

Laos: Kinder stärken, Zukunft gestalten

Einführung, Kennzahlen und Lebensrealitäten

«STERNENWOCHEN» 2026

Factsheet für Lehrpersonen



Foto: Reto Albertalli / UNICEF

Blick in eine bessere Zukunft

Die «Sternenwochen» von UNICEF Schweiz und Liechtenstein sowie der Zeitschrift «Schweizer Familie» unterstützen benachteiligte Kinder in Laos – insbesondere in abgelegenen Bergdörfern wie Sannoy in der Provinz Xieng Khouang.

Ziele der Unterstützung:

- Mangelernährte Kinder behandeln & gesunde Ernährung sichern
- Medizinische Hilfe & Impfungen in lokalen Zentren gewährleisten
- Wasserleitungen für sauberes Trinkwasser in Dörfern & Schulen bauen
- Schulmaterial verteilen, Lernorte schaffen & Lehrpersonen stärken

WORUM GEHT ES?

Dieses Factsheet unterstützt Lehrpersonen dabei, Laos und die «Sternenwochen» 2026 im Unterricht fundiert und schülernah zu bearbeiten. Im Zentrum stehen Kinderrechte und die Frage, wie **Ernährung, Gesundheit, sauberes Wasser und Bildung** eng miteinander zusammenhängen. Wichtig ist dabei: Laos ist nicht nur ein Land mit grossen Herausforderungen – Kinder und Familien haben Ideen, Fähigkeiten, Humor und klare Zukunftswünsche.

7,6 Mio. Einwohnerinnen und Einwohner in Laos.	~2,7 Mio. Kinder leben in Laos.	1 von 3 Kindern unter fünf ist chronisch mangelernährt.	~69 % der Erwerbstätigen arbeiten in der Landwirtschaft.
--	---	---	--

LAOS AUF EINEN BLICK



Binnenstaat in Südostasien · Karte: UNICEF

- **Geografische Lage:** Südostasiatischer Binnenstaat, grenzt an China, Vietnam, Kambodscha, Thailand und Myanmar – ohne eigenen Meereszugang.
- **Fläche im Vergleich:** 236 800 km² – gut fünfeinhalb mal so gross wie die Schweiz.
- **Topografie:** Rund 80 % der Landesfläche bestehen aus Bergen und steilen Hügeln. Fruchtbare Ebenen entlang des Mekongs machen nur einen kleinen Teil aus.
- **Vielfalt:** In Laos leben 50 offiziell anerkannte ethnische Gruppen (darunter die Hmong) mit geschätzt 80 verschiedenen Sprachen.
- **Kriegserbe & Blindgänger:** Während des Vietnamkriegs wurden über 270 Millionen Streubomben abgeworfen. Rund 80 Millionen detonierte Blindgänger liegen noch heute in Böden und Wäldern.

AKTUELLE SITUATION FÜR KINDER

In ländlichen Regionen wie der Provinz Xieng Khouang im Nordosten bestreiten Familien ihren Alltag weitgehend aus eigener Hand. Sie pflanzen Reis und Gemüse an und essen, was der Boden hergibt. Doch steile Hänge, unfruchtbare Böden und fehlende Bewässerungssysteme machen die Arbeit beschwerlich. Der Klimawandel verschärft die Lage: Dürreperioden und extreme Hitze wechseln sich mit Starkregen ab, Flüsse fluten Reisfelder und schwemmen Wege weg. Fleisch und Fisch sind für Familien mit einem monatlichen Einkommen von oft nur 70 bis 250 Franken unerschwinglich.

