

Zeitschrift:	Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber:	Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band:	74 (2003)
Heft:	10
Artikel:	Ein Menübilderbuch : mit einfachen Mitteln viel erreicht : "Chämibraten mit Bayrischkraut und Schmelzkartoffeln"
Autor:	Gruber, Simone / Eichenberger, Ulrich
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-804796

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: 11.02.2026

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

Ein Menübilderbuch: Mit einfachen Mitteln viel erreicht

«Chämibraten mit Bayrischkraut und Schmelzkartoffeln»

Die Idee war schon lange da. Den Anstoß zur Realisation vermittelte aber erst eine Projektarbeit während der Ausbildung zum dipl. Heimkoch. Seit zwei Jahren ist das Menübilderbuch von Ulrich Eichenberger für die Bewohnerinnen und Bewohner des Wohnheims Oberentfelden AG bei der Menüauswahl nicht mehr wegzudenken. Mit einfachen Mitteln – aber sehr viel Zeitaufwand – ist es gelungen ein Medium zu schaffen, das behinderten Menschen ermöglicht, ihre Menüs selbst auszuwählen.

«Chämibraten mit Bayrischkraut und Schmelzkartoffeln» – hört sich lecker an, aber was bitte, ist das genau? So in etwa müssen wir uns die Fragestellung vorstellen. Was versteht ein geistig behinderter Mensch darunter? Diese Problematik stand am Anfang einer Idee, die sich im Hinterkopf eines Heimkoches zu formulieren begann. Von der Idee über die Realisierungsphase zum endgültigen Produkt waren viel Zeit, viel Arbeit und einige Rückschläge nötig. Doch das Produkt steht, und keiner kann sich mehr erinnern, wie es früher war, ohne das Menübilderbuch von Ulrich Eichenberger.

Die Idee

Ulrich Eichenberger ist Heimkoch im Wohnheim Oberentfelden. Das Heim bietet 60 geschützte Arbeitsplätze in einer Industriewerkstatt und 16 ge-

schützte Arbeitsplätze in Küche, Wäscherei, Kantine und im Reinigungsdienst. In der Kreativabteilung arbeiten zudem 20 meist mehrfachbehinderte Menschen. Zudem werden 36 Wohnplätze angeboten. Das Ziel der Institution ist es, den Menschen mit einer Behinderung einen Lebensraum mit möglichst hoher Lebensqualität und möglichst wenigen Einschränkungen zu bieten.

Täglich von Montag bis Freitag kocht Ulrich Eichenberger mit seinem Team gegen 100 Mittagessen, 50 davon werden in die Kantine geliefert, 15 werden zu den Wohnungen gebracht und etwa 30 werden in der Kantine des Gemeinschaftshauses angerichtet. Die Abendessen werden in der Küche vorbereitet und dann zur Fertigstellung auf die Wohngruppen gebracht. Übers Wochenende wird auf den Wohngruppen selbst gekocht.

Jeden Mittag werden zwei verschiedene Menüs angeboten, eines mit Fleisch und eines ohne. Zudem gibt es mehrmals Salat oder Suppe. Für Diabetiker wird eine Kaloriediät angeboten. An Festtagen gibt es spezielle Menüs. Aus organisatorischen Gründen wählen die Klienten ihr Menü eine Woche im voraus aus.

Die Klienten im Wohnheim Oberentfelden sind geistig und teils mehrfachbehinderte Menschen im Alter von 18 bis 60 Jahren. Sie wohnen in durchmischten familiären Gruppen. Sie sind zum Teil sehr selbstständig mit einer Gemeinsamkeit: Sie verfügen über einen guten Appetit. Das Essen bildet

einen sehr wichtigen Bestandteil ihres Lebens.

Die Betreuerinnen auf den Wohngruppen und in der Industriewerkstatt suchen zusammen mit den Klienten die Menüs aus. Dies ist ein schwieriger Vorgang, weil vielen die Vorstellungskraft fehlt, einige nicht verstehen, was man sagt oder sich nicht ausdrücken können. Sie entscheiden sich dann für das gleiche Menü wie der Kollege oder die Betreuerinnen entscheiden für sie. Für Ulrich Eichenberger bedeutete dies eine Beeinträchtigung für die behinderten Menschen und die Idee von Menüfotos nahm Konturen an. Von Januar bis November 2001 absolvierte Ulrich Eichenberger die Weiterbildung zum dipl. Heimkoch. Für ihn stand bald fest, dass seine Projektarbeit «Das Menübilderbuch» heißen sollte. Damit begann etwas, das ihm vom Aufwand her fast über den Kopf wuchs.

Die Realisierungsphase

Das Ziel war klar: so gute Bilder von den Menüs zu machen, dass sie als das erkannt werden können, was sie darstellen. Dadurch soll jeder selbst aussuchen können, was er in der folgenden Woche essen möchte.

