

**Zeitschrift:** Fachzeitschrift Heim  
**Herausgeber:** Heimverband Schweiz  
**Band:** 71 (2000)  
**Heft:** 11

**Rubrik:** Bouquet garni : Hauswirtschaft

### **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:** 05.05.2026

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

Lehre als Hauswirtschafterin/Hauswirtschafter

# AUSBILDUNG ZUM MULTI-TALENT

Von Simone Gruber

Seit diesem Jahr gibt es die neue Lehrlingsausbildung zur Hauswirtschafterin/zum Hauswirtschafter. Die Lehre dauert drei Jahre und ist von allen namhaften Verbänden und vom BBT (Bundesamt für Berufsbildung und Technologie) anerkannt. Als Lehrlingsbetrieb kommen Hotels, Spitäler, Heime und landwirtschaftliche Betriebe in Frage. Diese Berufslehre ersetzt die bisherigen ein- und zweijährigen hauswirtschaftlichen Lehren.

## Wirtschaft beginnt mit Hauswirtschaft

Dieses Jahr begann gesamtschweizerisch die neue BBT-Berufslehre Hauswirtschafterin/Hauswirtschafter. Gleichzeitig werden die ein- und zweijährigen hauswirtschaftlichen Lehren aufgehoben. Träger der neuen Berufslehre ist der Dachverband HAUSWIRTSCHAFT SCHWEIZ mit den angeschlossenen Mitgliedern.

Die dreijährige Ausbildung ist eine Basisausbildung mit thematischem Schwerpunkt im 3. Lehrjahr. Dieser Schwerpunkt kann aus den folgenden drei Bereichen ausgewählt werden: Gästebetreuung, Pflege oder Landwirtschaft.

Die spezifische Ausbildung des 3. Lehrjahres mit *Schwerpunkt Pflege* beinhaltet:

- Die Umgebung der Mitmenschen auf jeder Altersstufe situations- und bedürfnisgerecht einzurichten und zu gestalten
- Die Grundpflege auszuführen
- Mahlzeiten nach individueller Situation zu verabreichen
- Pflegematerialien und -produkte gezielt einsetzen
- Zusammenarbeit mit dem Pflegepersonal und den Angehörigen
- Erfahrungen im Umgang mit Krankenmobilen sammeln
- Anwendung von Reinigungstechniken und -material

Die Vielseitigkeit, die Abwechslung und das praxisnahe Arbeiten machen diese Lehre sehr interessant. Durch den direkten Kontakt zu Mitmenschen aller Altersstufen erwerben die Lehrlinge umfassende Menschenkenntnis.

## Neue Lehrstellen für Multitalente

Diese Berufslehre eignet sich vor allem für junge Leute, die kontaktfreudig, flexibel und teamfähig sind, die anpacken kön-

nen und Interesse für Mitmenschen zeigen. Am Ende der dreijährigen Lehre können dafür auch wahre Multitalente hervor. Denn während der Lehrzeit durchlaufen die Lehrlinge folgende Sparten:

- Verpflegung
- Hausdienst
- Service
- Gästebetreuung
- Wäscheversorgung
- Administration
- Gesundheits- und Sozialwesen

Die Hauswirtschafterin oder der Hauswirtschafter zeichnet zuständig für die Organisation und Ausführung hauswirtschaftlicher Tätigkeiten, nach ökologischen und ökonomischen Gesichtspunkten, im Umgang mit Umwelt, Materialien, Geld und Ressourcen. Sie/er hat Kontakt zu Menschen, vom Kleinkind bis zum älteren Menschen. Nach abgeschlossener Lehre steht eine vielfältige Arbeitsplatzwahl zur Verfügung. Zudem ist diese Lehre ein Grundstein für eine spätere höhere Fachausbildung (z.B. Hauswirtschaftlicher Betriebsleiter, Fachhochschule, usw.)

## Lehrstellenanbieter:

Die kantonalen Lehrstellenbörsen schreiben sämtliche offenen Lehrstellen auf ihren Homepages aus. Im Moment sind bereits für das Jahr 2001 die ersten Stellen ausgeschrieben. Die offenen Stellen sind nach Berufsbezeichnung geordnet in grösseren Kantonen zusätzlich unter dem Bezirk/der Region (z.B. Zürich: [www.ktzh.ch/lena/main.idc](http://www.ktzh.ch/lena/main.idc)).

