

Medienmitteilung

«Gutes Essen, starke Kinder»: Sternsingerinnen und Sternsinger stärken das Recht auf Ernährung

Aktion Sternsingen 2027 rückt gesunde Ernährung für Kinder in den Fokus

Freiburg, 25. Juni 2026. Unter dem Motto «Gutes Essen, starke Kinder – Sternsingen für gesunde Ernährung» stellt die Aktion Sternsingen 2027 ein Grundrecht ins Zentrum: Jedes Kind soll Zugang zu ausreichender und ausgewogener Nahrung haben. Am Beispiel Guatemalas zeigt die Aktion, wie eng Ernährung, Gesundheit, Bildung und Zukunftschancen verbunden sind – und wie Partnerorganisationen Familien stärken.

Weltweit bleibt Unter- und Mangelernährung eine schwere Bedrohung für Kinder. 2022 waren 148 Millionen Kinder unter fünf Jahren in ihrem Wachstum verzögert; mehr als 45 Millionen ausgezehrt, also stark abgemagert und entkräftet. Fehlende oder einseitige Nahrung schwächt das Immunsystem, beeinträchtigt die Entwicklung und wirkt bis in Schul- und Erwerbsbiografien hinein.

«Gesunde Ernährung ist keine Nebensache. Sie entscheidet mit darüber, ob ein Kind lernen, wachsen und seine Fähigkeiten entfalten kann. Die Aktion Sternsingen 2027 zeigt, dass wirksame Hilfe dort ansetzt, wo Familien Wissen, Lebensmittel und verlässliche Perspektiven brauchen», sagt Kristina Kleiser, Kampagnen-verantwortliche von Young Missio.

Besonders sichtbar wird die Krise in Guatemala. Dort ist jedes zweite Kind chronisch unterernährt; in Regionen mit hohem Anteil indigener Bevölkerung sind bis zu 80 Prozent der Kinder betroffen. In Alta Verapaz begleitet die kirchliche Sozialpastoral zehn Gemeinden, in denen rund die Hälfte der Bevölkerung unter- und mangelernährt ist. Gesundheitsberater beraten Mütter zur Ernährung ihrer Kinder. Workshops zu Landwirtschaft und Viehhaltung, Saatgut und Gemeinschaftsfarmen helfen Familien, ihre Ernährung eigenverantwortlich zu sichern. Aktuell erreicht das Projekt 530 Familien mit rund 1'700 Kindern.

Auch in der Schweiz lädt die Aktion Sternsingen dazu ein, genauer hinzuschauen: Warum fehlt gesunde Nahrung, obwohl weltweit genug produziert wird? Welche Rolle spielen Armut, Klimawandel, ungleiche Landverteilung und Handelsstrukturen? Die Materialien eröffnen Zugänge zum Kinderrecht auf Ernährung und zeigen, wie Sternsingerinnen und Sternsinger Hilfe ermöglichen.

Die Materialien für die Aktion Sternsingen 2027 stehen ab Anfang Oktober 2026 unter www.sternsingen.ch zur Verfügung – mit Arbeitsblättern, Aktionsideen, Gottesdienstvorschlägen sowie dem neuen Sternsingenfilm.

2'305 Zeichen (mit Leerzeichen) 299 Wörter

Hintergrundinformationen zur Aktion Sternsingen

Zwischen Neujahr und dem Dreikönigstag ziehen in der ganzen Schweiz über 10'000 Kinder und Jugendliche als Heilige Drei Könige von Haus zu Haus. Mit Liedern, Sprüchen und der traditionellen Segensformel «**C+M+B**» (*Christus Mansionem Benedicat* – *Christus segne dieses Haus*) bringen sie die weihnachtliche Friedensbotschaft zu den Menschen. Unter dem Motto «**Kinder helfen Kindern**» sammeln sie Spenden für Kinder in Not.

Jedes Jahr steht die Aktion Sternsingen unter einem spezifischen Thema, das durch exemplarische Projekte aus einer bestimmten Weltregion veranschaulicht wird. Die gesammelten Spenden fliessen in Hilfsprojekte für benachteiligte Kinder in rund 100 Ländern weltweit. Kinder und Jugendliche in der Schweiz erhalten dabei durch pädagogisch aufbereitete Materialien Einblicke in die Lebenswelt Gleichaltriger aus anderen Teilen der Welt. So macht die Aktion 2027 am Beispiel Guatemalas deutlich, wie das Kinderrecht auf gesunde Ernährung gestärkt und Unter- und Mangelernährung langfristig überwunden werden können.

Die Tradition des Sternsingens reicht bis ins Mittelalter zurück und ist besonders in den Alpenländern sowie in deutschsprachigen Regionen verbreitet. In der Schweiz gilt das Sternsingen als immaterielles Kulturerbe und ist Teil der Liste der lebendigen Traditionen des Bundesamts für Kultur. Seit 1989 wird die Aktion Sternsingen von Missio Schweiz in der Deutschschweiz organisiert – seit 2006 auch in der Romandie und seit 2012 im Tessin. Die Durchführung erfolgt in enger Zusammenarbeit mit den Pfarreien und zahlreichen freiwilligen Helferinnen und Helfern vor Ort.

Bildtexte:

Foto 1 (Kampagnensujet): Ana lebt in Alta Verapaz, einer der ärmsten Regionen in Guatemala. | © Kindermissionswerk ‚Die Sternsinger‘ ich.TV / James Rodríguez

Foto 2: Alle Familien im Dorf bauen Mais an, das wichtigste Grundnahrungsmittel. | © Kindermissionswerk ‚Die Sternsinger‘ich.TV / James Rodríguez

Die Bilder stehen in Druckqualität auch auf unserer Website unter www.missio.ch/medien zum Download bereit. Diese können Sie unter Angabe der Quelle gerne kostenfrei für Ihre Medienarbeit verwenden.

Rückfragehinweis für die Redaktionen:

Missio Schweiz | Hanspeter Ruedl, Bereichsleiter Kommunikation, tel.: +41 26 425 55 79,

E-Mail: hanspeter.ruedl@missio.ch

Missio Schweiz | Aktion Sternsingen

Missio Schweiz ist der Schweizer Zweig des weltweiten Netzwerkwerks der Päpstlichen Missionswerke. Missio fördert das Wirken der finanziell noch nicht selbsttragenden Ortskirchen in Afrika, Asien, Lateinamerika und Ozeanien. Missio unterstützt deren pastorale, soziale, erzieherische und diakonische Projekte für Kinder, Jugendliche und Erwachsene – mit dem Ziel, nachhaltige Hilfe zur Selbsthilfe zu ermöglichen. Young Missio ist das Kinder- und Jugendangebot von Missio.

Mit der Bildungs- und Kampagnenarbeit in der Schweiz macht Missio sichtbar: Als Weltkirche sind wir über Grenzen hinweg verbunden – im Glauben, im Gebet und in gelebter Solidarität.

Seit 1989 organisiert Missio gemeinsam mit den Pfarreien unter dem Motto «Kinder helfen Kindern» schweizweit die Aktion Sternsingen.

www.missio.ch

www.sternsingen.ch