

Zeitschrift: Fachzeitschrift Heim
Herausgeber: Heimverband Schweiz
Band: 73 (2002)
Heft: 12

Artikel: 2. Teil zum Bericht aus Bern "Gastfreundschaft" : Freude und Genuss = Lebensqualität : Bericht vom 7. November
Autor: Ritter, Erika
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-813116>

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: 10.01.2026

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

2. Teil zum Bericht aus Bern «Gastfreundschaft»

FREUDE UND GENUSS = LEBENSQUALITÄT

Bericht vom 7. November

Erika Ritter

«Ernährung im Alter» bildete die Thematik des zweiten Tages anlässlich der Tagung 2002 des Fachverbandes Betagte in Bern. Standen am ersten Tag die Hauswirtschaft, Hotellerie und Gastronomie im Zentrum der Ausführungen, so galt die Zielsetzung des zweiten Tages den wichtigsten Grundregeln für die Ernährung im Alter, dem Vergleich von Frisch- und Convenience-Food-Produkten und dem Erlebnis «Mit de Finger ässe».

Gerade die wachsende Zahl verwirrter Menschen im Heim wirft in Bezug auf die Verpflegungssituation neue und zusätzliche Fragen auf.

430 Teilnehmerinnen und Teilnehmer hofften auf praxisbezogene Antworten.

«Tauschen Sie für einmal die Rollen», forderte Peter Holderegger die Anwesenden einleitend auf. «Wenn ich/Sie im Heim leben würde, was würde ich mir/würden Sie sich wünschen? Welche Forderungen stellen, welche Massstäbe setzen?» Der zweite Tag war bestimmt, auf solche Fragen eine Antwort zu finden, neues Wissen zu vermitteln.

CURAVIVA – der neue Namen des neuen Verbandes soll Lebensqualität spürbar machen. «Dazu gehört auch die Gastfreundschaft!» erklärte Hansueli Möhle und wies darauf hin, dass Themen wie Gastfreundschaft und Ernährung auch nach der Fusion in der Weiterbildung thematisiert werden sollen.

Mahlzeit ist Pflegezeit

Mahlzeit/Pflegezeit umfasst drei Dimensionen:

- die kulturelle Dimension durch eine gepflegte Mahlzeit erhöhen wir unsere Lebensqualität.
- die biologische Dimension durch sorgfältige Auswahl und schonende Zubereitung von qualitativ guten Lebensmitteln verbessern wir unseren Ernährungsstatus.
- die soziale Dimension durch die Möglichkeit, während der Mahlzeit in Beziehung zu einem oder mehreren wohlwollenden Menschen zu stehen, tun wir etwas fürs Gemüt.

Doch was beinhalten die drei Dimensionen der Mahlzeit? Wann kann von einer qualitativ guten Mahlzeit gesprochen werden?

Welches sind denn überhaupt die wichtigsten Grundregeln für die Ernährung im Alter?



Dank an Peter Holderegger

Hansueli Möhle dankte in Bern dem langjährigen Präsidenten des bisherigen Fachverbandes Betagte, Peter Holderegger, Aarau. Holderegger wird mit der Fusion per 1. Januar 2003 die Führungsaufgaben an Kurt Marti, Uzwil, weitergeben. Marti übernimmt damit neu das Präsidium der Fachkonferenz Alter.

Während acht Jahren hat Peter Holderegger den Fachverband Betagte geleitet und in dieser Zeit viele Ideen umgesetzt. Nicht nur war der Fachverband für die Organisation der traditionellen Herbsttagungen verantwortlich, er befasste sich unter Holdereggers Führung zudem mit zahlreichen andern Themen: die Thesen zur Sterbegleitung, die Entwicklung der ethischen Richtlinien als Grundlage und wegweisender Massstab für das verantwortliche Handeln im Heim, BESA u.a.m. «Damit hat Peter Holderegger wesentlich zur Förderung der Qualität in den Heimen beigetragen.» Künftig wird Peter Holderegger «nur» noch im Zentralvorstand mitwirken.

Hansueli Möhle wusste ihm für all die geleistete Arbeit einen herzlichen Dank.



