

**Zeitschrift:** Alter & Zukunft : Magazin der Pro Senectute Kanton Zürich  
**Herausgeber:** Pro Senectute Kanton Zürich  
**Band:** 7 (1999)  
**Heft:** 4  
  
**Rubrik:** Dienstleistung

### **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:** 08.02.2026

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

# Mahlzeitendienst von Pro Senectute in der Fertigmahlzeite und ansprechen

*Durchschnittlich verteilt Pro Senectute in der Stadt Zürich monatlich 18'500 Mahlzeiten. Diese Dienstleistung nehmen vorwiegend ältere und alte Menschen in Anspruch, die nicht mehr in der Lage sind, einzukaufen und für sich selber zu kochen.*

Viele Kundinnen und Kunden des Mahlzeitendienstes der Pro Senectute erhalten regelmässig, drei Mal pro Woche, zum Teil schon seit vielen Jahren das Essen ins Haus geliefert. Der Mahlzeitenservice steht aber auch jüngeren Langzeitpatienten und rekonvaleszenten Personen zur Verfügung, die während einer gewissen Zeit auf Unterstützung bei der Verpflegung angewiesen sind.

\*Anette  
Grossenbacher

## Neue Verpackung

Der Mahlzeitendienst in der Stadt Zürich hat eine lange Tradition. Schon seit über 30 Jahren werden die Essen in der Stadtküche Zürich zubereitet und vom Mahlzeitendienst der Pro Senectute Kanton Zürich ausgeliefert.

Am 18. Mai 1999 konnte in Zusammenarbeit mit der Stadtküche sowie mit finanzieller Un-

terstützung der Firma Senexpert (Beratung durch ehemalige Führungskräfte), Zürich, realisiert werden, was während Jahren diskutiert, geprüft und mangels optimaler Lösung immer wieder verschoben worden war – eine neue, ansprechende Aussenverpackung für die Mahlzeiten. Hübsche, farbige Kartonschachteln lösten die langjährigen Plastiksäckli ab.

## Positive Reaktionen

Ein halbes Jahr später freuen sich nicht nur bisherige und neue Kunden, auch das Echo von Angehörigen, von Spitex-Diensten und Betreuungspersonen ist durchwegs positiv. Folgende Äusserungen wurden gemacht:

- die neue Kartonverpackung sieht appetitlich aus
- sie ist zeitgemäss und ansprechend
- sieht nicht mehr nach «Arme-Leute-Essen» aus
- ist praktisch und im Kühlschrank besser stapelbar.

In den vergangenen Monaten stellte der Mahlzeitendienst auch an mehreren Veranstaltungen im Rahmen des Internationalen Jahres der älteren Menschen, gemeinsam mit der Stadtküche die Dienstleistung einer interessierten Öffentlichkeit vor. Die Reaktionen auf die neue Verpackung sind erfreulich ausgefallen, das «neue Kleid» wurde von potentiellen Kundinnen und Kunden als «anmähelig» beurteilt. Und auf Wunsch nimmt die Verträgerin die leeren, gebündelten Schachteln wieder mit – so entsteht für die Kundschaft kein unnötiger Abfall.

## Gesund und gut

Die Aussenverpackung ist das eine – aber schmeckt das Essen auch?

Jeden Tag unterwegs:  
Mahlzeitendienst von  
Pro Senectute Kanton  
Zürich



Stadt Zürich

# n: modern d verpackt

Um den verschiedenen Präferenzen der Bezieherinnen und Bezieher Rechnung zu tragen, bietet der Mahlzeitendienst täglich vier Menüarten an: Vollkost, Leichte Vollkost, Diabetikermenü und ein fleischloses Menü. Die ausgewogene Fertigmahlzeit kostet inklusive Suppe Fr. 12.20 pro Menü direkt ins Haus geliefert.

Das abwechslungsreiche Angebot wird von der Ernährungsberaterin der Stadtküche Zürich nach ernährungsphysiologischen Grundsätzen zusammengestellt. Das täglich wechselnde Angebot ist weder einseitig noch geschmacklich langweilig, wie regelmässig von der Kundschaft des Mahlzeitendienstes bestätigt wird. Frau Kasper aus Zürich schreibt: «Ich möchte Ihnen und der Stadtküche für den Mahlzeitendienst danken. Das Essen ist prima. Da ich selber eine gute Köchin war, darf ich diesen Dienst gerne weiter empfehlen.»

## Einfache Zubereitung

Die Mahlzeiten werden gekühlt geliefert und sind, im Kühlschrank aufbewahrt, bis zu zehn Tagen haltbar. Die Zubereitung ist einfach und auf verschiedene Arten möglich. Zum Beispiel im Wasserbad: die Siedebeutel mit den einzelnen Menükomponenten in leicht kochendem Wasser ca. 15 Minuten ziehen lassen. Diese anschliessend aus dem Wasser nehmen, aufschneiden und den Inhalt auf einem Teller anrichten. Die Mahlzeiten lassen sich ebenfalls im Mikrowellengerät oder in einer Pfanne erhitzen.

## Sozialer Kontakt

Dass eine vollwertige, ausgewogene Ernährung wichtig für die Gesundheit ist, ist allgemein bekannt. Neben den gesundheitlichen Aspekten ist es das Ziel der Pro Senectute, dass ältere Menschen mit Unterstützung der professionellen Dienstleistung Mahlzeitenservice so lange wie möglich in der vertrauten Umgebung bleiben und sich versorgen können. Die persönliche Übergabe der Mahlzeiten durch die Trägerin bedeutet für viele Kundinnen und Kunden einen wichtigen sozialen Kontakt – für einige sogar einen der wenigen überhaupt. Die Zeit, welche die Verträ-

Rund 1000 Mahlzeiten pro Tag –  
anmähelich verpackt im neuen Kleid –  
liefert Pro Senectute in der Stadt Zürich  
direkt ins Haus.

gerinnen den Bezieherinnen und Bezieher widmen können, ist beschränkt auf wenige Minuten. Da aber in der Regel immer die gleiche, langjährige Mitarbeiterin das Essen bringt, entsteht ein regelmässiger und wichtiger Aussenkontakt sowie eine geschätzte Beziehung.

*\*Anette Grossenbacher, Zürich,  
ist Abteilungsleiterin Mahlzeiten-  
dienst Bereich Dienste Region West  
von Pro Senectute Kanton Zürich*

## Rollende Küche Wädenswil

Seit 4. Oktober 1999 werden in Wädenswil täglich (ausser sonntags) heisse Mahlzeiten geliefert.

Der Hauspflegeverein Wädenswil und Pro Senectute Kanton Zürich haben dieses Projekt zusammen erarbeitet, das die neue Dienstleistung erst möglich macht. Während einer Pilotphase von einem Jahr wird die «Rollende Küche Wädenswil» frisch gekochte Mahlzeiten aus der Küche des Kranken- und Altersheims Frohmatt ins Haus liefern.

Über den Verlauf des Projekts wird in einer nächsten Nummer von ALTER&Zukunft ausführlich informiert. Falls Sie aber bereits heute Fragen haben, wenden Sie sich bitte an die Geschäftsstelle von Pro Senectute Kanton Zürich: 01/421 51 51.



Foto: Martina Issler, Zürich