Vier Themen – ein Zusammenhang

Herausforderungen, Kinderrechte & Hilfe von UNICEF

«STERNENWOCHEN» 2026

Factsheet für Lehrpersonen

Der Teufelskreis der Armut – Wie die Lebensbereiche zusammenhängen:

1. Schlechte Ernte (Klima, Dürre, Starkregen) → **2. Zu wenig / einseitiges Essen** → **3. Krankheit & Schwäche** → **4. Fehlzeiten in der Schule** → **5. Fehlende Zukunftschancen**

Armut als Zusammenspiel: Armut ist selten ein einzelnes Problem. Wenig Einkommen, schwierige Wege, fehlendes Wasser, Krankheiten und ausgefallene Ernten können sich gegenseitig verstärken. Kinder sind besonders betroffen, weil ihre Gesundheit, Entwicklung und Bildung davon abhängen.

DIE VIER KERNTHEMEN IM DETAIL

1. Ernährung & Hunger Chronische Mangelernährung kann entstehen, wenn die Ernte nicht reicht und es an abwechslungsreicher Nahrung fehlt. Wichtige Nährstoffe fehlen dann für Gehirn- und Körperwachstum.	2. Gesundheit & Medizin Lokale Gesundheitszentren (wie in Sannoy) ermöglichen Impfungen, begleiten Geburten und leisten medizinische Erstversorgung. Ärzte gibt es oft keine vor Ort; Pfleger betreuen Tausende von Menschen in unwegsamem Gelände.
3. Sauberes Wasser & Hygiene Verunreinigtes Quell- oder Flusswasser kann schwere Magen-Darm-Infektionen verursachen. Ein Wassersystem im Dorf und Toiletten an Schulen schützen vor Krankheiten und erleichtern den Alltag.	4. Bildung & Schutz Über 40 % der Kinder brechen nach der 5. Klasse ab, um zu arbeiten oder Geschwister zu hüten. Jedes dritte Mädchen unter 18 wird früh verheiratet. Bildung ist jedoch der verlässlichste Weg aus der Armut.

KINDERRECHTE ALS PERSPEKTIVE

Die UN-Kinderrechtskonvention gibt Kindern Rechte. Sie bildet das Fundament der UNICEF-Arbeit: Kinderrechte helfen, die Situation nicht nur als Armut zu beschreiben, sondern zu fragen: Was braucht jedes Kind, um sicher zu leben, gesund aufzuwachsen, zu lernen und gehört zu werden?

- **Art. 6 – Recht auf Leben und Entwicklung:** Jedes Kind hat das Recht, gesichert heranzuwachsen und seine Persönlichkeit zu entfalten.
- **Art. 24 – Recht auf Gesundheit:** Anspruch auf sauberes Trinkwasser, gesunde Ernährung, medizinische Behandlung und Impfungen.
- **Art. 27 – Recht auf einen angemessenen Lebensstandard:** Bedingungen, die die körperliche, geistige und seelische Entwicklung ermöglichen.
- **Art. 28 & 29 – Recht auf Bildung:** Kostenlose Primarbildung für alle, Förderung von Talenten und Vorbereitung auf ein selbstbestimmtes Leben.
- **Art. 12 – Recht auf Beteiligung & Gehör:** Die Meinung des Kindes muss in allen es betreffenden Angelegenheiten berücksichtigt werden.

SO HILFT UNICEF MIT DEN «STERNENWOCHEN»

- Gesundheit sichern: Impfprogramme, Kühlboxen für Medikamente, Ausstattung von Entbindungsräumen.
- Ernährung verbessern: Oberarm-Messbänder (MUAC) zur Früherkennung, Zusatznahrung, Mütterberatung.
- Wasserleitungen bauen: Gravitations-Wassersysteme mit Zapfstellen im Dorf und getrennten Schultoiletten.
- Schule stärken: Lehrmittel verteilen, Schulinfrastruktur renovieren, Lehrpersonen weiterbilden.

Nachhaltiger Ansatz:

UNICEF baut keine parallelen Strukturen auf, sondern schult lokales Personal, stärkt Dorfkomitees und bindet Familien aktiv ein. So bleibt die Hilfe langfristig wirksam.