Die Firma Minolta AG unterstützte das Projekt mit einem sehr günstigen Preisangebot für ein Auslaufmodell einer Digitalkamera. Volle Unterstützung vermittelten auch Heimleitung und Mitarbeiter. Im Keller des Wohnheims richtete Ulrich Eichenberger mit einer Mitarbeiterin aus der Wäscherei



Motivation:

Das ganze Team half mit.

ein improvisiertes Fotostudio ein. Mit Tischen, Holzplatten, weissen Leintüchern und Fotolampen richtete er Unterlage, Hintergrund sowie Beleuchtung mit dem richtigen Schattenwurf nach Tipps eines befreundeten Fotografen ein. Schon die ersten Fotos mit der neuen Digitalkamera waren so gut, dass alle Speisen klar erkennlich waren. Mit dem richtigen Mix aus Licht und Schatten befand sich das Projekt auf gutem Weg! Über die folgenden Monate hinweg fotografierte Ulrich Eichenberger täglich die gekochten Menüs. Auch von einzelnen Zutaten machte er Aufnahmen und mischte sie auf dem PC zu ganzen Menüs zusammen. Die Menübibliothek auf dem PC wächst heute noch. Denn immer wenn neue Ideen oder Komponenten dazukommen, sind entsprechenden Fotos nötig. Heute wird nicht nur im Keller, sondern auch draussen in der Natur fotografiert. Nach wie vor ist es eine Herausforderung, neues Menüs zu kreieren und zu fotografieren.

Die Infrastruktur

Das Menübilderbuch zeigt pro Blatt die zwei zur Auswahl stehenden Menüs eines Tages sowie Salat- oder Suppenbeilage und gegebenenfalls Dessert.

Pro Wohngruppe wird ein Ringordner mit den Tagesblättern für eine Woche in Zeigebuchtaschen zur Auswahl abgegeben. Titelblatt des Ordners ist immer ein Bild vom Heim, wie etwa ein schön gedeckter Tisch oder eine Blume aus dem Heimgarten. Die aktuellen Tagesmenübilder werden jeweils bei der Kantine und auf den Wohngruppen ausgehängt. Erstellt werden die Blätter auf einem üblichen PC mit dem Standard Windows Programm Picture it. Ausgedruckt werden die Menüs mit einem Tintenstrahlfarbdrucker auf normales weisses Papier. Das Resultat präsentiert sich sehr gut. Für ein qualitativ sehr gutes Produkt sind demnach außer der Digitalkamera keine zusätzlichen technischen Mittel nötig. Das Drucken der Menüblätter ist jedoch relativ teuer, da Druckpatronen kostenintensiv sind. So werden in der Küche Oberentfelden sämtliche Menüblätter registriert, abgelegt und wieder gebraucht.

Text: Simone Gruber

Foto: zVg

Kontaktadresse:

Ulrich Eichenberger,
Stiftung für Behinderte Oberentfelden
Alte Luzernerstr. 3, 5036 Oberentfelden
Telefon 062 737 61 61

Im Gespräch mit Ulrich Eichenberger

■ Fachzeitschrift CURAVIVA: Wie haben Mitarbeiter und Bewohnern das Menübilderbuch aufgenommen?

Ulrich Eichenberger: Von Anfang an wurde ich von allen im Projekt unterstützt. Das Bilderbuch ist aus dem Alltag nicht mehr weg zu denken. Mein Ziel, für die behinderten Menschen die Menüauswahl leicht zu machen, habe ich erreicht.

■ FZC: Sind Sie auch privat ein Hobbyfotograf oder Computerfan?

UE: Überhaupt nicht. Vor der Projektarbeit habe ich noch nie mit einem PC gearbeitet. Ich habe mir mein Know-how mit Hilfe meiner erwachsenen Kinder und mit viel «pröbeln» angeeignet. Privat fotografiere ich praktisch nicht. Mit Tipps von einem Fotografen und viel üben und ausprobieren, habe ich die Techniken selbst erlernt.

■ FZC: Wer erstellt das Menübilderbuch, wenn Sie in den Ferien sind?

UE: Ich habe eine Stellvertreterin eingearbeitet, muss jedoch die nötigen Fotos vorbereiten.

■ FZC: Was sind Ihre Tipps für Köche, die ein Menübilderbuch machen möchten?

UE: Sie müssen sich bewusst sein, dass der Aufwand am Anfang enorm ist. Bis genügend Bilder vorhanden sind, muss man über Monate täglich Aufnahmen machen. Neben dem zeitlichen Aufwand ist auch die Infrastruktur nicht ganz billig. Es braucht eine gute Kamera, Beleuchtung, einen PC mit Farbdrucker!

■ FZC: Ihr Fazit?

UE: Ich glaube nicht, dass ich das Projekt ohne den Anstoß meiner Weiterbildung zum Heimkoch angegangen wäre. Der Aufwand war enorm. Ich muss aber auch sagen, dass es sich gelohnt hat.