



TARA NAMASTE FOUNDATION

## Ein Haus – ein Hausgarten in der Chepang Community Ghorka



### TARA NAMASTE FOUNDATION

#### Hintergrund:

Die Chepang-Gemeinde weiß, wie wichtig grünes Gemüse für die Gesundheit und die Ernährung ist, aber in ihren Haushalten gibt es keine Gemüsegärten. Im Rahmen unserer Initiative für Bildung, Gesundheit und Ernährung wollen wir den Vitamin- und Mineralstoffmangel bei schwangeren Frauen, Kindern und Familien durch die Umsetzung des Programms „Ein Haus - ein Hausgarten“ bekämpfen. Mit diesem Programm sollen die Haushalte in Chepang motiviert werden, Hausgärten anzulegen, den verfügbaren Platz effektiv zu nutzen und klimagerechte landwirtschaftliche Praktiken anzuwenden.

#### Zielsetzungen:

1. Verbesserung des Zugangs zu frischem und nahrhaftem Gemüse in der Gemeinde Chepang.
2. Verringerung der finanziellen Belastung der Familien durch Minimierung der Ausgaben für gekauftes Gemüse.
3. Förderung nachhaltiger landwirtschaftlicher Praktiken und der Klimaresilienz.
4. Unterstützung des Schul-Foodprogramms durch den Bezug von Gemüse aus Gemeinschaftsgärten.

#### Umsetzungsplan:

1. Engagement und Motivation der Gemeinschaft:
  - Durchführung von Sensibilisierungsmassnahmen, die die Vorteile von Hausgärten, einschließlich Kosteneinsparungen, verbesserter Ernährung und Ernährungssicherheit, hervorheben.
  - Einbindung von Gemeindemitgliedern durch Treffen, Workshops und Vorführungen, um sie zu motivieren, Hausgärten anzulegen.
2. Verteilung und Unterstützung von Saatgut:
  - Bereitstellung von Saatgut für verschiedene Gemüsesorten, die für Hausgärten geeignet sind, wobei ein hoher Nährwert und die Anpassungsfähigkeit an die lokalen Bedingungen im Vordergrund stehen.

- Schulungen zu Saatgut, Gartengestaltung, Kompostierung und organischer Schädlingsbekämpfung, um eine erfolgreiche Gartenanlage zu gewährleisten.
3. Technische Unterstützung und Follow-up:
    - Technische Unterstützung durch landwirtschaftliche Berater und geschulte Freiwillige aus der Gemeinde.
    - Regelmäßige Kontrollbesuche, um die Fortschritte zu überwachen, Ratschläge zu erteilen und etwaige Probleme der Haushalte anzugehen.
  4. Integration in das Schul-Foodprogramm:
    - Zusammenarbeit mit der Schule, um das in den Gemeinschaftsgärten angebaute Gemüse in das Food-Programm einzubeziehen.
    - Aufkauf von überschüssigem Gemüse aus den Haushalten zur Ergänzung der Schulnahrung, um den Familien ein zusätzliches Einkommen zu verschaffen.
  5. Förderung einer klimafreundlichen Landwirtschaft:
    - Förderung der Einführung von klimafreundlichen landwirtschaftlichen Praktiken wie wassersparende Techniken, Mulchen und Diversifizierung der Kulturen.
    - Aufklärung über die Bedeutung von Biodiversität, Bodenschutz und Widerstandsfähigkeit gegenüber dem Klimawandel.

### **Erwartete Ergebnisse:**

1. Verbesserte Verfügbarkeit von frischem und nahrhaftem Gemüse für die Familien von Chepang.
2. Verringerung der Haushaltsausgaben für gekauftes Gemüse, was zu finanziellen Einsparungen führt.
3. Verbesserung der Ernährungsvielfalt und des Ernährungszustands von schwangeren Frauen, Kindern und Familien.
4. Verbesserte Widerstandsfähigkeit der Gemeinschaft gegenüber dem Klimawandel durch nachhaltige landwirtschaftliche Praktiken.

### **Budget und Finanzierung:**

- Das Budget deckt die Ausgaben für den Kauf von Gemüsesamen.
- Zu den Finanzierungsquellen gehören staatliche Zuschüsse, die Tara-Namaste-Stiftung und Beiträge der Gemeinschaft.

### **Kosten**

1. Juni - Juli -	130 Haushalte* Nrs 200 pro Familie	26000
2. Dezember - Januar -	130 Haushalte* Nrs 200 pro Familie	26000
3. April - Mai -	130 Haushalte* Nrs 200 pro Familie	<u>26000</u>

### **Gesamtkosten**

**76.000 = ca. SFr. 550.—**

### **Schlussfolgerung:**

Die Einrichtung von Hausgärten in den Haushalten von Chepang wird der Gemeinschaft helfen, ihre Ernährungssituation zu verbessern, die Kosten zu senken und ihre Widerstandsfähigkeit gegenüber dem Klimawandel zu stärken. Durch gemeinsame Anstrengungen und nachhaltige Praktiken können wir gesündere und selbständigere Chepang-Familien schaffen.