

Mitmachen · Teilen · Helfen

MILAMI

1000 Freunde



Anregungen für Unterricht,
Katechese und Gruppenstunden

Gemeinsam
für das
Recht auf
Nahrung

MOSAMBIK

Im Fokus: Das Recht auf Nahrung



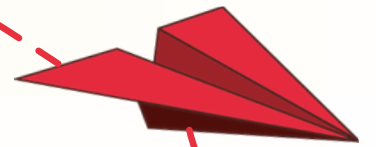
KINDER VERÄNDERN DIE WELT

Kinderrechte sichtbar machen!
Plakat im Missio-Shop erhältlich.

«Alle Geschöpfe sind Kinder des einen Vaters und daher Brüder»

Franz von Assisi

Willkommen



Liebe Begleitpersonen

Gemeinsam mit Paul reisen die Kinder in diesem Jahr nach Mosambik. Dort begegnen sie dem **Kinderrecht auf Nahrung** und lernen Kinder kennen, deren Alltag durch Überschwemmungen geprägt wurde.

Im Milami entdecken die Kinder, warum genügend Nahrung für Gesundheit, Lernen und Entwicklung so wichtig ist. Sie lernen die Schule Santa Clara kennen, begegnen Pater Celso und erfahren, **wie Kinder sich weltweit gegenseitig unterstützen können**.

Dieses Begleitheft unterstützt Sie mit Hintergrundinformationen, Impulsen, Spielideen und praktischen Vorschlägen für Unterricht, Katechese und Gruppenstunden.

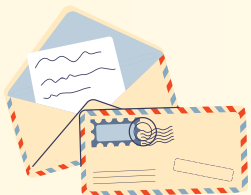
Wir wünschen Ihnen und den Kindern viele spannende Entdeckungen und bereichernde Begegnungen.

Ihr Team von Young Missio



KINDER VERÄNDERN DIE WELT

Young Missio verbindet Kinder weltweit. Gemeinsam entdecken sie andere Lebenswelten, lernen Kinderrechte kennen und erfahren, dass auch kleine Gesten Grosses bewirken können. Dank dem Engagement von Kindern in der Schweiz werden jedes Jahr rund 200 Projekte für Kinder auf der ganzen Welt unterstützt.



Mehr von Paul entdecken?

Auf **missio.ch** finden Kinder und Begleitpersonen weitere Geschichten, Downloads und Mitmach-Ideen z.B. **Post von Paul**.



FARBWELT IM MILAMI

Die Farben im diesjährigen Heft folgen den Missionsfarben:

- Grün: Afrika
- Gelb: Asien
- Rot: Amerika
- Blau: Ozeanien
- Weiss: Europa

Das grüne Gestaltungselement verweist auf den Schwerpunkt Afrika und das Projekt in Mosambik.

DARF ICH MICH VORSTELLEN?

Paul ist das Maskottchen von Young Missio. Neugierig reist er um die Welt und entdeckt, wie Kinder in anderen Ländern leben.

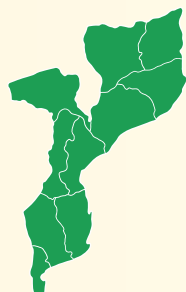
Dabei begleiten ihn die Geschichten seiner Grosi Sofia. Sie hilft Paul, über wichtige Fragen nachzudenken: Was ist gerecht? Warum teilen wir? Und wie können wir füreinander da sein?

So werden Kinderrechte, Solidarität und Glaube für Kinder greifbar und erlebbar.





Im Fokus: Mosambik



GEOGRAFIE

Mosambik liegt im Südosten Afrikas am Indischen Ozean. Das Land ist rund 20-mal so gross wie die Schweiz und reicht von langen Küsten über fruchtbare Flusstäler bis hin zu trockenen Savanne



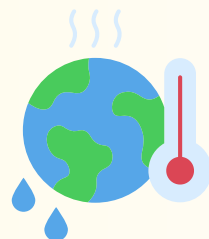
ERNÄHRUNG

Viele Menschen leben von der Landwirtschaft in kleinen Familienbetrieben. Angebaut werden unter anderem Mais, Maniok, Reis und Cashew. Die Ernährung hängt stark von den Wetterbedingungen ab. Wenn Ernten ausfallen, fehlt vielen Familien die sichere Versorgung mit Nahrung.

