

Zeitschrift: Fachzeitschrift Heim
Herausgeber: Heimverband Schweiz
Band: 69 (1998)
Heft: 2

Rubrik: Bouquet garni : Seite für die Küche

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: 19.01.2026

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

Projektarbeiten von Peter Glauser (Altersheim Hérosé, Aarau) und von Marie-Theres Blunier (Altersheim Lyss-Busswil)

«ES SOLLTE MÖGLICHST VIEL ZU RÜSTEN GEBEN»

Gemeinsames Kochen im Altersheim

Von Rita Schnetzler

Peter Glauser und Marie-Theres Blunier haben als Thema für ihre Projektarbeit im Rahmen des Weiterbildungskurses «Die Heimköchin/der Heimkoch» das Kochen mit Bewohnerinnen und Bewohnern gewählt. Im Altersheim Hérosé in Aarau, wo Peter Glauser arbeitet, wurden zuerst alle Pensionärinnen und Pensionäre am Projekt beteiligt, später abwechselungsweise je die Hälfte von ihnen. Im Altersheim Lyss-Busswil kommen jeweils jene Bewohnerinnen und Bewohner in die Kochgruppe, die Lust haben, wieder einmal selber beim Auswählen und Zubereiten eines Abendessens mitzuhelfen.

Peter Glauser hat seine verschiedenen Projektideen mit dem Heimleiterhepaar des Altersheim Hérosé in Aarau auf deren Durchführbarkeit geprüft. Schliesslich haben die drei sich auf das «Stockwerkkochen mit den Heimbewohnern» geeinigt. Seine Erfahrungen mit dem «Stockwerkkochen» beschreibt Glauser in seiner Projektarbeit wie folgt*:

Kochen mit den Heimbewohnern

Nach anfänglichen Vorbehalten haben sich die meisten Küchenmitarbeiter mit meiner Projektidee «angefreundet». Ich informierte nun also das übrige Personal des «Hérosé». Die Pensionäre informierte ich im Rahmen eines Stockwerk-Brunches. Bei dieser Gelegenheit nahm ich auch gleich Menüwünsche auf. Anfangs wollte niemandem etwas einfallen. Schliesslich einigte man sich in zwei Stockwerken auf Speckrösti mit Spiegelei¹ und Salat, in zwei anderen auf gehackten Spinat, ebenfalls mit Spiegeleien und Salat, und in den beiden letzten auf Schinken mit Wienerli, Kartoffelsalat und grünem Salat. Zum Dessert gab es Fruchtsalat und Kaffee.

Die Premiere fand am 29. Mai 1997 statt. Damals nahmen alle 110 Pensionäre am «Stockwerkkochen» teil. Fünf Gruppen kochten in den fünf Stöcken des Hauptgebäudes, in denen uns je eine kleine Küche zur Verfügung steht, eine sechste im Herzogshaus. Da wurde nun also gerüstet, geschält und gehackt, dass es eine Freude war.

* Gekürzt und überarbeitet von Rita Schnetzler.

Reaktionen der Bewohnerinnen und Bewohner

Beim Nachtessen selber entstanden viele angeregte Gespräche. Im ersten Stock sang man nach dem Essen sogar einige Lieder. Selbstverständlich gab es in jedem Stockwerk das beste Essen. Es waren alle gut gelaunt. Beim Dessert besprachen die Pensionäre das Menü fürs nächste gemeinsame Kochen. Eine Frau wünschte sich zum Beispiel eine braune Kartoffelsuppe nach Aargauer Art und als Dessert Apfelcharlotte. Mir scheint es besonders wichtig, dass wir uns jeweils für ein Menü entscheiden, das viel zu rüsten gibt, was vielen Bewohnerinnen und Bewohnern Spass macht.

