

**Zeitschrift:** Fachzeitschrift Heim  
**Herausgeber:** Heimverband Schweiz  
**Band:** 66 (1995)  
**Heft:** 1

**Rubrik:** Bouquet garni : Weiterbildung : Fortbildung

### **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:** 02.04.2026

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

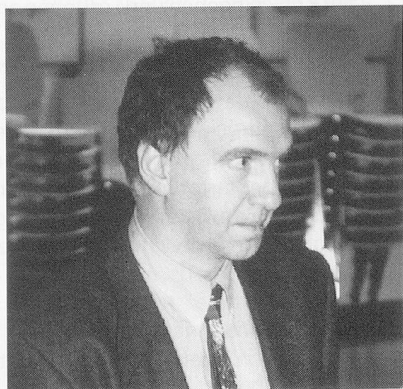
Abschlussstag des 1. Weiterbildungskurses «Heimköchin/Heimkoch» im Pflegeheim Wiedlisbach

# VOM BLOSSEN «ESSEN» ZUR «ESSKULTUR» UND DAMIT ZUR LEBENSQUALITÄT

Von Erika Ritter

**Elf Heimköche und drei Heimköchinnen schlossen Mitte November die zusätzliche Ausbildungszeit als Heimkoch/Heimköchin nach fast einjähriger Kursarbeit mit der Projektpräsentation ab und konnten aus den Händen der Kursleiter, Dr. Annemarie Erdmenger, Leiterin Bildungswesen beim Heimverband Schweiz, und Markus Biedermann, Eidg. dipl. Küchenchef und Diätkoch, ihr wohlverdientes Attest in Empfang nehmen. Damit ging der erste derartige Kurs zu Ende. 1995 wird ein zweiter Kurs durchgeführt, welcher bereits ausgebucht ist.**

Der Kurs «Heimköchin/Heimkoch» ist aus einer spontanen Idee von Dr. Annemarie Erdmenger heraus entstanden und wurde im Juni 1993 erstmals vom Heimverband Schweiz ausgeschrieben mit der Absicht, damit einen weiteren Beitrag zur Verbesserung der Betreuungsqualität in den Heimen zu leisten. Annemarie Erdmenger ging dabei von der Überlegung aus, dass Koch und Köchin ihr Handwerk in der Gastronomie lernen und dann ohne zusätzliche Ausbildung in die Heimküche wechseln. Dort treffen Koch und Köchin jedoch eine andere Situation an. Die Heimbewohner sind von ihm/ihr und anderen Menschen abhängig. Deshalb ist es wichtig, dass Koch und Köchin in der Lage sind, die Bedürfnisse und Wünsche

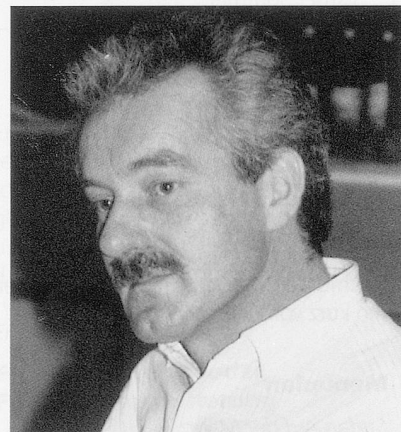


Markus Biedermann

der Bewohner wahrzunehmen und zu verstehen. Essen ist mehr als blosse Nahrungszufuhr und die Aufgabe des Kochs, der Köchin, daher auch mehr als blosse Essenszubereitung. Essen ist ein wichtiger Teil des Lebens, und immer auch sind Menschen bei der Beschaffung und Herstellung von Nahrung voneinander abhängig. Koch und Köchin gehören als Glieder in diese Kette.

«Essen ist nur zu einem Teil Ernährung», vermerkte Annemarie Erdmenger im Begleittext zur ersten Ausschreibung. «Miteinbezogen in den Ablauf sind Emotionen, Gefühle des Geborgenseins, Gefühle der Sicherheit und des Aufgehobenseins. Beim Essen kommt es zu Kontakten, zu Austausch und zu Gesprächen. Beim Essen erleben wir Beziehung zum anderen... Essen kann daher immer auch als soziales Ereignis gestaltet werden.» So gesehen sollte der Kurs vom blossen «Essen» weiterführen zur Lebensqualität. «Nicht einfach essen», bekräftigte Annemarie Erdmenger an der Schlussfeier im Oberaargauischen Pflegeheim Wiedlisbach nochmals die zugrunde liegende Idee, «sondern die Philosophie dahinter erkennen, das Menschenbild, das wir Ihnen im Verlaufe der 16 Kurssequenzen zu vermitteln suchten». Es sei ein guter Kurs gewesen, resümierte sie die gemeinsame Arbeit der vergangenen Monate, mit vielen interessanten und guten Diskussionen. Und Kursleiter Markus Biedermann zeigte sich überwältigt von den abgegebenen Berichten und Projektarbeiten. «Da ist soviel echter Küchen-Power zu spüren», meinte er und wünschte den Anwesenden, dass sie diesen Power, die Begeisterung und das Engagement aus der Kursarbeit weiterhin in die Alltagsarbeit einfließen lassen können, um damit auch die Mitarbeiter zu motivieren. Und Tagungsmoderator Markus Eberhard stellte fest: «Ich habe noch nie an einem einzigen Präsentationstag so viele verschiedene Arbeiten erlebt wie heute. Es ist zu hoffen, dass sie nicht einfach verstauen.» Er habe während dieser Projektpräsentation erfahren, dass die Schwierigkeiten, die bei der Projektrealisierung teils auftauchten, nicht mit den Heimbewohnern in Verbindung gebracht werden dürfen, sondern sich aus den Heim-

hierarchien und bei den Mitarbeitern ergaben. Die Arbeiten würden deutlich einen Wertewandel aufzeigen, die philosophisch-ethischen Grundgedanken seien klar spürbar. «Nicht einfach nur ein Bett und Pflege, sondern die Lebensqualität erhöhen. Mitwirken der Heimbewohner, Selbstbestimmung unterstützen, Kooperation, Zusammenarbeit im Team, und doch Normalisieren, das heisst: so normal wie möglich, nichts Spezielles und nochmals Spezielles. Sie haben jetzt fast ein Jahr lang miteinander gearbeitet. Davon sollte etwas hängenbleiben», meinte Eberhard, «ein Erfahrungsaustausch sollte möglich sein,



