

ganzheitlich & erfüllend



Mangos statt Fische

In Bensons Familie gibt es keine Kinderarbeit mehr.

→ Seite 4

Frauenpower

Rima wird Unternehmerin und kämpft gegen Kinderheiraten.

→ Seite 6

Champions

Für die Menschen in unseren Projekten sind Sie Helden.

→ Seite 9

1 ganzheitlich
und erfüllend



3 Editorial.
Zukunft gestalten

4 Stabilität.
Mangos statt Fisch



6 echt.
Starke Familien

7 klar.
Not – wo anfangen?

9 inspirierend.
Taten machen Champions

8 persönlich.
Erfüllt, wenn
andere wachsen



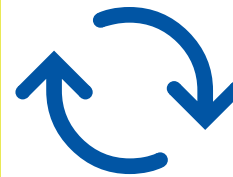
10 handelnd.
Nothilfe in Krisensituationen



Gemeinsam Zukunft gestalten

Liebe Leserinnen und Leser

Hilfe, die wirkt, geht weiter als kurzfristige Unterstützung.



Ganzheitlich zu handeln heisst für uns, die Zusammenhänge zu sehen. Wenn ein Dorf sauberes Wasser erhält, geht es nicht nur ums Trinken: Kinder können zur Schule gehen, Mütter haben mehr Zeit, um ein Einkommen zu verdienen, und gesunde Familien müssen weniger Geld für Medikamente ausgeben.

Dabei achten wir darauf, dass Hilfe keine neuen Abhängigkeiten schafft, sondern die Fähigkeiten der lokalen Bevölkerung berücksichtigt und verbessert.

Erfüllend sind die Projekte, weil sie Hoffnung schenken. Menschen erfahren, dass sie ihr Leben selbst verändern können. Auch wir bei ena sind erfüllt, wenn wir diese Entwicklung miterleben dürfen.



Wir hoffen, dass Sie in diesem Bericht unsere Begeisterung spüren. Danke, dass Sie ein Teil von ena sind: Ob durch eine Einzelspende, als Champion mit regelmässigen Beiträgen (s. Seite 9) oder in einer anderen Form – jede Unterstützung ist wertvoll.



Thomas Stahl
CEO



Bilder: Jean-Pierre Patzig / ena

Mangos statt Fisch

Jeder Bereich in Benson Kubulas Leben hat sich verändert. Seine Familie im Südosten Ugandas ist ein Beispiel dafür, was passiert, wenn Menschen ganzheitliche Hilfe erhalten: in Landwirtschaft, Ausbildung und Erziehung. Heute wachsen in Bensons Familie neben Mangos auch Perspektiven, Zufriedenheit und Zukunft.

Ein baufälliges, mit Gras gedecktes Haus und ab und zu eine Mahlzeit. Viel konnte Benson Kubula seiner Familie nicht bieten. Dass sein ältester Sohn in der Nacht fischen ging, um mitzuerdienen, liess ihn und seine Frau manchmal nicht schlafen.

Kinderarbeit statt Schule

Stundenlang musste sein Sohn im Dunkeln mit anderen Kindern schwere, lange Netze ans Ufer ziehen. In den Tiefen des Wassers verfangen sich nicht nur Fische – manchmal auch Krokodile.

Verletzungen waren Alltag. Sein Lohn: 5 Rappen pro Nacht. Für die Schule war er meistens zu müde.

Früchte bringen Stabilität

Heute leben Benson und seine Familie in einem festen Haus mit Blechdach – ein Zeichen für die neue Stabilität dank dem ena-Projekt.

Begonnen hat es mit 20 Mango-Setzlingen. Diese erhielt Benson, als er in besseren Anbaumethoden für seinen kleinen Bauernbetrieb geschult wurde.

Vier Jahre später tragen die Bäume reichlich Früchte. Davon kann die Familie sogar einen Teil verkaufen. Mit dem Geld bezahlt sie unter anderem die Schulgebühren für die zwei jüngeren Kinder.