+50%

EINE JUNGE BEVÖLKERUNG

Mehr als die Hälfte der Bevölkerung ist unter 18 Jahre alt. Kinder und Jugendliche prägen das gesellschaftliche Leben stark.



KLIMA

Mosambik ist regelmässig von extremen Wetterereignissen betroffen:

- Zyklone
- Überschwemmungen
- lange Trockenzeiten

Diese Ereignisse zerstören immer wieder Ernten, Häuser und Lebensgrundlagen. Der Klimawandel verstärkt diese Entwicklungen und führt dazu, dass viele Familien in Unsicherheit leben.



WASSERZUGANG

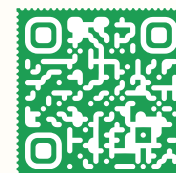
Etwa ein Drittel der Bevölkerung hat keinen gesicherten Zugang zu sauberem Trinkwasser.



PRÄSENTATION ZU MOSAMBIK

Eine Bilderserie mit Eindrücken aus Mosambik (Alltag, Natur, Projekt) steht auf missio.ch zur Verfügung.

Zur Präsentation



Z.



Projekt: Schule Santa Clara de Assis

Im **Süden Mosambiks** nahe dem Indischen Ozean, geprägt von Hitze und langen Trockenzeiten, liegt die **Pfarrei Santa Clara de Assisi**. Die Franziskaner betreiben hier eine Schule für rund 120 Kinder.

Am Morgen füllt sich das Gelände mit Leben: Kinder kommen zur Schule, begrüßen sich und lernen gemeinsam. Während der heissen Mittagszeit suchen sie Schatten unter den Bäumen.

Auch am Abend bleibt die Schule ein Ort der Begegnung – es wird Fussball gespielt, Gummitwist gesprungen oder zusammen gemalt.

Im letzten Jahr haben **schwere Überschwemmungen** die Region getroffen. Viele Familien verloren ihre Häuser und Ernten, auch Teile der Schule und des Materials wurden beschädigt. Seither wird die Schule Schritt für Schritt wieder instand gesetzt.

Für viele Kinder ist die Schule ein wichtiger Teil ihres Alltags. Hier gibt es Unterricht, eine Mahlzeit und Zeit zum Zusammensein – Dinge, die zu Hause nicht immer selbstverständlich sind.

Pater Celso leitet das Projekt vor Ort.



In der Schule Santa Clara erhalten 120 Kinder täglich eine warme Mahlzeit. Für viele ist sie die einzige sichere Mahlzeit des Tages.

EINE MAHLZEIT AM TAG

Wenn das Essen verteilt wird, wird es ruhig auf dem Gelände. Die Kinder erhalten eine warme Mahlzeit. Für viele ist sie die einzige verlässliche Mahlzeit des Tages und hilft, Mangelernährung vorzubeugen.



“Viele der Kinder, die wir begleiten, leben in grosser Not. Nach den Überschwemmungen haben manche ihre Häuser und ihre Ernten verloren. In der Schule versuchen wir, ihnen nicht nur Bildung zu geben, sondern auch Sicherheit, Würde und eine tägliche Mahlzeit.

— Pater Celso,

Pater Celso hat seine Eltern früh verloren und wuchs selbst unter schwierigen Bedingungen auf. Viele der Kinder, die er heute begleitet, sind Waisen oder leben ohne stabile familiäre Betreuung. Armut, Unsicherheit und fehlende soziale Absicherung prägen ihren Alltag.

Aus seiner eigenen Lebensgeschichte weiss er, wie sehr Unterstützung in der Kindheit über Zukunftschancen entscheidet. Diese Erfahrung prägt sein Engagement bis heute.



Recht auf Nahrung

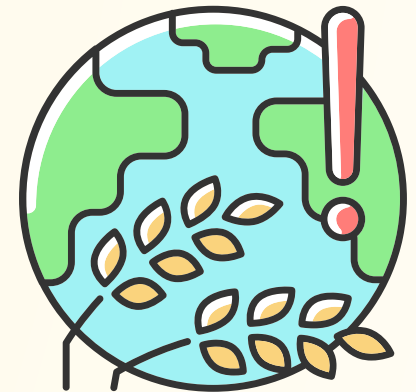
EIN GRUNDLEGENDES KINDERRECHT

Jedes Kind hat das Recht auf ausreichende und gesunde Nahrung. Dieses Recht ist in der **UNO-Kinderrechtskonvention** verankert und bildet eine Grundlage für Entwicklung, Lernen und Gesundheit. Es bedeutet **nicht nur, satt zu werden**, sondern auch Zugang zu ausgewogener Ernährung und sauberem Trinkwasser zu haben.