Im trauten Kreis: (vlnr): Dr. Hansueli Möhle, Markus Biedermann, Peter Holderegger und Marianne Gerber

Mit dieser Frage beschäftigte sich Heike Schneider, Ernährungsberaterin der Firma Nestlé.

Heike Schneider: «Jung sterben – aber so spät wie möglich!»

So der Trend in einer Gesellschaft, die immer älter wird. Zu diesem Gewinn an Jahren trägt eine ausgewogene Ernährung viel bei, sowohl präventiv wie bei späteren Leiden. «Bis zum Alter von 75 Jahren bleiben die Menschen in den hochentwickelten Ländern heute grundsätzlich gesund. Dann machen sich sehr oft Zivilisationskrankheiten bemerkbar.» Da sich der Ernährungsbedarf im Verlaufe des Lebens jedoch verändert, gilt es, sich die wissenschaftlichen Erkenntnisse dazu nutzbar zu machen.

Heike Schneider präsentierte in Bern die Lebensmittelpyramide des SVE, welche Simone Gruber in einem späteren Beitrag von CURAVIVA gesondert und ausführlich vorstellen wird.

Wer ausgewogen isst, darf sich auch einmal täglich etwas Süßes gönnen. Wichtig sei, in Ruhe und sorgfältig zu essen. Schneider: «Früher haben wir am Tisch vor dem Essen gebetet. Heute ist dies mit dem Genuss eines Apéro vertauscht worden.» So ändern sich die Sitten.

Aber marktfresh muss es sein!

So das Postulat von Friedrich Nagel, Gastronom aus Esslingen, Deutschland.

Nagel sprach sich – im Gegensatz zu industriell hergestellter Verpflegung – in 13 Punkten für marktfresche Produkte aus. Eine Ernährungsphilosophie, die sich für ihn aus den Erfahrungen und Gegebenheiten der Kriegszeit ergeben hat. «Später war laufend der Dosenöffner in Betrieb!» Doch dann sei er, Nagel, zu den Frischprodukten zurückgekehrt, was nicht nur einfach war. Ausschlusslich mit Frischprodukten kochen, ist nicht nur eine Frage der Philosophie des Hauses, sondern ebenso der Grösse des Betriebs, der Kosten und des Personals. «Es ist eine Motivationsfrage, die Leute wiederum zum Rüsten zu bewegen.»

Bei täglich den gleichen Gästen im Saal stelle das Kochen mit Frischprodukten eine besondere Herausforderung an die Kreativität der Küche dar. «Einfallsreichtum ist gefragt, Vielfalt in der Menüplanung.» Aber es habe auch alles seine Grenzen: Kartoffelstock darf auch aus dem Beutel angerührt werden, wenn dafür die übrigen Zutaten vom Markt stammen.

Vom Job zur Berufung

Kreativität und Einfallsreichtum machen für den Koch den Job zur Berufung.



Mit de Finger ässe ...

Philosophie hin oder her. Der Profi Markus Luder, Küchenchef im Burgerheim, Bern, vertrat seinerseits die andere Seite und lobte Convenience-Food-Produkte als Erfolgsrezept für jedes Unternehmen. «Das heisst übersetzt <Bequeme Lebensmittel> und bedeutet somit Bequemlichkeit. Unter CF versteht man also Produkte, die einen Service – sprich eine Dienstleistung – bieten oder anders ausgedrückt, dem Verbraucher einen Teil der Arbeit wie waschen, rüsten, kochen, würzen, konservieren usw. abnehmen. So betrachtet sind CF-Produkte überhaupt nichts Neues für uns, kennt man doch schon lange Vorbereitungs- und Aufbewahrstechniken wie zum Beispiel das Trocknen, Einsalzen, Pasteurisieren, Sterilisieren, Tiefkühlen und anderes.»

Luder unterschied fünf Gruppen von CF-Produkten, von der küchenfertigen Rohware bis zum genussfertigen Produkt. «Ein Industrieland ohne CF wäre aus verschiedenen Gründen undenkbar, ohne sie würde regelrecht Notstand herrschen», führte Luder aus und stellt die Vor- und Nachteile von CF vor.