So wird Laos im Unterricht lebendig

Unterrichtsbausteine auf Basis der Sonderreportage

«STERNENWOCHEN» 2026

Factsheet für Lehrpersonen

Einstieg & Grundlage: Die Sonderreportage der «Schweizer Familie»

Die authentische Reportage von Gabriela Meile und Fotograf Reto Albertalli bietet Einblicke in den Alltag der Kinder in Sannoy. Sie eignet sich als Grundlage für den Unterricht.

Eine gute Gesprächsbasis schaffen:

In der Berichterstattung über Länder des Globalen Südens werden Kinder oft auf ihre Notlagen reduziert. Die Reportage zeigt jedoch: Die Kinder sind aktive, wissbegierige Menschen mit Hobbys, Pflichten, grossem Familiensinn und eigenen Berufswünschen.

DREI EINSTIEGSFRAGEN FÜR DIE KLASSE

Frage 1: Grundbedürfnisse

Was braucht ein Kind überall auf der Welt, um sich gesund zu entwickeln, wohlfühlen und lernen zu können?

Frage 2: Zusammenhänge

Wie können Wetter, Ernte, Trinkwasser und Schulbesuch direkt zusammenhängen? Welche Kettenreaktion könnt ihr erkennen?

Frage 3: Wirkungsvolle Hilfe

Was ist der Unterschied zwischen kurzem Mitleid («etwas schenken») und echter Stärkung von Rechten («Chancen schaffen»)?

VIER FLEXIBLE UNTERRICHTSBAUSTEINE (MODULAR EINSETZBAR)

1. Bildimpuls & Vermutungen (ca. 10 Min.) –

Die beiden Fotos unten dienen als Bildimpuls. Frage an die Klasse: Was seht ihr genau? Was vermutet ihr über den Alltag dieser Kinder? Was überrascht euch? Beobachtungen sammeln, ohne vorschnell zu urteilen.



Reisfeld: Setzlinge pflanzen · Foto: UNICEF



Wasser und Hygiene: Hände waschen · Foto: UNICEF

2. Geografie & Karte (ca. 10–15 Min.)

Laos auf dem Globus / Google Maps suchen. Nachbarländer benennen. Bedeutung von Binnenstaat und Bergland herausarbeiten. Wege nachvollziehen: Welche Distanzen müssen Kinder für Wasser oder Schule bewältigen?

3. Textarbeit mit Adlee oder Pakou (ca. 15–20 Min.) –

Lesen Sie einen kurzen Ausschnitt aus der Reportage vor. Die Porträts (Seiten 9 und 11) können vorgelesen oder in Partnerarbeit gelesen werden.

Auftrag: Vergleichen Sie den Tagesablauf von Adlee oder Pakou mit eurem eigenen Schultag. Haltet Gemeinsamkeiten und Unterschiede auf einem Plakat fest und hängt es im Schulzimmer auf.

4. Die «Kinderrechte-Brille» anwenden (ca. 15 Min.) –

Anhand dreier Leitfragen analysieren: Was braucht das Kind? Was behindert es? Welche faire Lösung gibt es? (Details siehe Seite 4).

LEITFRAGEN FÜR DAS KLASSENGESPRÄCH

- «Adlee kocht vor der Schule, hütet Tiere und sammelt Holz. Wie wirkt sich das auf seine Konzentration im Unterricht aus?»
- «Pakou erzählt, dass sie bei Regen vor dem reissenden Fluss wartet, bis die Brücke passierbar ist. Welches Kinderrecht ist hier in Gefahr?»
- «Beide Kinder möchten Lehrerin bzw. Arzt werden. Was braucht es im Dorf, damit Kinder ihre Berufsträume verwirklichen können?»
- «Welche Aufgaben müssen die Familie, das Dorf, der Staat Laos und Hilfswerke wie UNICEF jeweils übernehmen?»