Unter der Homepage der HAUSWIRTSCHAFT SCHWEIZ kann man unter der Rubrik «Hauswirtschaftliche Bildung – Stellenvermittlung» sämtliche Kantone abrufen ([www.hauswirtschaft.ch](http://www.hauswirtschaft.ch)). Für einen Eintrag kann man sich an das jeweilige Kantonale Amt für Berufsbildung (AfB) wenden.

## Literaturhinweise:

### Hauswirtschaft heute

Grundstufe, Stam Verlag Köln-München, etwa Fr. 50.–  
(Ernährung ist integriert)

### Haushaltführung und Haushaltpflege

Simpfendörfer Klug, etwa Fr. 50.–  
(mit Inhalt für Gross- und Kleinbetriebe, ohne Ernährung)

### Hauswirtschaft

Landwirtschaftliche Lehrmittellzentrale, etwa Fr. 59.–  
(Grundlagen)

### Hausdienst

Lehrmittel hausw. Betriebsangestellte, Schuldirektion Bern, etwa Fr. 30.–  
(für Grossbetriebe, inkl. Arbeitspläne und Checklisten)

### Reinigungstechnik

Verlag Uster-Info GmbH, Uster, etwa Fr. 79.–

## Rotation – Verbund – vieles ist möglich

Das Interessante an dieser Lehre ist auch die Möglichkeit, nach dem 1. oder 2. Lehrjahr den Betrieb zu wechseln und somit in die Besonderheiten von verschiedenen Arten oder Grössen von Betrieben Einsicht zu erhalten. Das heisst, das erste Lehrjahr könnte in einem Privathaushalt absolviert werden, das 2. und 3. Jahr in einem Heim. Auch ein möglicher Verbund von Lehrbetrieben ist vor allem für kleine oder sehr spezialisierte Betriebe ideal: mit einer Rotation können die Kosten und Verantwortung für einen Lehrling geteilt werden. Das jeweilige Kantonale Amt für Berufsbildung ist den Lehrbetrieben dabei behilflich.

## Voraussetzungen für die Lehrbetriebe

Als Lehrbetrieb zugelassen sind Heime mit einer kantonalen Betriebsbewilligung. Daneben müssen fachliche Kompetenz, eine Ausbildung in einem verwandten Beruf, eine höhere hauswirtschaftliche Ausbildung, mindestens drei Jahre Berufspraxis und das Absolvieren des Lehrmeisterkurses vorhanden sein. Als höhere hauswirtschaftliche Ausbildung gelten zum Beispiel Hauswirtschaftliche Betriebsleiterin, Haushalterin, Dipl. Bäuerin, Hauswirtschaftslehrerin usw. Das jeweilige Kantonale Amt für Berufsbildung (AfB) genehmigt sowohl den Lehrbetrieb sowie den entsprechenden Lehrvertrag. Es überwacht die gesamte Lehre und ist für die Berufsschule und das Lehrmaterial zustän-

dig. Zudem führt es auch die entsprechenden *Lehrmeisterkurse* durch.

Das Reglement «Hauswirtschafter/Hauswirtschafterin» kann vorab bei der Eidg. Druckmittelzentrale EDMZ, 3003 Bern ([www.admin.ch/edmz](http://www.admin.ch/edmz)) bezogen werden. Dieses enthält Angaben über Entlohnung, Unterkunft/Verpflegung, Arbeitszeiten, Berufsschule, Arbeitspläne usw.

### Und übrigens...

...dieser Lehrabschluss ist auch für Erwachsene möglich (Art. 41 des Berufsbildungsgesetzes): Zugelassen werden Erwachsene, die

- Anderthalbmal solange in einem hauswirtschaftlichen Beruf arbeiten wie die vorgeschriebene Lehrzeit beträgt

- Allgemeinbildung und Berufskennnisse ausweisen
- Mit den Lehrlingen die Lehrabschlussprüfung absolvieren

Das entsprechende Merkblatt Nr. 2161 d ist zu beziehen bei Deutschschw. Berufsbildungsämter-Konferenz, DBK, Gütschstrasse 6, 6003 Luzern.