Markus Eberhard

um die vorhandenen Ressourcen besser zu nutzen.» Er forderte die Kursteilnehmer und -teilnehmerinnen auf, ihre Arbeiten untereinander auszutauschen, die Projekte in andern Heimen ebenfalls aufzunehmen. «Erfahrungsaustausch lässt sich auch bei knapper werdenden finanziellen Ressourcen bewerkstelligen.» Bereits ist ein zusätzlicher, 17. Kurstag als Erfahrungsaustausch-Tag im kommenden Jahr geplant. Markus Eberhard, Annemarie Erdmenger und Markus Biedermann dankten der Gruppe für ihren Einsatz und die grosse Leistung. Die Klasse wiederum verdankte die Bemühungen der Kursleiter mit herzlichen Worten und einem warmen Applaus. Den Dank für die Gastfreundschaft im Oberaargauischen Pflegeheim Wiedlisbach gab Heimleiterin Rosmarie Friedli an die Klasse zurück mit lobenden Worten: «Wir haben uns im Verlaufe der Monate so gut aneinander gewöhnt. Sie werden uns fehlen.» Der gesamte Kurs

hatte in Wiedlisbach stattgefunden. *Werner Vonaesch*, Zentralsekretär im Heimverband Schweiz, überbrachte die Glückwünsche des Zentralvorstandes und der Geschäftsstelle und verschönte die schlichte Feier der Attestübergabe mit einigen Liedern, am Klavier begleitet von Rosmarie Friedli, bevor ein Apéro serviert und dann zum gemeinsamen Abendessen eingeladen wurde.

Als Projektarbeiten wurden eingereicht:

– **Menüplan**

Stefan Auf der Maur, Kurt Balmer, Thierry Guerrin, Andreas Raemy, Rolf Zünd

– **Wunschkost**

Heint Barth

– **Wochenhit**

Emanuel Poluk

– **Ausgedehnte Essenszeiten**

Anna Sägesser

– **Salatbuffet**

Edgar Dünneisen

– **Cafeteria**

Esther Sommer

– **Spezialitätenwoche**

Johann Schwimmer

– **Gastkoch**

Reto Zimmermann

– **Verschiedene Anlässe**

Manfred Küpfer

– **Festliches Nachtessen**

Anita Gerzner

Nachfolgend stellen wir die Projektarbeiten kurz vor.

### Menüplan

*Stefan Auf der Maur:*

Stefan Auf der Maur setzte sich zum Ziel, die Mitarbeiter der Behindertenwerkstatt in die wöchentliche Menügestaltung mit einzubeziehen. Gleichzeitig sollte die Gruppe, die mit ihm den Menüplan erstellt, auch noch eine Person für

die Mitarbeit in der Küche bestimmen. Auch wollte er die Küche zugänglich machen und erhoffte sich, den ewigen «Nörgelern» den Wind aus den Segeln zu nehmen. «Vielleicht entdeckt der eine oder andere behinderte Mitarbeiter die Freude am Kochen und kann sich so auf einem neuen Gebiet entfalten.» Auf der Maur hält in seiner Arbeit fest:

«Die Idee vom Miteinbeziehen der behinderten Mitarbeiter in das Gestalten des Menüplanes wurde von mir schon vor einiger Zeit versucht. Ich gab damals dem jeweiligen Gruppenleiter, der gerade Mittagsdienst hatte, den Auftrag, seine Gruppe nach den Menüwünschen zu befragen. Leider aber zeigten die Gruppenleiter zum Teil wenig Interesse, und das Ganze verlief sich im Sand, obwohl ich merkte, dass es den Behinderten gefiel, den Menüplan mitzugestalten.» Nun packte er sein Vorhaben nochmals an... und wiederum mit gemischten Erfolgserlebnissen, wie dem detaillierten Projektbericht zu entnehmen ist. Jedenfalls hat er Ende Oktober die gemeinsame Menüplanung mit den Gruppen wieder eingestellt, ohne eine Reaktion von seiten der Gruppenleiter oder der Behinderten zu erhalten. Auf der Maur wertet dies aber auch als Lob, das ihm zeigt, dass man mit seiner persönlichen Menügestaltung zufrieden ist und er schreibt: «Ich habe in diesen Monaten der Projektarbeit viel Schönes und Positives erlebt, das man nicht einfach auf das Papier bringt.»

*Kurt Balmer:*

Kurt Balmer dagegen hält fest: «Während der Aufbauarbeit des Themas Menüplanung mit den Pensionären habe ich festgestellt, dass man viele neue Gesichtspunkte bei der Routinearbeit meistens ausser acht lässt, da sie einem gar nicht bewusst werden. Diese Arbeit hat mir neue Wege in der Zusammenarbeit mit den Pensionären aufge-



Rosmarie Friedli und Werner Vonaesch als Vertreter/Vertreterin der Musen nach der Attestübergabe.

zeigt, welche ich sonst sehr wahrscheinlich nie so kennengelernt hätte. Sie haben mir Bedürfnisse aufgezeigt, die alte Menschen haben, welche ich in meiner Position als Küchenchef sonst nie erfahren hätte, weil meistens eine Hemmschwelle zwischen einem Pensionär und dem sogenannten Kadermitglied liegt.» Er verfolgte mit seinem Projekt die Absichten:

- Animation zur Mitsprache und Mithilfe
- Anerkennung und Wertschätzung der Mitarbeit
- Gefühl vermitteln, dass man gebraucht wird
- Bedürfnisse und Wünsche erkennen
- auf Kritik eingehen und Lösungen anbieten
- Kontakt zur Küche (Personal) schaffen

Balmer schildert in seiner Arbeit den Ablauf und Eindrücke aus der Startphase. «Natürlich wird das Projekt mit Weiterführen dieser Startgruppe erst wachsen, und positive Resultate werden sich langsam entwickeln und sich in Zukunft weisen.»