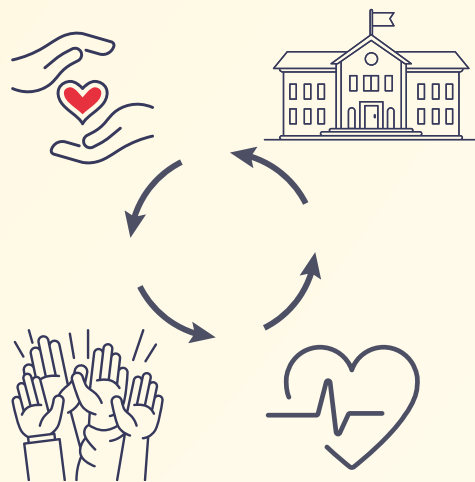
EIN WELTWEITES THEMA

Trotz dieses Rechts leiden weltweit Millionen Kinder unter Hunger oder Mangelernährung. Ursachen sind Armut, Konflikte, fehlende Infrastruktur und zunehmend auch die Folgen des Klimawandels.

In Regionen wie Mosambik führen extreme Wetterereignisse immer wieder dazu, dass Ernten zerstört werden und Familien ihre Lebensgrundlage verlieren.



Ohne ausreichende Ernährung sind viele andere Rechte eingeschränkt:



ENERGIE UND
GESUNDHEIT

SCHULE

SCHUTZ

TEILHABE

Warum Nahrung so entscheidend ist:

- Kinder können wachsen und sich entwickeln
- Konzentration und Lernen werden möglich
- Der Körper wird widerstandsfähiger
- Spielen und soziale Entwicklung werden erleichtert

Impuls für das Gespräch mit Kindern

Anhand der Pyramide lässt sich Kindern anschaulich vermitteln, warum das Recht auf Nahrung so wichtig ist:

Wer genügend zu essen hat, kann besser lernen, gesund aufwachsen, spielen und am Leben der Gemeinschaft teilnehmen.

So wird sichtbar: Nahrung ist eine Grundlage dafür, dass viele andere Kinderrechte überhaupt gelebt werden können.



Teilen ist WUNDERbar

Die Speisung der Viertausend (Mk 8,1–10)

In der Bibelgeschichte sieht Jesus die Not der Menschen. Sie sind hungrig und wissen nicht, wie sie zu Nahrung kommen sollen. Die Erzählung erinnert daran, dass Gott die Bedürfnisse der Menschen ernst nimmt und uns einlädt, Verantwortung füreinander zu übernehmen.



Mit Kindern Entdecken:

Was fällt den Kindern in der Geschichte auf?

Oft sprechen Kinder über:

- den Hunger der Menschen
- die grosse Menschenmenge
- das Wunder
- das Teilen

Dabei lohnt es sich, den Blick auf eine zentrale Frage zu lenken:

WAS TUT JESUS ZUERST?

**BEVOR DAS WUNDER GESCHIEHT,
NIMMT JESUS DIE NOT DER MENSCHEN WAHR.**

- SEHEN
- URTEILEN
- HANDELN



Die Geschichte lässt sich mit der Methode «Sehen – Urteilen – Handeln» erschliessen:

- Sehen: Jesus bemerkt den Hunger der Menschen.
- Urteilen: Er erkennt ihre Not und nimmt sie ernst.
- Handeln: Er sorgt dafür, dass die Menschen Nahrung erhalten.

Diese drei Schritte helfen auch Kindern, aufmerksam für die Bedürfnisse anderer zu werden und eigene Handlungsmöglichkeiten zu entdecken.



Gesprächsimpuls

Kinder können überlegen:

- Wer braucht heute Hilfe?
- Wo erleben Menschen Hunger oder Mangel?
- Was können wir teilen?

Wie können wir aufmerksam werden für die Bedürfnisse anderer?



