

Zeitschrift: Zenit
Herausgeber: Pro Senectute Kanton Luzern
Band: - (2006)
Heft: 3

Artikel: Vom Grünkernschnitzel bis zum Zackenbarsch
Autor: Bonilla-Gurzeler, Veronica
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-820815>

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: 02.05.2026

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

Vom Grünkernschnitzel bis zum Zackenbarsch

Der Mahlzeitendienst von Pro Senectute Kanton Luzern bietet für jeden Geschmack etwas und ermöglicht Betagten sowie Menschen, die wegen Krankheit oder Unfall nicht selber kochen können, länger im eigenen Zuhause zu bleiben.

Zügig schreitet Jacqueline Kaspar auf den Eingang der Alterswohnsiedlung in Horw zu, einen Stapel Mahlzeitenplättli in den Händen. Im dritten Stock klingelt sie, macht die Türe auf und ruft ein lautes «Grüezi» in die Wohnung.

Die Bewohnerin, eine betagte Frau, sitzt mit einer Verwandten am Esszimmertisch. «So, wie geht es Ihnen heute?», fragt Jacqueline Kaspar, nachdem sie die Menüs in den Kühlschrank gestellt hat. Die alte Frau erzählt von einer Unstimmigkeit in der Familie, die ihr gerade auf der Seele brennt. Jacqueline Kaspar hört einen Moment aufmerksam zu, macht ein paar aufmunternde Kommentare und verabschiedet sich schliesslich von den beiden Frauen.

«Sich allzu lange aufhalten oder gar die Einladung für einen Kaffee annehmen und ein bisschen plaudern, liegt nicht drin, weil der nächste Kunde wartet», sagt die Pro-Senectute-Mitarbeiterin. «Aber weil ich nun schon seit sieben Jahren dabei bin und die gleichen Leute oft seit Jahren dreimal in der Woche sehe, erfahre ich einiges über deren Lebensumstände», erzählt sie. «Und mit manchen Kunden ergibt sich doch eine persönliche Beziehung.» Andere wiederum sieht sie selten, weil sie ihnen auf Wunsch die Menüs in den Briefkasten stellt und nur kräftig klingelt, um anzuzeigen, dass der Zmittag da ist.

Jeweils montags, mittwochs und freitags ab 7 Uhr holen die Verträgerinnen und Verträger bei der Gastronomie Eichhof an der Obergrundstrasse in Luzern die Mahlzeiten für ihre Verteiltour ab. Sechs Personen beliefern zwischen 30 und 50 Kunden auf sechs Touren. «Im Sommer haben wir manchmal weniger zu tun als in den kühle-

Foto: Dany Schulthess



Sorgen gemeinsam mit anderen dafür, dass jährlich 55 000 bis 60 000 Menüs ausgeliefert werden: Waltraud Christon, Bereichsleiterin Mahlzeiten- und Hilfsmitteldienst (li.), sowie Mahlzeiten-Verträgerin Jacqueline Kaspar.

ren Jahreszeiten», sagt Jacqueline Kaspar. «Wohl weil die Leute besser selber einkaufen gehen können und wahrscheinlich auch öfter etwas Kaltes auf den Teller kommt als im Winter.» Zwischen 10.30 Uhr und 12 Uhr sind alle Mahlzeiten verteilt. Die Verträgerinnen bringen die Kühlboxen zur Gastronomie Eichhof zurück – diese Kühlboxen garantieren, dass die Kühlkette während der Auslieferung nicht unterbrochen wird. Die Mahlzeiten sind im Kühlschrank denn auch mehrere Tage haltbar.

«Wir liefern jedes Jahr 55 000 bis 60 000 Menüs aus», sagt Waltraud Christon, Bereichsleiterin Mahlzeiten- und Hilfsmitteldienst von Pro Senectute Kanton Luzern. Jahrelang ist die Zahl der verkauften Menüs kontinuierlich zurückgegangen. Der Hauptgrund waren die gestiegenen Preise, beziehungsweise der Rückgang der Sub-

Hilfen zu Hause:

Mahlzeitendienst – gesunde und abwechslungsreiche Ernährung zu Hause

Der Mahlzeitendienst der Pro Senectute für die Gemeinden Luzern, Kriens und Horw liefert dreimal wöchentlich gekühlte, luftdicht verpackte Mahlzeiten, die im Kühlschrank mehrere Tage haltbar sind, direkt nach Hause. Beliefert werden Personen im AHV-Alter, nach Nachlassen der Eigenkräfte, bei Behinderung, bei Krankheit und Rekonvaleszenz, bei Unfall oder Invalidität. Das Angebot umfasst Vollkost, leicht verträgliche, fettarme und kohlenhydratreduzierte Schonkost (mit Dessert für qualitative Diabetes-Diät), ein fleischloses Menü, einen Gemüseteller und ein Eintopfgericht. Das Angebot wechselt täglich. Der Menüpreis beträgt CHF 14.90, mit Dessert CHF 15.40.