Eine der Stockwerk-Kochgruppen hatte beim ersten Mal den Arbeitsablauf schlecht geplant: Die Rösti war schon kalt, als die Spiegeleier serviert wurden. Als Folge davon waren die Pensionärinnen und Pensionäre, unzufrieden mit dem Projekt. Sie sagten, dass sie lieber wieder im Speisesaal – in ihrer gewohnten Umgebung – essen möchten. Beim zweiten Stockwerkkochen kam es in dieser Gruppe wieder zu Problemen. Diesmal wurden der Heimleiter und ich dazu gerufen. Eine Pensionärin sagte, der Aufwand fürs Stockwerkkochen sei für das Personal zu gross. Zudem fände man sich im Speisesaal besser zurecht. Der Heimleiter schlug eine Abstimmung vor. – Die Mehrheit stimmte für eine Weiterführung des Projektes.

Eine Pensionärin nähte nach dem ersten gemeinsamen Kochen dreissig Schürzen und bedruckte diese zusam-

men mit anderen. Bei den meisten Bewohnern wurde aus den anfänglichen Ängsten und dem Zögern beim ersten Kochen beim zweiten eine aktive Mitarbeit. Ein Bewohner erzählte stolz: «Jetzt habe ich mit neunzig Jahren zum ersten Mal eine Salatsauce gemacht.»

Die Beteiligung sämtlicher Bewohnerinnen und Bewohner am ersten «Stockwerkkochen» hatte zu einer grossen Unruhe geführt. Der Personalaufwand war enorm. Wir beschlossen deshalb, die Stockwerke für die weiteren Abende in zwei Gruppen zu teilen, sodass immer ungefähr 60 Pensionäre daran beteiligt sind, während die anderen im Speisesaal essen. Die Institution und die einzelnen Bewohnerinnen und Bewohner können die Veränderungen durch das Projekt so besser verkraften. Für die Küche ist der Aufwand ungefähr gleich gross geblieben.

Den Bewohnern gibt das Stockwerkkochen Gelegenheit, verlorene geglaubte eigene Fähigkeiten wieder zu entdecken. Diese Erfahrung stellt sie auf, sodass sie immer wieder mit grosser Freude dabei sind. Wenn es darum geht, ein neues Menü zusammenzustellen, sagen zu Beginn jeweils alle, sie hätten keine Idee. Es kommen dann trotzdem viele Vorschläge zusammen.

Erfahrungen des Küchenteams

Für die Bewohnerinnen und Bewohner ist es wichtig, rechtzeitig zu erfahren, ob ihr Stockwerk am Kochen beteiligt sein wird oder nicht. Zu Beginn habe ich es verpasst, sie rechtzeitig darüber zu informieren, was bei einigen zu Verunsicherung führte.

Kolleginnen und Kollegen, die ein ähnliches Projekt durchführen, rate ich

¹ Anmerkung der Redaktion: Nach Auskunft von Markus Biedermann, Leiter des Weiterbildungskurses «Der Heimkoch/Die Heimköchin» und Küchenchef im Oberaargauischen Pflegeheim in Wiedlisbach, werden auch in seiner Institution auf ausdrücklichen Wunsch der Heimbewohner gelegentlich Spiegeleier zubereitet. Es werden dafür jedoch ausschliesslich kontrollierte Eier direkt vom Hof verwendet, die Spiegeleier werden vor Ort (auf den Abteilungen) unmittelbar vor dem Essen zubereitet und beidseits gut durchgebraten.



Peter Glauser kocht im Altersheim Hérosé in Aarau.
Foto R. Schnetzler

vor allem, sich nicht entmutigen zu lassen, auch wenn sich einmal nicht so viele Bewohnerinnen und Bewohner beteiligen. Vielleicht helfen jene, die beim ersten Mal nur still am Tisch sitzen, bereits das nächste Mal im Rahmen ihrer Möglichkeiten mit. Die Leitung eines solchen Projektes verlangt Engagement und genügend Durchhaltewillen.

Im Altersheim «Hérosé» klappt es mit dem «Stockwerkkochen» von Mal zu Mal besser. Heute verlaufen die Abende meist ruhig und machen mir und meinen Küchenmitarbeitern Spass. Ob noch weitere Anpassungen des Projektes nötig sein werden, weiß ich nicht. Das Projekt wird jedoch weitergeführt.