*Thierry Guerrin:*

Das Projekt von Thierry Guerrin umfasste drei Teile:

1. Erstellen des wöchentlichen Menüplanes unter Mithilfe der Heimbewohner und -bewohnerinnen.
  2. Wöchentliche Erstellung des Menüplanes mit einer kleinen Gruppe von Pensionären/Pensionärinnen.
  3. Den Heimbewohnern und -bewohnerinnen jeden Tag frische Früchte zur freien Verfügung bereitzustellen.
- Guerrin hielt fest: «In erster Linie möchte ich unsere Pensionäre und Pensionärinnen animieren und durch diese drei Teile gleichzeitig versuchen, Heimbewohner



Was Kollegen und Kolleginnen so alles zu erzählen wissen.

## Der Fruchtkorb

Den Heimbewohnern jeden Tag frische Früchte zur freien Verfügung bereitstellen.

Ich hatte mich entschieden, die Früchte, die bis anhin nur am Freitag Mittag zum Dessert serviert wurden, täglich durch einen Fruchtkorb zu ersetzen. Dieser sollte im «Lichthof» plaziert werden, da es sich dabei um einen Allgmeinraum handelt, der allen Pensionären und Pensionärinnen gut zugänglich ist.

Dieser Korb sollte jeden Tag mit frischen Saisonfrüchten erneuert werden.

Am ersten Tag waren die Reaktionen der Heimbewohnerinnen und Heimbewohner, trotz vorheriger Information, sehr verschieden. Die einen wagten nicht, sich zu bedienen, weil sie glaubten, der Korb sei nur zu Dekorationszwecken da, oder aber, die Früchte seien zum Verkauf aufgestellt. Andere beeilten sich, ihre Taschen und Hände zu füllen, um alles in ihren Zimmern zu deponieren.

Nach einigen Tagen hatten die Betagten gemerkt, dass der Korb jeden Tag um 15.30 Uhr erneuert wurde. Die am wenigsten Scheuen bedienten sich, und um 16 Uhr blieben nur noch einige Äpfel im Korb zurück. In der nächsten Zeit wurde der Fruchtkorb täglich zweimal erneuert. Wir mussten aber feststellen, dass der Verbrauch, ganz zur Freude des Früchte-Lieferanten, viel zu grosse Dimensionen annahm.

Einige Personen machten sich grosse Fruchtreserven im Zimmer, vergassen die Früchte und liessen sie verderben. Es kam sogar vor, dass verdorbenes Obst später wieder im Fruchtkorb plaziert wurde.

Ich wies diese einzelnen Personen darauf hin, dass es nicht nötig sei, sich Reserven anzulegen. Wenn alle sich vernünftig bedienten, würde jedermann zu seinen Früchten kommen. Es ist selbstverständlich, dass die Pensionärinnen und Pensionäre, denen es physisch nicht möglich ist, sich selbst zu bedienen, von den Pflegerinnen mit Obst versorgt werden. Auch ist es jedermann möglich, in die Küche zu kommen, wenn er, aus diesem oder jenem Grund, die gewünschte Frucht nicht im Korb vorgefunden hat. Die Küche werden seine Wünsche nach Möglichkeit gerne erfüllen.

Dieser Teil meines Projekts ist heute ein grosser Erfolg und wird allseits sehr geschätzt.

und -bewohnerinnen sowie das Küchenpersonal einander näherzubringen, um ihr Verhältnis zueinander familiär zu gestalten. Warum diese drei Teile? Es scheint mir, dass sich diese drei Teile ergänzen und auch erlauben, ein Maximum an Pensionären/Pensionärinnen in das Projekt einzubeziehen. Trotzdem sind die Unabhängigkeit und die Wünsche jeder Person gewährleistet und deren physische Möglichkeiten berücksichtigt.» Auch er machte gänzlich unterschiedliche Erfahrungen bezüglich Motivation. Zu einem grossen Erfolg wurde jedoch der dritte Teil des Projektes, jeden Tag für frische Früchte zu sorgen (siehe Kasten).

*Andreas Raemy:*

Andreas Raemy teilte seine Projektarbeit in Teilbereiche auf:

- Wunschhit
- Diskussionsrunde zum Thema «Essen»
- Menüplangestaltung
- Allgemeiner Rapport: «Esskultur im Heim»

Speziell erwähnt sei an dieser Stelle der Wunschtisch, in der Sonnmatt ein Fondue-Tisch. Dieser Tisch bietet die Möglichkeit, einmal etwas ganz Spezielles zu essen, etwas, das nicht auf dem Menüplan steht, und einmal mit anderen Tischgästen zu essen, was die Kommunikation untereinander und mit dem Personal fördert. Mit der Wahlmöglichkeit sollte zugleich das Entscheidungstraining der Bewohner und Bewohnerinnen gefördert werden. Ein weiteres Ziel war es, die Tisch- und Esskultur im Heim als wichtigen Teil der Altersarbeit zu bewahren und damit zur Lebensqualität beizutragen. Der Fonduetisch ist bei den Bewohnern und Bewohnerinnen sehr beliebt. Das bestätigen die rege Teilnahme sowie die Aussagen am Gesprächsnachmittag über das Thema «Essen», ein weiterer Teil der Projektarbeit. «Die Bewohner und Bewohnerinnen schätzen es, einmal mit anderen am Tisch zu essen. Ganz besonders geniessen sie auch die aufmerksame Betreuung und Bedienung an diesem Tisch. Sie schätzen diese Art Zuwendung... Wir sind überzeugt, mit diesem Angebot unseren Heimbewohnern und -bewohnerinnen viel Lebensqualität zu schenken.»

