

<b>Zeitschrift:</b>	Curaviva : Fachzeitschrift
<b>Herausgeber:</b>	Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
<b>Band:</b>	77 (2006)
<b>Heft:</b>	12
<b>Artikel:</b>	Speisen nach Grossmutterart holen längst verschüttet geglaubte Erinnerungen zurück : Mini-Tapas Tag und Nacht
<b>Autor:</b>	Hansen, Robert
<b>DOI:</b>	<a href="https://doi.org/10.5169/seals-803985">https://doi.org/10.5169/seals-803985</a>

### 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:** 07.02.2026

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

Speisen nach Grossmutterart holen längst verschüttet geglaubte Erinnerungen zurück

# Mini-Tapas Tag und Nacht

■ Robert Hansen

**«Warum sollen wir die an Demenz erkrankten Menschen ausgerechnet für das Essen aus ihrer eigenen Welt in unsere holen?», fragt der Küchenchef und Gerontologe Markus Biedermann. Er propagiert einen 24-Stunden-Häppchen-Service – und sucht ein Heim, das seine Idee umsetzt.**

Bei fortgeschrittener Demenz wissen die Menschen nicht mehr, was sie mit Speisen machen sollen. Erbsen werden auf dem Teller zu grünen Ketten aneinandergereiht. Das Teeglas wird mit einer heftigen Bewegung vom Mund weggestossen. Der Kuchen wird mit der Gabel zu einem Brei zerquetscht. Papierservietten wandern in den Mund. «Können wir mit Speisen auch stark an Demenz erkrankte Menschen animieren? Gibt es für jene Menschen, für die Hunger oder Appetit nicht mehr existieren, andere Schlüsselreize?», fragte sich Markus Biedermann. Im Seniorencentrum Sonnweid in Wetzikon hat der Küchenchef vor sechs Jahren am Bett gekocht. «Das hat funktioniert. Das können sich die Institutionen natürlich nicht leisten. Aber der Versuch hat gezeigt, dass die Menschen auf Gerüche, auf Düfte reagieren und diese Sinneswahrnehmungen vernetzen.»

Diese Erfahrung hat Biedermann im evangelischen Altenkrankenhaus Martineum in Essen-Steele in Deutschland weiterentwickelt - mit einfachen Hilfsmitteln, die jedoch viel bewirken

können: Der Kaffee wird nicht mehr in der Küche, sondern im Wohnbereich zubereitet. Dort werden am Abend auch einfache Gerichte gekocht. Backautomaten, programmiert und mit Mehl und Wasser aufgefüllt, beginnen während der Nacht Teig zu kneten, und die Form heizt sich auf. Der Duft des frischen Brotes verteilt sich am Morgen in den Räumen. «Die Menschen reagieren enorm und essen mehr vom Frühstück, die Lust auf selber gebackenes Brot erwacht», sagt Biedermann. Nachmittags riecht es in den Abteilungen nach Kuchen. «Die Düfte verändern das Essverhalten. Wir haben niemanden mehr, der unterernährt ist», sagt Biedermann stolz. Mit simpeln Methoden gelingt nun, was das Personal mit aufwändiger «Fütterung» nicht erreicht hatte.

## Animierter Hunger

Biedermann empfiehlt, möglichst viele über den Tag verteilte kleinere Mahlzeiten anzubieten. «Wir bringen eine Auswahl an Speisen. Wer nicht mehr selber zwischen zwei Tagesmenüs entscheiden kann, erhält eine Auswahl an sechs Komponenten in kleinstster Form und kann daraus selber etwas auswählen. Viermal pro Woche pressen wir im Wohnbereich frischen Fruchtsaft. Der wird von den Bewohnenden sehr gut angenommen – aber nur, wenn er vor ihren Augen hergestellt wird. Kommt der gleiche Saft aus der Küche, wird er kaum getrunken. Es geht um die Animation und die

Aktion.» Erfolg hat Markus Biedermann auch mit dem Fingerfood, sei es als Hauptmahlzeit, Essen im Gehen oder als «Schmankerl-Teller» als Zwischenmahlzeit. Vier Kilogramm Fingerfood werden in der Küche der gerontopsychiatrischen Institution, in der 300 zumeist an Demenz erkrankte Menschen leben, täglich zubereitet.

Andere Reize führen zu kleinen Wundern, die selbst das Personal immer wieder beeindrucken. «Wenn wir einen Menüplan zusammenstellen, wie er auch während der Kriegsjahre üblich war, reagieren die Menschen auf erstaunliche Weise: Plötzlich erzählt ein alter Mann, der sonst nur noch vor sich hindämmert, detailreich, wie die Leute während des Krieges zu Fleisch kamen. Eine Frau, die den ganzen Tag apathisch in den Raum schaut, wird plötzlich aufgereggt und beobachtet neugierig, wie die Speisen zubereitet werden, und beginnt in ihrer eigenen Sprache eine lange Konversation», erzählt Biedermann. Auch Menschen, deren Krankheit noch nicht so weit fortgeschritten ist, zeigten sich am Kochtopf interessiert. «Ein Mann hat mit grossem Engagement mit Stäbchen gegessen, als ich von Gerichten aus Indien erzählt und anschliessend ein chinesisches Nudelgericht vor den Bewohnern zubereitet habe. Das ist „Entertainment Care“, sagt Biedermann und lacht. «Beim Kochen habe ich so viele Möglichkeiten, die auch mir selber Spass machen. Und die Menschen sind plötzlich ansprechbar.»