Durch das Projekt hat sich das Verhältnis des Küchenteams zu den Pensionärinnen und Pensionären verbessert. Es besteht ein grosser Unterschied, ob wir *für* alte Leute oder *mit ihnen zusammen* arbeiten. Bei mir selber stelle ich fest, dass ich heute die Sicht der Pensionäre mehr und besser berücksichtige. Natürlich standen die Bewohner schon immer an erster Stelle, aber ich kann heute vermehrt auf ihre Bedürfnisse und Wünsche eingehen, weil ich sie besser verstehe. Manchmal finde ich es schwierig, alle gleich zu behandeln und nicht nur die «Lauten», sondern auch die Schweigenden zu beachten.

Erinnern und Auswählen

Für Marie-Theres Blunier, Köchin im Altersheim Lyss-Busswil, war es nicht einfach, ein geeignetes Projektthema zu finden: «Ihre» Küche bietet schon seit Jahren verschiedene Buffets an, sie organisiert zahlreiche Anlässe und Feiern mit speziellem Essen und berücksichtigt individuelle Vorlieben und Abneigungen der Bewohnerinnen und Bewohner. Von drei Vorschlägen, wurde im Gespräch mit der Heimleitung, dem Küchenchef, der Pfle-

geleitung und dem Abwart die Idee des «Kochens mit den Pensionären» als die beste befunden. Schon bald erschien in der «Huszytg» eine Notiz mit ersten Informationen über die «Kochgruppen». In ihrer Projektdokumentation beschreibt Marie-Theres Blunier den Verlauf und die Ereignisse der ersten sechs Kochabende. Hier eine stark gekürzte Fassung dieser Dokumentation*:

Um die Bewohner und Bewohnerinnen zu informieren, lud ich alle zu einer Orientierung ein. Es kamen 17 Frauen, denen ich das Projekt «Kochen» vorstelle. Ich sagte ihnen, dass es sich beim «Kochen» um meine Projektarbeit für den Heimkoch-Kurs handelte, dass das gemeinsame Kochen einmal pro

sich als erste entschliessen, den Versuch zu wagen. Andere wollten später mitmachen. Alle waren sich einig, dass sie zwar gerne rüsten und mithelfen wollten, dass sie aber vom langen Stehen am Kochherd befreit sein möchten. Ich benannte mein Projekt deshalb später um in «Erinnern und Auswählen».

Von einigen Frauen, die sich nicht am Projekt beteiligen wollten, erfuhr ich später, weshalb: Die eine hatte als Geschäftsfrau nie gerne gekocht, eine andere musste zur Kochzeit jeweils die Fensterläden ihres noch nicht verkauften Hauses schliessen, und einige fanden, dass sie zeitlebens genug gekocht hätten und sich jetzt gerne verwöhnen lassen wollten.



Die Leiterin des Projektes «Erinnern und Auswählen»: Marie-Theres Blunier, Köchin im Altersheim Lyss-Busswil. Foto R. Schnetzler

Monat mit vier bis fünf Personen stattfinden sollte, jeweils etwa eine Woche vor dem Kochabend eine Menüsitzung stattfinden würde und die Teilnehmerinnen nach Möglichkeit selber beim Einkauf der benötigten Lebensmittel dabeisein sollten. Fünf Frauen konnten

Die erste Kochgruppe

Am Morgen vor der ersten Menüsitzung verteilte ich zur Erinnerung noch einmal eine persönliche Einladung. Alle erschienen pünktlich. Frau P. schlug Lauch und Kartoffeln mit einer guten Wurst vor. Eine andere Bewohnerin wünschte Eierrösti, was jedoch sofort abgelehnt wurde. Weil es keine weiteren Vorschläge gab, entschieden wir uns für das Lauchgemüse mit einem frischen Fruchtsalat mit Rahm als Dessert.

Auch am Morgen des ersten «Kochgruppentages» verteilte ich den Teilnehmerinnen wieder einen Einladungszettel, damit alle pünktlich um vier Uhr erscheinen sollten. Den Einkauf erledigte ich wegen dem schlechten Wetter allein. Ich transportierte die benötigten Utensilien und Lebensmittel auf einem Servicewagen ins «Lindenstübl». Der Abwart hatte einen runden Tisch bereitgestellt und den Kochherd installiert.