Gemeinsam zum Erfolg

Bensons Frau baut dank dem Projekt zusammen mit anderen Frauen energiesparende Öfen. Dadurch muss sie nicht mehr so viel Brennholz kaufen und trägt ebenfalls zum Familieneinkommen bei.

In einem weiteren Kurs von ena hat das Ehepaar gelernt, seine Kinder gut und liebevoll zu erziehen und respektvoll miteinander umzugehen.

Und ihr ältester Sohn? Dank einem Projekt-Stipendium hat er eine Ausbildung als Maurer absolviert. Heute arbeitet er selbstständig und vor Kurzem konnte er sich sogar eine Kuh kaufen.



Seine jüngeren Geschwister kennen das Fischen nur noch aus seinen abenteuerlichen Erzählungen. Sie gehen regelmässig zur Schule.

«Wir haben nicht nur Hilfe erhalten, sondern eine Zukunft.»

Irene Eichenberger
Institutionelle Partnerschaften



echt.

Starke Familien

Rima Akter (35) lebt in einem kleinen Dorf in Bangladesch. Armut und traditionelle Rollenbilder prägen den Alltag. Nie hätte sie gedacht, dass sie sich einmal für die Rechte von Frauen und Mädchen einsetzen würde.

Die Heirat mit dem 25 Jahre älteren Allaudin war nicht Rimas Wunsch. Doch sie wurde nicht gefragt. Später kam die Familie mit ihren drei Kindern nur knapp über die Runden. Heute sieht Rimas Leben anders aus: Sie führt ein eigenes kleines Kleidergeschäft, baut im Garten Gemüse und Papayas an und ist Vorsitzende des lokalen Katastrophenhilfe-Komitees. In ihrer Familie und im Dorf erfährt sie heute Respekt und Wertschätzung. Der Wendepunkt: In der Frauengruppe des

ena-Projekts «Starke Frauen. Starke Familien» lernte Rima viel über Frauenrechte und Unternehmensführung. Das gab ihr Mut und neue Perspektiven.

Besonders bewegt sie, dass ihr Mann Allaudin sie dabei stets unterstützt hat. Heute setzt er sich sogar mit ihr gegen Kinderheirat ein. «Es ist nicht gut, wenn Mädchen früh heiraten, das setzt sie körperlich und seelisch unter Druck», sagt er.

Rimas Geschichte zeigt, wie erfüllend ein Leben sein kann, das aufblüht – und wie viel Positives entsteht, wenn Frauen und ihre Familien gemeinsam stark werden.

Das ena-Projekt stärkt Frauen und dadurch ihre Familien und die Gesellschaft:

- ✓ **Reduktion von Diskriminierung und Gewalt gegen Frauen und Mädchen**
- ✓ **Frauen absolvieren eine Ausbildung**
- ✓ **Schutz vor Umweltkatastrophen**

Lesen Sie mehr über dieses Projekt:



ena-schweiz.ch/bangladesch

klar.



Es gibt so viel Not – wo fängt ihr an?



Entscheidend ist, dass man die lokalen Bedürfnisse kennt: In Malawi bedrohen zum Beispiel Dürren die Ernten, während im Südwesten Ugandas Starkregen und Bodenerosion zu Erdrutschen führen. Und in ländlichen Gebieten Perus fehlen Jugendlichen Ausbildungsmöglichkeiten.

Wenn es eine Krise gibt, steht zuerst Nothilfe im Vordergrund, später der Wiederaufbau.

Es ist wichtig, immer mit der lokalen Bevölkerung zusammenzuarbeiten. Denn die Menschen vor Ort wissen am besten, was wo am dringendsten gebraucht wird.

Nach der Analyse werden ein Ziel und entsprechende Massnahmen festgelegt. Anschliessend wird der Projektfortschritt mit lokalen Partnern eng überwacht und begleitet.



persönlich.