## Menüplanung im Wohnbereich

«Wir machen die Menüplanung in den Wohnbereichen mit den Bewohnenden.» Bereits im oberraargauischen Pflegeheim Wiedlisbach, der früheren Wirkungsstätte des heutigen Heimkoch-Ausbildners, wurde über die Auswahl der Speisen gesprochen. Menschen mit Behinderung konnten in Bilderbüchern ihre Wunschgerichte zusammenstellen. «Das haben wir im

eine Brücke geschlagen und herausgefunden, was die Leute früher kochten. Dabei haben diese auch sehr viele persönliche Geschichten erzählt. Die Zusammenarbeit wurde viel intensiver. Zudem lässt sich auf diese Art die Selbstständigkeit der Bewohner trainieren. Auf dem Wagen ist auch eine kleine Herdplatte. Darauf kochen wir nach der Auswahl der Lebensmittel gleich eine Suppe. Damit wird die

nach einem ganz anderen Rhythmus leben. So ist die Idee eines Services rund um die Uhr entstanden. Zudem isst eine Person bedeutend mehr, wenn wir stets kleine Portionen anbieten.» Als Zwischenmahlzeit serviert Biedermann schon jetzt Gemüsesaft, auf kleinen Tellern liegen gebratene Kartoffelschnitze, frische Früchteschnitze und geschnittenes Gemüse. «Ich stelle mir eine Art Mini-Tapas-Gerichte vor, vollständige Menüs in Häppchen. Ein halber Deziliter Suppe, gewürfeltes Gemüse, Rohkost, Stärke. Bei Bedarf wird das vorher zubereitete Essen geholt.» Biedermann sucht noch Heimleiter, die seine Idee versuchsweise umsetzen wollen. «Natürlich bedingt das in der Einführungsphase einen Mehraufwand, bis alles eingespielt ist. Aber es gibt später einfach eine Verlagerung. Es werden ja nicht alle Menschen von einem solchen Angebot Gebrauch machen. Die anstehende Arbeit wird nur anders auf den Tag verteilt.»



Gemeinsam mit dem Heimkoch wird eine Kartoffel zerkleinert.

Foto: eh

Heim in Essen-Steele weiterentwickelt. Mit Worten sind wir nicht zu den Menschen mit Demenz vorgedrungen, auch mit Bildern hat das nur bedingt geklappt. Grossen Erfolg haben wir hingegen mit dem Menüplan-Wagen. Dort sind Bilder von alten Rezepten zu finden. Aber auch Kräuter und Gemüse liegen auf den Tabletts. Manchmal ist dort ein ganzes Huhn oder ein Fisch zu finden», erzählt Biedermann. «Eine Therapeutin macht mit den Menschen ein halbstündiges «Warming Up». Dann kommt der Küchenchef hinzu, und gemeinsam werden die Menüwünsche ermittelt. Es ist schon erstaunlich, wie die Bewohner differenzierter erklären können, was sie mögen, wenn ihnen frische, bekannte Lebensmittel als Brückenbauer dienen», sagt Biedermann, der mit seinem Wagen auch noch Biografiearbeit betreibt. «Mit dem Menüplan-Wagen haben wir

Flüssigkeitszufuhr verbessert, und gleichzeitig reizen wir die Sinne», erklärt Biedermann.

## Häppchen rund um die Uhr

Erfahrungen aus der Validation lässt Markus Biedermann auch in den Hauswirtschaftsbereich einfließen. Die Mitarbeitenden nehmen sich jeweils einer Person besonders an und wissen über deren Vorlieben Bescheid. Durch das Patensystem wird eine Verbindung zwischen Küche und Wohnbereich geschaffen. «Wir belassen den Menschen in seiner Welt und holen ihn auch nicht genau um 12 Uhr zum Mittagessen in unsere Welt zurück. Aus der Validation wissen wir, dass ein älterer Mensch zwar nicht mehr viel, aber trotzdem gerne isst», sagt Biedermann. «Es gibt Menschen, die die Nacht zum Tag machen und

Markus Biedermann ist von diesem Konzept überzeugt: «Einige Heimverantwortliche oder Heimköche stellen sich solchen Ideen und damit verbundenen Veränderungen gegenüber stets negativ ein. Aber ich überlege immer, ob ich etwas für die betroffenen Menschen tun kann und ob ich in ihrem Sinn handle. Das will ich immer wieder versuchen», sagt Biedermann und erinnert sich daran, wie er im Altersheim in Münchenbuchsee vor 25 Jahren das Frühstücks- und Salatbuffet einführte. «Wenn einer eine kreative Idee hat, sind alle anderen unglaublich kreativ im Begründen, warum etwas nicht funktioniert. Damals haben alle gesagt, das funktioniere in einer Altersinstitution nicht, die alten Menschen seien damit überfordert, und ein Buffet sei ohnehin viel zu arbeitsintensiv. Heute sind Buffets Standard», sagt Biedermann mit einem kleinen Triumphglöckchen auf den Lippen. ■