Detailinformationen zum Menüplan erhalten Sie unter www.lu.pro-senectute.ch oder beim Sekretariat. Bestellungen oder Änderungen können dem Sekretariat bis 1,5 Arbeitstage vor dem Liefertag telefonisch mitgeteilt werden.

Mahlzeitendienst, Neustadtstrasse 28, 6003 Luzern, Telefon 041 360 07 70, Fax 041 360 22 57, Mail: hzh@lu.pro-senectute.ch. Das Sekretariat ist geöffnet von Montag bis Freitag, 8 bis 11.30 Uhr und 14.30 bis 17 Uhr.

Hilfsmitteldienst – zu Hause bleiben bis ins hohe Alter

Erleichterung in den Alltag von älteren, behinderten Menschen und deren Angehörigen – dies bringt neben dem Mahlzeiten- auch der Hilfsmitteldienst von Pro Senectute Kanton Luzern. Als weiteres Dienstleistungsangebot im Bereich Hilfen zu Hause werden verschiedene Hilfsmittel des täglichen Bedarfs an Betagte vermietet oder verkauft. Die Beratung bei der Auswahl und Handhabung geeigneter Hilfsmittel sowie die Unterstützung bei deren Finanzierung sind durch das Fachpersonal von Pro Senectute gewährleistet.

Pro Senectute ist eine vom Bundesamt für Sozialversicherungen anerkannte Mietstelle für Rollstühle. AHV-Bezüger/-innen haben bei Bedarf Anspruch auf eine kostenlose Rollstuhlbenutzung. Bezüger/-innen von Ergänzungsleistungen (EL) erhalten gegen Vorweisen eines Arztzeugnisses und des EL-Nachweises folgende Hilfsmittel kostenlos: Badelift, Nachtstuhl, Betaufzugständer, Toilettenschiebestuhl.

Weitere Informationen erhalten Sie bei Pro Senectute Kanton Luzern, Hilfen zu Hause, Neustadtstrasse 28, 6003 Luzern, Tel. 041 360 14 17.

Mail: hzh@lu.pro-senectute.ch, www.lu.pro-senectute.ch

ventionen. «Früher hat eine Mahlzeit bei uns sechs Franken fünfzig gekostet», weiss Waltraud Christon. «1996 kürzte der Bund dann seine Beiträge kontinuierlich und zahlt jetzt an jede Mahlzeit nur noch einen Franken. Da es unsere Vorgabe ist, kostendeckend zu arbeiten, mussten wir die Preise deutlich anheben.» Wer sich die 14.90 Franken täglich nicht leisten kann, erhält bei den Beratungsstellen von Pro Senectute Unterstützung bei der Finanzierung.

«Seit zwei Jahren», freut sich Waltraud Christon, «steigen die Absatzzahlen aber wieder.» Zuerst nur gering, im letzten Jahr jedoch deutlich. Der Grund ist für die Gastronomie-Fachfrau klar: «Wir haben das Angebot laufend erweitert. Im Moment können die Kundinnen und Kunden täglich aus fünf verschiedenen Menüs wählen. Die Angebotspalette umfasst jetzt etwa 1500 verschiedene Menüs pro Jahr.»

Kalbsbratwurst an Zwiebelsauce mit Dreifarbenmüscheli und Kohlraben sind da ebenso vertreten wie Grünkernschnitzel an Kräuterjus, Hörnli und Ratatouille. Mal gibts Gnocchi Mediterrané, Zackenbarsch im Ei gebraten oder Bauernschinken im Sud. «Die Mahlzeiten enthalten keine E-Stoffe», so Christon. Sie sind zudem altersgerecht wenig gesalzen, dafür gut gewürzt. Verwendet werden möglichst Saisongemüse und Schweizer Fleisch.

Den Kunden schmeckts. «Reklamationen sind selten – gibts welche, leiten wir sie sofort an den Produzenten weiter», sagt Waltraud Christon. «Manchen Leuten sind die Portionen zu gross. Doch die Schweizerische Gesellschaft für Ernährung empfiehlt 400 bis 450 Gramm pro Mahlzeit, um Mangelernährung vorzubeugen.» Waltraud Christon betont, dass ein Mahlzeitendienst-Menü einem selbst gekochten Zmittag, das mit Herz und Liebe zubereitet wird, in nichts nachstehen sollte.

Auch Trägerin Jacqueline Kaspar hört selten Schlechtes. «Es kann vorkommen, dass jemand findet, die Zwiebelsauce schmecke nicht so, wie sie es sich von früher gewohnt sei. Aber im Allgemeinen sind die Leute zufrieden.» Und Tatsache ist: «Dank uns können Betagte und Kranke länger in ihrem eigenen Zuhause bleiben», sagt Waltraud Christon. «Und die öffentliche Hand spart so viel Geld.»

Veronica Bonilla-Gurzeler