Zwei Fragen an Vera Schaffer, Bereichsleiterin Internationale Programme und Verantwortliche für die Projekte in Peru

Wie kann man Menschen ganzheitlich unterstützen?

Für mich heisst das, Menschen in ihrer gesamten Lebensrealität wahrzunehmen. Hinter jeder Situation stehen Lebensgeschichten, Beziehungen, Hoffnungen und Potenziale. Es beginnt mit Zuhören und Verstehen: Was bewegt diese Person oder diese Gemeinschaft? Was stärkt sie? Was gibt ihr Zuversicht?

In meiner Arbeit bedeutet das, Menschen so zu begleiten, dass sie ihre eigenen Lösungen entdecken und langfristig resilienter, selbstwirksamer und selbstbestimmter werden. Dies fördert Würde, Selbstbestimmung und schafft Perspektiven.

Was erfüllt dich bei deiner Arbeit?

Mich erfüllt es, wenn ich erleben darf, wie



Menschen über sich hinauswachsen. Wenn sie spüren: Wir haben das Wissen und Können – damit können wir unsere Zukunft gestalten.

Mich erfüllt auch, dass wir unsere Programme nicht «von oben nach unten» planen, sondern gemeinsam mit starken Partnerinnen und Partnern weltweit. Diese Zusammenarbeit auf Augenhöhe, die geteilte Verantwortung und der echte gegenseitige Respekt – das macht meine Arbeit nicht nur professionell, sondern auch menschlich bereichernd.



ena-schweiz.ch/peru-beitrag



Peru Film

inspirierend.

Champions schenken Hoffnung

Neu gibt es bei ena die Möglichkeit, Champion zu werden. Wieso dieser Name?

ena hat viele treue Spenderinnen und Spender, die regelmässig spenden. Das Geld, das wir von ihnen erhalten, macht einen bedeutenden Anteil unserer Einnahmen aus. Diese Spenderinnen und Spender sind für die Menschen in Not wahre Champions. Der Name «Champion» soll ausdrücken, welchen Stellenwert diese Spendenden für die Menschen in unseren Projektgebieten haben.

Was macht für ena einen Champion aus?

Ein Champion ist für uns nicht der, der gewinnt, sondern der, der gibt. Es sind Menschen, die handeln, wenn andere Hilfe brauchen. Champions stellen sich selbst nicht in den Mittelpunkt, sondern schaffen Perspektiven für andere. In der Entwicklungszusammenarbeit und der Nothilfe sind Champions jene, die unterstützen und gemeinsam mit den Menschen vor Ort nachhaltige Veränderungen ermöglichen.

Mehr Infos finden Sie auf unserer Website oder rufen Sie uns an: ena-schweiz.ch/champions
+41 44 447 44 00



nachtohdach.ch



aktuell

Einblick Peru: Bildung und Inklusion setzen wir im abgelegenen Hochland von Peru konkret um. Durch praxisnahe Berufsausbildungen eröffnen wir Jugendlichen und Menschen mit einer Behinderung Zukunftsperspektiven. Begleiten Sie Vera Schaffer und Thomas Stahl in diesem Film auf ihrer Reise nach Peru.

Nacht ohne Dach. Eine Nacht ohne Dach macht die Realität von Armut spürbar. Gemeinsam können wir Jugendliche motivieren, sich für eine bessere Welt einzusetzen. Erfahren Sie jetzt mehr: www.nachtohdach.ch

handelnd.

Im März 2025 erschütterte ein starkes Erdbeben Myanmar. Die 60-jährige Daw Than Than Yu lebte in einem der am stärksten betroffenen Gebiete. Einige Zeit vor dem Beben hatte sie ihre Arbeit aufgegeben, um sich um ihre geliebte, neun Monate alte Enkelin zu kümmern.



Bilder: ZOA

Oben: Nach dem Erdbeben sorgte sich Daw Than Than Yu vor allem um ihre kleine Enkeltochter.

