

Zeitschrift: Fachblatt für schweizerisches Heimwesen = Revue suisse des établissements hospitaliers

Herausgeber: Verein für Schweizerisches Heimwesen

Band: 49 (1978)

Heft: 11

Artikel: Ernährungsaufklärung im Heimbetrieb

Autor: Kumpfe, Regula

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-809753>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 06.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

So kommt es immer wieder vor, dass sich manche Pensionäre strikt weigern, wenn es gilt, ein neuartiges oder ihnen unbekanntes Menu zu kosten.

Es ist bestimmt nicht einfach, hier eine befriedigende Lösung zu finden. Wie schon bei den Kindern gehen auch in der Altersernährung die Ansichten und Bestimmungen von Aerzten und Ernährungsphysiologen weit auseinander. Für viele Aerzte, Diätassistentinnen und Köche ist Altersdiätetik gleichbedeutend mit Schonung = reizloser Kost = Breikost! Die Leistungsfähigkeit des Organismus, so meinen sie, hat abgenommen. Folglich darf man nur noch geringe Anforderungen an ihn stellen.

Folgen dieser gut gemeinten «Schonkost» sind dann meistens lieblose und vor allem geschmacklose Menus. Dem Insassen könnte wörtlich die Freude am Essen und Leben verleidet!

Schonkost als Prinzip der Altersernährung ist das sicherste Mittel, um den Alterungsprozess zu beschleunigen!

(Hoffen wir, dass die so hochgelobte und ständig weiter modernisierte Altersdiät in den Heimen bald einen stillen Abgang findet.)

Wir möchten die betroffenen Angestellten von Altersheimen deshalb dringlich davor warnen, dass sie nicht dazu neigen dürfen, die nach den modernsten Erkenntnissen zusammengestellten Menu-Unterlagen überzubewerten.

Essen ist ja schliesslich eine sehr individuelle Sache. Und so hat jeder Mensch in der Zeitspanne zwischen Kindheit und Alter eine Eigenart entwickelt. Man sollte deshalb nicht um jeden Preis versuchen, in der Altersernährung diese Eigenart unbedingt umzustellen.

Der alte Mensch isst heute mehr von diesem und morgen mehr von jenem, heute viel und morgen wenig. Und es wäre von Uebel, wollte man diese Gewohnheit durch schulmeisterische Besserwisserei in Unordnung bringen und dem Menschen seine Unbefangenheit nehmen.

Ernährungsaufklärung im Heimbetrieb

*Von Regula Kumpfe **

Vielleicht hat sich schon die eine oder andere Kollegin über negative Kritik am Essen in «ihrem» Heimbetrieb geärgert — vor allem dann, wenn es sich um ein ernährungsphysiologisch besonders wertvolles Menü handelte, das einiges an Rohkost enthielt und somit noch überaus arbeitsintensiv war. Sind Sie es leid, für neuzeitliche Ernährung besorgt zu sein, diese Erkenntnisse in der Küche relativ mühsam «an den Mann» zu bringen, wenn auf der andern Seite die Pensionäre diese Anstrengungen gar nicht immer schätzen? Oder haben Sie sich bereits mit der Tatsache abgefunden, dass «Ihre» Gäste nicht mehr zu ändern sind und ohne die regelmässigen Pommes frites oder das allabendliche Café complet nicht auszukommen scheinen?

Eine Umfrage im Rahmen einer Diplomarbeit hat gezeigt, dass es Wege gibt, diesen Schwierigkeiten zu begegnen:

Stadtzürcherische Ernährungsberatung

Im Raume Zürich können sich Berufsleute und Privatpersonen mit Fragen an die Ernährungsberatungsstelle vom Sozialamt der Stadt Zürich, Sihlquai 346, 8005 Zürich, Telefon 44 10 70, wenden. Deren kostenlose Dienstleistungen lassen sich wie folgt umschreiben:

* in «Die Hausbeamtin», Basel, August-Heft 1978

- Persönliche, telephonische und schriftliche Beratung
- Erarbeitung von Fachblättern
- Menüvorschläge für verschiedene Heimtypen
- Kochkurse für Betagte, Diabetiker, Uebergewichtige
- Vorträge
 - in Krankenpflegeheimen (für Küchen- und Pflegepersonal)
 - in Alterssiedlungen (für Pensionäre)
 - in andern Heimen im Raum Zürich (für Insassen und Personal)
 - in Freizeit- und Seniorencentren

Die Leiterin der Beratungsstelle, Frau A. Zimmermann, richtet sich mit folgendem Anliegen an die Heimleitungen: «Es wäre sehr schön, wenn sich alle Betriebe um die regelmässige Schulung des Küchen- und Pflegepersonals bemühen würden. Die Stadtzürcherische Ernährungsberatungsstelle ist in der Lage, eine Beraterin für Vorträge zu delegieren. Die Anpassung der Kochausbildung an die neuzeitlichen Ernährungsrichtlinien, die Modernisierung vor allem im Hinblick auf fettarmes Kochen erscheint uns sehr wichtig.»