*Rudolf Zünd:*

Rudolf Zünd setzte sich eine Neugestaltung des Menüplanes zum Ziel unter den Voraussetzungen, dass die Betreuten die Menüs teilweise selber bestimmen könnten. «Dadurch ergibt sich für mich die Möglichkeit, auf persönliche Wünsche und Bedürfnisse einzugehen. Ziel ist eine gemeinsame Menüplanung.» Während zehn Wochen verteilte er ein Formular mit dem folgenden Inhalt:

## Neugestaltung betreffend Kochqualität und Essenswünsche

**Kochqualität:** mit folgenden Pfeilen können Sie das Essen qualifizieren:

↑ gut

↔ mittel

↓ schlecht  
(Begründung)

**Essenswünsche:** Essenswünsche der Betreuten (bitte Namen notieren) können auf der Rückseite des Menüplanes angebracht werden (Bitte bis Montag in der Küche abgeben).

Alle zwei Monate würde ich gerne ein Gespräch bezüglich des Menüplanes mit je einer Person der verschiedenen Wohngruppen durchführen (Menüplan-Verbesserung, Vorschläge usw.).

Er ist nach dieser Zeit erstaunt, dass er Interesse weckt und ein positives Echo erfolgt. Er hält fest: «Mit diesem System glaube ich, den Betreuten zu dienen, und ich wünsche mir für die Zukunft, dass es weiterhin so positiv verläuft.»

*Emanuel Poluk:*

## Frühstücksbuffet oder Frühstückserweiterung

«Was wollte ich erreichen? Die Bewohnerinnen und Bewohner unseres Altersheims sollten meines Erachtens grösseren Freiraum für die Zusammenstellung ihres Frühstücks erhalten und frei über Zeitpunkt, Menge und Speise entscheiden können. Mein Ziel war, die Pensionäre sehen und fühlen zu lassen, dass sie ernst genommen werden, und soweit als möglich zu versuchen, ihre Bedürfnisse individuell zu befriedigen, so dass sie sich bestätigt fühlen und aktiviert werden. Zur Erreichung dieses Ergebnisses war es mir ein Anliegen, den Plateauservice aufzugeben.» Poluk machte gemischte Erfahrungen. Leider endete das Projekt mit einem Misserfolg. «Nach gut dreieinhalb Monaten wurde anlässlich einer Seniorenratsitzung über das Frühstücksbuffet diskutiert. Das Ergebnis dieser Besprechung war, dass leider etwa 75 Prozent der an der Sitzung teilnehmenden Heimbewohner das Projekt für aufwendig und überflüssig betrachteten und künftig auf ein Buffet, nicht aber auf die sonn- und feiertäglichen Gipfeli ver-



Gruppenbild mit Kursleiterin und Kursleiter.

Fotos Erika Ritter

zichten wollten. Etwas schockiert und auch einigermaßen enttäuscht nahm ich dieses Resultat zur Kenntnis und musste somit das Projekt als gescheitert betrachten... Als Neueinsteiger im Heimwesen mit noch nicht ganz einem Jahr Erfahrung war es für mich wohl doch etwas früh, eine solche – für die Heimbewohner wohl etwas zu massive – Neuerung einzuführen. Vielleicht habe ich zu einem andern, günstigeren Zeitpunkt eine neue Chance.»

Anna Sägesser:

### **Erweiterte Essenszeiten für Heimbewohner Angepasste Arbeitszeit für das Personal**

Anna Sägesser berichtet über ihre Projektarbeit in Tagebuch-Version. Sie verfolgte den Wunsch, dass die Heimbewohner im gegebenen Rahmen selber bestimmen können, wann sie das Essen einnehmen möchten. Damit sollten sie mehr Freiraum erhalten. Für die Küchenabteilung bedeutete dies allerdings: die Arbeitszeiten und Arbeitsteilung ändern, was erst zu Bedenken Anlass gibt. Doch es geht. Im Rückblick stellt Anna Sägesser fest, dass die Pensionäre das Angebot mit der erweiterten Essenszeit ausgabe nur zu einem kleinen Teil ausnutzen. Bis sich in der Küche alles eingependelt hatte, erfolgte eine grosse Umstellung. «Heute arbeiten wir auch immer wieder frisch an Verbesserungsmöglichkeiten. Auch haben wir während dieser Phase neues Material erhalten, welches arbeitserleichternd ist... Ich glaube, dass das Angebot von einer erweiterten Essenszeitausgabe der Heimbewohner der Zukunft erst voll ausnützen wird. Er sei herzlich willkommen.»

Edgar Dünneisen:

### **Salatbuffet**

Richard Dünneisen will zum Mittagessen täglich ein reichhaltiges Salatbuffet an-

bieten, das mindestens zehn verschiedene Sorten enthält, frisch aus dem heim-eigenen Garten, und das mit Garnituren und Zutaten reich versehen sowie mit drei Saucen zum genussvollen Essen einlädt. Dazu stellt er sich eine Suppenstation vor, wo die Betreuten und Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter sich nach Belieben vor dem Hauptgericht bedienen können. Weiter will er die Möglichkeiten anbieten, dass auf den Wohngruppen die Menüplanung mit den Betreuten zusammen erfolgen kann. Dadurch soll für die behinderten Heimbewohnerinnen und -bewohner das Essen täglich zum Erlebnis werden, ihre Selbständigkeit soll gefördert, die Esskultur merklich erhöht werden. «Fleisch und Beilagen werden bei entsprechend umfassendem Salatangebot sicher weniger benötigt werden, was sich nur positiv auf die Gewichtsprobleme, mit denen etliche unserer Pensionäre zu kämpfen haben, auswirken kann. So wird der Gesundheitszustand günstig beeinflusst, dies auch deshalb, weil die Mahlzeiten entsprechend zeitlich ausgedehnt werden und dadurch ruhiger und besonnener gegessen wird.»

Der Erfolg ist gross, der Beschluss, weiterzufahren, wird nach einer Auswertung mit der Heimleitung, den Wohnbereichsleitern und dem Küchenteam einhellig gefällt. Die Behinderten erhalten Gelegenheit, sich schriftlich zu äussern. Dünneisen legte eine Reihe dieser Briefe seiner Projektarbeit bei. Sie sprechen für sich.