«CF ist nicht nur für faule, unmotivierte Köche, ist nicht der Untergang der Kochkunst, der Motivation und Kreativität, sondern hilft uns, dass wir wieder die Zeit haben, unsere Freude und Befriedigung an unserem schönen Beruf zu verwirklichen, Kochkunst zu zelebrieren.»

Luder weiter:

«In der heutigen Wirtschaftssituation der Gastronomie sind hohe Personalkosten ein Faktor, der das Überleben tangiert. CF-Produkte richtig einsetzen, das heisst auch erdrückende Personalkosten in den Griff zu bekommen.

Viele Gastronomen geben aber aus Imagegründen nur mit Scham zu, Fertigprodukte einzusetzen, um Personalkosten zu vermindern.

Es ist wohl die Haltung des Vorgesetzten, wie er seine Mitarbeiter führen und motivieren kann und wie er seinen Betrieb mit ehrlicher Einstellung zu diesem Thema auf den ihm richtige erscheinenden Weg leitet.

Raffiniert kochen heisst nicht alles selber machen, sondern das Wesentliche selber machen.

Oder anders gesagt: Mit fremder Hilfe eine eigene Note in sein Speisenangebot zaubern!»

Siehe oben: Vom Job zur Berufung, ob so oder so.

Mit de Finger ässe

Finger-Food als Antwort auf die wachsende Herausforderung an die Verpflegung von dementen Heimbewohnern und -bewohnerinnen, für einmal selber probieren. «Mit de Finger ässe», darüber wird überall gesprochen, das wird überall inszeniert», meinte Markus Biedermann, Küchenchef und Kursleiter, Rumisberg, und bereitete die Tagungsteilnehmer und -teilnehmerinnen auf das kommende Mittagessen vor. Fingerfood ist eine Möglichkeit, wenn die Fähigkeiten zum Gebrauch des Besteckes nicht mehr da sind. Aber wie reagieren Angehörige und Mitarbeiter auf das Essen mit den Fingern? Haben wir alle das «richtige» Essen am Tisch mit Löffel, Gabel und Messer nicht vor Jahren als erzieherische Massnahme und Kulturanteil gelernt?

Essen regt die Sinne an, das Gefühl, essen mit den Fingern, das taktile Gefühl – aber es muss sorgfältig wieder eingeführt werden.

Und sorgfältig galt es mit dem Essen umzugehen, das an der Tagung vorgelegt wurde. Aus unterschiedlichen Gründen. Eigentlich war es ein Mix aus Fingerfood und Party-Service, nicht ganz so das, was man sich gewünscht und erwartet hätte, aber letztlich doch ein Erlebnis.

Wies geschmeckt hat? Die Rückmeldungen kamen am Nachmittag anlässlich einer Fragerunde.

Gerontologisches Wissen zur Kenntnis nehmen

Lebensformen und Lebensstile haben sich geändert und ändern sich unter dem Aspekt des zunehmenden demographischen Alterns weiterhin. «Trotz des Wissens um die Beschwerden des Alters tun wir alles, um immer älter zu werden. Die Verheissungen der Biotechnologie kennen kaum noch Grenzen: 120 Jahre alt werden, gesund und munter natürlich.» So die Aussage von *Alfred T. Hoffmann, Diplom-Pädagoge (Sozial-Gerontologie), Deutschland*. Hoffmann befasste sich nach dem Erlebnis-Mittag mit der Zunahme von Heimbewohnern und Heimbewohnerinnen mit eingeschränkter Alltagskompetenz.

«Doch wird der Menschheits Traum Altwerden zum Alptraum? Denn an ewige Jugend und plötzlichen Tod mag man doch nicht glauben ... Wie wir im Alter leben können, hängt schliesslich nicht nur vom Lebensstil ab, den wir gepflegt haben, sondern auch von unserer «Erwerbsbiographie». Wer ein geringes Einkommen hatte, hat auch eine geringere Rente.»

