

## Vera Högl im Gespräch

**Vera Högl, MSc ist selbständige Ernährungswissenschaftlerin sowie Yogalehrerin und im Qualitätsmanagement bei *mymuesli* tätig. Wir haben mit ihr über ihren Auslandseinsatz in Haiti für die NGO *Meds & Food for Kids* gesprochen.**

**Was waren deine Beweggründe für deinen Einsatz in Haiti? Wie bist du an die Sache herangegangen? An welche Organisation hast du dich gewendet? Und wo warst du stationiert?**

Seit ich denken kann, lebt in mir ein fast übertrieben starker Sinn für Gerechtigkeit. Bilder und Berichte von Regionen, wo Ernteausfälle lebensbedrohliche Situationen auslösen und Menschen noch immer an Hunger sterben – während bei uns so viel Essen vorhanden ist und weggeschmissen wird –, haben in mir einen immensen Aktionsdruck erzeugt. Dem konnte ich nicht länger von zu Hause aus gerecht werden. Abenteuerlust und Genügsamkeit helfen natürlich auch bei der Entscheidung für einen Einsatz. Vor der Abreise sollten alle Eventualitäten durchdacht und Selbstverständlichkeiten in puncto Komfort gründlich hinterfragt werden.

Für Haiti habe ich eine Jobbörse für Auslandseinsätze gewählt. Da gibt es Plattformen wie [www.developmentaid.org](http://www.developmentaid.org). Dann habe ich einen klassischen Bewerbungsprozess durchlaufen. Das waren zwei Runden per Videotelefonat mit den in St. Louis (Missouri, Anm.) lokalisierten CEOs von *Meds & Food for Kids*, einem Hersteller von Ready-to-Use Therapeutic Foods (RUTF, Anm.). Die Produktion findet in Cap-Haitien im Norden Haitis statt. Wegen politischer Unruhen in Haiti hat es von der Zusage bis zum tatsächlichen Reiseantritt fast sechs Monate gedauert. Auch solche Eventualitäten müssen bei unsicheren Ländern bedacht werden. Flexibilität und gute Organisation sind neben Hilfsbereitschaft die wichtigsten Voraussetzungen.

**Was waren deine Aufgaben?**

Meine Aufgaben in Haiti als Quality Assurance Manager haben sich kaum von meinen Tätigkeiten als Qualitätsmanagerin in Österreich unterschieden. Die Vorbereitungen einer Firma für das ISO-Audit laufen global ähnlich ab. Wichtiger als im Heimatland ist trotzdem die Planung. Die zusätzliche Hürde der fremden Sprache verschlingt viel an Produktivität. Den Großteil meiner Freizeit habe ich dem Lernen der neuen Sprache gewidmet – um Anschluss zu finden und den Aufgaben im Job besser gerecht zu werden.

In Cap-Haitien ist meine Woche nach dem westlichen 40-h-Schema abgelaufen. Es ging darum, die strengen Anforderungen an RUTF in der Produktion bestmöglich umzusetzen. Meine Hauptaufgaben waren die Kontrolle der Rohwarenanlieferung, die Probenentnahme für die Mikrobiologie (für die Vitaminbestimmung, Anm.), die Erstellung von HACCP-Gefahrenanalysen sowie die Durchführung von internen Audits. In enger Zusammenarbeit mit der Qualitätssicherung und der Zentrale in St. Louis konnten wir eine bessere Organisation der Räumlichkeiten im Labor umsetzen und mikrobiologische Tests sicherer gestalten.

**Was waren deine größten Herausforderungen?**

Die größte Herausforderung waren weniger die Arbeitsaufgaben – die mir teilweise schon aus vorhergehenden Jobs bekannt waren –, sondern vielmehr Aspekte meiner Freizeit. Die Essensbeschaffung war mühselig und langwierig, weil Märkte rar sind, die Auswahl begrenzt ist und Sprachhürden deprimierend sind. Nach nur wenigen Monaten wird aber auch das zur Gewohnheit, ebenso wie fehlende sanitäre Einrichtungen oder fehlende Post.

Besonders herausfordernd war die Benzinknappheit. Benzin ist etwa für die Krankenhäuser enorm wichtig, um lebenswichtige Generatoren am Laufen zu halten. Fehlt Benzin, sind Unruhen die Folge. Außerdem wird der Bewegungsradius eingeschränkt. Einfach kurz in die Stadt zu fahren oder spazieren zu gehen, ist plötzlich nicht mehr möglich. Das war für mich sehr ungewohnt.