Esther Sommer:

### **Cafeteria**

«Schon seit ein paar Jahren ist in unserem Altersheim immer wieder von einer Cafeteria gesprochen worden. Wir sind dabei aber immer auf grosse Probleme gestossen und haben so das Projekt immer vor uns hergeschoben», stellt Esther Sommer fest. Trotzdem entschloss sie sich, als Projektarbeit die Idee wieder aufzugreifen. «Wenn ich heute zurück-

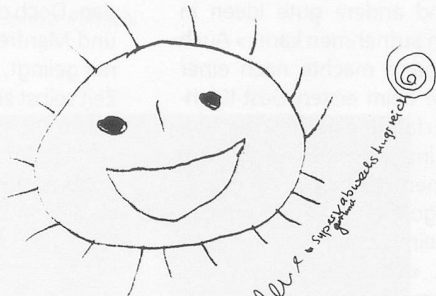
denke, glaube ich, dass ich es nicht mehr machen würde. Ich hätte sicher etliche graue Haare weniger.» Nach ersten, schwierigen Diskussionen liess sie die Idee mit der Cafeteria erst einmal ruhen und schaltete eine Pause ein. Zu Recht, wie sich herausstellen sollte. Heute ist die Cafeteria zwar noch nicht in Betrieb, aber immerhin auf dem Wege zur Realisation. Esther Sommer musste sich auch noch mit der Berufskleidung für die Mitarbeiterinnen auseinandersetzen und vermerkt abschliessend: «In beiden Fällen habe ich etwas erwartet von den Mitarbeitern, und sie reagierten komplett verschieden: bei der Cafeteria aggressiv, ablehnend und am Anfang auch sehr negativ. Bei der Berufskleidung aufgestellt. Sofort hatten sie noch Vorschläge. Das hat mich nachdenklich gemacht, und ich habe mir Gedanken gemacht, was ich bei der Cafeteria falsch gemacht habe. Bei der Vorgehensweise glaube ich, dass ich zu direkt gewesen bin. Eigentlich wollte ich alles viel zu schnell, und ich habe durch mein Verhalten die andern Mitarbeiter verunsichert, vielleicht sogar überfordert. Ich habe sie fast erdrückt mit meinen Vorschlägen und Ideen. Was ich das nächstmal anders machen würde, ist für mich klar.» Das heisst in der Konsequenz: langsamer vorgehen, einen Schritt nach dem andern.

Johann Schwimmer:

### **Spezialitätenwoche**

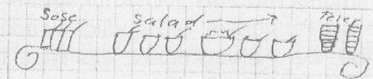
Johann Schwimmer stellte sich die Aufgabe, ein Projekt zu starten, das zum Inhalt hatte, die Pensionäre, die Heim- und Pflegeleitung, die Schwesterngemeinschaft, die Hauswirtschaft wie auch die Küche daran zu beteiligen. Konkret hiess das Ziel: Wochenmenüplanung gemeinsam erstellen und im Herbst eine Walliser-Woche organisieren. In all den letzten Jahren hat die Küche im «Alterszentrum Acherhof», Schwyz, viele Möglichkeiten geboten, den Essgewohnheiten der Pensionäre zu entsprechen. Zum Beispiel: das Abendessen mit verschiedenen Auswahlmöglichkeiten zu bereichern; jedem einzelnen Heimbewohner anlässlich seines Geburtstages das nur von ihm selbst gewählte Menü zu kochen; in der Sommerszeit, jeweils freitags, den Speiseplan mit einem Salatbuffet zu ergänzen; in der Haupterntezeit, wo Kohlraben, Aprikosen, Zwetschgen, Erdbeeren und Bohnen auf den einheimischen Markt kommen, beim Rüsten mithelfen zu lassen und so vorzusorgen für die Winterszeit. Im Mittelpunkt all dieser Aktivitäten sollte nicht die Arbeit sein, sondern das gemeinsame Tun und miteinander reden, lachen und Witze erzählen. So fiel auch der Entschluss zur gemeinsamen Menüplanung. Es gab Zu-

Das Sabatbuffet ist sehr gut  
 aber wenn der Bruno viel Salat nimmt hat es bald  
 kein Salat mehr. Gruppe A



RENE

Runt Martin Priska Claudia Glausen DIANA



Salat Buffet,  
 Dieses schöne  
 Monaden wo  
 fergangen sind  
 War schön  
 Dieses Salat Buffet  
 Sol vo mir aus  
 Bleiben weil es  
 Schön und lustig  
 Zu gehd mit Essen...  
 von Rene Bache



Ich kan die anderen sachen nich  
 zeichnen und schreiben es tut mir sehr  
 leid.

ICH ESSE AM LIEBSTEN  
 NÜSSLERSALAT.  
 HERR DÜNNEISEN KOCHT  
 SEHR GUT. KARIN AUCH.

SIEGENTHALER  
 KARIN



Lieber Herr Tönize  
 Ich bin für das Sabatbuffet  
 Es ist gut  
 Liebe Grüsse  
 Von Susanna

stimmung, Lob, aber auch Kritik von seiten der Pensionäre. Letztendlich wurde jedoch der Auftrag erteilt, das Projekt weiterzuführen. «Eines war erstaunlich für mich: Betagte Menschen, die Gedächtnislücken aufweisen, ihre Angehörigen nicht mehr immer erkennen, ja sogar zeitweise nicht mehr realisieren, wo sie eigentlich zu Hause sind, konnten klar formulieren, was sie früher gerne gekocht und gegessen haben, wie zum Beispiel Gerstensuppe, Geschnetzeltes und Knöpfli, gedämpfte Rüebli und Obst zum Dessert.» Als zweites Projekt wurde die Durchführung einer Walliser-Woche beschlossen, bei der eine Hoteliers-Familie aus dem Wallis mithalf. Dazu findet sich in unserer Fachzeitschrift ein spezieller Pressebericht.