Weltkirche Leben

Durch die Kirche sind wir als Christinnen und Christen weltweit verbunden. **Unsere Sorge füreinander kennt keine Grenzen.**

So erfahren auch Kinder: **Wir gehören zu einer weltweiten Kirche und tragen Verantwortung füreinander.**

Vertiefung & Aktion Vom Hören ins Tun

Die Geschichte der Speisung der Viertausend und das Recht auf Nahrung laden dazu ein, nicht nur darüber zu sprechen, sondern konkret ins Handeln zu kommen.
Kinder verstehen sehr schnell: **Teilen verändert Situationen.**

Mitte Gestalten

Gestalten Sie in der Gruppe eine gemeinsame Mitte.
Legen Sie bunte Tücher aus – zum Beispiel:

- grün als Zeichen für Afrika
- eine Weltkugel (z. B. ein Ballon oder eine kleine Kugel)
- verschiedene Lebensmittel oder Bilder von Essen

Die Mitte darf einfach und symbolisch sein. Sie lädt dazu ein, gemeinsam hinzuschauen und ins Gespräch zu kommen.

Franz und Clara: Die Welt als Geschenk

Die Schule in Chicumbane trägt den Namen der heiligen **Clara von Assisi**. Gemeinsam mit Franziskus setzte sie sich für ein einfaches Leben und für Menschen am Rand der Gesellschaft ein.

Für Franz und Clara war die Schöpfung ein Geschenk Gottes. Alles Leben ist miteinander verbunden. **Was wir empfangen, soll nicht nur uns selbst dienen, sondern auch anderen zugutekommen.**
Vor 800 Jahren schrieb Franziskus den Sonnengesang. Darin dankt er Gott für die Erde und ihre Früchte.

«Gelobt seist du, mein Herr, durch unsere Schwester, Mutter Erde, die uns trägt und nährt und vielfältige Früchte hervorbringt.»

Wenn wir an die Kinder in Mosambik denken, wird dieser Gedanke ganz konkret: Nahrung, Wasser und Gemeinschaft sind Geschenke, die wir dankbar annehmen und miteinander teilen dürfen.



„ Gemeinsames Gebet

Guter Gott,
du schenkst uns die Erde
und alles, was wir zum
Leben brauchen.
Wir danken dir für deine
Gaben
und für die Menschen, die
für andere sorgen.
Hilf uns zu teilen,
achtsam mit deiner
Schöpfung umzugehen
und die Not anderer nicht
zu vergessen.
Segne die Kinder in
Mosambik,
die Kinder in der Schweiz
und alle Menschen auf der
Welt.
Amen.

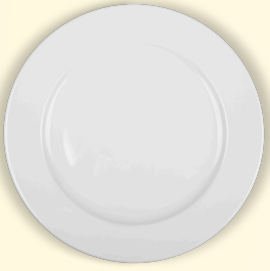


Gesprächsimpuls



- Die gestaltete Mitte gemeinsam betrachten.
- Die Gaben der Erde bewusst wahrnehmen.
- An Franz und Clara von Assisi denken.
- Einen Moment der Stille halten.
- Mit einem Gebet oder einem Vers aus dem Sonnengesang abschliessen





Spiel: Was braucht ein Guter Teller?

Ziel

Kinder und Erwachsene entdecken gemeinsam, was «**gesundes Essen**» bedeutet – ohne Theorie, durch Zuordnen.

Ablauf

arten oder Bilder vorbereiten mit:

- Reis / Brot / Mais
- Gemüse / Früchte
- Wasser
- Süssigkeiten
- Chips / Snacks
- Bohnen / Eier / Fisch

Spielidee:

Die Gruppe stellt sich vor:
«Was gehört auf einen Teller, damit er Kraft gibt?»

Dann Sortieren in 3 Bereiche:

-  oft gut / wichtig
-  manchmal
-  selten



Gesprächsimpuls

Was gibt dir Energie für den Tag?
Was macht satt, aber nicht stark?
Was essen Kinder in Mosambik oft?

Kreative Vertiefung

Die Kinder können ihre Gedanken und Ideen zum Thema Teilen und Schenken kreativ gestalten.

Dazu steht eine Malvorlage zur Verfügung.

Die Zeichnungen können eingesendet werden an:
Young Missio, Route de la Vignettaz 48, 1700 Fribourg.

Sie werden an das Projekt in Mosambik geschickt.