Weitere Fragen über diese neugeschaffene Berufslehre beantworten HAUSWIRTSCHAFT SCHWEIZ, Helene Karrer-Davaz, Maiackerweg 14, 8964 Rudolfstetten, Tel. 056/631 69 00 ([www.hauswirtschaft.ch](http://www.hauswirtschaft.ch)) oder die kantonalen Berufsverbände oder das Kant. Amt für Berufsbildung. Die meisten Ämter für Berufsbildung bieten Informationsblätter an.

## News aus der Ernährungsberatung

### DAS GOLD IN DER SUPPE

Von Cornelia Conrad Zschaber, Ernährungswissenschaftlerin MSc

**Das Binnenland Schweiz erfreute sich um 1826 am ersten und einzigen Schweizer Salzbergwerk mit altem Sole-Reservoir. Es war eine gewaltige Arbeit zu leisten, um eine Schweizer Salzquelle zu finden und das Salz – das damals Gold wert war – an Ort und Stelle aus dem Gestein abzubauen. Noch heute ist die Saline von Bex zu besichtigen. Heutzutage ist das Salz zwar nicht mehr Gold wert, sollte der Gesundheit zuliebe jedoch wie Gold dosiert werden!**

Salz steigert den Genuss unserer Speisen und kann trotz intensiver Forschung nicht wirklich ersetzt werden. Unser Körper braucht auch einen geringen Teil Salz für verschiedene Regulierungsmechanismen, zum Beispiel für die Nerven- und Muskelaktivitäten.

Kochsalz besteht aus Natrium und Chlor und wird in der Verbindung zu Natriumchlorid. Im vierten schweizerischen Ernährungsbericht des Bundesamtes für Gesundheit wurde 1998 festgestellt, dass Herr und Frau Schweizer dreimal mehr Salz konsumieren als effektiv notwendig. Die Hauptlieferanten für Salz sind neben dem Salzsteuer Fleisch/Wurstwaren, Brot und Käse.

#### Vorbeugen statt heilen

Salz bindet Wasser und hält es in unserem Körper zurück. Dies kann zu Wasseransammlungen führen. Im Weiteren werden neben erhöhtem Körpergewicht und Alkoholkonsum auch Zusammenhänge von Salzverzehr mit erhöhtem Blutdruck diskutiert. Hoher Blutdruck ist ein Risikofaktor für Herz-Kreislauf-Erkrankungen. Um diesen Faktor tief zu halten und Wasseransammlungen im Körper vorzubeugen, eignet sich neben Bewegung, moderatem Alkoholgenuss eine ausgewogene und dem Körper gerechte, gesunde Ernährung und reichliche Flüssigkeitszufuhr am besten.

#### Gesundes Essen muss schmecken

Solange gesundes Essen nicht schmeckt, essen wir nicht gesund. Allerdings sind wir «Gewohnheitstiere» und ändern nur ungerne unsere Lebensart. Probieren Sie trotzdem weniger Fleisch und Wurst zu essen, bevorzugen Sie Gemüse und Obst und wechseln Sie hin und wieder Hartkäse mit Frischkäse aus! Die feine Küche kennt eine Vielfalt von wohlschmeckenden und duftenden Kräutern, nützen Sie diese Würzmöglichkeiten aus. Grillieren, Rösten oder Dünsten bieten willkommene Geschmacksabwechslungen, auch mit weniger Salz.

Unser Gaumen gewöhnt sich an weniger Salz, und schon bald empfinden wir eine leicht gesalzene Speise als sehr schmackhaft. Auch Mineralwässer enthalten verschiedene Mengen an Salz bzw. Natrium. Bevorzugen Sie ein natriumarmes Mineralwasser, wie beispielsweise Valser, für Ihre Gesundheit.

#### Trinken, trinken, trinken

Mindestens 1,5 Liter Flüssigkeit brauchen wir täglich, um alle Abbaustoffe optimal auszuscheiden und unseren Körper fit zu halten. Je mehr wir uns bewegen und je weniger wir essen, desto mehr Flüssigkeit brauchen wir. Ein Mineralwasser wie Valser, dessen Gehalt an Calcium und Magnesium hoch liegt und gleichzeitig nur wenig Natrium (bildet mit Chlor zusammen das Kochsalz) enthält, ist Gold wert für Ihre Gesundheit.

#### Für weitere Informationen:

Valser Mineralquellen AG, Steinhölzli, 3097 Liebefeld-Bern, Internet: [www.valser.ch](http://www.valser.ch), E-mail: [admin@valser.ch](mailto:admin@valser.ch)