*Reto Zimmermann:*

### Gast-Koch

Reto Zimmermann schreibt zu seinem Projekt: «Ich sah die grosse Anzahl meiner Berufskolleginnen und -kollegen, die im Bereich der verschiedenartigen Heime tätig sind. Im Gespräch erfuhr ich von ihren Problemen und ihren praktischen Berufserfahrungen. Dies brachte mich auf den Gedanken, dass es möglich sein sollte, dass ein Erfahrungsaustausch dieser Berufsleute ihnen selbst und den Heimen einigen Vorteil bringen könnte. Wir müssen ja darauf bedacht sein, dass im Beruf keine eintönige Automatisierung und bei den Anforderungen an eine zeitgemässe Verpflegung keine Stagnation eintritt... Eines meiner primären Ziele ist, die betagten Pensionäre im Heim zu aktivieren. Es ist für mich stets etwas betrüblich mitansehen zu müssen, wie diese Mitmenschen untätig in den Gängen und Zimmern herumsitzen und sich selbst zur Langeweile verurteilen. Mit einem (geplanten) jährlichen Kurz-Austausch der Heimköche möchte ich einerseits die Pensionäre anregen zur Diskussion über das von fremden Köchen ge-

botene Essen. Sie sollen diskutieren über das, was sie als positiv oder negativ empfinden. So erfahren sie auch, dass jeder Koch auch nur mit Wasser kochen kann oder muss. Andererseits ist es für den regulären Heimkoch von Vorteil, wenn er in bezug auf die Esskultur eigene Fehler ausmerzen und andere gute Ideen in sein Programm aufnehmen kann.» Auch Reto Zimmermann machte nach einer Hemmschwelle beim ersten Gast-Koch-Besuch gute Erfahrungen, und der Stiftungsrat gab im Anschluss an die Projektarbeit seiner Hoffnung Ausdruck, dass der begonnene Erfahrungsaustausch von Heimköchen weitergeführt werden kann. «Ich habe davon gerne Kenntnis genommen.»

*Manfred Küpfer:*

### Ein festlicher Anlass

«Da in unserem Heim schon viele Aktivitäten angepriesen werden, ist es schwierig, die Pensionäre für etwas Neues zu motivieren.» Mit diesen Worten leitet Manfred Küpfer seinen Projektbericht ein und hält weiter fest: «Meine Idee ist, einen festlichen Anlass zu organisieren, an dem die Pensionäre aktiv mitwirken. Das heisst, es soll ein Fest-Tag werden mit diversen Märkt-Ständen und sonstigen Aktivitäten. Ein geselliger Anlass macht uns, im aktiven Leben stehenden Menschen, immer eine Freude. Gemütliches Zusammensein mit Musik weckt die Lebensgeister! Wie wichtig es ist, in einem aktiven Leben die Lebensgeister von Zeit zu Zeit zu wecken, sollte jedem von uns klar sein. Ich möchte, dass der geplante Festtag den Pensionären die Möglichkeit gibt, etwas selber zu organisieren, was ihnen Spass macht. Jeder, der sich bereit erklärt hat, aktiv mitzuarbeiten, ist selbst für seine Aktivitäten verantwortlich, kann jedoch die Hilfe des Personals beanspruchen. Es scheint mir wichtig, den Bewohnern eines Altersheims eine Aufgabe zu geben, die für sie einen Sinn ergibt

und eine Befriedigung darstellt.» So wurde die Hus-Chilbi denn auch ein Tag, an den sich die Pensionäre gerne erinnern, der ihnen für lange Zeit Gesprächsstoff lieferte. Bei der ersten Information war allerdings beim Personal wie bei den Pensionären wenig Begeisterung vorhanden. Doch dann rückte der Termin näher, und Manfred Küpfer lernte: ... «dass es mir gelingt, ein kleines Fest in nur kurzer Zeit selbst zu organisieren. Der Aufwand war nicht sehr gross. Der Erfolg jedoch beträchtlich. Für mich war dieser Tag ein Erlebnis, das ich nicht missen möchte. Ich denke, dass ich in Zukunft etwas Ähnliches öfters organisieren werde.»

*Anita Gerzner:*

### Ein festliches Nachtessen

Über diesen Anlass hat in der Fachzeitschrift Heim vom November bereits Heimleiterin Vreni Amrhyn in Wort und Bild berichtet. Anita Gerzner hält dazu weiter fest: «Manch eine ging noch schnell in die Waschküche und wollte ihr schönstes Kleid in Ordnung haben. Auch zum Coiffeur musste noch gegangen werden. Sie sorgten sich, wo sie wohl sitzen würden. Auch kam zur Sprache, ob wohl ihre Angehörigen kommen würden. Und so hatte jede/jeder eine zeitlang zu tun.

Auch für die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter war es eine tolle Sache. Alles lief problemlos ab, jedes/jeder wusste, was es zu tun gab. Das Echo war überwältigend. Alle freuten sich, einmal in eine andere Rolle zu schlüpfen. Zum Beispiel ein Antikrestaurateur war für einen Abend Kellner, ein Büroist war Koch. Alle wünschen sich, dass dieses festliche Abendessen für einmal im Jahr zur Tradition wird.»

Alle Projektarbeiten werden von Kursleiter *Markus Biedermann, Küchenchef, Oberaargauisches Pflegeheim, Wiedlisbach*, archiviert.

