tragen Sie dazu bei, dass dieser Anteil wächst und die Kleinbauern, die nachhaltig anbauen, gefördert werden.



# DIE WELT IST EIN DORF

---

**Nicht nur wir fast alle**, sondern auch die Pflanzen, die uns ernähren, haben eine lange Migrationsgeschichte. Und damit die Welt fundamental geändert bzw. zu der gemacht, die sie ist.

**Über 8 Milliarden Menschen** gibt es 2022 erstmals. Über 440.000 Geburten – gut 5 pro Sekunde – und rund 170.000 Sterbefälle pro Tag. Das ist die Weltbevölkerung heute. Die Voraussetzung für diese heutigen Bevölkerungszahlen war immer eine funktionierende Landwirtschaft. Die Frage, wie wir uns alle künftig ernähren, ist ebenfalls davon abhängig. Wir sind und bleiben ein globales Dorf, das auf seine Felder und Bauern angewiesen ist. Besonders die Entwicklung Europas, der Aufstieg der Kolonialmächte und die industrielle Revolution sind untrennbar auch eine Geschichte der Erdäpfel, des Mais und des Zuckers. Sie sind das Erbe der indigenen Völker Mittel- und Südamerikas und prägen das Antlitz der Welt bis heute.

**Geschichte** wird von Siegern geschrieben. Deshalb ist uns so selten gewahr, dass das, was wir als heimische Pflanzen kennen, indigenes Erbe der Völker Mittel- und Südamerikas ist. Vor über 6.000 Jahren begannen Bergbauern im heutigen Mexiko und Peru das kleine, unscheinbare Wildgras Teosinte biologisch zu manipulieren. Daraus entstand Mais, wovon sich die Weltbevölkerung bis heute vor allem ernährt. Und in den Anden begannen Kleinbauern zur ungefährr gleichen Zeit Kartoffeln zu züchten. Über 3.000 verschiedene Sorten in allen Größen und Farben wurden hier

auf beeindruckenden Terrassen im gesamten Andengebiet angebaut. Die spanischen Eroberer konnten nur stauen. Erobern konnten sie übrigens nur, weil eingeschleppte Viren die indigene Bevölkerung innerhalb kürzester Zeit zu 90 % dahinrafften. In den allermeisten Dingen waren die Indigenen den Besatzern überlegen. Ihre dreidimensionale Knotenschrift – farbige Fäden verschieden verknüpft – konnte man einrollen, mitnehmen und lesen wie ein Buch. Sie beinhaltete landwirtschaftliche Daten, Mengen und Ereignisse. Ihre aus Pflanzenfasern gewebten Rüstungen waren beweglicher und leichter als die metallenen Rüstungen der Eindringlinge. Ihre Gold- und Silberschmiedearbeiten sind bis heute nahezu unerreicht. Aber vor allem das Verständnis für Landwirtschaft und die begleitende Gesellschaftsordnung macht das indigene Erbe dieser Völker zu einem der kostbarsten Schätze, die wir haben, von denen wir immer noch leben und von dem wir auch künftig lernen können.

**Würden Wissenschaftler** heute die Idee haben, aus dem einfachen Gras Teosinte eines der wichtigsten Nahrungsmittel zur Welternährung schaffen zu wollen, würde man sie auslachen und nicht finanzieren. Oder aber Nobelpreise vergeben. In unserer Geschichte verlief das

anders. Die Kartoffel wurde unter vielen anderen Nahrungsmitteln nach Europa gebracht und hier in die Landwirtschaft integriert. Eine große Erfolgsgeschichte. Pro Quadratmeter konnten auf einmal viel mehr Menschen ernährt werden. Die Arbeitskraft verlagerte sich von den Feldern auf neue Gebiete. Das Kapital, das Spanien über Silber- und Goldabbau in Südamerika erwirtschaftete, gelangte über Kredite und Verträge nach Nordeuropa und breitete sich aus. Unermessliche Reichtümer wurden verschoben und ermöglichten die industrielle Revolution. Die Arbeitskraft, die davor auf den Feldern benötigt wurde, verlegte sich in neue Fabriken, die mittels der Rohstoffe Südamerikas finanziert wurden. So ist Europa geworden, was es heute ist. Inklusiv unserer Historie, unserem Wohlstand und unserer Ernährung. Eine Migrationsgeschichte eben. Dennoch so eng verbunden mit unseren Nachbarn, wie das im Dorfleben gelebt wird.

**Wir verdanken den Nachfahren** der Inkas viel. Sie leben heute noch auf dem Land, das sie und uns ernährt. Ungerechte Politik und der Klimawandel fordern immer noch alles von ihnen. Wir können sie aber weiterhin dabei unterstützen, ein gerechteres Leben für sich selbst aufzubauen. Lasst uns das tun. Helfen wir zusammen. •



# SCHOKOLADE ZUM NIKOLAUS

*Süßes schenken und  
Gutes tun.*

---

Jedes Jahr im Advent nimmt sich Sei So Frei das Wirken des Heiligen Nikolaus zum Vorbild und verteilt die bekannte Nikolausschokolade. Wo sie herkommt, wie man sie bekommt und wie sie vielleicht bald aussieht, erfahren Sie hier! Machen Sie mit!