Ernährungsberatung durch Kontaktförderung

Durch einen natürlichen, direkten Kontakt zwischen Küche und Tischgästen können die Ernährungsge-

wohnheiten vielleicht in positivem Sinne beeinflusst werden. Die folgenden, zum Teil verwirklichten Ideen zur Verbesserung dieses Kontaktes entnahmen wir der erwähnten Umfrage. Es wurden dabei rund vierzig Heimbetriebe aus der Region Zürich erfasst.

- Im Turnus nimmt jeweils ein Insasse stellvertretend für eine Gruppe an den Menüsitzungen teil. Vorgebrachte Wünsche werden ernsthaft diskutiert und erfüllt.
- Patienten und Schwesternschülerinnen arbeiten zeitweise in der Küche, Patienten (zum Beispiel in einer psychiatrischen Klinik) unter Anleitung des Therapeuten.
- Im Kinderheim wird ein «Aemtliplan» für Speisesaal, Küche, Haus erstellt.
- Mitarbeiter und Insassen können sich Geburtstags- und Jubiläumsmenüs wünschen.
- Je ein Gruppenmitglied (im Turnus) holt das auf Familienplatten angerichtete Essen selber in der Küche ab. Es hilft beim Anrichten, entscheidet über die Menge, die «seine» Gruppe benötigt.
- Küchen-, Pflegepersonal und Verwaltung essen gemeinsam. Es findet ein aktiver Dialog zum Thema Ernährung statt.
- Das Hausbeamten-Büro steht immer offen. Häufig vorgebrachte Menüwünsche werden sehr gerne entgegengenommen und berücksichtigt.

Auch hier ist ungezwungene Ernährungsberatung möglich.

- Die Hausbeamtin verfasst ein internes Merkblatt «Kleine Ernährungslehre». Jede Woche erscheint ein neues Kapitel zum Thema, eventuell als Lükenbüsser auf dem Menüplan?
- Abreissblock und Bleistift mit der Aufforderung Menüwünsche auflegen.
- Die Pensionäre können freiwillig mitarbeiten, zum Beispiel Botengänge, Rüstarbeiten, Blumenpflege, Abrocknen, Flicken usw. besorgen, gegen ein Entgelt.
- Es können an zentraler Stelle angeschlagen werden: Merkblätter der Konsumentenberatung, Artikel der Schweizerischen Vereinigung für Ernährung, der Schweizerischen Vereinigung für neuzeitliche Obst- und Traubenverwertung, der Diabetikergesellschaft, Aktuelles zum Thema aus der Tagespresse usw.
- Voranzeige für ein neues Rezept: «Die Tochter von Herrn Huber hat uns von ihrer Ferienreise durch das Burgund ein Rezept mitgebracht: . . .»
- Bei Verwendung von teilentrahmter Milch, Pflanzenmargarine als Brotaufstrich, Dessert-Top oder ähnlichem kann man am Anschlagbrett erklären, warum diese Produkte verwendet werden.

Theorie der Erziehung und Praxis der Heimerziehung

Unsystematische Gedanken vor dem Hintergrund eines praktischen Einsatzes

Von Dr. Josef Kühne, Rorschach

Wer das Begriffspaar «Theorie und Praxis» gebraucht, impliziert in der Regel eine Kluft zwischen den beiden Gliedern. Alle Theorie ist bekanntlich grau (Faust I), Praxis ist demgegenüber, wenn auch nicht immer grün, so doch nichts so Tristes und Langweiliges wie besagtes Grau.

Ich habe mir nun vorgenommen, dieses Verhältnis ein wenig zu beleuchten, zuerst anhand vor allem älterer pädagogischer Literatur, dann vor dem Hintergrund einiger Streiflichter auf die Praxis. Mir scheint, dass die erwähnte Kluft weder sein muss noch sein darf.

Herbart und Schleiermacher — überraschende Parallelen

An sich wäre es reizvoll, auf die Gründe einzugehen, die zu diesem Auseinanderklaffen von Theorie und Praxis geführt haben. Ich kann das hier aber nicht leisten, ich stelle lediglich fest, dass schon zu Anfang der wissenschaftlichen Bemühungen um die Pädago-

gik dieses Verhältnis thematisiert und reflektiert wird. Herbart und Schleiermacher, beide Denker des 18./19. Jahrhunderts, äussern dazu höchst bemerkenswerte Gedanken. Bemerkenswert sind sie auch darum, weil die beiden Philosophen, so verschieden ihr Ansatz sonst ist, in dieser Beziehung überraschende Parallelen aufweisen.

So unterscheidet etwa Herbart in seiner ersten Vorlesung über Pädagogik (1802) die Wissenschaft von der Kunst der Erziehung.

Dabei erscheint Wissenschaft als «eine Zusammenordnung von Lehrsätzen, die ein Gedankenganzes ausmachen, die womöglich auseinander als Folgen aus Grundsätzen und als Grundsätze aus Prinzipien hervorgehen» (Herbart I, 124). Demgegenüber besteht die Kunst aus einer «Summe von Fertigkeiten, die sich vereinigen müssen, um einen gewissen Zweck hervorzubringen» (ebd.); sie erfordert «stetes Handeln» (ebd.), gemäss den Resultaten der Wissenschaft. Auch bei Schleiermacher erscheint die prakti-