### Atteste erhielten:

Stefan Auf der Maur	Stiftung Behindertenbetriebe im Kanton Schwyz, Hausmatt 9, 6430 Schwyz	Koch
Kurt Balmer	Alters- und Pflegeheim Stapfen, Stapfenstrasse 15, 3098 Köniz	Küchenchef
Heinz Barth	Kinderheim Ilgenhalde, 8320 Fehraltorf	Chefkoch
Edgar Dünneisen	Wohn- und Werkgemeinschaft Karolinenheim, 3472 Rumendingen	Koch
Anita Gerzner	Alterswohnheim Bodenmatt, Hellbühlstrasse 16, 6102 Malters	Bereichsleiter Küche
Thierry Guerrin	Betagtenheim Halden, Oberhaldenstrasse 23, 9016 St.Gallen	Koch
Manfred Küpfer	Altersheim Bremgarten, Kalchackerstrasse 20, 3047 Bremgarten	Küchenchef-Stv
Emanuel Poluk	Alters- und Pflegeheim Lanzeln, Bahnhofstrasse 58, 8712 Stäfa	Küchenchef
Andreas Raemy	Alters- und Pflegeheim Sonnmatt, Kaisereggstrasse, 3185 Schmittlen	Küchenchef
Anna Sägesser	Alterswohnheim Lindenhof, Ringerstrasse 25/27, 4900 Langenthal	Koch, Leiterin Küche
Johann Schwimmer	Altersheim Acherhof, Grundstrasse 32, 6430 Schwyz	Küchenchef
Esther Sommer	Ref. Alters- und Pflegeheim Haus zur Heimat, Pestalozzistr. 36, 4600 Olten	Koch
Reto Zimmermann	Sternenhof Haus für Betagte, Sternengasse 27, 4010 Basel	Küchenchef
Rudolf Zünd	Arbeitszentrum für Behinderte, Sägetstrasse 19, 8402 Strengelbach	Küchenchef

Menüplanung im Heim: Kurs vom 8./9. November in Boldern, 2. Teil

# ANLASS ZU FREUDE ODER FRUSTRATION

Von Eva Johner Bärtschi



**Markus Biedermann:**  
«Die Küche soll sich in Szene setzen. Veränderungen sollen auch aus der Küche kommen.»

Foto  
Erika Ritter

«Die Menüplanung dient als Medium für eine heimbewohnerorientierte, aktivierende Verpflegung und als Instrument für die Führung der Mitarbeiter in der Küche. Die Menüplanung berücksichtigt das ökologische und ökonomische Umfeld des Heims.» So umriss Markus Biedermann, Küchenchef im Alters- und Pflegeheim Wiedlisbach, sein Anliegen als Kursleiter des Fortbildungskurses «Menüplanung» des Heimverbandes Schweiz. Menüplanung umfasst mehr als ein simples Zusammenstellen verschiedener Speisen. Zur Menüplanung gehören Einkauf, Lagerung, Verwertungsarten, die Infrastruktur der Küche und nicht zuletzt auch die Heimbewohner. Ökologische und ernährungsphysiologische Grundsätze sind zu berücksichtigen; Menüplanung hat zu tun mit Arbeitsplanung, Organisation und Führung.

## Phantasievolle Menüpläne

Auf dem Hintergrund des Menschenbildes, das Markus Biedermann am ersten Kurstag vorgestellt hatte (siehe «Fachzeitschrift Heim» 12, 1994), stand am zweiten Tag die konkrete Menüplanung zur Diskussion. In einem Brainstorming wurden die Bedingungen formuliert, die die Menüplanung beeinflussen. Einige Stichworte: *Anzahl Gänge, Heimgrösse, Kostformen, Jahreszeiten, Mitarbeiterbestand, Räumlichkeiten und Gerätschaften, Service-System, Traditionen, Budget, Aktionen, Ansprüche der Heimbewohner, Zeit...* Die einzelnen Punkte wurden diskutiert, die jeweiligen Schwierigkeiten erörtert.

Menüplanung hat den Zweck, dem Küchenmitarbeiter die Mise en place, eine sinnvolle Arbeitsorganisation und Arbeits- und Zeiteinteilung zu ermög-

lichen. Dem Küchenchef dient sie beim Einkauf, bei der Personalplanung, bei der Information des Service-Personals, während sie für den Heimbewohner in erster Linie Information und Diskussionspunkt,

“ **Der Menüplan darf auch ein wenig phantasievoll sein – seid kreativ!** ”

Anlass zu «Freude oder Frust», darstellt. «Der Menüplan», so munterte Markus Biedermann die Teilnehmer auf, «darf auch ein wenig phantasievoll sein – seid kreativ! Schreibt genau, was für eine Suppe ihr anbietet – es gibt nichts Langweiligeres als sieben Mal in der Woche Suppe, Suppe, Suppe...» Ein differenzierter Menüplan verpflichtet den Koch, sich an Versprochenes zu halten. Und der Menüplan sollte, gross und lesbar geschrieben, an verschiedenen Orten im Heim angeschlagen werden: er ist eine Art Visitenkarte, mit ihm lässt sich auch Öffentlichkeitsarbeit machen.

## Grundsätze und Hilfsmittel der Menüplanung

Neben den fachtechnischen Voraussetzungen zur Menüplanung, wie Kenntnisse der Rohstoffe, ihrer Zubereitungsarten und ernährungsphysiologische Kenntnisse, gehören dazu auch heim-eigene Grundsätze, die sich die Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer am zweiten Kurstag in Gruppen erarbeiteten. Anhand des idealen Wochenplanes von Markus Biedermann (siehe Kasten) wurden die eigenen Menüpläne überprüft und diskutiert. Ein weiteres Hilfsmittel zur Menüplanung ist die Beachtung des Warenangebotes je nach Saison. Dazu sind auch Aktionen zu rech-

“ **Die Küche soll sich in Szene setzen.** ”

## MENÜPLANUNG IM HEIM

Ein idealer Wochenplan:

- kein ganzes Gericht, welches sich innerhalb von drei Wochen wiederholt (ausgenommen spezielle Gerichte, wie Sauerkraut, Bohnen, Wild, Erdbeeren, Spargeln usw.)