«Eine interessante, abwechslungsreiche Sache»

Eine junge Frau, die in der Küche des Altersheims Hérosé ihre Lehre absolviert, beschreibt ihre Eindrücke vom Projekt «Stockwerkkochen» wie folgt:

«Das Stockwerkkochen ist eine interessante, abwechslungsreiche Sache. Ich genieße es, mit unseren Bewohnern in Kontakt zu kommen. Die Leute sind nett und nicht etwa „doof“, wie dies andere Jugendliche glauben. Einige Bewohnerinnen und Bewohner haben mich spontan eingeladen, ihr Zimmer zu besichtigen. Sie zeigten mir stolz ihre Enkel und freuten sich, sich mit jemandem unterhalten zu können.

Jene Leute, die schweigen oder nur brummeln, blühen, wenn man sie anspricht, plötzlich auf. Sie beginnen zu erzählen und machen beim Kochen mit. Ein Bewohner machte sogar eine Salatsauce, die wirklich Spitze war.

Leider gibt es auch Bewohner, die nicht aus ihrem Trott gebracht werden möchten. Sie genieren sich davor, beim «Stockwerk-Essen» dabei zu sein, weil sie wissen, dass viel Arbeit hinter dem Projekt steckt. Ich hoffe, dass auch diese Leute einmal merken, dass wir die Arbeit gerne machen und dass wir Abwechslung in ihren Alltag bringen möchten.

Ich mag das Stockwerkkochen. – Man sollte jeden Jugendlichen, der blöde über alte Leute spricht, zu einem solchen Essen einladen.» (Bernadette)

* Kürzt und überarbeitet von Rita Schnetzler.

Eine Teilnehmerin erschien mit umgebundener Schürze, den anderen verteilte ich weisse Latzschürzen. Die Frauen setzten sich an den Tisch und begannen zu rüsten: Drei schnitten den Lauch, die beiden anderen rüsteten Kartoffeln. Bereits nach einer Viertelstunde war alles kochbereit, und es musste nur noch der Fruchtsalat zubereitet werden.

Die Seniorinnen hatten zwar mit grosser Begeisterung gerüstet, am Kochherd wollte jedoch keine von ihnen stehen. Stattdessen leiteten sie mich beim Kochen an: Ich sollte den Lauch waschen und ihn dann nach Anleitung von Frau P. dämpfen. Diese liess es sich dann trotz ihren 92 Jahren nicht nehmen, selber in der Pfanne zu röhren. Zwischendurch setzte sie sich aber gerne hin.

Eine ehemalige Servier Tochter übernahm das Tischdecken. Eine andere schnitt Blumen und stellte sie in eine Vase. Alle freuten sich am liebevoll gedeckten Tisch, auf dem auch Schoggiherzli in passender Farbe und ein gedrucktes, herzförmig ausgeschnittenes Menüblatt nicht fehlten.

Als das Lauch-Kartoffelgemüse beinahe gar war, probierten alle Helferinnen mit einem Löffel. «Noch ein wenig Salz und Rahm», meinte die Expertin, «dann können wir anrichten.» Ich schnitt die Zungenwurst und stellte das Lauchgemüse auf eine Warmhalteplatte. Die Frauen zogen zum Essen die Schürzen aus und halfen sich gegenseitig beim Schöpfen. Wir stiessen mit einem Glas Dôle auf das gelungene Nachtessen an. Sogar jene Pensionärin, die im Speisesaal jeweils geschnittenes Fleisch wünscht, konnte die Wurst an diesem Abend selber schneiden. Die Frauen schätzten es sehr, sich selber bedienen zu dürfen. Dies obwohl auch im Speisesaal jeweils nach Spezialwünschen angerichtet wird und es dort auch immer Nachservice gibt.

Alle sassen bis nach dem Dessert zufrieden plaudernd am Tisch. Insgesamt dauerte das Nachtessen mehr als anderthalb Stunden. Als «Auszeichnung» für die Teilnehmerinnen an der ersten Kochgruppe überreichte ich allen einen gebastelten Minikoch. Beim Abschied freuten sich die Pensionärinnen bereits auf weitere kurzweilige Abende.

