



NÄLKÄ

# Leipäjono



# Akuutti nälänhätä

- Akuutin nälänhädän vaarassa olevien ihmisten määrä on kasvanut jyrkästi, varoittaa Maailman ruokaohjelma WFP.
- Nälänhädän partaalla on WFP:n mukaan nyt 45 miljoonaa ihmistä yhteensä 43 maassa.
- Suuri osa nälänhädän riskin kasvusta johtuu Afganistanin tilanteesta.
- Maan turvallisuusongelmat ovat johtaneet hätäavun toimitusten vähenemiseen. Nälkiintyminen uhkaa nyt kolmea miljoonaa afganistanilaista.
- Konfliktit, ilmastonmuutos ja koronapandemia lisäävät kukin akuutissa nälänhädän vaarassa olevien ihmisten määrää

# Nälänhädän ja aliravitsemuksen syitä

- Liian nopea väestönkasvu
- Syvä köyhyys
- Luonnonolot sekä taloudellinen ja poliittinen tilanne.
  - Toistuva kuivuus, rankkasateet ja tulvat vaikeuttavat viljelyä.
  - Lannoitteisiin ei ole varaa ja työvälineet ovat alkeellisia.
  - Ongelmana ovat myös tuhohyönteiset, rikkakasvit sekä eläin- ja kasvisairaudet.
- Korruptio, kulkuyhteyksien huonous ja puutteellinen jakeluorganisaatio.
- Sodat
- Maailmakauppa
  - Maailmankaupassa elintarvikkeiden merkitys on vähentynyt ja hinnat ovat laskeneet.
  - Kehitysmaissa hintojen lasku aiheuttaa ongelmia, koska raaka-aineet ja maataloustuotteet ovat valtioiden ainoita vientituotteita.

# Riittämätön ja yksipuolinen ravinto aiheuttaa sairauksia

Nälkä aiheuttaa kehitysmaissa eniten tauteja ja estää henkistä ja fyysistä kehitystä.  
Aliravitsemuksen muotoja:

## Määrällinen nälkä

Ruokaa ei ole riittävästi välttämättömän energian saamiseksi.

## Laadullinen nälkä

Ruoasta puuttuu hyvänlaatuisia proteiineja.

## Määrällinen ja laadullinen nälkä

Ravinnosta puuttuu sekä energiaa ja proteiinia.

Kehitysmaissa aliravitseminen voi johtaa ongelmakierteeseen, terveydenhoitomenot kasvavat, kun aliravitut sairastuvat helposti, mikä johtaa talouden heikkenemiseen ja ravintotilanteen huonontumiseen.

Aliravitut kärsivät myös hivenaineiden ja vitamiinien puutteesta. A-vitamiinin, raudan ja jodin puute aiheuttavat eniten ongelmia (raudanpuuteanemia).



# Nälkäongelma

Krooninen aliravitsemus tarkoittaa nälkää.

Laadullinen nälkä: Ravinto sisältää liian vähän valkuaisaineita, kivennäisiä, vitamiineja tai kuituja

Määrällinen nälkä: Ei saa ruuasta tarvitsemaansa määrää kaloreita eli energiaa.

- \* Tappaa enemmän kuin AIDS, malaria ja tuberkuloosi yhteensä.
- \* Laadullinen nälkä näkyy myös teollisuusmaissa, kuten erilaisina puutostauteina, lisääntyneinä ruoansulatuselimistön toimintahäiriöinä, ylipainona ja erilaisina elintasosairauksina, kuten aikuisiän diabeteksenä, sekä sydän- ja verisuonitauteina.

➡ Nälän helpottamista toteutetaan keräysvaroin kehitysmaissa.

# Nälkä on todellisuutta Suomessakin



- Lähes puolen miljoonan suomalaisen tulot eivät riitä kohtuulliseen vähimmäiskulutukseen ja moni joutuu turvautumaan säännöllisesti ruoka-apuun.
- 1990-luvun lamavuosina hätäratkaisuksi syntyneet leipäjonot ovat jääneet pysyvästi katukuvaan paikkaamaan hyvinvointivaltion repeämiä. Joka kolmas ruoka-avun jonottaja kuitenkin tuntee häpeää.
- Pahiten köyhyys koettelee pitkään perusturvan varassa eläneitä, työttömiä, yksin asuvia pienituloisia, yksinhuoltajia ja monilapsisia perheitä. Köyhien lasten määrä Suomessa on kasvanut – jo yli 100 000 lasta elää pienituloisissa perheissä, joista monissa joudutaan tinkimään myös ruoasta.
- Kotimaanavun hätäapurahastoon kesällä 2018 tehdyillä lahjoituksilla tarjotaan ruoka-apua hädässä oleville. Apu toimitetaan perille Suomen evankelis-luterilaisten seurakuntien diakoniatyön kautta. Kotimaanapu on mukana organisoimassa myös inhimillisempää, sisätiloissa jaettavaa ruoka-apua ja yhteisöllisiä ruokahetkiä.

# Nälkää Suomessakin



Suomessa leijonat auttavat vähävaraisia perheitä muun klubien toteuttamalla *Auta lasta – auta perhettä* -keräyksillä, ruokalahjakorteilla sekä järjestämällä soppakeittiöitä ja jakamalla lahjoitusruokia.

Ruokajonot ovat koronan myötä lisääntyneet. Nälän helpottamiseen meillä on tarvetta.

Tiedämme kun kouluruokaa ei ole, monessa perheessä lapsilla on nälkä eikä kotona ole ruokaa. Klubit voivat osallistua ruokakassien tai -lahjakorttien hankintaan erityisesti lapsiperheille joulun alla ja kesän alussa, jolloin jakelusta perheille huolehtii esim. kunnan diakoniatyö tai sosiaalitoimi.

Koronan aikaa ruokakassijakelut loppuivat monelta paikkakunnalta ja moni perhe ”kiristi vyötä”. Klubit voivat osallistua paikkakunnillaan ruokakassien jakoon lisäapuna.

Tämä on palvelua, muista kirjata MyLion:iin. We Serve.



# Terveellinen ruoka



Mitä me leijonat voisimme tehdä?



# Esimerkki

Hyvä esimerkki oli 21.11.2021 klo 22 uutisten lopussa: Yhdessä kunnassa oli kestävä kehityksen myötä kerätty vanhoja vaatteita, lakanoita jne, jotka oli leikattumatonkuteiksi ja yhteistyöllä sitten kudottu matoiksi.

Matot myydään ja suurin osa myyntituloista annetaan pienituloisille lapsiperheille ruokalahjakortteina.

Tämä on erittäin hyvä toimintatapa tuottaa hyvää.

# Toinen esimerkki

Todellinen tilanne perheessä, jossa 4 alle 6-vuotiasta lasta ja vanhemmat.

Perheellä oli 4 lautasta, 4 tuolia ja yksi syöttötuoli. Jääkaapissa vajaa 1 l tölkki maitoa ja vajaa kasvisrasvavalevitepurkki, kaapeissa ei muuta kuin vajaa kaurahiutalelaatikko.

En ole nähnyt koskaan 2-vuotiaan syövän kaurapuuroaan niin tarkkaan, ettei yksikään muru tippunut lattialle, vaan kaikki meni suuhun.

**KIITOS**