**Hochwertige Bio-Zutaten aus Fairem Handel verschmelzen bei ausgewählten Chocolatiers zu unserer Nikolausschokolade.** Ihr Ursprung liegt in Anbauländern Lateinamerikas und Afrikas. Dort bewirtschaften kleinbäuerliche Familienbetriebe ihre Kakaogärten sorgfältig und im Einklang mit der Natur (SchokogenießerInnen können auch nachverfolgen, von welcher ProduzentInnenorganisation die Rohstoffe für unsere Schokoladen kommen). Dann sorgen erfahrene Chocolatiers dafür, dass der fair gehandelte Kakao und Rohrzucker strikt getrennt von nicht fair gehandelten Rohstoffen verarbeitet werden.

**Die hohe Qualität,** die die Bauern erzeugen, steckt somit zur Gänze in den Nikolausschokoladen. Es werden keine Emulgatoren, Fremdfette oder künstliche Aromastoffe verwendet. Dafür kommt viel wertvolle Kakaobutter zum Einsatz und die Verpackungen sind aluminiumfrei. Die EZA Schokoladen wurden 1996 – als erste in Österreich – mit dem Fairtrade-Gütesiegel ausgezeichnet.



Im Rahmen unserer Aktion „Fairer Nikolaus“ besucht Sei So Frei jedes Jahr rund um den 6. Dezember Schulen und Kindergärten, wie auch Persönlichkeiten aus Politik, Wirtschaft, Kirche und Medien, um diese besonderen Schokoladentäfelchen zu verteilen. **Im Zeichen des Heiligen Nikolaus. Und im Zeichen der Botschaft einer guten Sache!**

**Ihnen gefällt diese Botschaft und Sie möchten unsere Schokolade ebenfalls im privaten Nikolaussackerl an Ihre Lieben verschenken?** Kein Problem! Unsere Schokolade kann gegen Spenden erworben werden!

**Alle Details zu den Bestellmöglichkeiten** finden Sie auf unserer Webseite unter >> [www.seisofrei.at/advent](http://www.seisofrei.at/advent). Bestellbar **bis 28. November so lange der Vorrat reicht**. Gerne können Sie uns auch telefonisch unter **0662 / 804 77 50** erreichen.





# WIR SUCHEN DEN KREATIVSTEN NIKOLAUS 2023!



**Unsere Schokolade braucht ein neues Gesicht! Schicken Sie uns Ihre Nikolaus-Zeichnung! Der Fantasie sind keine Grenzen gesetzt.** Sind vielleicht Sie selbst oder Ihre Kinder / Enkel begeisterte Zeichner\*innen? Senden Sie uns Ihren Nikolaus! Die kreativste Idee gewinnt und wird nächstes Jahr die Sei So Frei-Nikolaus-Schokolade zieren!

---

Alle Einsendungen werden auf unserer Webseite im Advent 2023 veröffentlicht! Der oder die Gewinner\*in wird natürlich kontaktiert, bitte dafür die Angabe Ihrer Kontaktdaten nicht vergessen.

**Wir freuen uns auf Ihre Zeichnungen!**  
**Einsendeschluss ist der 31.12.2022**



**Wir freuen uns über viele besondere Ideen!**

Senden Sie uns Ihre Zeichnung  
inkl. Ihrer Kontaktdaten  
per Mail an:  
**seisofrei@eds.at**

oder per Post an:  
**Sei So Frei, Kapitelplatz 6,  
5020 Salzburg**





## GEWINNSPIEL

---

**Die Sei So Frei-Preisfrage be-  
antworten und das Geschenkpaket "Kleine Kaffeepause" von  
EZA gewinnen! Wir freuen uns  
auf Ihre Teilnahme!**



**Wie wäre es mit einer Variation erlesener  
Kaffeespezialitäten aus Fairem Handel?  
Sie erhalten eine Auswahl hochwertiger  
BIO-Arabica Kaffees, von Hand gepflückt,  
sorgfältig und schonend geröstet.**

EZA. Fair für mich. Fair für alle. [www.eza.cc](http://www.eza.cc)

**Beantworten Sie folgende Frage:  
Wofür steht „SAT“ in Tansania?**

- a) Sensitive Aware Transmission
- b) Selective Additional Theory
- c) Sustainable Agriculture Tanzania

---

Senden Sie die Lösung bis **30.10.2022** an:  
**Sei So Frei, Kapitelplatz 6, 5020 Salzburg.**  
**E-Mail: [gewinnspiel@seisofrei.at](mailto:gewinnspiel@seisofrei.at)**

Wir bitten um Verständnis, dass es zu Abweichungen der verlostten Preise durch aktuelle Lieferengpässe kommen kann.

TRANSPARENZ UND DIE WAHRUNG IHRER DATENSCHUTZRECHTE SIND UNS WICHTIG! Sollten Sie zu der Verarbeitung Ihrer personenbezogenen Daten Fragen oder Anliegen haben, wenden Sie sich bitte jederzeit an uns. Ausführliche Infos finden Sie auch unter [www.seisofrei.at/datenschutz](http://www.seisofrei.at/datenschutz).