Der Referent betonte die von Soziologen beschworene Freiheit des Alters. «Dieser Mythos der Freiheit als Chance ist eine Sache. Die andere ist, dass die Freiheit nur lebbar ist für den einzelnen, wenn er eingebunden ist in einem sozialen Netzwerk.» Der Schlüssel gegen Isolation und Vereinsamung liege in neuen Wohnformen, meinte Hoffmann. «Aber auch neue Formen des Zusammenlebens wollen gelernt sein, und dafür ist es im Alter oft zu spät.» Die zentrale Frage der Zukunft, die vielleicht auch Antworten für heute aufzeige, laute: Wie werden wir unser Leben planen, wenn wir wissen, wir werden über 100 Jahre alt?

Hoffmann forderte die Entwicklung von Modellprojekten, die allen Generationen nützen. «Ich möchte anregen, über den Zusammenhang zwischen körperlichem, geistigem und seelischem Verfall und dem Mangel an Vielfalt, Lebendigkeit, Genuss und Anregung

nachzudenken. Was sieht ein alter Mensch heute, wenn er aus dem Fenster schaut in einem gepflegten Alten- und Pflegeheim? Nur die Veränderung der künstlichen Natur. Alles um ihn ist schon konserviert und abgestorben. Hier gibt es nichts mehr zu tun.

Es geht um Prävention. Jede Fachrichtung mag das Ihre tun, damit die Alterung nicht zur individuellen und gesellschaftlichen Krise wird, die Biotechnologie, die Medizin, das Pflegewesen aber auch die Hauswirtschaft, die Hotellerie und Gastronomie.»

«Wie ich koche, anrichte, auftrage: So viel ist er mir wert!»

Diese demographische Entwicklung, die Zunahme von dementen Heimbewohnern und Heimbewohnerinnen und die Durchmischung von Menschen aus unterschiedlichen Kulturen fordern zur Entwicklung neuer Verpflegungsmodelle heraus. Denn:

«Esskultur ist Beziehungskultur schlechthin, ist Kommunikation, ist Biografiearbeit.» So die Aussage von *Markus Biedermann* im abschliessenden Referat des Nachmittags, in welchem er sich mit Verpflegungsmodellen in Heimen für die Zukunft befasste. «Es sind immer wieder neue Ideen gefragt, abgestimmt auf die Heimbewohner, denn unser Kerngeschäft ist und bleibt der/die Heimbewohner/Heimbewohnerin. Nicht der Partyservice. Zu allererst gilt es, ein Konzept in Bezug auf die Bewohner zu entwickeln.» Verständnis bedeute nicht gleich eine unheimliche Vielfalt. «Sind wir wirklich auf den Spuren unserer Bewohner und Bewohnerinnen? Gerade Biografiearbeit bedeutet Esskultur vom Feinsten!», erklärte Biedermann. «Ich muss den Gast kennen. Wir müssen voneinander etwas wissen, Gastgeber und Gast. Dieses Wissen umfasst nicht nur Ernährungsaspekte, sondern bedeutet wahrnehmen und dann entsprechend handeln.»

Biedermann forderte, dass der Küchenchef nicht unter der Küchentür stehen bleibe, sondern den angerichteten Teller bis ans Pflegebett verfolge.

Er berichtete beispielsweise von einem Versuch, am Bett zu kochen und damit – als Grundstimulation – Sinnesreize auszulösen. «Aktivierende Verpflegung» nannte er das Vorgehen, mit welchem er in die Vergangenheit der Bekochten abtaucht.

«Wie war das jetzt mit dem mittäglichen Fingerfood?», wollte der Praktiker Biedermann vom Publikum wissen.

Das Mittagessen sei wohl für die Tagungsteilnehmenden richtig gewesen, aber nicht für Betagte, wurde moniert.



Seit 10 Jahren eine neue Denkphilosophie

Er habe vor 12 Jahren die Aufgabe als Heimleiter angetreten. Damals habe noch die Meinung vorgeherrscht: Wenn du als Koch keinen Stress erträgst, dann werde Heimkoch!, meinte Peter Holderegger und wies darauf hin, dass heute in vielen Heimen kreativer gegessen werde als in zahlreichen Restaurants.

«Markus Biedermann ist nicht unschuldig an diesem Wandel!»