Eiweissreiche Nahrungsmittel:

- maximal sechs mal Fleisch abwechselnd in der Gattung und Zubereitung
- nur einmal gepöckeltes
- einmal Fisch = einmal fleischloser Tag
- einmal Hülsenfrüchte
- einmal Eierspeisen
- 1 bis 2 Käsegerichte
- 4 bis 6 Kartoffeln pro Woche
- einmal diverse Getreide-/Hülsenfrüchtearten = Kichererbsen, Griess, Mais, Buchweizen
- einmal Café complet
- gesalzene und süsse Nachtessen abwechselnd

nen, wobei Markus Biedermann festhielt, «dass eine Aktion nur dann eine Aktion ist, wenn die Ware gebraucht ist, bevor sie bezahlt ist». Wenn Lagerkosten und Umbeigearbeiten zusätzlich entstehen, ist die Preisreduktion rasch wieder ausgeglichen oder überschritten. Auch Menüsammlungen und Fachliteratur leisten gute Dienste bei der periodischen (am idealsten wöchentlichen!) Zusammenstellung der Gerichteangebote.

### Abwechslungsreich, vollwertig . . .

Vollwertkost: ein nicht ganz einfaches Thema im Heim. Bei älteren Menschen kann diese Küche Assoziationen zu früheren Zeiten der Armut, der Krise, der ökonomischen Abhängigkeit wecken, kann auch als Bevormundung verstanden werden. Markus Biedermann riet zu Vorsicht: «Wer so kocht, muss dahinter stehen können. Nur dann haut's!» Es gibt aber Möglichkeiten des Mischens, wie zum Beispiel die Spaghetti-Hochzeit mit braunen und weissen Spaghettis. Ein Kursteilnehmer erzählte auch, wie er nach einer gewissen Informations- und Angewöhnungszeit nun problemlos hin und wieder Soyaprodukte servieren kann. Vollwertkost und Vollwerternährung, wie sie normalerweise in Heimen angestrebt werden, haben ja dieselben Ziele:

- weniger Fett,
- weniger Fleischprodukte,
- weniger Salz, Zucker, weniger Alkohol,
- die Umwelt weniger belasten,
- mehr frisches Obst, Gemüse, Rohkost, Vollkornprodukte,
- mit der Saison planen.

Viel Kopfzerbrechen kann Heimköchen auch die Frage des Abendessens bereiten. Vollwertig, abwechslungsreich, leicht, abwechselnd salzig und süss – nicht mehr als einmal in der Woche Café complet, forderte Markus Biedermann –; als Anregung verteilte der Kursleiter eine Liste mit Abendmahlzeiten . . . (siehe Kasten).

Wenn immer möglich, sollten den Pensionären auch Wahlmöglichkeiten geboten werden, besonders wenn Spezialitäten auf den Tisch kommen. Das kann in Form eines Snacks sein, der im Personalrestaurant zu beziehen ist, wie das in Wiedlisbach geschieht, oder als Wahlmenü.

### «Saison hin oder här, we mer jetze Gluscht hei . . .»

Zum Abschluss übten die Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer eine Menüplanung mit Heimbewohnern im Rollenspiel. Eine wichtige Forderung von Markus Biedermann ist der Einbezug der Heimbewohner in die Menüplangestaltung. Hier eröffnet sich dem Heimkoch eine Möglichkeit zur aktivierenden Einflussnahme auf den Heimaltag, eine Möglichkeit zu Animation und zur Verbesserung der Lebensqualität der Heimbewohner. Im Rollenspiel zeigte sich denn auch, was viele Heimköche bei einer solchen Mitbeteiligung der Betagten befürchten (und zum Teil auch selbst erlebt haben): «Gschtürm», endloses Palaver – «I wott Chuttle!» «Nei, das isch gruusig!» Markus Biedermann beruhigt. Er schlägt vor, fachlich mit den Interessierten zu reden, vielleicht zuerst den aktuellen Plan

“ Eine wichtige Forderung ist der Einbezug der Heimbewohner in die Menüplangestaltung. ”

für die laufende Woche vorzulesen, dann erst nach den Wünschen zu fragen, systematisch vorzugehen, mit Humor . . . «Die Küche soll sich in Szene setzen. Veränderungen», so ist er überzeugt, «sollen auch aus der Küche kommen.» ■

## ABENDESSEN

### Cuvec – serbischer Reiseintopf

Vialone-Reis, Tomatenwürfeli, Speck, Zwiebeln und Peperoni, geriebener Käse à part!

### Spaghetti-Hochzyt

Vollkornspaghetti und «normale» helle Spaghetti vermischt, mit einem Gemüseragout serviert.

### Bettelmann

Ein Apfelaufwurf mit Apfelscheiben, Brotscheiben, geriebenen Haselnüssen, Sultaninen, Eiermilch.

### Panierter Sellerieschnitzel

Selleriescheiben blanchiert, in Mehl und Ei gewendet und mit Käse-Paniermehl oder Sesam paniert.

### Blinis

Mit Buchweizenmehl, Weissmehl, Hefe, Salz und Eischnee eine omelettenähnliche Masse herstellen und runde Blinis in der Bratpfanne backen. Dazu Sauerrahm oder Schnittlauchquark servieren.

### Gefüllte Kartoffeln Nada

Grosse Kartoffeln schälen und mit dem Apfelausstecher quer/längs ein Loch ausstechen. Mit Bratwurstbrät oder gekochtem Reis füllen und mit einer Specktranche umwickeln. Die Kartoffeln in eine Gratinplatte geben, mit brauner Sauce, Rahm (½ + ½), Peperonijulienne, Zwiebeljulienne dazugeben und jeden Kartoffel mit einer Käsescheibe belegen. Im Ofen garen.

### Gefüllte Champignons

Beim Gemüsehändler grosse Champignons bestellen und mit Brät füllen, mit Käse und Paniermehl bestreuen, Weisswein oder Fond blanc ⅓ Höhe, im Ofen backen.

### Süsse Maisschnitten

Maisschnitten mit Sultaninen und Apfelscheiben belegen, mit Zucker bestreuen, im Ofen backen, caramelisieren. Dazu ein Johannisbeer-Kompott.

### Kartoffelpastetli

Kartoffelmasse mit Ei (1 kg Kartoffeln, 4 Eigelb). Pastetli dressieren, im Ofen backen. Als Füllung: Pilzragout, Gemüseragout, Tofuragout usw.

### Kartoffel-Russers

Kartoffelspätzli mit Buchweizenmehl, Kartoffeln, Käse und Speckwürfeli.