Zusammen auswählen, kochen, geniessen

Ich habe mir vorgenommen, nach Möglichkeit einmal pro Monat eine Kochgruppe anzubieten. Die zweite Kochgruppe wählte als Menü gedämpften Wirz mit Rösti und geschnetzelter Kalbsleber, als Dessert wiederum



Kochgruppe im Altersheim Lyss-Busswil: Mit Eifer dabei...

Foto M.-T. Blunier

Fruchtsalat. Der Fruchtsalat hat sich in den Kochgruppen bereits zur Traditionsnachspeise entwickelt. Der Vorteil ist, dass es dabei viel zu rüsten und zu schneiden gibt.

Auch die zweite Kochgruppe wurde ein Erfolg. Sogar die Rösti, die für meinen Geschmack zu matschig war, schmeckte den Köchinnen ausserordentlich. Es blieben wiederum alle lange am Tisch sitzen und genossen das Beisammensein.

Trotz umfassender Information meldete sich für die folgenden Kochgruppen noch immer niemand spontan. Ich musste jeweils Leute «aufbieten». Dabei fanden sich jedoch immer wieder «Neue», und die meisten Teilnehmerinnen der früheren Kochgruppen wollten gerne wieder dabeisein. In der dritten Kochgruppe befand sich unter anderem die 96-jährige Frau B. Ihr Vorschlag einer Fleischpastete nach ihrer Art hatte sich an der Menüsitzung klar als Favorit erwiesen. Ich hatte das Siedfleisch bereits vor der Kochgruppe nach Anweisung von Frau B. gekocht. Weil sie den rechten Arm im Gips hatte, konnte die Pensionärin mir auch in der Kochgruppe selber nur Anweisungen geben. Den Teig musste ich ebenfalls persönlich auswalten, denn keine der Pensionärinnen hatte genügend Kraft dafür. Beim Verzieren halfen jedoch alle mit. Auch die Teilnehmerinnen der dritten Kochgruppe gingen am Abend zufrieden auseinander.

Die vierte Kochgruppe verlief ohne nennenswerte Zwischenfälle. Vor dem fünften Kochabend hatte ich ein ungutes Gefühl: Eine der Frauen, die teilnehmen wollten, hatte an der Menüsitzung geschimpft, sie wolle doch gar nicht kochen, eine andere war in einer früheren Kochgruppe vorzeitig wieder

aufgebrochen. Doch dieses Mal blieben alle. Und auch dieser Abend wurde schliesslich ein Aufsteller.

Die Teilnehmerinnen für die sechste Gruppe meldeten sich erstmals mehrheitlich selber. Und obwohl das gewählte Gericht mehr Arbeit gab, als sie erwartet hatten, und die Entrecotes, die wir uns auf Wunsch einer Teilnehmerin geleistet hatten, ziemlich zäh waren, herrschte auch dieses Mal eine gute Stimmung in unserer Runde.

Eine persönliche Bilanz

Die Kochgruppentage sind für mich eine echte Bereicherung. Die Teilnehmerinnen freuen sich jeweils schon aufs nächste Mal. Das zeigt mir, dass die Abwechslung auch ihnen Freude bereitet. Beim Kochen lerne ich die Bewohnerinnen von einer anderen Seite kennen, und ich kann von ihnen Rezepte lernen, die in keinem Kochbuch zu finden sind. Ich stelle immer wieder fest, dass die Teilnehmerinnen Dinge können, die sie sich selber nicht mehr zugetraut haben.

In den Kochgruppen habe ich aber auch erfahren, dass bei der Arbeit mit den Bewohnern nicht immer alles nach «Schema X» vor sich geht. Dadurch kann ich mich heute besser in die Arbeit der Pflegerinnen und Pfleger einfühlen.

Im Allgemeinen hat sich bisher gezeigt, dass die Kommunikation in einer kleinen Gruppe gut funktioniert, besonders, wenn der Bann einmal gebrochen ist. Ein tischweises Kochen, wie ich es mir anfangs vorgestellt hatte, wäre nach meinen heutigen Erfahrungen nicht sinnvoll. Denn nur wer freiwillig am Kochen teilnimmt, hat dabei auch wirklich Freude. Bei der Menüwahl ist es mir wichtig, dass alle ihren Menüwunsch einmal durchsetzen können. ■