Doch dann wurde ihr Haus zerstört und sie zog mit ihrem Mann, ihrer Tochter und der Enkelin auf einen freien Platz. Als Unterkunft dienten Plastikplanen. «Es gab weder Essen, Wasser noch ein richtiges Dach über dem Kopf», erinnert sie sich.

Das Erdbeben hatte auch den Laden zerstört, in dem ihr Mann angestellt gewesen war. So fiel das gesamte Einkommen weg und sie mussten sich Geld von Verwandten leihen, um zu überleben.

Zusammen mit der Partnerorganisation ZOA leistete ena nach dem Erdbeben Soforthilfe. Die Hilfe ging über die akute Not hinaus: Landwirtschaftliche Flächen wurden wieder nutzbar gemacht, Bauernfamilien erhielten Saatgut, Dünger und Werkzeuge, zerstörte Häuser konnten repariert werden.

Auch die Familie von Daw Than Than Yu erfuhr schnell Hilfe. Damit konnte sie Lebensmittel, Wasser und Medikamente kaufen und später in die Reparaturen ihres Hauses investieren.



Humanitäre Hilfe.

Nach einer Krise braucht es Nothilfe, Wiederaufbau und langfristige Entwicklung – damit die Menschen eine bessere Zukunft selbst gestalten können.



ena-schweiz.ch/nothilfe



Nothilfe

Wenn eine Krise passiert wie ein Erdbeben, eine Überschwemmung oder ein Konflikt, braucht es sofortige Unterstützung, um Leben zu retten: Nahrung, sauberes Wasser, Notunterkünfte oder medizinische Versorgung.



Wiederaufbau

Reparatur von Häusern, Schulungen für den Aufbau kleiner Geschäfte, Wiederherstellung von Feldern etc. sind nach der Nothilfe die ersten Schritte zur Normalität.



Entwicklungszusammenarbeit

Längerfristige Projekte ermöglichen es Menschen dauerhaft selbstständig zu werden: Schulbildung, Ausbildung zur Verbesserung des Einkommens, Ausbildung von medizinischem Personal, etc.

Impressum

enaktuell, das Magazin von ena. Ausgabe Februar 2026

Wiedergabe von Bild und Text nur mit Einverständnis. enaktuell erscheint zwei bis vier Mal jährlich und wird allen Mitgliedern und Spendenden kostenfrei zugestellt. Ein Abo kostet CHF 15.-/Jahr. Bilder: Mitarbeitende und Partnerorganisationen

Herausgeber: Ena (Schweiz) | Josefstr. 34 | 8005 Zürich | +41 44 447 44 00 | info@ena-schweiz.ch

Redaktion: Irene Eichenberger, Zürich, Layout: Philipp Lengyel, Zürich, Druck und Vertrieb: gndruck ag, Bachenbülach

Spenden mit diesem Einzahlungsschein gehen an den ena-Fonds zur freien Verfügung und wo am nötigsten.

Empfangsschein

Konto / Zahlbar an
CH49 0900 0000 8004 3143 0
Ena (Schweiz)
Josefstrasse 34
8005 Zürich

Referenz
RF09 2009 2340 0007 3

Zahlbar durch

Währung Betrag
CHF

Annahmestelle

Zahlteil



Konto / Zahlbar an
CH49 0900 0000 8004 3143 0
Ena (Schweiz)
Josefstrasse 34
8005 Zürich

Referenz
RF09 2009 2340 0007 3

Zusätzliche Information
2026.02 online enaktuell zfv

Zahlbar durch

Währung Betrag
CHF

Spenden Sie Chancen

Jetzt Grosses bewirken: Gemeinsam mit Ihnen setzt die Hilfsorganisation ena das Potenzial von Menschen frei – für eine Zukunft voller Perspektiven.

Jetzt helfen!



ena-schweiz.ch



Mariella (16), Schülervertreterin in ihrer Sekundarschule in Peru (Mitte): «Früher hatte ich Angst, vor anderen zu sprechen. Heute weiss ich, dass meine Stimme zählt – und dass wir gemeinsam etwas verändern können.»