Download unter
Missio.ch

Z'Vieri teilen

Beim gemeinsamen Z'Vieri kann das Thema Teilen bewusst aufgegriffen werden – zum Beispiel mit einfachen Lebensmitteln wie Äpfeln, Mangos, Brot oder Schokolade als Verbindung zu Paul und zur Bibelgeschichte der Speisung der Viertausend.

So entsteht ein kurzer Moment, der das Thema des Hefts im Alltag erfahrbar macht.

Warum nicht Bolo Polana –
einen Kuchen aus Mosambik –
gemeinsam backen und teilen?

Bolo Polana

Zutaten:

- 500 g gekochte, zerdrückte Kartoffeln
- 200 g gemahlene Cashewkerne
- 150 g Zucker
- 4 Eier
- 1 Prise Salz
- etwas Vanille (optional)

Zubereitung:

- Kartoffeln, Zucker und Eigelb gut verrühren.
- Cashewkerne und Vanille dazugeben.
- Eiweiss steif schlagen und vorsichtig unterheben.
- In eine gefettete Form geben. Bei ca. 180 °C (Ober-/Unterhitze) etwa 45–60 Minuten backen.

Guten Appetit!



Vertiefung & Aktion

Spiel: Pauls Rucksack Kinderrechte entdecken

BILDUNG

SCHUTZ

PRIVATSPHÄRE

SCHUTZ IM KRIEG



NAHRUNG

WASSER

SPIELEN

MEINUNGSÄUSSERUNG



Paul hat die Kinderrechte auf seiner Reise im Rucksack dabei.
Eines davon begleitet ihn besonders:

Das Recht auf Nahrung.

Mit Kindern kann der Rucksack zum Symbol werden:

- Was brauchen Kinder zum Leben?
- Was gehört «in den Rucksack» jedes Kindes?



Spiel: Markt in Mosambik

Die Kinder erleben spielerisch, wie unterschiedlich Nahrung verteilt sein kann.

So geht's:

- Die Gruppe wird in zwei bis drei kleine Teams eingeteilt.
- Jedes Team erhält unterschiedlich viele «Lebensmittel» (z. B. Papierstücke, Bohnen, Karten oder Früchte-Bilder).
- Ein Team hat viel, ein anderes wenig

Aufgabe:

Die Kinder überlegen gemeinsam:

- Wie können wir so teilen, dass alle etwas bekommen?
- Danach wird neu verteilt, bis alle mindestens etwas haben.





Gebet für die Kinder

Herr Gott,
dein Sohn Jesus hat gesagt:
«Lasst die Kinder zu mir kommen».
Schau liebevoll auf alle Kinder dieser
Welt.

Schenke ihnen Menschen,
die sie begleiten,
genug zu essen,
Freude am Lernen und
Hoffnung für ihre Zukunft.

Hilf uns,
füreinander da zu sein und
besonders jene Kinder nicht zu
vergessen,
die Hilfe und Unterstützung brauchen.

Segne alle,
die sich für Kinder einsetzen,
und begleite sie auf ihrem Weg.

Darum bitten wir
durch Jesus Christus,
unseren Herrn.
Amen.

nach Pater Celso, Schule Santa Clara,
Mosambik

Impressum

Herausgeber: Young Missio Schweiz · Route de la
Vignettaz 48 · 1700 Freiburg · 026 425 55 70
missio@missio.ch; **Konzept & Redaktion:** Young Missio ·
Redaktionelle Leitung: Kristina Kleiser; **Mitarbeit:**
Catherine Soldini, Nadia Bruegger, Chiara Ugiletti ·
Übersetzungen: Catherine Soldini (F) · Chiara Ugiletti
(IT) · **Grafik:** Katharina Kleiser, **Illustrationen:** Clemens
Birsak (S. 1,2,3,5), Canva (S. 3, 4, 5, 6, 8, 9, 10, 11),
Fotos: Missio Slowakei 4, Missio Schweiz 5, 9, Canva
(dragos-negoitas-images, S.8), Canva (Kamchatka, S.7),
Erscheinungsjahr: 2026
· IBAN: CH61 0900 0000 1700 1220 9.



Danke!

Ohne Sie geht es nicht.

Sie begleiten Kinder, machen ihre Rechte
sichtbar und geben ihnen die Möglichkeit, die
Welt ein Stück mitzugestalten.

Danke für Ihr Engagement!



MILAMI
1000 Freunde

Tun Sie Gutes.
Ihre Spende hier:



Missio Schweiz



missio.ch
sternsingen.ch