### **Schwere Unterernährung ist lebensbedrohlich. Wie bist du vor Ort damit umgegangen, was war dir wichtig?**

Ich habe beobachtet, dass sich recht schnell ein innerer Selbstschutz aufbaut. Emotionale Distanz ist für die Problemlösung bei solch erschütternden Themen wichtig. Emotion ist zwar ein Antrieb für den Einsatz, ein Übermaß würde aber während des Einsatzes lähmen.

Wenn ich die Gelegenheit dazu hatte, habe ich frisches, gesundes Essen verschenkt. Hungerbäuche oder typische Mangelernährungserscheinungen wie Kwashiorkor oder Marasmus (beides Krankheitsbilder des Protein-Energie-Mangelsyndroms, Anm.) lösen anfangs befremdliche Gefühle wie Angst oder Traurigkeit aus. Diese Emotion gilt es schnell in Aktion umzusetzen. Dann weiß man umso mehr, warum man macht, was man macht. Und man lernt, mit negativen Gefühlen besser umzugehen. Zu beobachten, wie rasch die Nahrungspasten bei den Kindern Wirkung zeigen, hat in mir ein sehr befriedigendes Gefühl ausgelöst. Bewältigungsstrategien wie Yoga, Sport oder auch Telefonate mit vor dem Einsatz kontaktierten Psychotherapeut\*innen waren für mich unerlässlich.

### **Die erwähnten Nahrungspasten sind speziell entwickelt und können für Menschen lebensrettend sein. Wie sind solche Pasten zusammengesetzt? Was bewirken sie konkret?**

Die Nahrungspasten bestehen aus Erdnüssen, Milchpulver, pflanzlichen Ölen, Zucker sowie Vitamin- und Mineralstoffpulver. Sie liefern pro Portion 500 Kalorien und alle notwendigen Makro- und Mikronährstoffe, um akute Unterernährung schnell in den Griff zu bekommen. Die Pasten sind zwei Jahre lang haltbar und müssen weder mit Wasser angerührt noch gekühlt werden. Letzteres wäre in Regionen ohne Strom ohnehin ein großes Hindernis. Die Medaille hat aber immer zwei Seiten. Zwar sind Nahrungspasten eine immense Erleichterung bei der Erstbekämpfung von Unterernährung in Krisenzentren. Es braucht aber langfristige Änderungen, zum Beispiel gesunde, fruchtbare Böden für sichere Ernten oder ein stabiles Bildungssystem, um Expert\*innen für Lebensmittelsicherheit auszubilden. Darüber hinaus gibt es noch viele weitere Zahnräder, an denen zur Bekämpfung von Unterernährung gedreht werden muss.

### **Welchen Einfluss hat das Wetter auf die Nahrungsversorgung in Haiti?**

Haiti ist großen Wetterextremen ausgesetzt, durch den Klimawandel gibt es in immer heftigerem Ausmaß Tropenstürme, Hurrikans und Dürreperioden. Wie Zähneputzen gehört es zur morgendlichen Routine, die Bewegungen der Hurrikans zu beobachten.

Aufgrund der fortschreitenden Verarmung wurde der Regenwald nach und nach abgeholzt – um Holzkohle zu produzieren und Einkommen zu erzielen. Holz ist das wichtigste Utensil, um Feuer zu machen und damit Nahrung zubereiten zu können. Die Böden können sich aber nicht so schnell erholen. Erosion ist die Folge, und das Land wird anfälliger für Überschwemmungen.

Steigende Meeresspiegel, Hurrikans, unfruchtbares Land und Bodenerosionen, anhaltende Hitzeperioden und Entwaldung im Übermaß. Darüber hinaus starke Armut, ein niedriger Bildungsstand und die langsam mahelnden Mühlen einer von Korruption durchzogenen Regierung. All das gefährdet letztlich die

Ernährungssicherheit.

### **Was war dein größtes Learning während deiner Zeit in Haiti?**

Dass ich die Fülle, in der wir leben, nicht mehr als selbstverständlich sehe. Und dass die Grundbedürfnisse des Menschen völlig gleich sind – in allen Ecken unserer aus dem Gleichgewicht geratenen Welt.

**Vera Högl, MSc**

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