Unterricht in der Praxis: Geschichten & Handeln

Kinderrechte-Brille, respektvolle Sprache & Sternenwochen

«STERNENWOCHE» 2026

Factsheet für Lehrpersonen

UNTERRICHT MIT DEN GESCHICHTEN AUS DER REPORTAGE

Die Reportage erzählt vom Alltag einzelner Kinder. Die Geschichten eignen sich als Ausgangspunkt, um Kinderrechte und Handlungsmöglichkeiten zu besprechen.

Adlee Vilayvong (8 Jahre) 4. Klasse, Longsan-Primarschule, Sannoy Adlee liebt Superhelden (Spider-Man, Batman) und Sepak Takraw (Fuss-Volleyball). Vor der Schule kocht er Suppe, putzt, füttert Hühner und sammelt Feuerholz. Er hat sich auf dem Handy der Mutter selbst Englisch bis 100 beigebracht und will Arzt werden. Input-Fragen für Schüler/-innen: - Wie schafft Adlee den Spagat zwischen harter Hausarbeit und Schule? - Was könnten Familie und Schule tun, um ihn bei seinem Medizintraum zu unterstützen?	Pakou Yang (11 Jahre) 6. Klasse, Longsan-Primarschule, Sannoy Pakou kümmert sich um ihre kleinen Geschwister und das Haus, weil die Mutter von früh bis spät arbeitet. Um Wasser zu holen, läuft sie 30 Minuten den steilen Abhang hinunter. Sie lernt fleissig Lao und Mathe und träumt davon, Primarlehrerin zu werden. Input-Fragen für Schüler/-innen: - Welche Hürden stehen Pakous Traum im Weg (z. B. Schulweg, Zeitmangel)? - Wie würde ein Wasseranschluss direkt im Dorf Pakous Bildungschancen verbessern?
Die «Kinderrechte-Brille» (Alternative zu Paragraphen) Statt Artikelnummern auswendig zu lernen, schlüpfen die Kinder in die Rolle von Detektiven mit 3 Fragen: Bedürfnis: Was braucht das Kind zum Leben und Lernen? (Nahrung, Schutz, Zeit, Schule). Hindernis: Was verhindert, dass das Kind dies bekommt? (Ernteausschlag, weite Wege, Armut). Lösung & Verantwortung: Wer kann helfen und was wäre eine faire Lösung? (Wasserleitung, Schulstipendium, Klinik).	Sprechen über Armut – respektvoll Nicht reduzieren: Kinder in Laos sind nicht nur «arm», sondern Schüler/-innen, Sportler/-innen, Schwestern und Brüder. Augenhöhe statt Mitleid: Nicht «wir retten die Armen», sondern: «Wir setzen uns gemeinsam für Kinderrechte ein». Lokale Stärke zeigen: Mütter, Väter, Pfleger und Lehrerinnen in Laos leisten Enormes unter schwierigen Umständen. Keine Wertung: Lebensbedingungen sind verschieden – Menschenrechte gelten ausnahmslos für alle gleich.

STERNENWOCHE 2026: WIE KÖNNEN SCHÜLER/-INNEN HELFEN?

Flexibel einsetzbar –

Ein kurzer 10-Minuten-Impuls reicht bereits aus. Die Schüler/-innen können danach selbst aktiv werden:

- Informieren & Sensibilisieren:** Wandplakate im Schulhaus gestalten, ein Mini-Hörspiel aufnehmen oder einen Kurzbeitrag in der Schülerzeitung schreiben.
- Kreative Sammelideen:** Pausenkiosk mit gesunden Snacks, Flohmarkt, Bastelverkauf, Sponsorenlauf oder ein Pausenplatz-Konzert.
- Aktion anmelden:** Unter sternenwochen.ch anmelden, Sammelböxli bestellen und am Ideenwettbewerb (Einsendeschluss 10. Jan. 2027) teilnehmen!



sternenwochen.ch Spendenkonto: IBAN CH88 0900 0000 8000 7211 9 Vermerk: «Sternenwochen 2026»