1993 startete Biedermann mit Unterstützung der damaligen Bildungsleiterin beim Heimverband Schweiz, Annemarie Engeli, erstmals den Ausbildungslehrgang zum dipl. Heimkoch/zur dipl. Heimköchin. 10 Lehrgänge konnten in der Zwischenzeit erfolgreich abgeschlossen werden. Heute leistet als Bildungsleiterin Marianne Gerber die Hintergrundarbeit.

Die Ausbildung brachte eine völlig neue Denkphilosophie in die Heimküche, was von Bewohnern und Angehörigen mit viel Zustimmung wahrgenommen worden ist. «Die Küche macht Dampf!» meinte Holderegger und bedankte sich für diese grosse Arbeit zu Gunsten der Heimbewohner und -bewohnerinnen bei Markus Biedermann mit einem Diplom. Bisher habe Biedermann immer nur Diplome verteilt, nun sei es an ihm, ein solches in Empfang zu nehmen. (Anmerk. der Redaktion: Die Redaktorin hatte in den vergangenen Jahren immer wieder die Gelegenheit, aktiv an den Abschlussprüfungen teilnehmen zu können und sie hat immer wieder gestaunt, wie viel Sozialkompetenz mit den Kursen in die Küchen der Heime hinausgetragen worden ist. Auch ihrerseits: Herzliche Gratulation zum 10. Abschluss und damit zum Erfolg.)



Gerade die Verpflegung soll einen Teil davon ausmachen, im Heim Mensch sein zu können.

Foto Katrin Simonett, i.A. Alterswohnen Albisrieden

Fingerfood soll Schritt um Schritt eingeführt werden, eventuell unterstützt von einer Kampagne. Nur sorgfältig überlegt kann selbständig essen mit den Fingern zum Erfolgserlebnis werden.

Fingerfood ist ein solches Verpflegungsmodell für die Zukunft.

Biedermann: «Die Verpflegungsmodelle der Zukunft werden vielfältiger sein. Aber die Gastfreundschaft wird

weiterhin im Zentrum stehen. Kochen wird in künftigen Wohnmodellen mit Wohngruppen nicht nur Aufgabe des Fachpersonals sein, nicht nur nach dem Prinzip: «Hygiene lässt grüssen!» Gerade die Verpflegung soll einen Teil davon ausmachen, im Heim Mensch sein zu können.

Wenn ich mir vorstelle, dass für zwei Wochen alles, aber wirklich auch alles für mich getan würde ... So ein, zwei

Sponsoren

Unterstützt wurde die Berner Tagung von den Firmen *Tenovis GmbH* und *Nestlé*

Besten Dank.

Tage – länger würde ich das nicht aushalten. Über längere Zeit möchte ich so nicht Gast sein. Ich möchte noch Funktionen ausüben können und dürfen, so lange dies geht. Das Heim als ausschliesslicher Konsumtempel? Ich möchte noch eine Rolle ausüben können, auch wenn ich nur noch meckern kann!»

Was Modelle sein können und bewirken, stellten abschliessend «Ehemalige» aus dem Ausbildungslehrgang zum dipl. Heimkoch/Heimköchin vor.

Ende 2002 bedeutet auch das Ende des bisherigen Fachverbandes Betagte.

Als abtretender Präsident dankte Peter Holderegger allen, die in den verschiedenen Projekten der vergangenen Jahre mitgearbeitet haben. Es sei eine schöne Zeit gewesen, meinte er. «Wir waren nicht immer gleicher Meinung, haben uns letztlich aber doch immer wieder gefunden.»

Nun wolle er die Türe langsam schliessen. Vor sich sehe er eine weisse Wand mit dem Namenszug CURAVIVA. Weiss lasse als Farbe alle Möglichkeiten offen.

In Bezug auf die Herbsttagung 2003 kündigte Holderegger an, dass sich CURAVIVA mit der Schweiz. Gerontologischen Gesellschaft zusammenschliessen werde, die am 30./31. Oktober in St. Gallen eine Fachtagung durchführe zum Thema «Mobil trotz Hindernissen».

■